

**MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA MELALUI LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MEDIA *CINEMA* PADA SISWA
KELAS VIII SMPN 22 BANDAR LAMPUNG**

(Skripsi)

Oleh :

HANNA ZAKIYATUNNISA



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
2024**

ABSTRAK

MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MEDIA *CINEMA* PADA SISWA KELAS VIII SMPN 22 BANDAR LAMPUNG

Oleh

HANNA ZAKIYATUNNISA

Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya kepercayaan diri siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengukur efektivitas media *cinema* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII 1 SMP Negeri 22 Bandar Lampung. Jenis penelitian ini adalah *Quasi Experiment* dengan jenis *One Group Pre-test* dan *Post-test*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kepercayaan diri. Pengujian hipotesis menggunakan uji normalitas dan uji t menggunakan SPSS 22. Berdasarkan analisis uji t diperoleh nilai $t_{hitung} = 12,936$ dengan $p = 0,00$; $p < 0,05$. Berdasarkan perhitungan tersebut maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok media *cinema* terbukti dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII 1 SMPN 22 Bandar Lampung.

Kata kunci: bimbingan kelompok, media *cinema*, kepercayaan diri.

ABSTRACT

***INCREASING STUDENTS' SELF-CONFIDENCE THROUGH GROUP
GUIDANCE SERVICES USING CINEMA MEDIA FOR CLASS VIII
STUDENTS OF SMPN 22 BANDAR LAMPUNG***

By

HANNA ZAKIYATUNNISA

The problem in this research is students' low self-confidence. The aim of this research is to measure the effectiveness of *cinema* media and increase student confidence in class VIII students at SMP Negeri 22 Bandar Lampung. This type of research is Quasi Experiment research with One Group Pre-test and Post-test Design. The data collection technique uses a self-confidence scale. The validity of the instrument uses the product moment formula. Reliability uses the Cronbach Alpha formula. Hypothesis testing used the Normality Test and T Test using the SPSS 22. The results of hypothesis testing were carried out using the T Test using the SPSS 22 computerized program. Based on the t test analysis, the calculated t value = 12.936 with $p = 0.00$; $p < 0.05$. Based on these calculations, H_0 is rejected and H_a is accepted. So it can be concluded that the *cinema* media group tutoring service has been proven to increase the self-confidence of class VIII students at SMPN 22 Bandar Lampung.

Keywords: group guidance, *cinema* media, self-confidence.

**MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA MELALUI LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MEDIA *CINEMA* PADA SISWA
KELAS VIII SMPN 22 BANDAR LAMPUNG**

**Oleh
HANNA ZAKIYATUNNISA**

**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**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2024**

Judul Skripsi : **Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Media *Cinema* pada Siswa Kelas VIII SMPN 22 Bandar Lampung**

Nama Mahasiswa : **Hanna Zakiyatunnisa**

Nomor Pokok Mahasiswa : 1953052008

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

MENYETUJUI

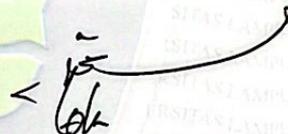
1. Komisi Pembimbing

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

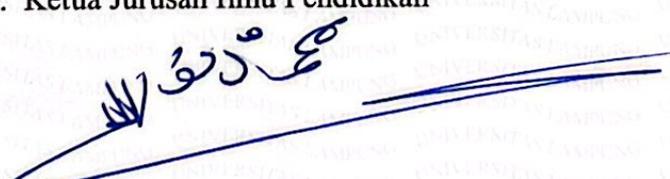


Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi
NIP 197303152002122002



Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi.
NIP 198709182015041001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan



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

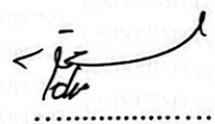
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi.


.....

Sekretaris : Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi.


.....

Penguji Utama : Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.


.....

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. Sunyono, M.Si.
NIP 196512301991111001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 30 Mei 2024

PERNYATAAN SKRIPSI MAHASISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Hanna Zakiyatunnisa
Nomor Pokok Mahasiswa : 1953052008
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya orang lain yang pernah diajukan guna memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah di tulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah dan disebut 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, Juli 2024

Yang menyatakan,



Hanna Zakiyatunnisa
NPM 1953052008

RIWAYAT HIDUP



Hanna Zakiyatunnisa lahir di Bandar Lampung, 14 Oktober 2001 merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara, dari pasangan bapak Sutarsono S. Pd dan ibu Dr. Sumarti Penulis menyelesaikan pendidikan di Taman Kanak-Kanak (TK) Muhammadiyah, di Sekolah Dasar (SD) Muhammadiyah Bandar Lampung, Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 22 Bandar Lampung, dan Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 9 Bandar Lampung. Tahun 2019, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Unila melalui jalur SMMPTN. Pada tahun 2021, Penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan melaksanakan Praktek Layanan Bimbingan dan Konseling (PLBK) di SMP Negeri 15 Bandar Lampung.

MOTTO

“Jadikanlah sabar dan sholatmu sebagai penolongmu,
sesungguhnya allah beserta orang-orang yang sabar”

(Al-Baqoroh : 154)

“Yakinlah ada sesuatu yang menantimu selepas banyaknya
kesabaran (yang kau jalani) yang akan membuatmu terpanah
hingga kau lupa betapa pedihnya rasa sakit”

(Ali bin Abi Tholib)

PERSEMBAHAN



Alhamdulillahirobbil'alamiin

Segala Puji Bagi Allah SWT, Dzat Yang Maha Sempurna

Sholawat serta Salam Selalu tercurah kepada Rasullulah Muhammad SAW

Kupersembahkan karya ini kepada :

Allah SWT yang senantiasa menuntun setiap langkahku. Ayah dan Ibuku tercinta, yang telah mengasuh dan mendidikku dengan penuh kasih sayang, kesabaran dan ketulusan, yang tak pernah henti memberikan dukungan dan doa untukku. Serta

Almamaterku tercinta Universitas Lampung.

SANWACANA

Bismillahirrahmanirrahim, Alhamdulillahirrabbi'l'aalamin, segala puji dan syukur penulis persembahkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya serta kekuatan lahir dan batin sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak sedikit hambatan rintangan serta kesulitan yang dihadapi, namun berkat bantuan dan motivasi serta bimbingan yang tidak ternilai dari berbagai pihak, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Media *Cinema* Pada Siswa Kelas VIII SMPN 22 Bandar Lampung.” ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Sunyono, M.Si. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Bapak Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si. selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung
3. Ibu Diah Utaminingsih, S.Psi., MA.Psi. selaku Ketua program studi bimbingan dan konseling sekaligus selaku dosen Penguji yang telah banyak memberikan masukan, kritik dan saran yang membangun.
4. Ibu Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi. selaku Pembimbing Pertama yang telah membimbing dan membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi. selaku Pembimbing Kedua yang telah memberikan masukan dan mengarahkan demi terselesaikannya skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan Konseling FKIP Unila, terima kasih atas didikan selama empat tahun perkuliahan, semoga apa yang bapak dan ibu berikan akan sangat bermanfaat bagi saya di masa depan.

7. Ibu Sriyati, S.Pd, MM sebagai kepala SMP N 22 Bandar Lampung yang telah berkenan memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
8. Kedua orang tuaku tercinta yang telah mencurahkan seluruh waktu dan tenaganya serta membesarkan dengan penuh kasih sayang dan membiayai segalanya. Serta kedua kakak ku tersayang Aziz dan Azizah
9. Sahabat-sahabatku Syafara, Putri, Susi, Nida, Daul, Ara, Inten dan Nadia yang telah mewarnai perjalanan hidupku.
10. Sahabat-sahabat seperjuangan BK 2019, Sahabat-sahabat KKN-PPL, kakak dan adik tingkat BK.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Terima kasih. Hanya harapan dan doa semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semua pihak yang telah berjasa dalam membantu penulis menyelesaikan skripsi ini. Akhirnya kepada Allah SWT jualah penulis serahkan segalanya dalam mengharapkan keridhaan, semoga skripsi ini bermanfaat bagi masyarakat umumnya dan bagi penulis khususnya, anak dan keturunan penulis kelak. Aamiin..

Bandar Lampung. Juli 2024
Peneliti,

Hanna Zakiyatunnisa

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR.....	v
DAFTAR LAMPIRAN.....	66
I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Batasan Masalah	3
1.4 Rumusan Masalah.....	4
1.5 Tujuan Penelitian	4
1.6 Manfaat Penelitian	4
1.7 Ruang Lingkup Penelitian	5
1.8 Kerangka Pikir	6
1.9 Hipotesis Penelitian.....	7
II. TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Kepercayaan Diri	8
2.2 Bimbingan Kelompok	14
2.3 Media <i>Cinema</i>	18
2.4 Masa Remaja Awal	22
2.5 Penelitian Relevan	24
III. METODELOGI PENELITIAN	27
3.1 Metode, Desain dan Subjek Penelitian.....	27
3.2 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	29
3.3 Teknik Pengumpulan Data	30
3.4 Uji Validitas Instrumen	33
3.5 Uji Reliabilitas Instrumen	33
3.6 Teknik Analisis Data.....	35
4.1 Hasil Penelitian	36
4.1.1 Gambaran Umum Pra Layanan Bimbingan Kelompok Media <i>Cinema</i>	36
4.1.2 Deskripsi Data Penelitian.....	37
4.1.3 Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Media <i>Cinema</i>	38
4.1.4 Hasil Pelaksanaan Kegiatan Bimbingan Kelompok Media <i>Cinema</i>	38
4.1.5 Hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	41

4.2 Hasil Uji Hipotesis	54
4.3 Pembahasan	55
V. SIMPULAN DAN SARAN.....	59
5.1 Simpulan.....	59
5.2 Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	65

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Model kualifikasi jawaban skala kepercayaan diri item positif.....	31
2. Kisi-Kisi Skala Percaya Diri.....	31
3. Kriteria Reliabilitas	34
4. Hasil Perhitungan Reliabilitas	34
5. Kategori Pemahaman Karier Siswa	37
6. Data Hasil <i>Pre-Test</i> Siswa.....	37
7. Jadwal Pelaksanaan Layanan.....	38
8. Hasil <i>Pre-Test</i> Siswa	41
9. Hasil <i>Post-Test</i> Siswa.....	41
10. Hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Siswa	42
11. Hasil Uji T	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pola pre-eksperimental <i>design</i>	28
2. Grafik Peningkatan Skor <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	43
3. Grafik perubahan skor pre-test dan post-test EAW	43
4. Grafik perubahan skor pre-test dan post-test BA.....	45
5. Grafik perubahan skor pre-test dan post-test AK	46
6. Grafik perubahan skor pre-test dan post-test MA.....	48
7. Grafik perubahan skor pre-test dan post-test NAQ.....	49
8. Grafik perubahan skor pre-test dan post-test DK	50
9. Grafik perubahan skor pre-test dan post-test MFS	52
10. Grafik perubahan skor pre-test dan post-test KP	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Modul Layanan	67
2. Skala Percaya diri	97
3. Tabel Uji Validitas Intrument.....	100
4. Tabel Uji Reliability	105
5. Hasil Uji Normalitas dan Uji T	106
6. Dokumentasi Pelaksanaan Layanan.....	107

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu aspek dari Peserta didik yang perlu diperhatikan adalah percaya diri (*selfconfidence*), yang merupakan salah satu modal dalam kehidupan yang harus ditumbuhkan pada diri setiap Peserta didik agar kelak mereka dapat menjadi manusia yang mampu mengontrol berbagai aspek yang ada pada dirinya, dengan kemampuan tersebut Peserta didik akan lebih jernih dalam mengatur tujuan dan sasaran pribadi yang jelas, maka akan lebih mampu dalam mengarahkan perilaku menuju keberhasilan. Seperti yang dikemukakan oleh (Abdul Mu'in Amien dkk, 2000) bahwa kepercayaan diri merupakan suatu keadaan dalam diri seseorang yang berisi kekuatan, kemampuan dan keterampilan yang dimiliki seseorang. Dengan kurangnya percaya diri, maka rasa rendah diri akan menguasai seseorang dalam kehidupannya, dan ia akan tumbuh menjadi pribadi yang pesimis. Seperti yang dikemukakan oleh (Sutisna dkk, 2010) bahwa tanpa adanya rasa percaya diri yang tertanam dengan kuat di dalam jiwa anak (Peserta didik), pesimisme dan rasa rendah diri akan dapat menguasainya dengan mudah.

Peserta didik di era globalisasi dituntut untuk memiliki sikap percaya diri. Di era globalisasi tersebut akan banyak terjadi tekanan-tekanan dari berbagai hal, yang dapat membuatnya jatuh. Selain itu, peserta didik dituntut banyak kemampuan di berbagai bidang dan mampu mengaplikasikannya di kehidupan sehari-hari. Untuk mewujudkannya peserta didik harus ditanamkan sikap percaya diri, kepercayaan diri yang baik, agar peserta didik yakin dan mampu menghadapi persaingan di era global siap dengan masa depannya serta percaya diri menghadapi setiap keadaan. Rasa percaya diri sangat menunjang proses

pembelajaran disekolah karena dengan munculnya percaya diri dalam diri siswa, segala potensi yang dimiliki oleh siswa dapat berkembang maksimal, hal ini karena didukung oleh keyakinan, kepercayaan sikap siswa akan kemampuan yang mereka miliki sehingga mereka mampu berprestasi baik dalam bidang akademik, nonakademik dan lingkungan sosial dimana mereka berada. Percaya diri merupakan salah satu sikap yang harus dimiliki siswa untuk menghadapi dinamika kehidupannya.

Bimbingan kelompok menggunakan media *cinema* merupakan salah satu jenis bimbingan kelompok yang dapat meningkatkan diri siswa dengan cara memberikan atau menayangkan film-film yang dapat menginspirasi siswa, sehingga dapat membangun rasa percaya diri siswa. Didukung oleh pendapat (Lefkoe, 2012) yang mempercayai bahwa drama dan film dapat meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi seseorang. Penggunaan media dalam proses layanan bimbingan dan konseling dirasa sangat memudahkan guru bimbingan dan konseling di sekolah. Perlunya pengembangan media bimbingan dan konseling di sekolah bertujuan mempermudah proses pemberian bantuan dari guru bk terhadap siswa.

Media teknologi yang dapat digunakan misalnya film edukatif yang diputar dalam layanan informasi ketika melakukan bimbingan kelompok. Penggunaan media *cinema* dalam bimbingan akan lebih menarik secara penyajian dan memungkinkan siswa untuk berinteraksi langsung dengan bahan ajar, serta mampu meningkatkan kemampuan berpikir pertumbuhan dan wawasan klien, mengatasi masalah. Dalam hal ini, seorang siswa kurang percaya diri atau semangat yang akan menjadi sangat termotivasi untuk belajar. Rasa percaya ini berasal dan tumbuh dari panggilan bawah sadar yang menjadikan film untuk mendorong siswa untuk mengeksplorasi ide-ide, mempengaruhi pola pikir, dan bahkan mengubahnya menjadi motivasi diri.

Maka dalam hal untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, bimbingan kelompok media *cinema* cukup dapat membantu permasalahan tersebut karena nantinya siswa akan mendapatkan motivasi serta ide-ide baru yang dapat mempengaruhi pola pikirnya ke arah lebih positif dan hal ini sangat diperlukan seorang siswa karena dengan percaya diri siswa mampu mengaktualisasikan dirinya, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan mampu menentukan pilihan-pilihan yang tepat bagi dirinya. Oleh karena itu peneliti mengadakan penelitian dengan judul “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Media *Cinema* Pada Siswa Kelas VIII SMP N 22 Bandar Lampung ”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka terdapat identifikasi masalah sebagai berikut:

- a) Terdapat siswa yang tidak percaya diri untuk menjawab pertanyaan guru
- b) Terdapat siswa yang tidak berani menunjukkan bakatnya di depan kelas
- c) Terdapat siswa yang merasa malu untuk berbicara di depan kelas.
- d) Terdapat siswa yang merasa malu berinteraksi dengan kawan sekelas

1.3 Batasan Masalah

Agar masalah tidak terlalu luas dan tidak menyimpang dari sasaran serta lebih terarah dan tujuan dapat tercapai. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini, Melakukan pengukuran guna meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan media *cinema* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 22 Bandar Lampung.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan juga identifikasi masalah yang peneliti uraikan, maka peneliti dapat merumuskan masalah dalam penelitian sebagai berikut:

- a) Apakah kepercayaan diri siswa menggunakan bimbingan kelompok dengan media *Cinema* dapat meningkat?
- b) Bagaimana pengaruh pemberian bimbingan kelompok dengan media *Cinema* terhadap kepercayaan diri siswa?

1.5 Tujuan Penelitian

Setiap penelitian harus mempunyai tujuan, secara filosofi, semua penelitian hanya mempunyai satu tujuan yaitu menemukan jawaban terhadap suatu pertanyaan yang diajukan oleh seorang peneliti (Prasetya, 1999). Tujuan penelitian diharapkan nantinya mampu menjawab dari rumusan masalah yang telah dipaparkan. Oleh karena itu, tujuan yang hendak dicapai peneliti digolongkan menjadi dua, yakni:

- a). Tujuan Umum: mengukur efektivitas media *cinema* dalam permasalahan kepercayaan diri pada siswa.
- b). Tujuan Khusus: meningkatkan kepercayaan peserta didik pada SMP Negeri 22 Bandar Lampung.

1.6 Manfaat Penelitian

Maka hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

- a) Peserta Didik Kelas VIII SMP NEGERI 22 Bandar Lampung, hasil penelitian akan memberikan dampak positif dalam meningkatkan kepercayaan diri pada pesertadidik.

- b) Bagi guru bimbingan dan konseling di lingkungan pendidikan, memiliki referensi dalam inovasi, meningkatkan kepercayaan diri peserta didik di lingkungan sekolah.
- c) Peneliti, dapat mempelajari pengaruh *Media cinema* terhadap upaya meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, yang berguna dalam meningkatkan potensi penulis sebagai guru bimbingan konseling.

1.7 Ruang Lingkup Penelitian

Agar lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, ruang lingkup dalam penelitian ini diantaranya adalah:

a) Ruang lingkup ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling.

b) Ruang lingkup objek

Ruang lingkup objek dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik yang dilaksanakan di sekolah.

c) Ruang lingkup subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP 22 Bandar Lampung.

d) Ruang lingkup wilayah

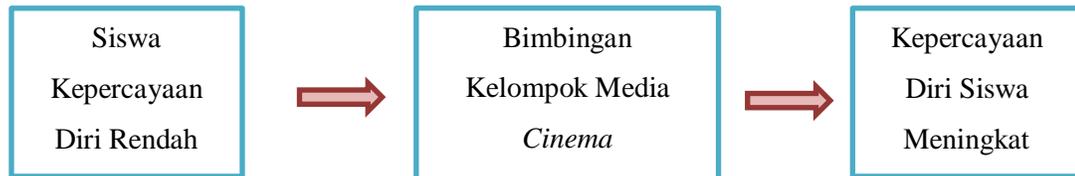
Ruang lingkup wilayah dalam penelitian ini adalah SMP 22 Bandar Lampung.

e) Ruang lingkup waktu

Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini dilakukan pada semester genap tahun pelajaran 2022/2023.

1.8 Kerangka Pikir

Kerangka pemikiran penelitian ini dapat di gambarkan seperti berikut :



Gambar 1 tersebut memperlihatkan kondisi awal terdapat siswa memiliki percaya diri yang rendah, kemudian peneliti mencoba untuk mengembangkan dan meningkatkan percaya diri siswa yang rendah tersebut dengan memberikan melakukan bimbingan kelompok media *cinema* yang memiliki tujuan meningkatkan percaya diri siswa dalam pembelajaran.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok media *cinema* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 22 Bandar Lampung

Penelitian yang dilakukan oleh Liyanto Nur Putra bertujuan untuk mengetahui proses produk pengembangan *cinema confident is important* dan hasil pelaksanaan pengembangan *cinema confident is important* dalam meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik pada Badan Narkotika Nasional Provinsi (BNNP) Jawa Timur.

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini Dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok media *cinema* dapat menolong individu untuk dapat memahami bahwa orang lain ternyata mempunyai kebutuhan dan masalah yang sama yang berhubungan dengan percaya diri dalam proses pembelajaran. Melalui bimbingan kelompok media *cinema* ini dimungkinkan akan dapat membantu masalah siswa yang berkaitan dengan kepercayaan diri yang dialaminya.

1.9 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban peneliti terhadap suatu pertanyaan yang diajukan sebelum peneliti melakukan penelitian atau jawaban yang bersifat sementara dalam bentuk sebuah pertanyaan. Berdasarkan penelitian yang penulis lakukan dalam hipotesis yang diajukan di dalam penelitian yaitu bimbingan kelompok media *cinema* untuk meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 22 Bandar Lampung.

Ha : bimbingan kelompok media *cinema* berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri.

Ho : bimbingan kelompok media *cinema* tidak berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kepercayaan Diri

A. Pengertian Kepercayaan Diri

Dalam psikologis diketahui keadaan mental setiap individu tidak selalu sama sehingga menyebabkan perbedaan tingkat kepercayaan dirinya. Terdapat seseorang yang mempunyai kepercayaan diri yang rendah / insecure serta ada yang sangat tinggi, hal tersebut sangat dibutuhkan dalam bersosialisasi. Rasa percaya diri ialah pelengkap paling penting seseorang pada kehidupan sosial, serta ketika tidak ada dapat mengakibatkan berbagai permasalahan. Dengan percaya diri dapat mengaktualisasikan berbagai potensi dirinya (Ghufron, dkk., 2011)

Loekmono mengemukakan kepercayaan diri tidak terbentuk sendiri tetapi berkaitan pada pribadi individu yang dipengaruhi faktor dari dalam dirinya serta pengalaman keluarga, norma, tradisi sosial tempat asal (Isa, dkk., 2006). Sependapat dengan pernyataan sebelumnya, kepercayaan diri sebagai rasa yakin seseorang pada kepemilikan kemampuannya untuk menggambarkan suatu perilaku atau pencapaian suatu tujuan dan impian. Kepercayaan diri berarti cara merasakan dirinya sendiri serta perilaku merefleksikan tanpa sadar pada dirinya (Inge, 2010:37) Maslow mengemukakan percaya diri sebagai modal dasar pengembangan pewujudan diri karena adanya percaya diri individu dapat mengenal dirinya sendiri.

Kekurangan kepercayaan diri dapat menghambat pengembangan potensi diri serta menjadi seseorang yang negatif thinking, ragu-ragu dan takut ketika bertemu rintang, serta mengemukakan pikiran dan membimbing juga sering

membandingkan diri individu dengan orang lainnya (Kartono, 2000:202).

Menurut Angelis(2003) kepercayaan diri sebagai hal yang wajib mengenai segala yang dikerjakan dan diketahui, faktor kemunculannya didasari kemampuan pelaksanaan dan pegerjaan sesuatu. Kepercayaan diri timbul ketika kemahiran pelaksanaanpekerjaan serta memuaskan dirinya (Barbara, 2003).

Kepercayaan diri ialah rasa yakin dalam pelaksanaan kegiatan dalam hidup serta pemilihan keputusan dirinya ketika melaksanakan sesuatu. Diketahui percaya diri berkembang ketika seseorang mengerjakan sesuatu dengan mahir serta merasakan kepuasan pada dirinya ketika melaksanakan pekerjaannya. Self Confident ialah perilaku dalam diri dengan percaya pada potensi diri tanpamengacikan orang lainnya (Facthurrahman& Herlan, 2012). Berarti individu memiliki kepercayaan diri secara cukup yang berarti telah percaya tanpa perbandingan orang lainnya serta dapat mengatasi masalahnya sendiri.

Pada dasarnya setiap individu memiliki keunikan, kelebihan, dan kekurangan yang ada dalam dirinya. Dengan percaya diri yang cukup seseorang bisa mengeksplor serta mengembangkan potensi yang dapat meningkatkan kualitas dirinya di kehidupannya serta dapat menemukan keterampilan di dalam dirinya. Percaya diri juga sangat penting dalam penerimaan diri, untuk dapat menerima kekurangan serta kelebihan individu yang pada dalam dirinya.

Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa percaya diri merupakan aspek penting yang perlu dimiliki setiap individu, sehingga individu dapat memahami dalam dirinya masing-masing untuk meningkatkan kelebihan atau potensi terhadap lingkungan dengan harapan dan tujuan bisa menjadi inspirasi, motivasi, bermanfaat dan percaya pada diri sendiri dalam mengatasi dan mencapai visi misi kehidupannya.

B. Aspek-Aspek Percaya Diri

Lauster 2012, mengemukakan berbagai aspek percaya diri berupa:

- a. Yakin mengenai kemampuan diri yang berarti perilaku positif mengenai dirinyayang benar-benar tahu dengan yang dilakukannya.
- b. Optimis berarti perilaku positif individu yang berfikir terbaik dalam menyelesaikan hal mengenai dirinya, impian dan kemampuannya.
- c. Obyektif berarti percaya diri melihat segala kegiatan dan problem selaras padakenyataan yang terjadi.
- d. Bertanggung Jawab berarti ketersediaan individu dalam menyelesaikan semuairesikonya.
- e. Rasional berarti analisis permasalahan memakai pemikiran sesuai dengan kebenaran serta bisa dicerna akal sehat.

Jadi dapat di simpulkan bahwa aspek-aspek percaya diri salah satu yang terpenting adalah yakin dengan kemampuan diri sendiri. Optimis, obyektif, serta bertanggung jawab dapat membantu diri kita untuk lebih percaa diri melakukan suatu hal.

C. Fungsi dan Perlunya Percaya Diri

Kepercayaan diri penting dalam membentuk individu yang berciri keunggulan. Kepercayaan diri penting karena alasan:

- a. Sikap percaya diri dapat membuat seseorang menjadi bersemangat untuk melakukan sesuatu yang ia merasa bisa dan dapat berprestasi dalam bidang yang ditekuninya
- b. Orang yang percaya diri akan mengetahui kemampuan dan kelemahannya, sehingga ia merasa nyaman dengan keadaan dirinya. Karena ia merasa nyamandan menghargai dirinya, ia dapat menerima kritikan dari orang lain, bisa mengakui keberhasilan orang lain dan tidak perlu membangga-

- banggakan apa yang telah dilakukan atau apa yang dimilikinya
- c. Orang yang percaya diri akan termotivasi untuk maju , bangkit dan selalu bersemangat dalam setiap tindakan yang dilakukan (Barbara, 2010)
 - d. Orang yang memiliki percaya diri lebih fokus pada keyakinan dan kemampuan membawa diri, sehingga dapat menciptakan rasa nyaman dalam berperilaku sehingga memperoleh hasil sesuai yang diharapkannya.
 - e. Rasa percaya diri juga bisa menimbulkan rasa cinta pada diri sendiri dan senantiasa berfikir positif.
 - f. Memiliki inisiatif sendiri dalam menyelesaikan masalah sehingga tidak menggantungkan kepada orang lain
 - g. Berpenampilan menyakinkan dan dihargai.
 - h. Konsisten serta tegas,
 - i. Tanggap berperilaku dengan keputusan yang telah dipertimbangkan dengansangat baik.
 - j. banyak dukungan karena perilaku mengajaknya.

Jadi dapat di simpulkan fungsi dan perlunya percaya diri dapat membuat seseorang menjadi bersemangat dalam melakukan suatu hal. Dengan percaya diri dapat membuat kita untuk fokus dan termotivasi untuk maju dalam setiap tindakan yang dilakukan. Sehingga dapat menciptakan rasa nyaman dalam berperilaku.

D. Karakteristik Percaya Diri

Berbagai karakteristik ketepatan kepemilikan rasa percaya diri berupa:

- a. Mempercayai kompetensi diri serta tidak meminta pengakuan, pujian, penghargaan juga penerimaan dari individu lainnya.
- b. Tidak menunjukkan perilaku ambis agar di terima kelompok dan individulainnya.
- c. Menjadi diri sendiri dengan berani menolak atau menerima individu lainnya.

- d. Mengelola diri dengan tepat
- e. Mempunyai internal locus of control (melihat kegagalan atau keberhasilan sesuai kerja keras sendiri tanpa bergantung pada individu lainnya)
- f. Berfikiran positif mengenai dirinya dan orang lainnya pada situasi diluar dirisendiri
- g. Bermimpi realistik sehingga bisa mengetahui dampak positif pada dirinyaketika impian tersebut teraktualisasikan

Dapat disimpulkan bahwa karakteristik memiliki rasa kepercayaan diri adalah mempercayai kompetensi diri sendiri. Menjadi diri sendiri dalam setiap tindakan dan perilaku. Selalu berfikir positif tentang diri sendiri dan orang lain sehingga akan berdampak positif untuk diri sendiri.

M. Scott Peck mengemukakan kepercayaan diri berupa komponen batin/self love, pandangan positif, tujuan jelas, dan memahami diri, selanjutnya komponen lahir seperti ketegasan, komunikasi, pengelolaan perasaan dan sifat diri (Lindenfield, 1997).

Kesimpulannya ialah kepercayaan diri mempunyai beberapa jenis seperti mandiri dalam pengambilan keputusan, percaya potensi diri, berani menyatakan argumen dan bersikap positif pada dirinya. Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Percaya Diri Semua orang pada dasarnya baik dan memiliki hak hidup layak yang bahagia dengan bekerja keras serta percaya diri dengan keyakinan kuat dalam setiap dirinya serta tahu yang dikuasai. Menurut Lauster Ada beberapa faktor pengaruh rasa percaya diri diantaranya (Ghufron, dkk., 2008) :

- a. Kemampuan Pribadi, yaitu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengembangkan diri, dimana individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakannya, tidak tergantung dengan orang lain
- b. Interaksi sosial, yaitu mengenai bagaimana individu dalam berhubungan

dengan lingkungannya dan mengenal sikap individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, bertoleransi dan dapat menerima serta menghargai orang lain.

- c. Konsep diri, yaitu bagaimana individu memandang dan menilai dirinya sendirisecara positif atau negatif mengenai kelebihan dan kekurangannya.

E. Upaya Menumbuhkan Kepercayaan Diri

Ada empat cara untuk meningkatkan kepercayaan diri, diantaranya (Santrock, 2003):

- a. Mengidentifikasi dan mencari tahu penyebab dari rendahnya percaya diri merupakan langkah awal dan suatu hal yang sangat penting dalam memperbaiki tingkat kepercayaan diri kita masing-masing.
- b. Penerimaan sosial serta dukungan emosional ialah dampak penting dalam kepercayaan diri individu dengan konfirmasi orang lainnya. Salah satu caranya adalah dengan cara memberanikan diri berbicara didepan umum, serta memebri feedback saat diajak berbicara dengan orang lain.
- c. Prestasi ialah salah satu kunci seseorang untuk percaya diri. Biasanya orang yang memiliki prestasi cenderung dirnya akan lebih percaya diri dari sebelumnya.
- d. Menyelesaikan permasalahan ialah sikap evaluasi diri yang memacu persetujuan pada dirinya sendiri sehingga menumbuhkan kepercayaan diri.

Dapat disimpulkan bahwa upaya menumbuhkan kepercayaan diri yaitu dengan mencari tahu dahulu penyebab dari rendahnya kepercayaan diri kita. Selanjutnya dapat mengevaluasi diri kita apa kekurangan dan kelebihan yang dimiliki. Dengan begitu, dapat menumbuhkan rasa percaya diri di dalam diri.

2.2 Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok ialah layanan melalui pendekatan kelompok dalam kegiatan konseling merupakan bentuk usaha pemberian bantuan kepada orang-orang yang membutuhkan. Dalam hal ini, suasana kelompok yang merupakan hubungan dari semua orang yang terlibat dalam kelompok merupakan wahana dimana masing-masing anggota kelompok dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan dan berbagai reaksi dari anggota kelompok lainnya untuk kepentingan dirinya dan sebagai usaha pengembangan anggota kelompok yang bersangkutan.

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah kegiatan pemberian informasi dalam suasana kelompok dan adanya penyusunan rencana untuk pengambilan keputusan yang tepat dengan adanya dinamika kelompok sebagai wadah untuk pencapaian tujuan kegiatan bimbingan dan konseling (Azam, 2016). Prayitno menjelaskan layanan bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang di berikan kepada konseli secara kelompok atau bersama supaya kelompok itu menjadi lebih besar, kuat, dan mandiri (Prayitno, 1995). Sedangkan menurut Gibson & Mitchell bimbingan kelompok mengacu pada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman melalui aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi (Gibson&Mitchell, 2010). Winkel & Hastuti berpendapat bahwa bimbingan kelompok merupakan 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 (Ridhani, 2017).

Bimbingan kelompok merupakan pemberian informasi dengan kegiatan kelompok kepada konseli secara terencana dan terorganisasi untuk

menunjang perkembangan baik pribadi maupun sosial pada tiap individu untuk meningkatkan kerja sama sebuah kelompok. Penyampaian informasi dalam bimbingan kelompok bisa berupa pembahasan mengenai masalah baik pribadi maupun sosial (Juntika&Nurihsan, 2005).

Adapun tujuan bimbingan kelompok yang lain yaitu memberikan konseli kesempatan untuk belajar hal-hal baru yang berkaitan dengan pendidikan, karier, pemahaman pribadi dan sosial, memberikan konseli layanan sebagai sarana penyembuhan melalui dinamika kelompok, bimbingan kelompok lebih ekonomis dan hemat waktu dan sebagai dasar untuk melaksanakan layanan konseling individu agar lebih efektif (Romlah, 2001). Dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok yaitu menjadikan atau membentuk pribadi mandiri, produktif, kreatif dan mampu menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungannya secara efektif.

2. Unsur-Unsur dalam Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan bimbingan kelompok memiliki unsur-unsur penting dalam pemberian layanan meliputi dinamika kelompok, pemimpin kelompok dan anggota kelompok. Unsur-unsur pelaksanaan bimbingan kelompok digunakan untuk mencapai tujuan kelompok.

1. **Dinamika Kelompok** Terciptanya dinamika kelompok menurut Shertzer dan Stone yaitu adanya interaksi yang baik antar anggota kelompok untuk mencapai tujuan bersama sehingga kelompok lebih produktif aktif dan kreatif (Romlah, 2001). Dinamika kelompok adalah suatu gambaran berbagai kualitas hubungan yang “positif”, “bergerak”, “bergulir”, dan “dinamis” yang menandai dan mendorong kehidupan suatu kelompok. Menurut Kurt Lewin, dalam Forsyth bahwa dinamika kelompok yaitu cara bereaksi individu untuk bertindak atas keadaan yang berubah dalam suatu kelompok (Sisca&Itsar, 2016). Hartinah menjelaskan dinamika kelompok terbagi dalam tiga aspek yaitu sebagai

berikut:

- a. Komunikasi dalam kelompok Proses komunikasi dalam kelompok akan menimbulkan pertukaran gagasan yang akan diubah menjadi sebuah simbol melalui media oleh komunikator kepada komunikan.
- b. Kekuatan di dalam kelompok Sebuah kelompok memiliki power yang saling mempengaruhi sehingga dapat membentuk kelompok menjadi lebih solid.
- c. Kohesi kelompok Merupakan sejumlah faktor yang mempengaruhi anggotakelompok untuk tetap menjadi anggota kelompok tersebut.
- d. Pemimpin kelompok Bimbingan kelompok akan terlaksana dengan baik apabila memiliki pemimpin kelompok. Peran pemimpin kelompok sangat sentral dalam proses layanan ini, untuk lebih lanjut mengenai peran pemimpin kelompok adalah sebagai berikut:
 1. Stimulus emosional (motional stimulation): memberikan motivasi, memberikan kenyamanan, memimpin untuk mendapatkan solusi.
 2. Peduli (caring): memberi dorongan kepada anggota untuk saling mengasihi, menghargai, menerima, tulus dan penuh perhatian.
 3. Memberikan pengertian (meaning attribution): menjelaskan, mengklarifikasi, menafsirkan.
 4. Fungsi eksekutif (excecutive function): menentukan batas waktu, norma-norma,menentukan tujuan-tujuan dan memberikan saran-saran.
- e. Anggota kelompok Unsur lain dari layanan bimbingan kelompok yaitu anggota kelompok. Tanpa anggota kelompok tidak mungkin bisa disebut kelompok dan sebagian besar kegiatan bimbingan kelompok di dasarkan atas peranan dari anggota kelompok. Menurut Sukardi peranan anggota kelompok yang harus di laksanakan dalam

layanan bimbingan kelompok yaitu (sukardi, 2008:30):

- a. Membantu terbinanya suasana keakraban antar anggota kelompok
- b. Mencerahkan segenap perasaan dalam mengikuti kegiatan kelompok.
- c. Berusaha agar yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama.
- d. Membantu tersusunya aturan kelompok dan melaksanakannya dengan baik.
- e. Aktif ikut serta dalam kegiatan kelompok.
- f. Mampu berkomunikasi secara terbuka.
- g. Berusaha membantu anggota lain.

Layanan bimbingan kelompok terbagi atas tiga kelompok, yaitu kelompok kecil terdiri dari 2 sampai dengan 6 orang, kelompok sedang terdiri dari 7 sampai dengan 12. Orang, dan kelompok besar terdiri dari 13 sampai dengan 20 orang (nurihsan, 2006).

2. Asas Bimbingan Kelompok Sebagai penunjang keberhasilan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok tentunya ada beberapa asas-asas yang harus dipatuhi oleh kelompok yaitu sebagai berikut (Ridhani, 2017): Asas kerahasiaan, anggota kelompok harus dapat merahasiakan semua informasi dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak untuk orang lain ketahui.
 - a. Asas Keterbukaan, konseli terbuka dan tidak berpura-pura dalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri maupun dalam menerima informasi dan materi dari luar yang berguna bagi perkembangan dirinya. Agar konseli dapat terbuka, konselor

- terlebih dahulu harus bersikap terbuka dan tidak berpura-pura.
- b. Asas kesukarelaan, pada asas ini menghendaki konseli kesukaan dan kerelaan dalam mengikuti dan menjalankan kegiatan yang diperlukan oleh konseli sendiri.
 - c. Asas kekinian, yakni anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan belaku sekarang. Halhal yang telah lalu dianalisis dan disangkut- pautkan kepentingan pembahasan hal-hal yang terjadi dan berlaku.

2.3 Media Cinema

A. Pengertian Media Film Sebagai Media Bimbingan Konseling

Pengertian media film sebagai media bimbingan konseling Menurut ACET (*Assosiation of Education and Communication*), menyatakan media merupakan saluran yang digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi. Media merupakan sesuatu yang bersifat menyalurkan pesan dan dapat merangsang pikiran perasaan dan kemauan audien (siswa) sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar pada dirinya. Media bimbingan konseling merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan bimbingan dan konseling yang dengan tujuan agar dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan siswa/konseli untuk memahami diri, mengarahkan diri, mengambil keputusan serta memecahkan masalah yang dihadapi. (Nunu Mahnun,2015) Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa media bimbingan konseling merupakan wadah dari informasi, pesan atau bahan yang akan disampaikan kepada siswa sesuai dengan target atau tujuan dari layanan yang akan diberikan.

Film ialah media berkomunikasi dengan audiens yang dipercaya memiliki kekuatan menghipnotis agar dapat menerima makna budaya

tersebut serta audien dengan tidak langsung mengikuti nilai ideologi film tersebut. (Jasmine, 2016). Film disebut juga gambar hidup (*motion pictures*), yaitu serangkaian gambar diam (*still pictures*) yang meluncur secara cepat dan diproyeksikan sehingga menimbulkan kesan hidup dan bergerak. Film merupakan media yang menyajikan pesan audio visual dan gerak. Oleh karenanya, film memberikan kesan yang impresif bagi pemirsanya.

Berdasarkan penjelasan mengenai media dan film yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa media film merupakan alat komunikasi visual yang digunakan sebagai prantara atau penghubung antara dua pihak, yaitu antara sumber pesan dan penerima pesan atau informasi yang berupa gambar hidup disertai dengan suara yang digunakan untuk membantu seseorang dalam menceritakan informasi serta untuk mempelajari tentang ide baru.

B. Tujuan Media Cinema

Ketika menonton film dengan tidak langsung otak kita harus memahami alur cerita dalam film tersebut, seolah olah diri kita ada diperan film tersebut. Maka dari itu menggunakan media *cinema* ini bisa meningkatkan konseli agar menampilkan seperti seharusnya seperti pengaturan emosi, percaya diri dan motivasi.

Menurut Solomon film bermanfaat untuk memberikan efek positif pada individu yang bermasalah. Sedangkan menurut Wols menjelaskan bahwa film memiliki kekuatan besar sebagai alat untuk menceritakan sebuah cerita, mengkomunikasikan informasi, dan memberi pengaruh budaya (Jasmine, 2016). Pemberian video pada peserta didik mampu merangsang pemikiran dalam pembelajaran sehingga menjadi hal terbaru pada proses konseling untuk mengatasi rasa bosan.

C. Manfaat Media *Cinema*

Pemakaian film dapat bermanfaat seperti :

1. Media *cinema* yang memiliki ketertarikan tersendiri, karena mereka terapi dengan cara diberikan sebuah tontonan positif yang bertujuan agar bisa mempengaruhi diri seseorang untuk bergerak maju.
2. Film dapat membantu seseorang untuk menumbuhkan motivasi atau bisa menginspirasi dalam diri seseorang.
3. Film juga dapat menumbuhkan pengetahuan seseorang terhadap pesan-pesan atau nilai dalam film serta juga dapat melakukannya dalam kehidupan nyata.

Dapat disimpulkan bahwa manfaat film atau media *cinema* adalah dapat menambah pengetahuan seseorang melalui pesan-pesan yang disampaikan oleh film tersebut. Serta dapat menumbuhkan motivasi dan menginspirasi seseorang.

D. Aplikasi Penggunaan Media Film Dalam Layanan Informasi

Langkah yang dilalui dalam pelaksanaan konseling menggunakan Media *cinema* seperti (Hastin, 2018:28):

1. Membuat janji mengenai jenis film, durasi, dan aktivitas konseling lainnya dengan konseli.
2. Memilih film terbaik yang juga disukai konseli serta pada tahapannya konseli wajib paham isi dari filmnya.
3. Proses melihat film secara tenang dan pada ruangan kurang pencahayaannya agar alam bawah sadar konseli mudah memahami gambar bergerak, simbol dan warna pada film.
4. Selanjutnya pendiskusian makna film dengan konseli yang menghindari terjebak dalam mengkritisi film.

5. Mengatur janji pertemuan selanjutnya dengan konseli untuk mengevaluasi hasil terapi yang telah dilaksanakan.

Beberapa hal yang perlu diketahui dalam pelaksanaan layanan informasi dengan menggunakan media film antara lain :

a) Ruang penyaji

Ruangan yang dipergunakan untuk pelaksanaan dapat berupa ruang kelas, aula, laboratorium atau ruang khusus untuk penyajian program-program media pendidikan.

b) Peralatan yang digunakan

Melaksanakan layanan informasi dengan menggunakan media film memerlukan peralatan seperti : Film, Televisi monitor, Kabel-kabel listrik dan kabel monitor, Langkahlangkah dalam pelaksanaan, CPU, LCD, dan Speaker aktif

c) Langkah-langkah dalam pelaksanaan

Langkah-langkah yang ditempuh dalam pelaksanaan yaitu pertama, pastikan semua siswa sudah berada dalam ruangan dan peralatan yang akan digunakan sudah lengkap. kedua, masukkan film dalam bentuk VCD (*Video Compact Disc*). Sebelum film ditayangkan, jelaskan pada siswa bahwa siswa bahwa kita akan menonton film, kemudian menjelaskan tentang tujuan yang ingin dicapai dan penjelasan sekilas tentang film yang akan diputar, serta hal-hal yang harus dilakukan selama film diputar, lalu, film siap diputar.

Apabila pada saat di tengah-tengah film ditayangkan ada suatu hal yang dipandang perlu untuk memberikan penjelasan tambahan, maka film tersebut dapat dihentikan sementara pada saat yang tepat yaitu bagian apa pada film tersebut, sehingga tidak mengganggu keseimbangan penyajian film. Setelah film selesai diputar, peneliti menanyakan perasaan siswa.

d) Kegiatan lanjutan

Kegiatan lanjutan yang perlu dilakukan adalah dengan mengadakan session diskusi. Hal tersebut bertujuan; untuk menilai program; menjelaskan hal yang kurang atau belum dimengerti oleh siswa; serta untuk membuat resume dan sebagai evaluasi.

Dapat disimpulkan bahwa hal-hal yang perlu diperhatikan dalam penggunaan media *cinema* adalah penyajian film yang sesuai dengan permasalahan siswa. Selain itu peralatan yang digunakan untuk pelaksanaan layanan juga harus diperhatikan. Hal tersebut dilakukan agar penyajian film dapat terlaksana dengan baik.

2.4 Masa Remaja Awal

Masa remaja awal merupakan masa transisi, dimana usianya berkisar antara 13 tahun sampai 16 tahun atau yang biasa disebut dengan usia belasan yang tidak menyenangkan, dimana juga terjadi juga perubahan pada dirinya baik secara fisik, psikis maupun sosial (Hurlock, 2010). Masa remaja merupakan salah satu fase perkembangan dalam kehidupan individu yang ditandai dengan ciri-ciri pencarian identitas diri. Menjalani hubungan akrab dengan teman sebaya, dibandingkan dengan orangtua dan menjalani perubahan secara tiba-tiba dan cepat pada aspek fisik, psikologis, seksual, kognitif, sosial. Beberapa ciri yang terjadi pada remaja seperti yang telah disebutkan tadi dapat menimbulkan kesulitan dan masalah bagi remaja yang mengalaminya (Hurlock,2010).

Monks, dkk (1999) membagi masa remaja menjadi empat bagian, yaitu (1) masa praremaja atau prapubertas (10-12 tahun), (2) masa remaja awal atau pubertas (12-15 tahun), (3) masa remaja tengah (15-18 tahun), (4) masa remaja akhir (18-21 tahun). Pada masa remaja terjadi perubahan fisik, psikis dan sosial yang pesat dan berbeda dari yang sebelumnya sehingga dimungkinkan remaja mengalami masa krisis yang ditandai dengan kecenderungan munculnya perilaku menyimpang, (Dariyo, 2007).

Menghadapi masa transisi itu, keluarga, sekolah dan lembaga agama harus memberikan pengertian dan pendidikan akan pengenalan diri remaja tentang siapa dirinya, pengetahuan seksualitas, pendidikan norma, etika, dan estetika. Namun dalam masa transisi tersebut apabila tidak didukung oleh lingkungan yang kondusif dan sifat kepribadian yang baik akan menjadi pemicu timbulnya berbagai penyimpangan perilaku yang melanggar aturan dan norma yang ada di masyarakat yang biasanya disebut dengan kenakalan remaja.

Setiap anak yang memasuki masa remaja dihadapkan pada permasalahan penyesuaian sosial, karena pada masa remaja identik dengan permasalahan-permasalahan pribadi seperti halnya menentukan pilihan dalam proses berinteraksi dengan orang lain. Apabila lingkungan keluarga tidak kondusif dalam arti keluarga tidak dapat memberikan rasa aman dan nyaman, maka remaja akan mengalami hambatan dalam perkembangan sosialnya. Dalam kondisi ini kemungkinan remaja mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pergaulan teman sebaya atau lingkungan sosial yang lebih luas. Kemungkinan lain dengan kondisi keluarga yang tidak dapat memberikan rasa aman dan nyaman, maka remaja akan mencari rasa aman dan nyaman dari lingkungan di luar keluarganya, misalnya mencari penerimaan sosial dari teman sebaya atau lingkungan pergaulan lainnya.

Hurlock berpendapat bahwa dukungan khususnya keluarga atau kurangnya dukungan akan berpengaruh pada kepribadian anak, terutama pada pembentukan konsep diri. Pola terbentuknya konsep diri pada seseorang individu bukan bawaan lahir, tetapi konsep diri terbentuk melalui proses, dan proses pembentukan diri tidak dapat terlepas dari peran keluarga. Konsep diri yang positif dan keluarga yang harmonis ditengarai akan mampu mencegah seorang remaja untuk cenderung melakukan kenakalan atau perbuatan yang negatif. Adanya kecenderungan seperti ini mengindikasikan bahwa remaja kurang mampu menyesuaikan diri secara sosial dengan baik.

Banyak faktor yang menyebabkan remaja sulit melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya, salah satunya adalah keyakinan pada kemampuan diri yang disebut dengan kepercayaan diri. Dengan keyakinan bahwa diri mampu, remaja akan terdorong untuk memanfaatkan kemampuannya dan mampu mengembangkan diri di lingkungannya (Ghifani, 2004). Kepercayaan diri terbentuk secara bertahap membentuk sebuah proses. Dalam prosesnya, tidak sedikit remaja yang mengalami kesulitan. Kesulitan pembentukan kepercayaan diri ini dapat terjadi karena dukungan dari lingkungan sosial dan keberfungsian sosialnya yang kurang mengembangkan kepercayaan diri pada remaja. Permasalahan tidak percaya diri akan menghambat perkembangannya dalam bersosialisasi, mengembangkan potensi yang ia miliki, mengenal dirinya sendiri, dan tugas perkembangan lainnya. Permasalahan tidak percaya diri ini diketahui merupakan akibat dari adanya pikiran-pikiran negatif (distorsi kognitif) yang berdampak pada perilaku remaja

2.5 Penelitian Relevan

Penelitian (Normanita et al., 2018) jurnal dengan judul “Meningkatkan Interaksi Sosial dengan Teman Sebaya Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Cinematherapy*” ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari layanan bimbingan kelompok teknik *cinematherapy* terhadap kemampuan interaksi sosial siswa dengan teman sebaya. Indikator perilaku interaksi sosial dengan teman sebaya meliputi kerjasama, persaingan, penyesuaian diri, dan mengurangi konflik. Jenis penelitian ini yakni eksperimen dengan desain one group pre-test and post-test. subjek dalam penelitian ini yakni ada 10 siswa dari kelas X-IPS 1.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala interaksi sosial, dianalisis menggunakan analisis deskriptif presentase dan uji wilcoxon. Tingkat kemampuan interaksi sosial siswa dengan teman sebaya sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok teknik *cinematherapy* berada pada kategori sedang (66,0%) dan sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan

teknik *cinematherapy* berada pada kategori tinggi (79,5%). Kemampuan interaksi sosial siswa dengan teman sebaya sesudah diberi perlakuan layanan bimbingan kelompok teknik *cinematherapy* mengalami peningkatan sebesar 13,5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *cinematherapy* berpengaruh terhadap kemampuan interaksi sosial siswa dengan teman sebaya kelas X-IPS 1 SMA Negeri 1 Demak dan mempunyai implikasi untuk meningkatkan kemampuan interaksi sosial siswa dengan teman sebaya dengan baik.

Penelitian (Ledyanita Tri Kartikasari, 2015) dengan judul “Pengaruh Bimbingan Kelompok teknik *cinema Therapy* terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X Sma Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016” Penelitian ini dilatar belakangi oleh banyak siswa kelas X SMA Negeri 4 Kediri kurang memiliki rasa percaya diri seperti tidak berani untuk berbicara atau tampil didepan umum, malu untuk mengungkapkan pendapatnya, mudah putus asa dalam menghadapi suatu masalah, ragu-ragu dalam mengambil keputusan, sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan yang lebih penting lagi kurang yakin pada kemampuan atau kelebihan yang di milikinya. Untuk memecahkan masalah tersebut peneliti melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *cinema therapy*, dengan tujuan mengentaskan berbagai masalah kurang percaya diri yang dihadapi siswa.

Penelitian (Fransisca R et al, 2019) dengan judul “Media *cinema therapy* Pada Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII SMPN 51 Surabaya” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan dari penerapan media media *cinema* pada bimbingan kelompok dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas.

Penelitian ini menggunakan rancangan pre experimental design berupa one-group pre test –post test desaign dengan subjek penelitian ini 6 siswa dari kelas VIII yang memiliki motivasi rendah dalam belajarnya. Setelah dilakukan uji hipotesis wilcoxon diketahui $\rho = 0,028$ dengan taraf kesalahan 5% atau 0,05 sehingga H_a

diterima. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa media media *cinema* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. Media media *cinema* pada bimbingan kelompok dapat dijadikan alternatif untuk membantu siswa yang memiliki motivasi belajar yang rendah.

III. METODELOGI PENELITIAN

Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu. Penggunaan metode yang dimaksud agar kebenaran yang diungkap benar-benar dapat dipertanggungjawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dapat dipercaya.

3.1 Metode, Desain dan Subjek Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang di gunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu. Penggunaan metode ini dimaksudkan agar kebenaran yang diungkap benar-benar dapat dipertanggungjawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dapat dipercaya. Metode penelitian yang digunakan adalah Quasi Experiment. Sebagaimana dikemukakan oleh (Seniati, 2011) yang menjelaskan bahwa penelitian eksperimen mengukur hubungan sebab-akibat. Peneliti menggunakan metode Quasi eksperiment ini dikarenakan metode ini tidak menggunakan variabel kontrol, subjek tidak dipilih secara random, serta dalam menentukan jumlah subjek yang akan menjadi bahan penelitian jumlah subjeknyadibatasi.

Desain penelitian yang digunakan yaitu Onegroup pretest-post test design. Pelaksanaan dengan desain ini dilakukan dengan cara memberikan perlakuan atau perlakuan atau treatment, kelompok tersebut diberikan post test (O2). Hasil dari kedua test ini kemudian dibandingkan untuk mengetahui apakah perlakuan yang

diberikan memberikan pengaruh atau perubahan terhadap kelompok. tersebut (Sugiyono, 2012). Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:

<i>Pre-test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post-test</i>
O ₁	O ₁	O ₂

Gambar 1. Pola pre-eksperimental design

Keterangan :

O₁ : Pre-test berupa observasi awal sebelum siswa diberikan perlakuan

X : Perlakuan (*treatment*)

O₂ : Post-test berupa observasi akhir setelah siswa diberikan perlakuan

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa dari kelas VIII SMP Negeri 22 Bandar Lampung. Berdasarkan apa yang peneliti lakukan di sekolah tersebut terdapat kepercayaan diri rendah siswa. Salah satu contohnya adalah terdapat siswa yang tidak berani menyampaikan pendapat dan kurang pergaulan atau interaksi sosial disekolah.

Untuk menjaring subjek, peneliti melakukan wawancara terlebih dahulu kepada guru Bimbingan konseling disekolah tersebut, kemudian peneliti melakukan observasi yaitu melakukan pretest dengan menggunakan lembar observasi untuk memastikan subjek yang diberikan oleh guru BK sesuai dengan kriteria untuk menjadi subjek penelitian atau tidak. Setelah itu subjek diberikan treatment berupa bimbingan kelompok, dan yang terakhir peneliti kembali melakukan observasi dengan melakukan post test untuk dapat melihat perubahan terhadap sikap percayadiri siswa tersebut.

3.2 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Menurut (Suharsimi Arikunto, 2011) variabel adalah objek penelitian, atau yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Menurut (Sugiyono, 2012) secara teoritis variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau objek yang mempunyai variasi antara satu orang dengan yang lainnya atau satu objek dengan objek lainnya. Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (*independen*) dan variabel terikat (*dependen*), yaitu :

- a. Variabel bebas (*independen*) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu bimbingan kelompok *Media cinema*
- b. Variabel terikat (*dependen*) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah percaya diri.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri dan bimbingan kelompok.

a) Percaya Diri

Rasa percaya diri merupakan sikap mental optimisme dari kesanggupan anak terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan segala sesuatu dan kemampuan diri untuk melakukan penyesuaian diri pada situasi yang dihadapi". Sikap optimisme inilah yang akan menjadikan orang itu akan lebih percaya terhadap dirinya. Indikator kepercayaan diri (Lauster, 1992) adalah :

1. Keyakinan akan kemampuan diri
2. Optimis
3. Berani menerima dan menghargai penolakan
4. Bertanggung jawab

5. Rasional dan realistis

b) Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan layanan yang bertujuan untuk mengatasi kepercayaan diri siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Adapun tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok, yaitu:

1. tahap pembentukan,
2. tahap peralihan,
3. tahap kegiatan,
4. tahap pengakhiran.

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Terdapat dua hal utama yang mempengaruhi kualitas data hasil penelitian, yaitu, kualitas instrumen penelitian, dan kualitas pengumpulan data. Untuk mengumpulkan data penelitian, tentunya peneliti harus menentukan teknik pengumpulan data apa yang akan digunakan sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian ini akan menggunakan teknik pengumpulan data dengan menggunakan Skala Likert.

1. Skala Kepercayaan Diri (Skala Likert)

Skala pada penelitian ini menggunakan skala percaya diri dengan model Likert. Menurut (Azwar 2010), skala psikologi merupakan alat ukur aspek atau atributafektif. Skala psikologi memiliki karakteristik antara lain: stimulusnya berupapertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendakdiukur melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan,dikarenakan atribut psikologis diungkap secara tidak langsung lewat indikator- indikator perilaku sedangkan indikator perilaku diterjemahkan dalam bentuk item- item, maka skala psikologi selalu berisi banyak item, respon subjek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban benar atau salah. Skala psikologis ini

digunakan untuk mengungkapkan aspek psikologi mengenai Percaya Diri. Peneliti memperhatikan tujuan ukur, metode penskalaan dan format item yang dipilih, sehingga respon yang disajikan dalam skala adalah dalam bentuk pilihan jawaban yang terdiri dari lima jawaban kesesuaian antara responden dengan pernyataan yang disajikan. Jawaban kesesuaian antara responden dengan pernyataan yang disajikan tersebut adalah:

1. Sangat Sesuai (SS);
2. Sesuai (S);
3. Netral (N) ;
4. Tidak Sesuai (TS);
5. dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban itu dapat diberi skor antara 1 sampai 5. Jawaban pada instrumen dapat dilihat pada tabel-tabel berikut:

Tabel 1. Model kualifikasi jawaban skala kepercayaan diri item positif

Jawaban	Skor	Keterangan
SS	5	Sangat Sesuai
S	4	Sesuai
N	3	Netral
T	2	Tidak Sesuai
STS	1	Sangat Tidak Sesuai

Tabel 2. Kisi-Kisi Skala Percaya Diri

Variabel	Indikator	Deskriptor	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Percaya diri Dalam pembelajaran	1. Yakin akan kemampuan diri	a. Memiliki sikap positif terhadap diri	1,3, 4	2

	2. Optimis	b. Memahami dengan sungguh-sungguh apapun yang dilakukan	5,6	
		c. Berpandangan baik dalam menghadapi suatu hal	8	7
		d. Memiliki harapan yang tinggi terhadap keinginannya	10	9,11
	3. Objektif	e. Menilai berdasarkan kebenaran	12, 14	13
		f. Memiliki kemampuan berkompetisi yang positif dan sportif	15	16
	4. Bertanggung jawab	g. Menanggung segala sesuatu yang menjadi konsekuensinya	19	17,18,20
	5. Realistis	h. Memiliki kedisiplinan terhadap segala bentuk aturan	21, 22, 23, 24, 25	
		i. Menerima kelebihan dan kekurangan diri serta orang lain	27, 28, 29	26, 30
		j. Memiliki pemikiran yang sesuai penalaran	33	31, 32, 34, 35

3.4 Uji Validitas Instrumen

Validitas yang peneliti gunakan adalah validitas isi (content validity). Menurut Sugiyono (2007:352) untuk menguji validitas is maka dapat digunakan pendapat dari ahli (experts judgment). Cara menggunakan validitas is ialah dengan membandingkan antara isi skala dengan kisi-kisi skala. Pada kisi-kisi terdapat variabel yang diteliti, indikator sebagai tolok ukur dan item merupakan penjabaran dari indikator, agar uji validitas dapat dilakukan dengan mudah dan sistematis. Data yang diperoleh kemudian diuji validitasnya menggunakan program SPSS.

Uji validitas digunakan untuk mengetahui kevalidan atau kesesuaian aitem pada skala yang digunakan oleh peneliti dalam mengukur dan memperoleh data penelitian . Peneliti melakukan uji validitas skala ini kepada siswa sebanyak 60 orang dengan jumlah 35 aitem. Nilai rtabel dengan $N=55$ pada signifikansi 5% pada distribusi rtabel statistik, maka diperoleh nilai rtabel sebesar 0,266. Jika hasil validitas dibawah nilai rtabel = 0,266 maka aitem tersebut dinyatakan tidak valid. Dari hasil uji validitas yang dilakukan oleh peneliti terdapat 35 aitem yang didalamnya 30 aitem skala dinyatakan valid dengan hasil validitas tertingginya 0,621 dan validitas terendah 0,103 dapat dilihat pada lampiran halaman 105. Terdapat 5 aitem pada skala yang dinyatakan tidak valid yaitu pada aitem nomor 14, 20, 28, 32, dan 34 . Hasil dari 5 item tersebut dinyatakan tidak valid karena hasil validitasnya dibawah nilai rabel=0,266.

3.5 Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas merupakan alat yang digunakan untuk mengukur konsistensi kuesioner yang merupakan indikator dari variabel atau konstruk. Menurut Sugiyono (2017: 130) menyatakan bahwa uji reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Uji reliabilitas ini dilakukan pada responden sebanyak 55 siswa SMP N 8

Bandar Lampung Menggunakan program SPSS 22.0 for windows, variabel dinyatakan reliabel dengan kriteria berikut :

1. Jika r-alpha positif dan lebih besar dari r-tabel maka pernyataan tersebut reliabel.
2. Jika r-alpha negatif dan lebih kecil dari r-tabel maka pernyataan tersebut tidak reliabel.
 - a. Jika nilai Cronbach's Alpha $> 0,6$ maka reliable
 - b. Jika nilai Cronbach's Alpha $< 0,6$ maka tidak reliable

Variabel dikatakan baik apabila memiliki nilai Cronbach's Alpha $>$ dari 0,6 (Priyatno, 2013: 30)

Tabel 3. Kriteria Reliabilitas

Koefisien r	Kriteria
0,8 -1,000	Sangat Tinggi
0,6 - 0,799	Tinggi
0,4 – 0,599	Cukup
0,2 – 0,399	Rendah
0,0 – 0,199	Sangat rendah

Peneliti melakukan reliabilitas instrumen menggunakan bantuan program Statistics Product and Service Solution (SPSS) dengan menggunakan perhitungan Alpha Cronbach. Berikut ini merupakan hasil perhitungan uji reliabilitas.

Tabel 4. Hasil Perhitungan Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
0, 826	35

Dari hasil perhitungan Cronbach's Alpha diatas diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0,826. Jadi $0,0826 > 0,6$ maka hasil peritungannya reliable.

3.6 Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan analisis data maka dapat membuktikan hipotesis. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan Uji t dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian mengenai pengaruh dari masing-masing variabel bebas secara parsial terhadap variabel terikat. Uji t adalah salah satu test statistik yang dipergunakan untuk menguji kebenaran atau kepalsuan hipotesis yang menyatakan bahwa diantara dua buah mean sampel yang diambil secara random dari populasi yang sama, tidak terdapat perbedaan yang signifikan (Sudjiono, 2010). t-statistics merupakan suatu nilai yang digunakan guna melihat tingkat signifikansi pada pengujian hipotesis dengan cara mencari nilai t-statistics melalui prosedur bootstrapping. Pada pengujian hipotesis dapat dikatakan signifikan ketika nilai T-statistics lebih besar dari 1,96, sedangkan jika nilai t-statistics kurang dari 1,96 maka dianggap tidak signifikan (Ghozali, 2016). Adapun kriteria dari uji statistik t (Ghozali, 2016) :

1. Jika nilai signifikansi uji $t > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Artinya tidak ada pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen.
2. Jika nilai signifikansi uji $t < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya terdapat pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen.

Hasil pengujian hipotesis yang dilakukan dengan menggunakan Uji t dengan hasil perhitungan nilai $t_{hitung} = 12,936$. Kemudian diperoleh nilai yaitu $t_{tabel} = 2,015$. Berdasarkan ketentuan pengujian apabila $t_{hitung} = 12,936 > t_{tabel} = 2,015$ dengan $p = 0,00$; $p < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

V. SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di kelas VIII 1 SMPN 22 Bandar Lampung tentang pemberian layanan Bimbingan Kelompok Media *Cinema* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberi layanan. Siswa mengalami peningkatan kepercayaan diri setelah diberikan layanan Bimbingan Kelompok Media *Cinema* selama 3 pertemuan dengan film yang disajikan yaitu berjudul Nussa Bisa, Kodomo Challenge, dan Domba Merah Muda. Peningkatan juga dapat dilihat dari hasil skor *pre-test* dengan presentase 64% , kemudian diperoleh skor *post-test* 84,16% terdapat peningkatan skor *pre-test* dan *post-test* sebesar 20,16%. Hasil pengujian hipotesis yang dilakukan dengan menggunakan Uji t dengan hasil perhitungan nilai $t_{hitung} = 12,936$ dengan $p = 0,00$; $p < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa layanan Bimbingan Kelompok Media *Cinema* terbukti dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

5.2 Saran

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

a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Bagi Guru Bimbingan dan Konseling hendaknya lebih memperhatikan permasalahan yang dialami siswa di sekolah. Bagi guru bk yang akan

melaksanakan layanan bk di sekolah hendaknya memberikan hal yang menarik sehingga siswa tidak ragu untuk melakukan konseling di sekolah dan tidak merasa jenuh saat pelaksanaan layanan.

b. Bagi Sekolah

Sekolah hendaknya lebih mengoptimalkan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah. Sekolah juga hendaknya memfasilitasi dan menyediakan tenaga ahli dalam bidang Bimbingan dan Konseling sehingga pelayanan Bimbingan dan Konseling di sekolah dapat terlaksana dengan baik. Dengan demikian, permasalahan yang dialami siswa dapat teratasi dengan baik di sekolah.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya hendaknya lebih memahami faktor penghambat kepercayaan diri siswa, dapat menyajikan lebih banyak lagi film bertema kepercayaan diri, yang mampu meningkatkan kepercayaan diri dalam diri siswa yang dapat menginspirasi siswa untuk mencontoh dan berperilaku dengan baik, serta menyajikan film yang dapat mengatasi permasalahan lainnya yang dialami oleh siswa di sekolah. Dan juga menciptakan suasana yang baik saat pelaksanaan layanan Bimbingan Kelompok di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, M. A., & Rohayti. 2000. *Bimbingan Teman Sebaya untuk meningkatkan Percaya diri siswa*. Bandung. Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia
- Achmad, J., & Nurihsan. 2005. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung. Rineka Cipta.
- Adywibowo, & Inge. 2010. *Memperkuat kepercayaan diri anak melalui percakapan referensial*. Jurnal Pendidikan penabur – No. 15/tahun ke-9/Desember 2010. Jakarta
- Afifa, N. D. 2013. *Penerapan Konseling Eksistensial Humanistik Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa*. Kudus. Universitas Muria Kudus.
- Anas, S. 2010. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press
- Angelis, D. B. 2003. *Confidence Sumber Sukses dan Kemandirian*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama.
- Anthony. 2006. *Rahasia Membangun Percara Diri*. (terjemahan Rita Wiryadi). Jakarta. Binarupa Aksara.
- Arikunto, S. 2011. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi VII. Jakarta. PT. Rineka Cipta.
- Azam, U. 2016. *Bimbingan dan Konseling Perkembangan di Sekolah dan Praktik*. Yogyakarta. CV Budi Utama.
- Azwar, S. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Burden, P. R., & Byrd, D.M. 1996. *Method for effective teaching, second edition*. Boston. Allyn and Bacon.
- Corey, G. 2009. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung. Refika Aditama.
- Dariyo, A. 2007. *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*. Bandung. PT Refika Aditama.
- Derry. 2004. *Suatu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri, Panduan Bagi Remaja yang Masih Mencari Jati Dirinya*, Jakarta. Gramedia.

- Desmita. 2011. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung. PT Remaja Rosdakarya.
- Fatimah, E. 2006. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung. Pustaka Setia
- Folastri, S., B. R., Itsar., Sofyan, A. 2016. *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Bandung. Mujahid Press.
- Gael, L. 1997. *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Jakarta. Arcan.
- Ghifani, A. 2004. *Percaya Diri Sepanjang Hari*. Bandung. Mujahid
- Ghozali, I. 2016. *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS 23* (Edisi 8). Cetakan ke VIII. Semarang. Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Ghufron, N., & Risnawati, R. 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Jakarta. Ar-ruzz Media.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. 2011. *Bimbingan dan Konseling* (Edisi Indonesia-Edisi ke Tujuh). Yogyakarta. Pustaka Pelajar
- Goleman, D. 2015. *Social Intelligence*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama.
- Gudnanto. 2012. *Pendekatan Konseling*. Universitas Muria Kudus.
- Hakim, T. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta. Purwa Suara
- Harningtyas, S., Wuriyanto, A. B. B., Raharjanto, A. K., & Fransisca, R. D. 2019. *Implementasi Soft Skills dalam Praktik Klinik Kebidanan Program Studi DIII Kebidanan Stikes Maharani Malang*. *Health Care Media*, 3(5), 25-34.
- Hastin, M. 2018. *Cinetheraphy dalam Menstabilkan Emosi Remaja Introvert di UIN Sunan Ampel Surabaya*. Skripsi.
- Hurlock, E. B. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta. Erlangga.
- Hurlock, E. B. 2010. *Perkembangan Anak*. Jakarta. Erlangga.
- Indari, M. 2008. *Kiat Percaya Diri*. Jakarta. Hi-Fest Publishing.
- Irawan, P. 1999. *Logika dan Prosedur Penelitian*. Jakarta. STIA-LAN.
- Jarkawi, Ridhani A. R., & Susanto, D. 2017. *Strategi Bimbingan dan Konseling Karier Bermutu pada Sekolah Menengah Kejuruan Syuhada Banjarmasin*. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(3). 123.
- Jasmine, J. 2016. *Metode Pengajar Multiple Intelligences* (IV; A. Salim, ed.). Bandung. Nuansa Cendekia.

- Kartikasari, L. T. 2015. *Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016. Skripsi. Kediri: Universitas Nusantara PGRI Kediri.*
- Kartono, K. 2000. *Hygiene Mental. Cetakan ke-7.* Bandung. Mandar Maju.
- Kurnant, E. 2007. *Konseling Kelompok.* Bandung. Alfabeta.
- Lauster. 2012. *Tes Kepribadian* (terjemahan D. H. Gulo). Jakarta: Bumi Aksara.
- Lefkoe, M. 2012. *Strategi Peningkatan Motivasi Belajar.* Jakarta. Rineka Cipta.
- Luxori, Y. 2001. *Percaya Diri.* Jakarta. Khalifa.
- Mahnun, N. 2015. *Media Pembelajaran (Kajian Terhadap Langkah-langkah Pemilihan Media dan Implementasinya dalam Pembelajaran).* UIN Suska Riau: Jurnal Pemikiran Islam, 37, 27-33.
- Monks, F.J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S.R. 1999. *Psikologi Perkembangan : Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya.* Jogjakarta. Gajah Mada University Press.
- Natawidjaja, Rochman. 2009. *Konseling Kelompok. Konsep Dasar dan Pendekatan.* Bandung. Rizqi Press
- Niva, H. 2016. *Penerapan Pendekatan Cinematherapy Untuk Meningkatkan Perilaku Prososial Pada Siswa Bosowa International School Makassar. Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling.* Volume 2 Nomor 1 Juni 2016. Hal 41-48 p-ISSN: 2443-2202 e-ISSN: 2477- 2518
- Normanita, R. W., Kurniawan, K., & Nusantoro, E. 2018. *Meningkatkan interaksi sosial dengan teman sebaya melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik cinematherapy. Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application,* 7(3), 1-7.
- Achmad, J., Nurihsan. 2009. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling.* Bandung. Refika Aditama.
- Prayitno, & A., Erman. 2009. *Dasar-Dasar Bimbingan & Konseling.* Jakarta. Rineka Cipta.
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Fropil).* Jakarta. Ghalia Indonesia.
- Romlah, T. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan dan Konseling Kelompok.* Malang. Universitas Negeri Malang Press.

- Romlah, T. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan dan Konseling*. Malang. Universitas Negeri Malang.
- Santrock, J. W. 2003. *Adolescence. Perkembangan Remaja. Edisi Keenam*. Jakarta. Erlangga.
- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. 2011. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta. Indeks.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*. Bandung. Penerbit Alfabeta
- Sukardi, D. K. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta. PT Rineka Cipta
- Sutisna. 2010. *Kelebihan dan kekurangan pembelajaran dengan pendekatan problem posing*. Tersedia: <http://sutisna.com/artikel/artikelkependidikan/kelebihan-dan-kelemahan-pembelajaran-denganpendekatan-problem-posing/>
- Wolz, B. 2004. *E-Motion Picture Magic A Movie Lover's Guide to Healing and Transformation*. Colorado: Glenbridge Publishing Ltd.