

KEEFEKTIFAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS XI IPA SMA NEGERI 1 TANJUNG

Putri Suci Susilowati⁽¹⁾, Dini Rakhmawati⁽²⁾, Tri Hartini⁽³⁾

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Universitas PGRI Semarang

E-mail: ¹⁾ putrisusilawati587@gmail.com, ²⁾ dinirakhmawati@upgris.ac.id,
³⁾ trihartini07@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa efektif layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas XI IPA SMA Negeri 1 Tanjung. Jenis penelitian ini adalah eksperimen kuantitatif dengan metode penelitian True Eksperimen menggunakan desain *pretest posttest control group design*. Sampel yang diambil sebanyak 20 siswa, 10 siswa untuk kelompok eksperimen dan 10 siswa untuk kelompok kontrol dengan menggunakan *purposive random sampling*. Dalam penelitian ini data diperoleh melalui instrumen penelitian berupa skala kepercayaan diri dan wawancara. Desain penelitian yang digunakan adalah *pretest, treatment, dan posttest*. Treatment dilaksanakan sebanyak lima kali pada kelompok eksperimen dengan rata-rata 69 menjadi 86,1 meningkat sebanyak 17,1. Hasil uji hipotesis diperoleh hasil $t_{hitung} = 100,662$ dikonsultasikan dengan taraf signifikansi 5% (0,05) yaitu 2,101. Hal tersebut menunjukkan bahwa $t_{hitung} = 100,662 > t_{tabel} = 2,101$. Disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas XI IPA SMA Negeri 1 Tanjung.

Kata kunci: Kepercayaan Diri, Bimbingan Kelompok, Sosiodrama

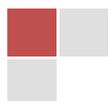
Abstract

The purpose of this study was to determine how effective group guidance services with sociodrama techniques are to increase the self-confidence of class XI science students at SMA Negeri 1 Tanjung. This type of research is a quantitative experiment with a True Experiment research method using a pretest posttest control group design. The samples taken were 20 students, 10 students for the experimental group and 10 students for the control group using purposive random sampling. In this study, data were obtained through research instruments in the form of a self-confidence scale and interviews. The research design used was pretest, treatment, and posttest. The treatment was carried out five times in the experimental group with an average of 69 to 86.1, an increase of 17.1. The results of the hypothesis test obtained that $t_{count} = 100,662$ were consulted with a significance level of 5% (0,05) namely 2,101. This shows that $t_{count} = 100,662 > t_{table} = 2,101$ It was concluded that group guidance services with sociodrama techniques were effective in increasing the self-confidence of class XI science students at SMA Negeri 1 Tanjung

Keywords: Self Confidence, Group Guidance, Sociodrama

Info Artikel

Diterima Februari 2022, disetujui Maret 2022, diterbitkan Juni 2022



Dipublikasikan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Yogyakarta

PENDAHULUAN

Dalam Undang-undang No. 20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan dapat diartikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spriritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan negara.

Berdasarkan fungsi pendidikan nasional yang tertera tersebut, sudah terlihat jelas bertujuan untuk meningkatkan kesiapan masukan dan kualitas proses pendidikan untuk mengoptimalkan pembentukan kepribadian yang bermoral. Menurut Alfiatin dan Andayani (dalam Ghufron dan Rini, 2010: 34) kepercayaan diri adalah suatu aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan, dan keterampilan yang dimilikinya.

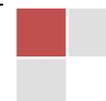
Kepercayaan diri merupakan modal dasar yang paling utama dalam diri seseorang untuk bisa mengaktualisasikan diri. Percaya diri merupakan salah satu hasil karya dari aktualisasi diri yang positif, dengan memiliki kepercayaan diri siswa mampu mengembangkan bakat, minat dan potensi yang ada didalam dirinya.

Fenomena yang telah diuraikan di atas tidak semua individu mempunyai kepercayaan diri yang tinggi, begitupun yang terjadi di SMA Negeri 1 Tanjung. Berdasarkan hasil Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) menunjukkan bahwa terdapat siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah tergolong tinggi. Pada kelas X IPA 1 sebanyak 3,3 %, X IPA 2 sebanyak 2,21 %, X IPA 3 sebanyak 3,13 %, X IPA 4 sebanyak 3,44 %, X IPA 5 sebanyak 3, 19 %, X IPA 6 sebanyak 2,51 % dan X IPA 7 sebanyak 3, 19%.

Adapun layanan BK yang memungkinkan tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa yaitu dengan pemberian layanan bimbingan kelompok. Menurut Hadi Pranoto (2016: 103), penggunaan teknik dalam kegiatan bimbingan kelompok mempunyai beberapa fungsi yaitu selain dapat memfokuskan kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan yang ingin dicapai tetapi juga dapat membuat suasana bimbingan menjadi terbangun dengan adanya dinamika kelompok. Roestiyah N.K (2012: 90) bahwa sosiodrama ialah teknik dimana siswa dapat mendramatiskan suatu tingkah laku, atau ungkapan ekspresi wajah seseorang dalam hubungan sosial antar manusia. Dengan demikian sosiodrama merupakan teknik dalam bimbingan kelompok untuk memainkan peran-peran tertentu sesuai dengan topik dan permasalahan yang akan dimainkan dengan cara mendramatiskan suatu keadaan sosial yang mengandung suatu masalah agar peserta didik dapat memecahkan masalah yang muncul dari keadaan sosial tersebut.

Menurut Pranoto (2016: 105), kepercayaan diri merupakan sikap positif yang dimiliki seseorang untuk dapat melakukan suatu hal tanpa beban perasaan yang menggangukannya. Menurut Sarastika (2014: 43-45) ciri seseorang yang memiliki rasa percaya diri di antaranya adalah: 1) yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya, 2) berpikir positif, 3) bertanggung jawab, 4) mampu menjalin hubungan interpersonal, dan 5) mampu merencanakan masa depan.

Menurut Prayitno (2017: 133) bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang diselenggarakan secara berkelompok yang melibatkan anggota dalam bentuk kelompok dan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok.



Adapun menurut Nurihsan (2014: 23) Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok.

Penggunaan teknik sosiodrama juga sangat bermanfaat, Menurut Roestiyah (2012: 90), Teknik sosiodrama adalah siswa dapat mendramatisasikan tingkah laku, atau ungkapan gerak-gerik wajah seseorang dalam hubungan sosial antar manusia. Sedangkan, Menurut Tohirin (2015: 277), tujuan teknik sosiodrama adalah sebagai pemecahan masalah individu yang diperoleh melalui penghayatan peran tentang situasi suatu masalah yang dihadapinya. Dari pementasan peran-peran selanjutnya diadakan diskusi mengenai cara-cara pemecahan masalahnya yang dihadapi oleh seorang individu sebagai anggota kelompok atau yang dihadapi oleh sekelompok siswa.

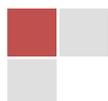
Menurut Sugiyono (2017: 96) hipotesis adalah suatu jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, pada rumusan masalah penelitian sudah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan. Maka peneliti mengajukan hipotesis kerja yang akan dibuktikan kebenarannya bahwa “Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama efektif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa kelas XI IPA SMA Negeri 1 Tanjung.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Tanjung. Peneliti memilih sekolah tersebut karena banyak terdapat siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah. Penelitian ini dengan judul keefektifan layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI IPA dilaksanakan di SMA Negeri 1 Tanjung. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan September 2021 sampai November 2021.

Dalam pelaksanaan ini proses pengumpulan data dibagi menjadi tiga tahap yaitu: persiapan, pelaksanaan, dan akhir. Dimana dalam setiap tahap tersebut, peneliti memuat beberapa langkah sebagai berikut:

1. Persiapan Eksperimen
 - a. Peneliti melakukan *tryout* skala kepercayaan diri kepada kelas XI IPA 1 yang berjumlah 36 siswa.
 - b. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik purposive random sampling.
 - c. Peneliti melaksanakan pretest dengan menyebar skala kepercayaan diri kepada sejumlah 20 siswa.
2. Pelaksanaan Eksperimen
 - a. *Treatment* yang diberikan yaitu layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.
 - b. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan atau *treatment* sedangkan kelompok kontrol tidak.
 - c. Pelaksanaan *treatment* sebanyak 5 kali.
3. Akhir Eksperimen
 - a. Setelah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maka ke dua kelompok diberikan *posttest*
 - b. Melakukan uji analisis menggunakan *uji-t* untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.



HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data deskripsi pretest dan posttest kelompok eksperimen dengan rentang interval sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Kelas interval} &= \frac{\text{Skor tertinggi} - \text{Skor terendah}}{\text{Kategori penilaian}} \\ &= \frac{112 - 28}{4} \\ &= \frac{84}{4} \\ &= 21. \end{aligned}$$

Berikut adalah kategori interval:

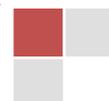
Tabel 1
Kategori Interval

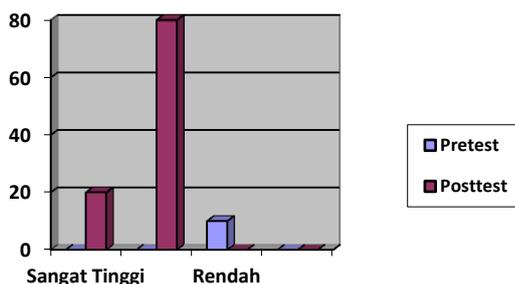
Skor	Kategori
94 – 115	Sangat tinggi
72 – 93	Tinggi
50 – 71	Rendah
28 – 49	Sangat rendah

Berikut ini adalah perbandingan hasil pretest dan posttest kelompok eksperimen kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Tanjung.

Tabel 2
Perbandingan Hasil *Pretest* dan *Posttest*

No	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	67	Rendah	84	Tinggi
2	69	Rendah	89	Tinggi
3	67	Rendah	96	Sangat tinggi
4	70	Rendah	93	Tinggi
5	69	Rendah	98	Sangat tinggi
6	71	Rendah	89	Tinggi
7	70	Rendah	80	Tinggi
8	68	Rendah	73	Tinggi
9	71	Rendah	73	Tinggi
10	68	Rendah	86	Tinggi
Jumlah	690		861	
Rata-rata	69		86,1	





Grafik 1
Grafik Rata-rata Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Tabel 3
Uji Hipotesis t-test

No	Xe	Xk	Xe ²	Xk ²
1	84	70	7056	4900
2	89	83	7921	6889
3	96	63	9216	3969
4	93	64	8649	4096
5	98	70	9604	4900
6	89	63	7921	3969
7	80	77	6400	5929
8	73	64	5329	4096
9	73	84	5329	7056
10	86	71	7396	5041
Jml	861	709	74821	50845
Kode	$\sum X_1$	$\sum X_2$	$\sum X_1^2$	$\sum X_2^2$

Perhitungan uji hipotesis sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \sum X_1^2 &= \sum X_1^2 - \frac{(\sum X_1)^2}{N_1} \\ &= 74821 - \frac{(862)^2}{10} \\ &= 74821 - 74132,1 \\ &= 390,9 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \sum X_2^2 &= \sum X_2^2 - \frac{(\sum X_2)^2}{N_2} \\ &= 50845 - \frac{(709)^2}{10} \\ &= 50845 - 50268,1 \\ &= 576,9 \end{aligned}$$

$$X_1 = \frac{\sum X_1}{N_1} = \frac{861}{10} = 86,1$$

$$X_2 = \frac{\sum X_2}{N_2} = \frac{709}{10} = 70,9$$

$$t = \frac{X_1 - X_2}{\sqrt{\frac{\sum X_1^2 + \sum X_2^2}{N_1(N_2 - 1)}}}$$

$$\begin{aligned} &= \frac{86,1-70,9}{\sqrt{\frac{390,9+\sum 576,9}{10(10-1)}}} \\ &= \frac{15,2}{\sqrt{\frac{-185,7}{90}}} \\ &= \frac{15,2}{0,151} \\ &= 100,662 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} db &= (\text{total subjek } N1 + N2) - 2 \\ &= 20 - 2 \\ &= 18 \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan *uji-t* dari data hasil posttest diperoleh hasil thitung sebesar 100,662 sementara ttabel dengan db $(n1+n2) - 2 = (10+10)-2 = 18$ dengan taraf signifikansi 5% (0,05) sebesar 2,10. Karena jumlah thitung $>$ ttabel maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga hipotesisnya berbunyi “layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas XI IPA SMA Negeri 1 Tanjung.

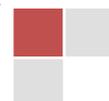
Pembahasan

Berdasarkan perhitungan uji hipotesis diperoleh thitung = 100,662. Selanjutnya dikonsultasikan dengan db $= (n1+n2) - 2 = (10+10) - 2 = 18$ ttabel taraf signifikansi 5% (0,05) yaitu ttabel = 2,101. Dengan demikian maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Oleh karena itu, hipotesis yang berbunyi “layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas XI IPA SMA Negeri 1 Tanjung” Diterima kebenarannya pada taraf signifikansi 5% (0,05).

SIMPULAN

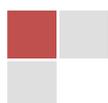
Berdasarkan hasil perhitungan pretest menunjukkan adanya presentase kelompok eksperimen skor rata-rata. Berdasarkan simpulan di atas saran yang dapat peneliti berikan untuk penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi sekolah, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam menangani siswa yang memiliki permasalahan rendahnya rasa percaya diri.
2. Bagi guru, terutama guru bimbingan dan konseling dapat menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan pelayanan bimbingan dan konseling dan diharapkan mampu mengembangkan lagi metode dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling.
3. Bagi siswa, diharapkan untuk para siswa yang telah diberikan layanan mendapat motivasi dan memiliki kemauan untuk berubah kearah yang baik dan positif.
4. Bagi peneliti selanjutan, untuk menangani siswa yang memiliki permasalahan kurang percaya diri teknik sosiodrama bukanlah satu-satunya teknik yang dapat digunakan untuk mengentaskan permasalahan tersebut. Sehingga dalam mengatasi permasalahan yang berhubungan dengan kurangnya percaya diri dapat menggunakan strategi maupun teknik bimbingan kelompok lain.



DAFTAR PUSTAKA

- Al-Halik, A. & Rakasiwi, N. (2020). Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Consiliun : Berkala Kajian Konseling dan Ilmu Keagamaan*, 7(1), 32-44.
- Amri, S. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, 3(2), 156-170.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Busro, M. (2018). *Teori-Teori Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Darmawan, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Djamarah, S. & Zain, A. (2006). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Fitri, E. Zola, N. & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1-5.
- Fitri, S. (2011). Kontribusi Layanan Informasi dan Bimbingan Kelompok terhadap Sikap Siswa tentang Narkoba. *Jurnal Penelitian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan (JP3B)*. 1(1).
- Hartinah, S. (2009). *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Khairiah, K. Wati, M. & Hartini, S. (2015). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Hasil Belajar Siswa Kelas VIII MTs N Mulawarman Banjarmasin Pada Mata Pelajaran IPA. *Berkala Ilmiah Pendidikan Fisika*, 3(3), 200-210.
- Komara, I, B. (2016). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa. *Jurnal Psikopedagogia*, 5(1), 33-42.
- Lestari, T. (2017) Efektifitas Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA. *Edusentris*, 4(1), 1-12.
- Maliki.(2016). *Bimbingan Konseling di Sekolah Dasar Suatu Pendekatan Imajinatif*. Jakarta: PT Fajar Interpratama Mandiri.
- Nurihsan, A. (2014). *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT Reflika Aditama.
- Pranoto, H. 2016. Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di SMA Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara. *Jurnal Lentera Pendidikan Pusat Penelitian LPPM UM Metro*. 1(1): 100-111.
- Prayitno. (2017). *Konseling Profesional yang Berhasil Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.



- Priansa, Donni, J. (2017). *Pengembangan Strategi dan Model Pembelajaran*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Roestiyah. (2012). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sarastika, P. (2014). *Stop Minder & Grogi Saatnya Tampil Beda dan Percaya Diri*. Yogyakarta: Araska.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syalafiah, M. & Rima, I. (2020). Teknik Sociodrama dalam Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Komunikasi Interpersonal Siswa SMA. *Fokus*, 3(3), 80-88.
- Tanjung, Z. & Amelia, S. (2017). Menumbuhkan Kepercayaan Diri. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 2(2). 1-4.
- Tohirin. (2015). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Tohirin. (2017). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Wayan, M. I. (2019). Efektifitas Teknik Sociodrama dalam Bimbingan Kelompok terhadap Penguatan Percaya Diri Siswa. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan dan Sosial*, 8 (1), 9-19.

