

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK  
SOSIODRAMA DALAM MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI  
PADA SISWA KELAS X SMAN 5 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN  
2023/2024**

**(Skripsi)**

**Oleh**

**Novian Dwi Mukti**

**1913052047**



**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG**

**2024**

## ABSTRAK

### **PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK SOSIODRAMA DALAM MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA SISWA KELAS X SMAN 5 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2023/2024**

Oleh:

**NOVIAN DWI MUKTI**

Permasalahan pada penelitian ini adalah rasa percaya diri siswa yang rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa di SMAN 5 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2023/2024. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode kuantitatif *Pre-Eksperiment* dengan menggunakan teknik *One Group Pretest and Posttest design*. Populasi penelitian ini berjumlah 30 siswa kelas X E 3 dan diperoleh subjek sebanyak 8 siswa yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala rasa percaya diri. Teknik analisis data menggunakan *uji wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas X E 3 dibuktikan dengan perolehan nilai  $Z$  hitung = -2,524; <  $Z$  tabel = 1,645 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan rasa percaya diri di SMAN 5 Bandar Lampung.

**Kata Kunci :** *bimbingan kelompok, teknik sosiodrama, percaya diri, siswa*

## ABSTRACT

### **THE EFFECT OF GROUP GUIDANCE SERVICES SOCIODRAMA TECHNIQUES IN INCREASING SELF-CONFIDENCE IN CLASS X STUDENTS AT SMAN 5 BANDAR LAMPUNG IN THE ACADEMIC YEAR OF 2023/2024.**

**By:**

**NOVIAN DWI MUKTI**

*The problem in this research is students' low self-confidence. The aim of this research is to find out whether the sociodrama technique group guidance service is effective in increasing students' self-confidence at SMAN 5 Bandar Lampung for the 2023/2024 academic year. The method used in this research is the quantitative Pre-Experiment method using the One Group Pretest and Posttest techniques. The population of this study consisted of 30 students in class X E 3 and the subject obtained were 8 students who were taken using a purposive sampling technique. The data collection technique uses a self-confidence scale. The data analysis technique uses the Wilcoxon test. The results of the research show that the guidance of the sociodrama technique group can increase the self-confidence of students in class  $< Z_{table} = 1.645$  then  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. This means that the sociodrama technical group guidance service can increase self-confidence at SMAN 5 Bandar Lampung.*

**Keyword:** *group guidance, sociodrama technique, self-confidence, students*

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK  
SOSIODRAMA DALAM MENINGKATKAN RASA PERCAYA  
DIRI PADA SISWA KELAS X SMAN 5 BANDAR LAMPUNG TAHUN  
AJARAN 2023/2024**

**Oleh**

**NOVIAN DWI MUKTI**

**Skripsi**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar**

**SARJANA PENDIDIKAN**

**Pada**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Jurusan Ilmu Pendidikan**

**Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
2024**

Judul Skripsi : **PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN  
KELOMPOK TEKNIK SOSIODRAMA  
DALAM MENINGKATKAN RASA  
PERCAYA DIRI SISWA KELAS XI SMAN 5  
BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN  
2023/2024**

Nama Mahasiswa : **Novian Dwi Mukti**

Nomor Pokok Mahasiswa : **1913052047**

Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**

Jurusan : **Ilmu Pendidikan**

Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



Dosen Pembimbing I

**Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi**  
NIP 197907142003122001

Dosen Pembimbing II

**Dr. Eka Kurniawati, S.H., M.Pd.i.**  
NIP 231402730930201

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

**Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.**  
NIP 197412202009121002

**MENGESAHKAN**

**1. Tim Penguji**

**Ketua : Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi**




**Sekretaris : Dr. Eka Kurniawati, S.H., M.Pd.i.**



**Penguji : Dr. Mujiyati., M.Pd.**



**Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**  
  
**Prof. Dr. Sunyono, M.Si.**  
**NIP. 196512301991111001**

**Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 06 Juni 2024**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Novian Dwi Mukti  
NPM : 1913052047  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Ilmu Pendidikan  
Fakultas : Keguruan Ilmu Pendidikan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri pada Siswa Kelas X SMA 5 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2023/2024 " dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis yang diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila ternyata kelak di kemudian hari terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka saya akan bertanggung jawab sepenuhnya.

Bandar Lampung, 10 juni 2024

Pemberi pernyataan,



Novian Dwi Mukti

## RIWAYAT HIDUP



Peneliti Novian Dwi Mukti lahir di Tanjung Karang tanggal 22 November 2001, anak kedua dari 2 bersaudara dari pasangan Bapak Agus Supriadi dan Ibu Murjini

Pendidikan formal yang pernah ditempuh adalah:

1. SD Negeri 2 Sawah Brebes Jl. Dosomuko, Sawah Brebes, Kec. Tanjung Karang Timur, Kota Bandar Lampung, Lampung. Lulus pada tahun 2013.
2. SMP Kartika II-2 Bandar Lampung Jl. Kapten Pierre Tendean No. 4, Palapa, Kec. Tanjung Karang Pusat, Kota Bandar Lampung, Lampung. Lulus pada 2016
3. SMA Negeri 5 Bandar Lampung Jl. Soekarno-Hatta (By Pass), Waydadi Baru, Kec. Sukarame, Kota Bandar Lampung. Lulus pada tahun 2019

Pada tahun 2019 peneliti juga tercatat sebagai mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung Program Studi Bimbingan dan Konseling melalui jalur SBMPTN

Pada Tahun 2022 peneliti melaksanakan program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kelurahan Gunung Mas, Kecamatan Teluk Betung Selatan, Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung dan Pengenalan Lingkungan Persekolahan (PLP) di SMA Negeri 8 Bandar Lampung.



## **MOTTO**

**“Selalu ada cahaya bagi orang yang ingin melihat”**

**-Ali bin Abi Thalib**

**“Ing Madyo Mbangun Karyo”**

**-Ki Hajar Dewantar**

**“Enjoy the moment”**

**-Justinus Lhaksana**

## **PERSEMBAHAN**

*Bismillaahirrahmaanirrahiim*

Segala puji syukur kehadirat Allah SWT. Yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, dan pertolongan-Nya. Dengan penuh rasa syukur atas terselesaikannya skripsi ini sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terimakasih yang tiada tara dengan segala kerendahan hati kupersembahkan karya kecil ini kepada :

Ayahanda Agus Supriadi dan ibunda Murjini

Yang telah senantiasa mendidik dengan sabar, memberi kasih sayang, banting tulang demi kebahagiaan dan kemajuan anak-anaknya, dan tanpa lelah sudah mendukung semua keputusan dan pilihan dalam hidup saya serta tidak pernah putus mendoakan saya.

Kakakku tersayang

Asih Resti Larasati

Yang selalu memberikan semangat, bantuan, dan dukungan penuh atas cita-citaku agar dapat bermanfaat bagi orang lain.

Keluarga Besar BK 2019

Almamater tercinta Universitas Lampung.

## SANWACANA

Puji syukur kehadirat Allah SWT. Yang telah melimpahkan segala nikmat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik sosiodrama dalam Meningkatkan Rasa percaya Diri Pada Siswa SMAN 5 Bandar Lampung”. Adapun skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.

Penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan atas bantuan dan kerja sama berbagai pihak, maka perkenankan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani, D.E.A.,I.P.M selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Bapak Prof. Dr. Sunyono, M.Si. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Si. selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Ibu Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A. Psi., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung. Serta selaku dosen pembimbing utama yang memberikan bimbingan dan arahan yang bermakna sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan
5. Ibu Dr. Eka Kurniawati, S.H., M.Pd.i selaku dosen pembimbing II, kini setelah masa perjuangan itu berlalu, saya bersyukur menjadi salah satu bimbinganmu. Sekali lagi kuucapkan terima kasih untuk semua kritikan dan tuntunan yang telah ibu berikan.
6. Ibu Dr. Mujiyati, M.Pd. yang telah memberikan bimbingan dan arahan yang bermakna sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila, terimakasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama masa perkuliahan.
8. Dra. Hj. Hayati Nufus, M.Pd. Sebagai Kepala Sekolah SMAN 5 Bandar Lampung dan Ibu Galuh Chyndia Putri, S.Pd. selaku Guru Bimbingan dan

Konseling. Serta seluruh staff tata usaha dan dewan guru yang telah berkenan memberikan izin dan bersedia membantu penulis dalam mengadakan penelitian ini.

9. Siswa-siswi SMAN 5 Bandar Lampung terutama kelas XE 3 tahun ajaran 2023/2024 yang telah bersedia untuk menjadi subjek dalam mengadakan penelitian ini.
10. Teruntuk Annisa Nurfadhilah, seseorang yang telah menemani, membantu, mendorong dan memotivasi penulis dengan tulus dalam menyelesaikan skripsi ini terima kasih banyak kusampaikan.
11. Teruntuk BK Boys 2019 terima kasih atas waktu dan berbagai kenangan dan pengalaman yang telah terlewati yang tidak dapat tergantikan.. Semoga kita dapat selalu kebersamai kedepannya.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam kelancaran menyelesaikan skripsi ini secara langsung maupun tidak langsung.

Bandar Lampung, 10 Juni 2024

Peneliti,



Novian Dwi Mukti

## DAFTAR ISI

|  | <b>Halaman</b> |
|--|----------------|
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....  | vi             |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....   | vii            |
| <b>DAFTAR LAMPIRA</b> .....  | viii           |
| <b>I. PENDAHULUAN</b> .....  | <b>1</b>       |
| 1.1 Latar Belakang .....   | 1              |
| 1.2 Identifikasi Masalah .....   | 5              |
| 1.3 Rumusan Masalah .....  | 6              |
| 1.4 Tujuan Dan Manfaat Penelitian.....   | 6              |
| 1.5 Kerangka Berpikir .....  | 7              |
| 1.6 Hipotesis .....  | 8              |
| <b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....  | <b>9</b>       |
| 2.1 Percaya Diri .....   | 9              |
| 2.1.1 Pengertian Percaya Diri.....   | 9              |
| 2.1.2 Ciri-ciri Percaya Diri .....   | 11             |
| 2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Percaya diri siswa.....  | 12             |
| 2.1.4 Mengembangkan Percaya Diri .....   | 13             |
| 2.2 Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama .....   | 14             |
| 2.2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok .....  | 14             |
| 2.2.2 Tujuan Bimbingan Kelompok .....  | 16             |
| 2.2.3 Fungsi Bimbingan Kelompok .....  | 17             |
| 2.2.4 Asas-Asas Bimbingan Kelompok .....   | 17             |
| 2.2.5 Komponen Bimbingan Kelompok .....  | 18             |
| 2.2.6 Tahapan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.....  | 20             |
| 2.2.7 Teknik Sociodrama.....   | 21             |
| 2.2.8 Tujuan Sociodrama.....   | 22             |
| 2.2.9 Manfaat Sociodrama.....  | 23             |
| 2.2.10 Kelebihan dan Kekurangan Teknik Sociodrama.....   | 24             |
| 2.2.11 Langkah – Langkah Melaksanakan Sociodrama .....   | 25             |
| 2.3 Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama Untuk<br>Meningkatkan Percaya Diri Siswa ..... | 26             |
| 2.4 Penelitian Terdahulu.....  | 2              |

|  |           |
|--|-----------|
| <b>III. METODOLOGI PENELITIAN.....</b>   | <b>30</b> |
| 3.1 Tempat dan Waktu Penelitian .....  | 30        |
| 3.2 Metode Penelitian .....  | 30        |
| 3.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....   | 31        |
| 3.3.1 Populasi.....  | 32        |
| 3.3.2 Sampel Penelitian.....   | 32        |
| 3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....   | 33        |
| 3.4.1 Variabel Penelitian.....   | 33        |
| 3.4.2 Definisi Operasional .....   | 33        |
| 3.5 Teknik Pengumpulan Data.....   | 34        |
| 3.5.1 Skala Percaya Diri.....  | 34        |
| 3.6 Pengujian Instrumen Penelitian .....   | 37        |
| 3.6.1 Uji Validitas .....  | 37        |
| 3.6.2 Uji Reliabilitas .....   | 39        |
| 3.7 Teknik Analisis Data.....  | 41        |
| 3.7.1 Uji Normalitas.....  | 41        |
| 3.7.2 Uji Wilcoxon.....  | 42        |
| <b>IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>   | <b>45</b> |
| 4.1 Hasil Penelitian .....   | 45        |
| 4.1.1 Gambaram Hasil Pra Bimbingan Kelompok .....  | 45        |
| 4.1.2 Deskripsi Data Pretest.....  | 46        |
| 4.1.3 Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok.....   | 47        |
| 4.2.2 Deskripsi Hasil Dari Setiap Pertemuan Layanan Bimbingan<br>Kelompok .....  | 51        |
| 4.2.3 Data Skor Subjek Sebelum (Pretest) dan sesudah (Postest)<br>Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama... 56 |           |
| 4.3 Analisis Data Hasil Penelitian.....  | 57        |
| 4.4 Uji Hipotesis.....   | 65        |
| 4.5 Pembahasan.....  | 66        |
| <b>V. KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>  | <b>68</b> |
| 5.1 Kesimpulan .....   | 68        |
| 5.2 Saran .....  | 68        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>  | <b>75</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>   | <b>78</b> |

## DAFTAR TABEL

| <b>Tabel</b>  | <b>Halaman</b> |
|---|----------------|
| 1. Kategori jawaban Skala Percaya Diri .....                                | 35             |
| 2. Nomor Indikator Skala Percaya Diri.....                                  | 36             |
| 3. Nilai Interval Kriteria Rasa Percaya Diri .....                          | 37             |
| 4. Hasil Uji Validitas.....   | 39             |
| 5. Kriteria Reliabilitas .....  | 40             |
| 6. Hasil Perhitungan Reliabilitas.....                                      | 40             |
| 7. Hasil Uji Normalitas .....   | 41             |
| 8. Kriteria Rasa Percaya Diri .....   | 45             |
| 9. Data Hasil <i>Pretest</i> .....  | 46             |
| 10. Jadwal Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok .....                     | 47             |
| 11. Data <i>Posttest</i> Setelah Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok ..... | 55             |
| 12. Deskripsi Tiap Pertemuan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama .....     | 58             |
| 13. Tabel Hasil Uji Wilcoxon .....  | 64             |

## DAFTAR GAMBAR

| <b>Gambar</b>                                      | <b>Halaman</b> |
|--|----------------|
| 1. Kerangka Pikir Penelitian .....                 | 9              |
| 2. Pola The One Group Pretest and Posttest.....    | 31             |
| 3. Grafik Peningkatan skor rasa percaya diri ..... | 57             |



## DAFTAR LAMPIRAN

| <b>Lampiran</b>   | <b>Halaman</b> |
|---|----------------|
| 1. Skala Rasa Percaya Diri Sebelum Dilakukan Uji Validitas..... | 75             |
| 2. Skala Rasa Percaya Diri Sesudah Dilakukan Uji Validitas..... | 79             |
| 3. Hasil Hitung Uji Validitas Ahli.....                         | 85             |
| 4. Surat Izin Penelitian.....                                   | 87             |
| 5. Panduan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama.....    | 88             |
| 6. Lembar Kesedian Siswa.....                                   | 113            |
| 7. Lembar Evaluasi dan Refleksi Siswa.....                      | 121            |
| 8. Dokumentasi Kegiatan.....                                    | 129            |

## I. PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja adalah salah satu fase masa yang akan dilalui setiap individu, pada dasarnya di masa remaja seorang individu akan melakukan transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Masa itu biasa disebut juga masa yang menjembatani sebelum masuknya masa dewasa bagi setiap individu, Rice (Gunarsa, 2004) masa remaja adalah masa peralihan, ketika individu tumbuh dari masa anak-anak menjadi individu yang memiliki kematangan.

Pengertian remaja menurut Santrock (2003) bahwa remaja (*adolescence*) diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Jadi di masa remaja ini setiap individu akan mengalami beragam perubahan. Perubahan-perubahan tersebut akan mengundang berbagai persoalan bagi setiap remaja apabila seorang individu tidak dapat memaksimalkan potensi yang ia miliki dengan baik, individu akan menghadapi kesulitan di dalam fase perkembangan remaja ini. Setiap individu yang berada di fase remaja ini berharap mengalami perkembangan dan pertumbuhan yang baik agar dapat memahami potensi yang di milikinya, dan salah satu hal yang penting untuk dapat memahami potensi dirinya tersebut, seorang remaja harus memiliki kepercayaan terhadap dirinya. Rasa percaya diri menurut Hakim (Hakim, 2005) adalah suatu keyakinan terhadap segala aspek yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Jadi orang yang percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Faktor yang krusial bagi seseorang adalah kepercayaan diri sebab kepercayaan diri merupakan salah satu unsur penting dari kepribadian kehidupan serta membentuk karakteristik remaja, namun kepercayaan diri seseorang tidak terbentuk dan berkembang dengan sendirinya, melainkan harus melalui proses perkembangan dalam dirinya (Ghufron & Risnawita 2012). Sedangkan menurut Lauster (Lauster, 2003) rasa percaya diri dapat diajarkan dan ditanamkan melalui pendidikan, sehingga upaya meningkatkan dan membentuk rasa percaya diri dapat dilakukan dengan berbagai cara.

Berdasarkan dari beberapa pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa percaya diri sangat amat penting bagi seorang individu, namun percaya diri bukan lah sifat yang diwariskan melainkan dibentuk, diperoleh dan dikembangkan melalui proses belajar. Ketika individu melakukan interaksi dengan lingkungannya.

Percaya diri adalah salah satu aspek dari kepribadian yang dimiliki seorang individu dan itu sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki harapan yang realistis, bahkan jika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap dapat berpikiran positif dan dapat menerimanya. Beberapa orang tidak menyadari kesulitan yang signifikan dalam melakukan tugas sehari-hari yang dapat ditimbulkan oleh rasa percaya diri yang rendah. Sikap seseorang yang menunjukkan dirinya tidak percaya diri antara lain, Ketika berbuat sesuatu yang penting dan penuh tantangan selalu dihadapi dengan keragu-raguan, mudah cemas, tidak yakin, cenderung menghindari, tidak punya inisiatif, mudah patah semangat, tidak berani tampil di depan orang banyak, dan gejala kejiwaan lain yang menghambat seseorang untuk melakukan sesuatu.

Seorang remaja harus memiliki rasa percaya diri agar dapat menggali potensi yang ada pada dirinya, percaya diri seorang remaja dapat membuat dirinya semakin yakin dan berani dalam mencoba hal-hal baru dimana perubahan dan perkembangan itu terjadi di masa remaja sebab dimasa ini

lah transisi seorang individu dari masa anak-anak menuju dewasa. dalam lingkungan remaja terutama di saat remaja melakukan proses belajar di sekolahnya remaja harus dapat berkomunikasi dengan baik dengan teman sebaya maupun guru, tidak malu dan takut menyampaikan pendapatnya, dan tidak ragu dalam mengambil keputusan, hal tersebut dapat dilakukan dengan baik ketika siswa memiliki percaya diri yang baik yang mana bertujuan agar seorang individu dapat mengetahui tentang dirinya, mempunyai keyakinan yang ada pada dirinya dan memiliki keberanian untuk mengeluarkan potensi yang dimiliki pada dirinya secara optimal agar siswa dapat mencapai prestasi.

Dari hasil studi pendahuluan yang dihasilkan dari observasi dan wawancara pada Guru BK di SMAN 5 Bandar Lampung masih terdapat siswa yang memiliki Percaya diri yang rendah seperti kurang bisa berkomunikasi dengan baik dengan teman sebaya, tidak berani ketika guru menyuruh murid menjawab soal, tidak berani bicara di depan kelas, malu untuk mengungkapkan pendapatnya, dan mudah putus asa dalam menghadapi sesuatu masalah dan apabila hal ini tidak segera diatasi maka akan menyebabkan masalah yang dihadapi oleh siswa apabila dibiarkan tanpa ada upaya pasti dapat menghambat perkembangannya bisa berpengaruh bagi kehidupannya kelak. Untuk itu perlu adanya penanganan khusus agar masalah tersebut tidak terjadi. Apabila hal tersebut terus dibiarkan maka dapat menimbulkan masalah. Berupa masalah individu maupun kelompok. Masalah individu misalnya, siswa yang tidak mempunyai rasa percaya diri akan sulit mengembangkan dirinya menjadi lebih baik, siswa terus berada dalam ketidaknyamanan karena ia tidak dapat mengungkapkan apa yang tidak disukainya, dapat pula mengalami gangguan stress karena banyaknya masalah yang tidak dapat diungkapkan dan diselesaikan. Pada masalah kelompok, dapat menyebabkan suasana kelompok menjadi tidak kondusif, tidak kompak dan adanya kecemburuan sosial ataupun perpecahan karena tidak bisa memperjuangkan hak-hak dengan cara yang benar atau dengan melanggar dan/atau merugikan hak-hak orang lain.

Berdasarkan fenomena tersebut, diperlukan solusi yang dapat digunakan sebagai penyelesaian. Dalam hal ini, peneliti menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa Kelas X SMAN 5 Bandar Lampung. Penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dirasa dapat memberikan pengaruh terhadap rasa percaya diri siswa. Alasan pemilihan layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan kelompok mengedepankan asas-asas dan dinamika kelompok yang membantu perkembangan percaya diri siswa. Pengertian bimbingan kelompok menurut Romlah (Romlah, 2001) adalah salah satu teknik bimbingan yang ditujukan untuk membantu individu mencapai perkembangan yang optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, dan nilai-nilainya dan dilakukan dalam situasi kelompok. Sedangkan pendapat lain yang didefinisikan Winkel & Hastuti (2004) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok adalah kegiatan kelompok diskusi yang menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing individu-individu dalam kelompok, serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna aneka tujuan yang bermakna bagi para partisipan. dari pernyataan ahli di atas juga selaras dengan tujuan umum layanan bimbingan kelompok yang sesuai dengan arah penelitian yaitu berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi dalam hal ini meningkatkan rasa percaya diri, fungsi layanan bimbingan kelompok sesuai dengan arah penelitian yaitu pemahaman dan pengembangan. Dengan bimbingan kelompok, siswa akan belajar bagaimana terlibat aktif dalam kelompok, berpendapat dengan jujur dan terbuka, menghargai pendapat orang lain, tidak memaksakan kehendak dan menyampaikan maksud dan tujuan dengan cara yang baik. Hal-hal tersebut melatih siswa untuk dapat percaya diri.

Selain itu didalam layanan bimbingan kelompok terdapat banyak strategi untuk pelaksanaannya salah satunya dengan menggunakan teknik sosiodrama yang merupakan alternatif dari strategi bimbingan dan konseling. Pemilihan teknik sosiodrama sesuai dengan arah penelitian

yaitu bertujuan untuk membantu dalam meningkatkan rasa percaya diri individu dan juga menyadari pentingnya percaya pada kemampuan diri sendiri agar dapat memahami potensi yang dimiliki dan juga mencapai tujuan hidupnya dengan baik. Menurut Ratna (Ratna, 2013) menyebutkan teknik sosiodrama adalah teknik bermain peran dalam rangka untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan interpersonal yang dilakukan dalam kelompok. Sedangkan pendapat lain menurut (Winkel & Hastuti, 2004) sosiodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang lain, tingkat konflik-konflik yang dialami dalam pergaulan sosial. Kegiatan sosiodrama dapat dilaksanakan bila sebagian besar anggota kelompok menghadapi masalah sosial yang hampir sama, atau bila ingin melatih dan mengubah sikap-sikap tertentu. Dengan demikian melalui teknik sosiodrama individu akan dilatih bagaimana dapat percaya diri dengan cara memainkan peran tertentu sehingga terasa lebih nyata. Oleh karena itu, dalam penelitian ini peneliti merumuskan judul yaitu **“Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama dalam meningkatkan rasa percaya diri Siswa Kelas X SMA Negeri 5 bandarlampung Tahun Ajaran 2023/2024.”**

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan observasi dan wawancara awal yang telah dilakukan dengan Guru BK SMAN 5 Bandar Lampung, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang muncul antara lain:

- a. Terdapat siswa yang tidak berani untuk berbicara di depan umum.
- b. Terdapat siswa yang masih terpengaruh dalam mengambil Keputusan
- c. Terdapat siswa yang mudah putus asa dalam menghadapi suatu masalah.
- d. Terdapat siswa yang malu untuk mengungkapkan pendapatnya.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut: apakah layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat berpengaruh dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas X SMAN 5 Bandar Lampung tahun ajaran 2023/2024

### **1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok Teknik sosiodrama dalam meningkatkan percaya diri siswa kelas x di SMAN 5 Bandar Lampung pada tahun ajaran 2023/2024

#### **1.4.2 Manfaat Penelitian**

Diharapkan penelitian ini dapat berguna secara teori maupun praktik yaitu:

- a. Secara teoritis, penelitian ini dapat mengembangkan konsep ilmu pendidikan, khususnya pada bimbingan dan konseling tentang pengaruh bimbingan kelompok menggunakan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dalam meningkatkan percaya diri siswa kelas X SMAN 5 Bandar Lampung.
- b. Secara Praktis, Penelitian ini dapat memberikan masukan informasi dan pemikiran bagi orang tua, guru serta siswa mengenai seberapa besar pengaruh bimbingan kelompok teknik sosiodrama dalam meningkatkan percaya diri pada siswa. Dengan adanya informasi tersebut, diharapkan guru dapat lebih memperhatikan siswa yang memiliki tingkat percaya diri yang rendah dalam menempuh pendidikan sehingga dapat menyadari manfaat pentingnya peran BK disekolah, sehingga pelaksanaan layanan bimbingan konseling akan lebih efektif dan optimal.

### **1.5 Kerangka Pemikiran**

Kepercayaan Diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting di kehidupan yang dimiliki oleh semua individu. Sebagai remaja rasa percaya diri sangat berguna bagi perkembangan dan pertumbuhan remaja dimana remaja harus bisa percaya akan kemampuan dirinya dalam menghadapi persoalan yang ada pada dirinya dan lingkungannya. Pendapat itu juga senada dengan yang dikemukakan Santrock, bahwa pada masa remaja menurut (Santrock, 2003) terjadi transisi perkembangan yang meliputi perubahan dalam dirinya, seperti perubahan biologis, sosio-emosional, dan kognitif. Dalam masa ini remaja dituntut dapat menyesuaikan diri dengan perubahan agar perkembangannya dapat berjalan dengan baik, untuk mencapai perkembangan yang baik remaja diharuskan memiliki kepercayaan diri, yaitu percaya akan potensi dan kemampuannya sendiri.

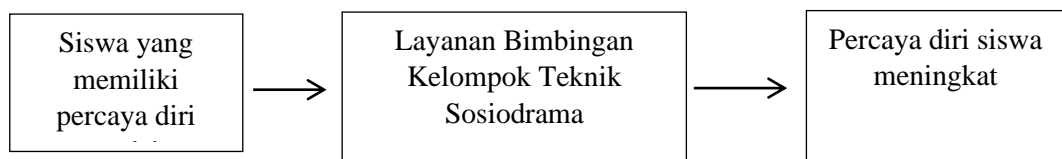
Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang dimiliki seseorang yang mana hal tersebut penting dimiliki bagi seorang siswa karena dengan percaya diri siswa dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya. Menurut Ghufroon & Risnawita faktor yang krusial bagi seseorang adalah kepercayaan diri dikarenakan kepercayaan diri (Ghufroon & Risnawita, 2012) merupakan salah satu unsur penting dari kepribadian kehidupan serta membentuk karakteristik remaja, namun kepercayaan diri seseorang tidak terbentuk dan berkembang dengan sendirinya, melainkan harus melalui proses perkembangan dalam dirinya. Dalam upaya meningkatkan percaya diri siswa dapat dilakukan dengan berlatih dan terus belajar, dalam proses berlatih dan belajar untuk meningkatkan rasa percaya diri seorang individu dapat menggunakan bimbingan kelompok hal tersebut dikarenakan didalam pelaksanaan bimbingan kelompok semua anggota kelompok akan memberikan pendapatnya terkait suatu hal yang dibahas dimana dalam dinamika tersebut semua anak dituntut berbicara memberikan pendapatnya yang mana hal ini dirasa membuat individu bisa percaya diri.



Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan konseling, menurut Prayitno (2009) Bimbingan Kelompok adalah suatu aktivitas yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Didalam bimbingan kelompok para siswa dapat diajak untuk bersama-sama mengemukakan pendapat tentang sesuatu dan membicarakan topik-topik penting, megembangkan nilai-nilai tentang hal tersebut dan mengembangkan Langkah-langkah bersama untuk menangani permasalahan yang dibahas dalam kelompok. Dapat dipahami bahwa pada proses layanan bimbingan kelompok siswa dituntut harus dapat mengemukakan pendapatnya dengan dilakukannya bimbingan kelompok dapat melatih kepercayaan diri siswa yang mana selaras dengan tujuan peneliti yaitu meningkatkan rasa percaya diri siswa.

Jadi dapat dipahami bahwa Bimbingan kelompok merupakan kegiatan pemberian bimbingan kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun , merencanakan, dan mengambil keputusan yang tepat melalui informasi yang diberikan didalamnya dengan membahas suatu topik yang ditentukan ataupun khusus. Dalam pelayanan bimbingan kelompok ada beberapa salah satunya teknik sosiodrama, dipenelitian ini peneliti menggunakan Teknik sosiodrama yang mana merupakan salah satu pilihan dari strategi bimbingan dan konseling yang bisa di gunakan saat pelaksanaan bimbingan kelompok.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa percaya diri pada siswa haruslah di tingkatkan agar dapat membantu siswa untuk memilih pilihan yang ada di hidupnya. Layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik Sosiodrama dirasa cukup efektif dan efisien digunakan dalam meningkatkan rasa percaya diri pada diri siswa.



**Gambar 1.1** Kerangka Pikir Penelitian

## 1.6 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara terhadap rumusan masalah atau sub masalah yang diajukan oleh peneliti dan dijabarkan melalui landasan teori dan masih harus diuji kebenarannya melalui data yang terkumpul peneliti ilmiah. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

Ho :Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama tidak dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas X di SMAN 5 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2023/2024

Ha :Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas X di SMAN 5 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2023/2024

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1 Percaya Diri

#### 2.1.1 Pengertian Percaya Diri

Percaya diri dalam bahasa Inggris disebut juga *self confidence*. Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang dimiliki seseorang yang mana cukup berperan penting dalam diri seseorang tersebut, rasa percaya diri yang dimiliki individu dapat diperoleh dari pengalaman yang telah dilalui dalam kehidupan bukan semata-merta sifat yang di turunkan dari lahir. Pendapat ini senada seperti yang dikemukakan Lauster, rasa percaya diri bukan merupakan sifat yang diturunkan (bawaan) melainkan diperoleh dari pengalaman hidup, serta dapat diajarkan dan ditanamkan melalui pendidikan, sehingga upaya-upaya tertentu dapat dilakukan guna membentuk dan meningkatkan rasa percaya diri (Lauster, 2003). Terciptanya rasa percaya diri yang tinggi pada setiap individu adalah hasil dari suatu proses belajar bagaimana individu merespon berbagai rangsangan yang berasal dari luar dirinya melalui interaksi dengan lingkungannya.

Percaya diri (*self confidence*) menurut Patmonodewo (Tanjung & Amelia, 2017) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk melakukan sesuatu atau menunjukkan penampilan tertentu. Pendapat lain yang didefinisikan Lauster tentang kepercayaan diri menurut (lauster, 2003) adalah merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan

dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Dapat disimpulkan dari beberapa ahli di atas bahwasanya percaya diri atau *self confidence* adalah percaya akan kemampuan diri sendiri, hal ini sangatlah penting bagi setiap individu dikarenakan dengan adanya rasa percaya diri, individu dapat lebih mudah berinteraksi dilingkungan sosialnya tanpa merasa takut, cemas ataupun malu dan juga individu yang percaya diri memiliki kesempatan besar dalam dorongan untuk memiliki prestasi dan tau kapasitasnya dirinya. Dengan begitu, remaja dapat mencapai perkembangan dalam hidupnya dengan baik dikarenakan memiliki rasa percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya.

### **2.1.2 Ciri-Ciri Percaya Diri**

Individu yang memiliki rasa percaya diri adalah percaya atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki sifat yang optimis tetapi beberapa orang kurang menyadari bahwa jika rendahnya percaya diri yang dimiliki seorang individu dapat menimbulkan masalah besar dalam menjalankan kegiatan sehari-hari. Percaya diri yang baik dari seorang individu dapat diidentifikasi dari tanda-tanda atau ciri-ciri yang ada dalam diri individu tersebut untuk dapat menentukan individu tersebut memiliki percaya diri atau tidak. Menurut Lauster (Safitri, 2010) ciri-ciri orang yang mempunyai rasa percaya diri yaitu:

#### **a. Percaya pada kemampuan sendiri**

Suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut. Kemampuan adalah potensi yang dimiliki seseorang untuk meraih atau dapat diartikan sebagai bakat, kreativitas, kepandaian, prestasi, kepemimpinan dan lain-lain yang dipakai untuk mengerjakan sesuatu.

Kepercayaan atau keyakinan pada kemampuan yang ada pada diri seseorang adalah salah satu sifat orang yang percaya diri. Apabila orang

yang percaya diri telah meyakini kemampuan dirinya dan sanggup untuk mengembangkannya, rasa percaya diri akan timbul bila kita melakukan kegiatan yang bisa kita lakukan. Artinya keyakinan dan rasa percaya diri itu timbul pada saat seseorang mengerjakan sesuatu dengan kemampuan yang ada pada dirinya.

b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan

Dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu untuk meyakini tindakan yang diambil.

Individu terbiasa menentukan sendiri tujuan yang bisa dicapai, tidak selalu harus bergantung pada orang lain untuk menyelesaikan masalah yang ia hadapi. Serta mempunyai banyak energi dan semangat karena mempunyai motivasi yang tinggi untuk bertindak mandiri dalam mengambil keputusan seperti yang ia inginkan dan butuhkan.

c. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri

Adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri sendiri. Sikap menerima diri apa adanya itu akhirnya dapat tumbuh berkembang sehingga orang percaya diri dan dapat menghargai orang lain dengan segala kekurangan dan kelebihanannya.

Seseorang yang memiliki rasa percaya diri, jika mendapat kegagalan biasanya mereka tetap dapat meninjau kembali sisi positif dari kegagalan itu. Setiap orang pasti pernah mengalami kegagalan baik kebutuhan, harapan dan cita-citanya. Untuk menyikapi kegagalan dengan bijak diperlukan sebuah keteguhan hati dan semangat untuk bersikap positif.

d. Berani mengungkapkan pendapat

Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengungkapan tersebut. Individu dapat

berbicara di depan umum tanpa adanya rasa takut, berbicara dengan memakai nalar dan secara fasih, dapat berbincang-bincang dengan orang dari segala usia dan segala jenis latar belakang. Serta menyatakan kebutuhan secara langsung dan terusterang, berani mengeluh jika merasa tidak nyaman dan dapat berkampanye didepan orang banyak.

### **2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Percaya Diri Siswa**

Percaya diri sangat penting bagi setiap individu dalam menjalankan kehidupannya. Rasa percaya diri menjadi faktor penting bagi setiap individu untuk memiliki sikap percaya pada kemampuan diri yang akan membuat setiap individu mampu melakukan hubungan dengan sosialnya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri menurut Thursan Hakim (Tanjung & Amelia, 2017) adalah:

- a. Bentuk fisik yang bagus dan profesional tentu akan membuat seseorang merasa lebih percaya diri karena terlihat baik oleh orang lain.
- b. Bentuk wajah merupakan daya tarik setiap orang tergantung pada banyak hal, salah satunya adalah wajah. Wajah yang rupawan atau *good looking*, membuat kepercayaan diri seseorang menjaddi jauh lebih tinggi.
- c. Status ekonomi yang menengah atau lemah bisa mempengaruhi kepercayaan diri seseorang.
- d. Pendidikan dan kemampuan yang baik akan memberikan kepercayaan diri pada seseorang
- e. Penyesuaian diri akan kemampuan seseorang yang kurang ramah atau tidak fleksibel dalam bergaul berpengaruh pada kepercayaan diri seseorang.
- f. Kebiasaan gugup dan gagap yang dipupuk sejak kecil akan membuat seseorang menjadi tidak percaya diri.
- g. Keluarga seperti anak yang kurang merasa terbuang dan tersingkir dari keluarga akan merasa kurang percaya diri.

### **2.1.4 Mengembangkan Percaya Diri**

Percaya diri artinya adalah percaya pada kemampuan diri sendiri, kepercayaan diri tidak semata-mata diturunkan dari lahir namun didapat dari pengalaman hidup yang dialami setiap individu, kepercayaan diri ini dapat dikembangkan dan diajarkan melalui edukasi guna meningkatkan rasa percaya diri bagi individu.

Menurut Lindenfield (Tanjung & Amelia, 2017) ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam meningkatkan kepercayaan diri adalah sebagai berikut:

a. Cinta

Individu perlu dicintai tanpa syarat . Untuk perkembangan harga diri yang sehat dan langgeng, mereka harus merasa bahwa dirinya dihargai karena keadaan yang sesungguhnya, bukan yang seharusnya atau seperti yang diinginkan orang lain.

b. Rasa aman

Bila individu merasa aman, mereka akan mencoba mengembangkan kemampuannya dengan menjawab tantangan serta berani mengambil resiko yang menarik.

c. Model peran

Mengajar lewat contoh adalah cara yang paling efektif agar anak mengembangkan sikap dan keterampilan sosial untuk percaya diri Dalam hal ini peran orang lain sangat dibutuhkan untuk dijadikan contoh bagi individu untuk dapat mengembangkan rasa percaya.

d. Aku berpengetahuan luas

Setiap orang pasti memiliki kelebihan atau keunggulan. Untuk perlu menemukan kelebihan atau keunggulan pada diri kita dan kemudian mengembangkan dengan sungguh-sungguh. Jika berhasil akan meningkatkan kepercayaan diri.

e. Hubungan

Untuk mengembangkan rasa percaya diri terhadap segala hal individu perlu jelas mengalami dan bereksperimen dengan beraneka hubungan diri yang dekat dan akrab di rumah ataupun teman sebaya

f. Kesehatan

Untuk bisa menggunakan sebaik-baiknya kekuatan dan bakat membutuhkan energi yang cukup. Mempunyai kesehatan jasmani dan rohani yang baik Dalam masyarakat bisa dipastikan bahwa individu yang tampak sehat biasanya mendapatkan lebih banyak pujian, perhatian, dorongan moral dan bahkan kesempatan

g. Sumber daya

Sumber daya memberikan dorongan yang kuat karena dengan perkembangan kemampuan anak memungkinkan mereka memakai kekuatan tersebut untuk menutupi kelemahan yang mereka miliki

h. Dukungan

Individu membutuhkan dorongan dan pembinaan bagaimana menggunakan sumber daya yang mereka miliki. Dukungan juga merupakan faktor utama dalam membantu individu sembuh dari pukulan rasa percaya diri yang disebabkan karena oleh trauma, luka dan kekecewaan.

i. Upah dan hadiah

Upah dan hadiah juga merupakan proses mengembangkan rasa percaya diri agar menyenangkan dari usaha yang telah dilakukan.



## **2.2 Layanan Bimbingan Kelompok**

### **2.2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok adalah suatu pelaksanaan yang dilakukan dengan berkelompok dan juga memanfaatkan dinamika kelompok (Prayitno, 2009). Sedangkan pendapat lain menurut Yusuf (2006) bimbingan kelompok adalah layanan bantuan yang diberikan kepada siswa yang pelaksanaannya dalam situasi kelompok.

Bimbingan kelompok adalah salah satu dari beberapa layanan yang tersedia dari bimbingan konseling, bimbingan kelompok merupakan layanan yang diberikan untuk mencegah berkembangnya masalah yang dialami individu baik masalah pribadi, sosial, belajar maupun karir dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Bimbingan itu sendiri adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seseorang yang ahli kepada seseorang atau beberapa individu lainnya, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa agar seseorang yang di bimbingan dapat mengembangkan dirinya sendiri secara mandiri dengan cara memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma yang berlaku (Prayitno dan Erman Amti, 2004). Sedangkan, menurut Winkel & Hastuti menjelaskan bahwa bimbingan kelompok adalah (Winkel & Hastuti, 2004) suatu kegiatan kelompok diskusi yang membantu perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing individu dalam kelompok, serta meningkatkan kualitas kerjasama dalam kelompok untuk berbagai tujuan yang bermakna bagi individu tersebut dengan para pesertanya.

Dari beberapa pengertian menurut para ahli diatas dapat di simpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah salah satu layanan bantuan untuk siswa yang mengalami permasalahan yang sama dimana layanan ini diberikan oleh sebuah guru BK (konselor) pada beberapa individu tau sebuah kelompok baik untuk menyelesaikan permasalahan yang menyangkut pribadi, sosial, belajar, maupun karir, yang mana dalam

sebuah prosesnya memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan tertentu.

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok para anggota kelompok diharuskan mengemukakan pendapatnya masing-masing tentang suatu topik yang dibahas dalam diskusi tersebut, bertujuan mengembangkan dan mengetahui langkah-langkah mengenai penanganan permasalahan yang sedang dibahas didalam kelompok. Dapat dipahami bahwa bimbingan kelompok merupakan pemberian bantuan berupa informasi dan pencegahan terjadinya masalah pada individu yang memiliki permasalahan yang sama dengan memanfaatkan dinamika kelompok oleh seorang guru atau konselor.

### **2.2.2 Tujuan Bimbingan Kelompok**

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pasti mempunyai tujuan yang ingin dicapai, dengan adanya tujuan pada layanan bimbingan kelompok akan meningkatkan kesempatan kesuksesan yang akan dicapai pada saat pelaksanaan bimbingan kelompok. Tujuan bimbingan kelompok menurut Prayitno adalah (Prayitno, 2009) Tujuan bimbingan kelompok dibagi menjadi dua bagian, tujuan bimbingan kelompok umum dan tujuan bimbingan kelompok khusus.

#### **a. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi anggota kelompok. melalui layanan bimbingan kelompok hal-hal mengganggu atau menghimpit perasaan yang di ungkapkan, diringankan berbagai melalui cara dan dinamika melalui berbagai masukan dan tanggapan baru. Selain bertujuan sebagaimana Bimbingan Kelompok, juga bermaksud mengentaskan masalah klien dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

b. Tujuan Khusus

Bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu. Melalui dinamika kelompok yang intensif, Pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap menunjang di wujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi verbal maupun non verbal di tingkatkan

Disimpulkan dari pendapat ahli tersebut menunjukkan bahwa bimbingan kelompok selain bertujuan untuk memberikan informasi bersifat eksklusif dan vokasional, namun juga bertujuan untuk melakukan tindak kegiatan preventif agar tidak terjadinya masalah dan mengembangkan diri anggota kelompok dengan melatih kemampuan sosialisasi, simpati-empati serta melatih rasa percaya diri yang bersifat pada pengembangan potensi individu.

### **2.2.3 Fungsi Bimbingan Kelompok**

Layanan bimbingan kelompok memiliki fungsi yang penting dalam membantu siswa dalam mengembangkan dan mengatasi persoalan-persoalan yang dihadapi oleh siswa dan juga meningkatkan pemahaman tentang dirinya. hal tersebut juga senada dengan yang dikemukakan oleh beberapa ahli dibawah ini. Ada beberapa fungsi dari layanan bimbingan kelompok (Prayitno, 2009) adalah sebagai berikut:

- a. Memberi kesempatan yang luas untuk pendapat dan memberikan tanggapan tentang berbagai hal yang terjadi di lingkungan sekitar.
- b. Mempunyai pemahaman yang efektif, objektif, tepat dan cukup luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan.
- c. Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan sendiri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok.

- d. Melaksanakan kegiatan-kegiatan yang nyata dan langsung untuk menumbuhkan hasil sebagaimana apa yang mereka programkan semula.

Menurut Sukardi (Apriatama, 2018) layanan bimbingan kelompok memiliki tiga fungsi, yaitu fungsi informatif, pengembangan, dan fungsi preventif dan kreatif. Pendapat lain yang didefinisikan oleh Mugiharso (2011) adalah bahwa fungsi utama bimbingan yang didukung oleh layanan bimbingan kelompok ialah fungsi pemahaman dan pengembangan.

Dapat disimpulkan berdasarkan pendapat beberapa ahli tersebut bahwa fungsi utama pada layanan bimbingan kelompok yaitu befokus pada fungsi pemahaman, fungsi pengembangan dan fungsi preventif bagi peserta didik.

#### **2.2.4 Asas- asas Bimbingan Kelompok**

Dalam bimbingan kelompok pada pelaksanaannya terdapat asas-asas yang harus dipegang dan dipatuhi bagi konselor maupun konseli dimana asas-asas ini adalah bertujuan untuk memperlancar jalannya pelaksanaan dan keberhasilan kegiatan bimbingan kelompok sehingga dapat mencapai hasil yang diinginkan.

Didalam bimbingan kelompok terdapat beberapa asas diantaranya asas kesukarelaan, asas kerahasiaan, asas keterbukaan, asas kenormatifan, dan asas kekinian (Prayitno, 2009)

Asas-asas yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok:

- a. Asas kesukarelaan yaitu asas yang menghendaki para peserta kelompok untuk dapat secara sukarela dalam menjadi peserta didik/klien dengan tanpa adanya paksaan untuk mengikuti kegiatan yang diperuntukan baginya.
- b. Asas kerahasiaan yaitu asas yang menuntut semua yang terlibat dalam kelompok untuk dapat merahasiakan apa saja yang terjadi di dalam

diskusi, terutama hal-hal yang tidak dapat dan layak di ketahui orang lain.

- c. Asas keterbukaan yaitu yang mana setiap anggota kelompok memperbolehkan untuk terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
- d. Asas Kenormatifan yaitu para peserta kelompok dapat semua hal yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.
- e. Asas Kekinian yaitu memilih topik atau materi yang dibahas bersifat aktual dan hal-hal yang terjadi sekarang. Hal-hal yang akan datang direncanakan dengan kondisi sekarang.

### **2.2.5 Komponen dalam Layanan Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok memiliki komponen-komponen yang mempengaruhi jalannya layanan bimbingan kelompok, yang mana komponen ini tidak dapat dipisahkan dikarenakan kegiatan bimbingan kelompok tidak dapat berjalan tanpa adanya dua komponen tersebut.

Menurut prayitno terhadap komponen layanan adalah (Prayitno, 2009) menjelaskan bahwa dalam komponen bimbingan kelompok yaitu pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

#### **a. Pemimpin Kelompok**

Pemimpin Kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Sebagaimana jenis layanan konseling lainnya, konselor memiliki keterampilan khusus menyelenggarakan bimbingan kelompok secara khusus, PK diwajibkan menghidupkan dinamika kelompok antara semua peserta yang mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dalam bimbingan kelompok.

#### **b. Anggota Kelompok**

Tidak semua kumpulan atau individu dapat di jadikan anggota bimbingan kelompok. Untuk terselenggaranya bimbingan kelompok seorang konselor harus membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki sebuah persyaratan sebagaimana tersebut di atas. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok) dan homogenitas anggota kelompok dapat dipengaruhi kinerja kelompok. Sebaiknya jumlah kelompok tidak terlalu besar dan tidak terlalu kecil. Kekurang efektifitas kelompok akan terasa jika jumlah kelompok melebihi sepuluh orang.

Dengan demikian dapat disimpulkan dua komponen tersebut tidak dapat dipisahkan dalam kegiatan bimbingan kelompok. Komponen tersebut adalah pemimpin kelompok dan anggota kelompok, dua komponen itu harus ada sebelum melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok merupakan individu yang akan memimpin jalannya bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok ini adalah individu yang sudah terlatih menyelenggarakan praktik konseling khususnya bimbingan kelompok. Sedangkan anggota kelompok adalah individu yang akan mengikuti jalannya kegiatan bimbingan kelompok. Jumlah efektif untuk anggota dalam bimbingan kelompok tidak melebihi 10 orang.

### **2.2.6 Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Bimbingan Kelompok**

Pada pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok memiliki tahapan-tahapan yang harus dilalui dimana tahapan-tahapan ini bertujuan agar terjadinya efektifitas pada saat pelaksanaan dan dapat menghasilkan layanan yang terarah dan tepat sasaran.

Menurut Prayitno terhadap tahapan pelaksanaan adalah (Prayitno, 2009) menyebutkan bahwa layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok memiliki empat tahap kegiatan yaitu:

- a. Tahap Pembentukan.

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri, atau tahap memasuki diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini pada umumnya anggota yang ada saling memperkenalkan diri dan juga saling mengungkapkan tujuan maupun harapan-harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian, maupun seluruh anggota. Memberikan penjelasan tentang bimbingan kelompok sehingga masing-masing anggota akan tahu apa arti dari bimbingan kelompok dan mengapa bimbingan kelompok harus dilakukan serta menjelaskan aturan main yang akan diterapkan dalam bimbingan kelompok.

b. Tahap Peralihan.

Tahap ini merupakan tahap jembatan antara tahapan pertama dan tahapan ketiga. Adapun yang dilaksanakan pada tahap ini yaitu :

- (1) menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya,
- (2) menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya,
- (3) membahas suasana yang terjadi,
- (4) meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota. Ada beberapa hal juga yang harus diperhatikan oleh seorang pemimpin bimbingan kelompok, yakni menerima suasana yang ada secara sabar dan terbuka, tidak menggunakan cara-cara yang bersifat langsung atau mengambil alih kekuasaannya, mendorong dibahasnya suasana perasaan, dan membuka diri sebagai contoh, dan penuh empati.

c. Tahap Kegiatan.

Tahap ini merupakan inti dari kegiatan bimbingan kelompok. Dalam hal ini teknik kegiatan yang dilakukan didalam bimbingan kelompok adalah teknik sosiodrama yang dimana dalam prosesnya harus menjadi perhatian yang seksama dari pemimpin kelompok. Ada beberapa yang harus dilakukan oleh pemimpin bimbingan kelompok dalam tahap ini, yaitu sebagai pengatur jalannya proses sosiodrama.

d. Tahap Pengakhiran.

Pada tahap pengakhiran bimbingan kelompok, pokok perhatian utama bukanlah pada beberapa kali kelompok harus bertemu, melainkan pada hasil kelompok yang telah dicapai oleh kelompok tersebut. Kegiatan kelompok sebelumnya dan hasil-hasil yang dicapai setidaknya mendorong kelompok tersebut melakukan kegiatan sehingga tujuan kegiatan akan tercapai secara utuh. Adapun beberapa hal yang dilakukan dalam tahap ini adalah pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, membahas kegiatan lanjutan, dan mengemukakan kesan dan harapan.

Dapat disimpulkan bahwa ketika hendak melakukan layanan bimbingan kelompok seorang konselor atau ahli harus melewati tahap-tahap seperti yang sudah dijelaskan di atas yang mana tahap-tahap tersebut sebagai pedoman dalam melakukan *treatment* layanan bimbingan kelompok.

### **2.2.7 Teknik Sociodrama**

Sociodrama merupakan salah satu teknik yang ada dalam bimbingan kelompok yang mana cara pelaksanaannya adalah seluruh anggota melakukan peran sesuai dengan situasi yang ditetapkan untuk mencegah berkembangnya masalah dengan memanfaatkan dinamika yang tercipta dalam kelompok yang membuat siswa yang akan memainkan peran dapat mengeksplorasi perilaku sesuai dengan perannya sehingga siswa yang semula diam menjadi dapat belajar berbicara di depan kelas dan juga yang terpenting diharapkan terdapat perubahan perilaku siswa dan dapat mengatasi hambatan-hambatan yang dialaminya dalam bersosial. Sociodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang lain, tingkat konflik-konflik yang dialami dalam pergaulan sosial (Winkel & Hastuti, 2004). Pendapat lain yang didefinisikan Ratna (Ratna, 2013) menyebutkan teknik sociodrama



adalah teknik bermain peran dalam rangka untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan interpersonal yang dilakukan dalam kelompok.

Berdasarkan beberapa pengertian yang telah dikemukakan para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa sosiodrama merupakan salah satu teknik dimana seluruh anggota kelompok akan bertindak memainkan peran yang sudah ditetapkan yang dilaksanakan dalam format kelompok serta memberikan penghayatan dan pendramatisasian bertujuan agar seseorang dapat mengeksplorasi perilaku dan bertujuan dapat mengembangkan kemampuan pemecahan masalah dalam berhubungan antar manusia.

### **2.2.8 Tujuan Sosiodrama**

Teknik sosiodrama merupakan teknik yang bertujuan untuk membantu masalah yang berkaitan dengan masalah sosial yang dialami individu dan juga memberikan wadah kepada individu untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman sosialnya.

Tujuan sosiodrama menurut Hendrarno (Ratna, 2013) adalah bahwa tujuan sosiodrama yaitu mengidentifikasi masalah, memahami masalah dan mencari jalan keluar pemecahannya sehingga terjadi perubahan dan perkembangan pada diri anak. Secara lebih rinci tujuan sosiodrama adalah:

- a. Seseorang dapat berani mengungkapkan pendapat secara lisan/melatih komunikasi
- b. Memupuk kerjasama
- c. Dapat menjiwai tokoh yang diperankan
- d. Melatih cara berinteraksi dengan orang lain
- e. Menunjukkan sikap berani dalam memerankan tokoh
- f. Dapat menumbuhkan rasa percaya diri
- g. Untuk mendalami masalah sosial

Pendapat lain menurut Winkel & Hastuti menyebutkan bahwa tujuan sosiodrama (Winkel & Hastuti,2004) adalah untuk membantu pihak pemeran atau penyaksi untuk menyadari seluk beluk pergaulan sosial dan

membantu mereka meningkatkan kemampuan bergaul dengan orang lain secara sehat dan wajar. dan karena itu, sosiodrama merupakan kegiatan yang dapat sangat cocok untuk membantu remaja dalam meningkatkan perkembangannya sosialnya. Sosiodrama sangat sesuai sebagai kegiatan dalam rangka program bimbingan kelompok.

Dari beberapa pendapat ahli diatas, dapat disimpulkan tujuan sosiodrama adalah untuk membantu individu dalam memahami, mencegah dan memecahkan permasalahan sosial yang dialami individu bertujuan untuk meningkatkan kemampuan diri seorang individu dalam menjalankan hubungan antar sosial.

### **2.2.9 Manfaat Sosiodrama**

Dalam pelaksanaan teknik sosiodrama ini memiliki manfaat yang baik bagi individu, yaitu dalam mengekspresikan emosi dan pikirannya dan melalui teknik sosiodrama ini membantu individu dalam pemahaman diri dan sosialnya. Manfaat menurut Ratna menyimpulkan bahwa fungsi sosiodrama (Ratna, 2013) adalah sebagai suatu teknik di dalam memecahkan masalah sosial, mengadaptasi dan menyesuaikan melalui bermain peran. Sedangkan pendapat lain menurut Hartinah (Rizki Nursafitri, 2013) mengemukakan manfaat bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk siswa adalah Siswa diberi kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai dramatisasi sosiodrama yang dilakukan.

Dapat disimpulkan dari beberapa ahli diatas bahwa manfaat sosiodrama adalah individu akan diberikan kesempatan berbicara atau berpendapat serta berbagai pendramatisasi dan juga belajar mengidentifikasi masalah, memecahkan masalah dan menyesuaikan diri melalui bermain peran.

### **2.2.10 Kelebihan dan Kekurangan Teknik Sosiodrama**

Dalam setiap pelaksanaan teknik pembelajaran biasanya memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing, begitu juga dengan metode sosiodrama. Pendapat menurut Ratna tentang kelebihan dan kekurangan (Ratna, 2013) menyebutkan bahwa teknik sosiodrama memiliki kekurangan maupun kelebihan di antaranya dibawah ini:

#### **a. Kelebihan**

kelebihan teknik sosiodrama ini yaitu sangat menarik bagi siswa dan dapat berkesan bagi siswa yang mana akan bertahan lama dalam ingatan siswa sebab didalam pelaksanaannya siswa dapat mengembangkan kemampuan sosialnya dan melatih siswa dalam mengekspresikan didalam sosialnya.

Kelebihan teknik sosiodrama antara lain:

1. Mengembangkan keterampilan interpersonal individu.
2. Melatih individu mengekspresikan diri.
3. Memperkaya pengalaman menghadapi problematika sosial.
4. Lebih mudah dalam memahami masalah-masalah sosial karena individu mengalami sendiri, melalui proses belajar.

#### **b. Kekurangan**

Dalam setiap pelaksanaan teknik pembelajaran biasanya memiliki kekurangan, begitupun dengan metode sosiodrama ini yang mana kekurangannya adalah masih banyak siswa merasa malu ketika bermain perannya masing-masing dan tidak semua materi pelajaran dapat dipakai melalui metode sosiodrama

Kekurangan teknik sosiodrama sebagai berikut:

1. Jika individu kurang bisa memerankan perilaku yang diharapkan, maka tujuan pelaksanaan teknik sosiodrama bisa jadi kurang tercapai.
2. Tidak semua individu mau memerankan tokoh yang telah direncanakan.

Dari kelebihan dan kekurangan teknik sosiodrama berdasarkan beberapa pendapat di atas, apabila dibandingkan satu sama lain maka lebih banyak kelebihannya. Adapun kelemahan yang ada dapat tertutupi dengan kelebihan yang ada. Selain itu kelemahan-kelemahan teknik sosiodrama dapat diminimalisir dengan pelaksanaannya dalam bimbingan kelompok. Teknik sosiodrama yang dilaksanakan dalam bimbingan kelompok akan menjadi lebih terkontrol. Hal itu dikarenakan jumlah anggota lebih sedikit sehingga akan memudahkan pemimpin atau pemandu sosiodrama dalam memfasilitasi dan mengontrol jalannya pelaksanaan sosiodrama.

### **2.2.11 Langkah – Langkah Melaksanakan Sosiodrama**

Pelaksanaan kegiatan sosiodrama memiliki langkah-langkah yang harus dilalui yang bertujuan agar berjalan dengan baik dan efektif, pada saat pelaksanaan dan dapat menghasilkan layanan yang terarah dan sesuai dengan topik pembahasan. Ratna (2013) menjelaskan bahwa prosedur sosiodrama adalah:

- a. Konselor menjelaskan tentang pengertian, tujuan serta teknik pelaksanaan pada siswa
- b. Menentukan topik dan tokoh yang akan diperankan dalam sosiodrama tersebut, serta menetapkan tujuan spesifik dari masing-masing penentuan topiknya.
- c. Konselor menyusun scenario, dalam sosiodrama scenario harus ada. Scenario biasanya disusun oleh pemimpin kelompok, dalam hal ini konselor, akan tetapi bisa juga pemimpin kelompok hanya memberikan poin-poin pentingnya saja, kemudian untuk detailnya siswa yang menyusunnya.
- d. Menentukan topik sesuai naskah, yang dimulai dari kelompok pemain peran, kelompok audience dan kelompok observer.
- e. Setelah itu, sosiodrama dapat langsung dilaksanakan. Adapun yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan sosiodrama ini yaitu waktu yang

sudah ditentukan sebelumnya. Waktu yang efektif untuk sosiodrama yakni kurang lebih 25 menit untuk berperan, 20 menit untuk diskusi, untuk sesi diskusi sendiri dibagi menjadi dua sesi, yaitu sesi diskusi scenario dan diskusi untuk bermain peran.

- f. Setelah sosiodrama itu dalam puncak klimaks, maka guru/konselor dapat menghentikan jalannya sosiodrama tersebut, kemudian diadakan diskusi mengenai cara-cara pemecahan masalahnya, selain itu diskusi para tokohnya dan proses sosiodramanya.
- g. Guru/konselor dan siswa dapat memberikan komentar, kesimpulan atau catatan untuk perbaikan sosiodrama selanjutnya.

### **2.3 Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Sosiodrama Dapat Meningkatkan Rasa Percaya Diri**

Layanan bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri siswa. Bimbingan kelompok merupakan layanan yang implementasinya berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok, dengan membahas masalah-masalah, karir, belajar, pribadi, dan masalah sosial. Guru menyiapkan bahan untuk pelaksanaan bimbingan kelompok yang akan diberikan kepada siswa yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat, serta dapat dipergunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan. Aktivitas bimbingan kelompok menggunakan prinsip dan proses dinamika kelompok, seperti dalam kegiatan diskusi, sosiodrama, bermain peran, simulasi dan lain-lain. Dalam aktifitas kelompok diarahkan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri dan pemahaman lingkungan, penyesuaian diri, serta pengembangan diri. Aktivitas bimbingan kelompok menggunakan prinsip dan proses dinamika kelompok, seperti dalam kegiatan diskusi, sosiodrama, bermain peran, simulasi dan lain-lain. Prayitno (1995) Bimbingan Kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya,

semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain sebagainya, apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri sendiri maupun peserta lainnya.

Pelaksanaan bimbingan kelompok selain dengan mengedepankan dinamika kelompok, juga mengacu pada penggunaan teknik bimbingan kelompok. Adapun teknik yang digunakan adalah teknik permainan peranan atau sosiodrama. Melalui teknik ini, siswa akan dilatih bagaimana berperilaku percaya diri dengan cara mempraktekkan langsung melalui sosiodrama.

Peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama guna meningkatkan kepercayaan diri siswa. Pendapat lain menurut Huda (Huda, 2013) adalah sosiodrama (bermain peran) merupakan sebuah model pengajaran yang berasal dari dimensi pendidikan individu dan sosial. Model ini membantu masing-masing siswa untuk menemukan makna pribadi dalam dunia sosial mereka dan membantu memecahkan dilema pribadi. Melalui teknik ini, siswa akan dilatih bagaimana percaya diri dengan cara mempraktekkan langsung melalui sosiodrama dikarenakan untuk meningkatkan rasa percaya diri pada individu dapat dilakukan dengan menanamkan sifat percaya diri dengan cara belajar dan berlatih yang mana dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa. Dalam pelaksanaan sosiodrama siswa belajar dan dilatih untuk dapat percaya diri dikarenakan didalam sosiodrama siswa akan berperan dan melakukan pendramaan acting. Siswa berperan sesuai dengan peran dan cerita yang disiapkan. Siswa yang berperan mendapatkan kesempatan untuk berpendapat dan berbicara setelah memainkan peran yang dilakukan. Dengan begitu siswa dapat meningkatkan rasa percaya diri yang sebelumnya siswa mempunyai rasa takut dan malu dalam berhadapan dengan sosialnya kemudian menjadi terbiasa dan terbuka untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Melalui teknik sosiodrama siswa diharapkan mampu mengeksplorasi

perasaannya, mengembangkan keterampilan dan sikap dalam memecahkan masalah, memperoleh wawasan tentang sikap, nilai dan persepsi.

Penggunaan teknik sosiodrama di dalam bimbingan kelompok, dapat memberikan manfaat di dalam layanan bimbingan kelompok itu sendiri, mulai dari bimbingan kelompok yang memanfaatkan kedinamisan antar anggota kelompok, hal ini dapat terjadi ketika anggota yang aktif dapat membantu seorang anggota yang pasif untuk dapat ikut aktif dalam pelaksanaan bimbingan kelompok. Berdasarkan pemaparan diatas, bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama diharapkan efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa, mengingat kelebihan dan manfaat Teknik sosiodrama, maka peneliti ingin menggunakan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas X SMAN 5 Bandar Lampung.

#### **2.4 Penelitian Terdahulu**

Penelitian Terdahulu dibawah ini merupakan penelitian yang mengambil pokok permasalahan yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilaksanakan. Hal ini dirujuk guna kesempurnaan dan kelengkapan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Jurnal milik Haryati, Wibowo & Mulawarman pada tahun 2017 dengan judul penelitian “Model Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Empati Siswa SMP” Hasil penelitian yaitu menghasilkan model bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama yang mana secara umum telah memenuhi syarat sesuai dengan standar produk yang terdiri dari empat aspek, yaitu: kebermanfaatan, keakuratan, kepatutan dan kemudahan. Hasil implementasi model menunjukkan bahwa model bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama terbukti efektif meningkatkan empati siswa ( $z = -3,298, p < 0,01$ ).
2. Jurnal milik Suhardita pada tahun 2011 “Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan

Percaya Diri Siswa” Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan percaya diri siswa setelah diberikan intervensi penggunaan Teknik permainan dalam bimbingan kelompok, dengan demikian dapat dikatakan bahwa penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok efektif digunakan untuk meningkatkan percaya diri siswa.

3. Jurnal milik Lesmana pada tahun 2017 dengan judul penelitian Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Modelling* Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Peserta Didik Kelas VIII di SMPN 11 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. Berdasarkan hasil penelitian penulis, dapat disimpulkan bahwa proses layanan dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik yang dilakukan oleh guru BK di SMP Negeri 11 Bandar Lampung dengan bimbingan kelompok teknik modelling. Setelah dilakukan layanan bimbingan peserta didik sudah mengalami perubahan dalam kepercayaan dirinya, seperti percaya akan kemampuan diri sendiri dan lebih menghargai kelebihan diri sendiri, mengganti pikiran-pikiran negatif menjadi pikiran-pikiran positif, meningkatkan rasa percaya diri dengan melawan ketakutan untuk takut gagal, lebih terbuka dan menerima dengan baik setiap pujian-pujian yang di terima oleh diri seorang siswa dan itu hal positif.



### **III. METODOLOGI PENELITIAN**

#### **3.1 Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat yang dilakukan pada penelitian ini dilakukan di SMAN 5 Bandar Lampung yang ber-alamat di Jl. Soekarno-Hatta (By Pass), Way Dadi Baru, Kec. Sukarame, Kota Bandar Lampung, Lampung. Waktu Penelitian dilakukan pada semester ganji Tahun Ajaran 2023/2024.

#### **3.2 Metode Penelitian**

Dalam penelitian salah satu ciri-cirinya adalah terdapat suatu metode yang dianggap sesuai dan dapat membantu memecahkan permasalahannya. Hal tersebut dilakukan agar penelitian berjalan sistematis sehingga kegiatan penelitian yang dilaksanakan menjadi suatu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode pre eksperimen. penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre experiment design. Menurut Sugiyono menjelaskan bahwa penelitian pre experimental (Sugiyono, 2017) adalah rancangan yang meliputi hanya satu kelompok atau kelas yang diberikan pra dan pasca uji. Penelitian ini menggunakan pendekatan pre eksperimental dengan menggunakan *The one group pretest-posttest design*, yaitu penelitian yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding. *The One group pretest-posttest design* adalah desain pre eksperimental yang terdapat *pre-test* (tes sebelum diberi treatment) dan *post-test* (tes sesudah diberi treatment) dalam satu kelompok (Sugiyono, 2017). Didalam desain ini penyebaran kuisisioner dilakukan yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Penyebaran kuisisioner yang dilakukan sebelum eksperimen



diberikan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam berbagai aspek rasa percaya diri.

3. Memberikan *Post-tes* tujuannya adalah untuk mengetahui perbandingan dari sebelum diberikan perlakuan/*treatment* dan sesudah diberikannya perlakuan/*treatment* apakah kepercayaan diri siswa meningkat atau menurun.

### **3.3 Populasi dan Sampel Penelitian**

#### **3.3.1 Populasi Penelitian**

Salah satu konsep yang berhubungan erat dengan sampel penelitian adalah populasi. (Priyono, 2008) Populasi adalah keseluruhan gejala/satuan yang ingin diteliti. Dalam hal ini, populasi pada penelitian ini adalah siswa/i kelas X E 3 SMAN 5 Bandar Lampung.

#### **3.3.2 Sampel Penelitian**

Sampel adalah bagian dari jumlah populasi dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut. Sampel penelitian dalam penelitian ini adalah siswa kelas X E 3 SMAN 5 Bandar Lampung tahun ajaran 2023/2024 yang memiliki kemampuan percaya diri yang rendah. Untuk mendapatkan subyek penelitian, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pengumpulan sampel dalam pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2017). *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel yang dilakukan dengan mengambil orang-orang yang terpilih betul oleh peneliti menurut ciri-ciri spesifik yang dimiliki oleh sampel itu (Nasution, 2009). Dalam pengambilan sampel, teknik yang digunakan adalah teknik Purposive sampling. Purposive sampling merupakan salah satu teknik sampling non random sampling dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian. Sampel pada penelitian ini adalah siswa yang memiliki tingkat rasa

percaya tinggi, sedang, dan rendah yaitu berjumlah 3 siswa dengan tingkat rasa percaya diri tinggi, 3 siswa dengan rasa percaya diri sedang, dan 2 siswa dengan rasa percaya diri rendah yang diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria sebagai berikut:

- a. Siswa Kelas X SMAN 5 Bandar Lampung
- b. Siswa dengan hasil perhitungan skala rasa percaya diri dengan kategori tertinggi, sedang, dan terendah.

### **3.4 Variabel Penelitian**

Menurut Hatch dan Fardhy (Sugiyono, 2017) secara teoritis Variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau objek yang mempunyai variasi antara satu orang dengan yang lainnya atau satu objek dengan objek yang lainnya.

Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen), yaitu :

- a. Variabel bebas (independen)

Variabel bebas merupakan variabel yang memengaruhi atau menjadi sebuah sebab timbulnya variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

- b. Variabel terikat (dependen)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat dari variabel bebas. Variabel ini juga dapat dikatakan sebagai variabel utama dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini variabel terikat adalah rasa percaya diri.

Pada variabel terikat ini individu yang memiliki rasa percaya diri dapat diidentifikasi dengan adanya indikator atau ciri-ciri seperti tabel dibawah ini.

### **3.5 Definisi Operasional**

Definisi operasional merupakan uraian yang berisi perincian sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan.

Rasa percaya diri merupakan suatu perilaku atas keyakinan pada kemampuan diri yang dimiliki individu, sehingga individu tidak terlalu takut dan cemas dalam setiap melakukan tindakanya yang bertujuan agar dapat berfikir positif mengenai dirinya, memahami potensi yang ada dan mengaktualisasikanya. Individu yang memiliki rasa percaya diri dapat diidentifikasi dengan adanya indikator atau ciri-ciri. Adapun indikator atau ciri-ciri orang yang mempunyai percaya diri yaitu: percaya pada kemampuan sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif terhadap diri sendiri, dan berani mengungkapkan pendapat.

Bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama adalah upaya pemberian bantuan atau layanan kepada peserta didik yang dilakukan secara berkelompok untuk membahas masalah-masalah yang dialami oleh seluruh anggota kelompok melalui sosiodrama/pendaramaan peran yang bertujuan agar anggota kelompok dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka melalui proses sosiodrama yang mengedepankan keaktifan siswa, interaksi, dan komunikasi, sehingga diharapkan dapat meningkatkan rasa percaya diri bagi siswa. Adapun dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdiri dari beberapa tahap, yaitu: tahap pembentukan, tahap kegiatan, tahap penutup/akhir.

### **3.6 Teknik Pengumpulan Data**

Dalam rangka mendapatkan jawaban permasalahan maka peneliti harus memperoleh data yang jelas. Oleh karena itu, perlu adanya instrumen pengumpulan data. Menurut Ridwan (Duharni 2010) metode pengumpulan data adalah teknik atau cara-cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data.

### 3.6.1 Skala Percaya Diri

Skala percaya diri merupakan salah satu jenis skala yang dapat digunakan untuk melihat rasa percaya diri siswa yang dikembangkan dari jenis skala likert. Dengan skala likert maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan instrumen penelitian menggunakan skala model likert dapat dibuat dalam bentuk *check list*. Menurut Sukardi pengertian skala Likert (Sukardi, 2011) adalah menilai tingkah laku yang diinginkan oleh para peneliti dengan cara mengajukan beberapa pertanyaan kepada responden, kemudian responden diminta memberikan pilihan jawaban atau respon dalam skala ukur yang telah disediakan. Misalnya sangat setuju (SS), setuju (S), Ragu-Ragu (RR) tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

Skala ukur tersebut pada umumnya ditempatkan berdampingan dengan pertanyaan atau pernyataan yang telah direncanakan, dengan tujuan agar responden lebih mudah mengecek maupun memberikan pilihan jawaban yang sesuai dengan pertimbangan mereka. Dan untuk menskor skala kategori likert, jawaban diberi bobot atau disamakan dengan nilai kuantitatif 5, 4, 3, 2, 1 untuk pernyataan favorable. dan 1, 2, 3, 4, 5 untuk pernyataan yang bersifat unfavorable. Contoh item favorable dan item unfavorable untuk mengukur percaya diri siswa adalah sebagai berikut:

**Tabel 1** Kategori Jawaban Skala Percaya Diri

| NO | Pernyataan Favorable |       | Pernyataan Unfavorable |       |
|----|----------------------|-------|------------------------|-------|
|    | Jawaban              | Nilai | Jawaban                | Nilai |
| 1  | SS                   | 5     | SS                     | 1     |
| 2  | S                    | 4     | S                      | 2     |
| 3  | RR                   | 3     | RR                     | 3     |
| 4  | TS                   | 2     | TS                     | 4     |
| 5  | STS                  | 1     | STS                    | 5     |

Untuk lebih jelasnya akan disajikan pengembangan kisi-kisi penelitian skala percaya diri menurut lasuter (Safitri 2010) sebagai berikut:

**Tabel 2** Nomor Indikator Skala percaya Diri

| Variabel                      | Indikator   | Deskriptor  | Nomor Item |             | Jumlah Item |
|-------------------------------|---|---|------------|-------------|-------------|
|                               |   |   | Favorable  | Unfavorable |             |
| Percaya Diri                  | Percaya pada kemampuan diri                         | Yakin dalam mengerjakan sesuatu   | 1,2,3      | 4,5         | 10          |
|                               |   | Tidak bergantung dengan orang lain  | 7,8,9      | 10,12       |             |
|                               | Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan         | Selalu mengambil keputusan sendiri tanpa adanya keterlibatan orang lain.  | 13,14,15   | 17,18       | 5           |
|                               | Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri         | Mempunyai cita-cita   | 19,20,21   | 23          | 4           |
| Berani mengungkapkan pendapat | Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu |   | 25,26,27   | 28,29,30    | 11          |
|                               |   | Berani mengungkapkan ide-ide yang dimiliki baik dari lisan maupun tulisan | 31,32,33   | 35,36       |             |
| Jumlah                        |   |   | 18         | 12          | 30          |

Dalam rencana penilaian skala rasa percaya diri dalam penelitian ini menggunakan skor 1 – 5 dengan banyak item percaya diri yang berjumlah 30 item. Eko dalam (Safitri, 2019) dalam aturan pemberian skor hasil dari penilaian angket adalah sebagai berikut:

- a. Skor pernyataan dengan nilai yang negatif kebalikan dari pernyataan positif,
- b. Jumlah skor tertinggi ideal = jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan,
- c. Skor akhir = (jumlah skor yang diperoleh : skor tertinggi ideal) x jumlah kelas interval
- d. Jumlah kelas interval = skala hasil penilaian. Artinya jika penilaian menggunakan skala 5, hasil penilaian diklasifikasikan menjadi 5 kelas interval,
- e. Penentuan jarak interval (Ji) diperoleh dengan rumus :

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

Keterangan :

J<sub>i</sub> = Jarak Interval

t = Skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

J<sub>k</sub> = jumlah kelas interval

Berdasarkan pendapat eko diatas, maka nilai interval kriteria rasa percaya diri berdasarkan penjelasan diatas dapat diketahui dengan cara sebagai berikut:

- a. Skor tertinggi = 30 x 5 = 150
- b. Skor terendah = 30 x 1 = 30
- c. Rentang = 150 – 30 = 120
- d. Jarak Interval = 120 : 3 = 40



**Tabel 3** Nilai Interval Kriteria Rasa Percaya Diri

| Interval | Kriteria |
|----------|----------|
| 111-150  | Tinggi   |
| 71-110   | Sedang   |
| 30-70    | Rendah   |

### 3.7 Pengujian Instrumen Penelitian

#### 3.7.1 Uji Validitas

Validitas suatu instrumen menunjukkan seberapa jauh ia dapat mengukur apa yang hendak diukur (Hadjar, 1999). peneliti menggunakan validitas konstruk untuk menguji Tingkat validitas pada instrumen variabel rasa percaya diri. Pengujian validitas konstruk dapat menggunakan pendapat ahli (Sugiyono 2017).

Instrumen di ukur secara keseluruhan dengan cara mengkorelasikan setiap butir alat ukur. Selanjutnya peneliti menganalisis hail penilaian ahli menggunakan koefisien validitas isi Aiken' V menggunakan Microsoft Excel. Aiken telah merumuskan formula Aiken' V untuk menghitung koefisien validitas isi yang di dasarkan pada hail penilaian ahli terhadap suatu item mengenai sejauh mana item tersebut mewakili konstruk yang diukur (Azwar, 2013).

Untuk mengetahui tingkat kevalidan item peneliti menggunakan perhitungan dengan nama Aiken's V

$$V = \sum S / [n(c-1)]$$

Keterangan :

- n : Jumlah Panel Penelitian (*Expert*)
- lo : Angka Penilaian Validitas terendah (Dalam hal ini = 1)
- c : Angka Penilaian Validitas Tertinggi (Dalam hal ini = 5)
- r : Angka Yang Diberikan Seorang Penilai

s : r – lo

Peneliti menggunakan penilaian ahli (judgement expert) dengan melibatkan pendapat 3 dosen bimbingan konseling yang secara objektif memahami tiap indikator untuk menilai keabsahan dan ketetapan setiap instrumen pernyataan yang akan digunakan dalam penelitian. Setelah melakukan pengumpulan penilaian ahli kepada 3 dosen bimbingan konseling secara bergantian, peneliti menganalisa hasil penilaian ahli dengan menggunakan rumus perhitungan Aiken's V sehingga memperoleh hasil sebagai berikut:

**Table 4** Hasil Uji Validitas

| Variable     | Item valid | Item Tidak Valid |
|--------------|------------|------------------|
| Percaya Diri | 30         | 6                |

berdasarkan hasil uji validitas menggunakan rumus aiken yang telah dilaksanakan terdapat enam pernyataan yang gugur karena hasil perhitungannya dibawah 0,66. Jadi ada 30 pernyataan yang dinyatakan valid.

### 3.7.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas diartikan sebagai keandalan atau sebagai konsistensi dari serangkaian pengukuran (Sukardi, 2011). Reliabilitas yang tinggi menunjukkan minimnya kesalahan varian. Dengan demikian semakin tinggi reliabilitas maka kesalahan pengukuran semakin kecil. Pada penelitian ini untuk uji reliabilitas peneliti menggunakan formula *alpha cronbrach*.

Adapun Rumus *Alpha Cronbach* adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma t^2} \right]$$

Keterangan :

$r_{11}$  : Reabilitas instrumen

k : Banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma_i^2$  : Jumlah varians butir

$\sigma_i^2$  : Varians total

Menurut Azwar (2012) Data untuk Menghitung koefisien reliabilitas Alfa diperoleh lewat sekali saja penyajian skala pada sekelompok responden.

Hal ini tentu akan sangat membantu peneliti untuk menghemat waktu dan biaya yang diperlukan. Pendapat lain yang didefinisikan Arikunto (2011) adalah Koefisien reliabilitas butir soal diinterpretasikan ke dalam beberapa kriteria reliabilitas. Kriteria reliabilitas dipaparkan pada tabel dibawah.

**Tabel 5** Kriteria Reliabilitas

| Kriteria Reliabilitas     | Kriteria      |
|---------------------------|---------------|
| $0,80 < r_{11} \leq 1,00$ | Sangat Tinggi |
| $0,60 < r_{11} \leq 0,80$ | Tinggi        |
| $0,40 < r_{11} \leq 0,60$ | Cukup         |
| $0,20 < r_{11} \leq 0,40$ | Rendah        |
| $0,00 < r_{11} \leq 0,20$ | Sangat Rendah |

Subjek yang digunakan untuk melakukan uji reliabilitas berjumlah 40 yang memiliki kriteria yang sama dengan subjek yang akan diteliti, setelah data terkumpul kemudian peneliti menggunakan bantuan program SPSS 25 for windows dengan menggunakan perhitungan *Alpha Cronbach* disajikan dalam hasil perhitungan reliabilitas pada tabel 5.

**Tabel 6** Hasil Perhitungan Reliabilitas

| Alpha Cronbach | Jumlah Item |
|----------------|-------------|
| .783           | 30          |

Setelah diperoleh koefisien reliabilitas ( $r_{ac}$ ) = 0,783 yang berarti reliabilitas instrument rasa percaya diri memiliki kriteria reliabilitas yang tinggi.

### 3.8 Teknik Analisis Data

Analisis data adalah cara atau teknik yang harus ditempuh untuk menjabarkan data sehingga nantinya dalam menginterpretasinya tidak menemui hambatan atau kesulitan. Dalam penelitian ini, penulis akan menjabarkan hasil pengukuran data penelitian berupa data kuantitatif. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas, uji *wilcoxon matched pairs test*.

#### 3.8.1 Uji Normalitas

Normalitas data bertujuan untuk mengetahui apakah data terdistribusi secara normal atau tidak (Sugiyono, 2017). Normalitas data sangat penting karena dengan data yang terdistribusi normal maka data tersebut dianggap mewakili satu populasi. Uji normalitas instrumen dalam penelitian ini dibantu dengan program SPSS 25. Adapun hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 7** Hasil Uji Normalitas

|          | Kolmogorov-Smirnov |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|----------|--------------------|----|------|--------------|----|------|
|          | Statistic          | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Pretest  | .280               | 8  | .025 | .809         | 8  | .019 |
| Posttest | .127               | 8  | .200 | .932         | 8  | .584 |

#### Tests Test of Normality

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan spss 25 dan statistic parametrik dengan menggunakan uji normalitas Shapiro -wilk. Normalitas Shapiro -wilk untuk mengetahui data penelitian berdistribusi

normal atau tidak. Adapun dasar pengambilan Keputusan sebagai berikut:

1. Jika nilai  $\text{sig} > 0,05$ , maka data penelitian berdistribusi normal.
2. Jika nilai  $\text{sig} < 0,05$ , maka data penelitian tidak berdistribusi normal.

Dasar pengambilan keputusan pada uji normalitas adalah jika nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 maka data tidak berdistribusi normal. Diketahui berdasarkan tabel diatas bahwa signifikan pada uji *shapiro-Wilk pre-test* 0.019 dan *post-test* 0.584. taraf kepercayaan  $\alpha = 0.05$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi tidak normal.

### 3.8.2 Uji Wilcoxon

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon Matched Pairs Test* yaitu dengan mencari perbedaan mean *Pretest* dan *Posttest*. Penelitian ini akan menguji *pretest* dan *Posttest*, dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai *pretest* dan *posttest* melalui uji *Wilcoxon* ini. Dalam pelaksanaan uji *Wilcoxon Matched Pairs Test* untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package For social Science*) 25 for windows.

Uji wilcoxon merupakan salah satu teknik analisis data dalam statistik non parametrik. Menurut Sugiyono (2017) stastistik nonparametrik digunakan untuk menganalisis data yang berbentuk ordinal, jumlah sampel sedikit, dan distribusi tidak harus normal. Pada penelitian ini alasan peneliti menggunakan teknik analisis data menggunakan uji *Wilcoxon match pairs tests* karena setelah dilakukan uji normalitas hasil dari distribusi datanya tidak normal maka statistik yang digunakan adalah non parametrik dengan menggunakan *Wilcoxon Matched Pairs Test*.

Adapun rumus uji Wilcoxon ini adalah sebagai berikut:

$$Z = \frac{T - \frac{1}{4} n (n+1)}{\sqrt{\frac{1}{4} n (n+1) (2n+1)}}$$

Keterangan:

Z= Uji *Wilcoxon*

T= jumlah rank dengan tanda paling kecil

n = jumlah data sampel

Pengambilan keputusan analisis data akan didasarkan pada hasil uji z. Hal ini sesuai dengan pendapat (Sugiyono, 2011) yang menyatakan bahwa mengambil keputusan dapat didasarkan pada hasil uji z, yaitu:

Kaidah Keputusan :

- a. Jika statistik hitung (angka z output) > statistik tabel (tabel z), maka Ho diterima (dengan taraf signifikansi 5%).
- b. Jika statistik hitung (angka z output) < statistik tabel (tabel z), maka Ho ditolak (dengan taraf signifikansi 5%).

Saat dilakukan uji *Wilcoxon* berdasarkan angka z, dasar pengambilan Keputusan hasil uji wilcoxon diperoleh nilai  $Z_{hitung} = -2,524$ . Nilai ini selanjutnya dibandingkan dengan  $Z_{tabel} = 1,645$ . Ketentuan pengujian bila  $Z_{hitung} \leq Z_{tabel}$  maka Ho ditolak dan Ha diterima. Ternyata  $Z_{hitung} = -2,524 < Z_{tabel} = 1,645$  maka Ho ditolak dan Ha diterima.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### 5.1 Kesimpulan

Hasil penelitian ini bahwa rasa percaya diri dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama pada siswa kelas X E 3 SMAN 5 Bandar Lampung tahun pelajaran 2023/2024. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan kaidah keputusan berdasarkan nilai  $Z_{hitung}$  sebesar  $-2,524$  pada kelompok. Kemudian dibandingkan dengan  $Z_{tabel}$ , dengan nilai  $\alpha = 5\%$  adalah  $0,5 = 1,645$ . Oleh karena  $Z_{hitung} = -2,524 < Z_{tabel} = 1,645$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

### 5.2 Saran

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut:

- a. Kepada siswa SMAN 5 Bandar Lampung hendaknya mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan rasa percaya diri yang penting untuk dan bermanfaat untuk kegiatan sehari-hari dan untuk menentukan keputusan dimasa yang akan datang.
- b. Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya mengadakan kegiatan layanan bimbingan kelompok secara rutin dan untuk membantu memecahkan berbagai permasalahan yang dialami oleh siswa.
- c. (1). Kepada peneliti selanjutnya hendaknya ketika merumuskan treatment yang akan diberikan berfokus pada penggunaan tekniknya

serta berfokus kepada permasalahan yang diangkat sehingga treatment yang diberikan bisa lebih efektif.

(2). Kemudian peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat mencoba untuk menambah jumlah sampel penelitian dan treatment/pertemuan lebih banyak sehingga penerapan layanan bimbingan kelompok Teknik sosiodrama dalam mengentaskan permasalahan siswa lebih terlihat, khususnya dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa



## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mighwar, M. 2006. *Psikologi Remaja*. Bandung: Pustaka Setia.
- Endriani, A. 2016. *Pengaruh Teknik Sociodrama Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Ma Nurul Ishlah NW Beleka Kabupaten Lombok Tengah*. *Jurnal Teknologi Pendidikan: Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pembelajaran*.
- Arikunto, s. 2006. *Prosedur Penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Djannah, W., & Ayom Yulita, W. A. N. 2012. *Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Kristen Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012*. *Jurnal Bimbingan Konseling*.
- Ghufron. M. & Risnawita, R. 2012. *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzzmedia.
- Gunarsa, S. D. 1991. *Psikologi untuk Keluarga*. Jakarta : PT. BPK Gunung Mulia.
- Hakim,T. 2005, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta: Puspa Swara. Hal.
- Halik, A., & Rakasiwi, N. 2020. *Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa*. *Consilium: Berkala Kajian Konseling dan Ilmu Keagamaan*.
- Hartinah, S. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung. Refika Aditama.
- Hapsyah, D. R. 2019. *Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Untuk Mengurangi Prasangka Peserta Didik Sekolah Dasar*. *Jurnal Tunas Bangsa*.
- Hidayati, S. R., & Savira, S. I. 2021. *Hubungan Antara Konsep Diri Dan Kepercayaan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Moderator Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya*. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*
- Lauster, P. 2003. *Tes Kepribadian (alih bahasa: D.H. Gulo)*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Lidenfield, G. 1997. *Mendidik anak agar percaya diri*. Terjemahan oleh Ediati Kamil. 1997. jepara: silaspress

- Nursafitri, R., & Setiawati, D. 2013. *Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Untuk Membantu Meningkatkan Kemampuan Hubungan Interpersonal Siswa*. Jurnal BK Unesa.
- Perianto, E., & Jayanti, R. D. 2023. *Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Sekolah Dasar*. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*,
- Prayitno., & Erman, A. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prayitno. 2009. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Dasar dan Profil*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Ratna, L. 2013. *Teknik-Teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish.
- Romlah, T. 2001. *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Syahrani, A. W., Maulana, M., Ilhamnor, I., Fazri, M. N., & Azkia, M. 2022. *Pengertian, Tujuan, Metode Dan Ruang Lingkup Perbandingan Pendidikan*. *Educational Journal: General and Specific Research*, 2(3).
- Safitri, D. 2010. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang*. (Skripsi). Malang: UIN Malang
- Santrock, J.W, 2003. *Adolescence (Perkembangan Remaja)*, Jakarta: Erlangga,
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. 2011. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara
- Syam, A., & Amri, A. 2017. *Pengaruh kepercayaan diri (self confidence) berbasis kaderisasi IMM terhadap prestasi belajar mahasiswa (studi kasus di program studi pendidikan biologi fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas muhammadiyah parepare)*. Jurnal Biotek.
- Tanjung, Z., & Amelia, S. H. 2017. *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa*. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*.
- Triningtyas, D. A. 2016. *Studi kasus tentang rasa percaya diri, faktor penyebabnya dan upaya memperbaiki dengan menggunakan konseling individual*. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*,.
- Winarlin, R., Lasan, B. B., & Widada, W. 2016. Efektivitas teknik sociodrama melalui bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku agresif verbal siswa SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*.
- Winkel, W. S. & Hastuti, S. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.