



**MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MELALUI LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PSIKODRAMA PADA SISWA
KELAS VIII-2 MTs. EX PGA PROYEK UNIVA MEDAN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas
Dan Memenuhi Syarat-Syarat Untuk Mencapai
Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan

Oleh:

NURHAYATI SIREGAR

NIM. 33.15.1.021

Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam

**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2019**

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian	7
C. Rumusan Masalah	7
D. Tujuan Penelitian	7
E. Manfaat Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kepercayaan Diri	10
1. Pengertian Kepercayaan Diri	10
2. Aspek-aspek Kepercayaan Diri.....	17
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kepercayaan Diri	18
4. Kondisi Anak Tidak Percaya Diri	21
5. Ciri-ciri Memiliki Kepercayaan Diri.....	22
B. Layanan Bimbingan Kelompok	23
1. Pengertian Bimbingan dan Konseling.....	24
2. Tujuan layanan Bimbingan Kelompok	26
3. Fungsi Bimbingan Kelompok	27
4. Asas-asas Bimbingan Kelompok	27
5. Komponen Kelompok	30
6. Tahapan layanan Bimbingan Kelompok.....	31

C. Teknik Psikodrama.....	32
1. Pengertian Teknik Psikodrama	32
2. Tujuan Teknik Psikodrama	33
3. Manfaat Teknik Psikodrama	34
4. Penelitian Relevan.....	35
5. Kerangka Berfikir.....	36
6. Hipotesis Tindakan.....	36

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	37
B. Subjek Penelitian.....	38
C. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian	39
D. Prosedur Penelitian.....	39
E. Desain Penelitian.....	41
1. Siklus I	41
2. Siklus II	42
F. Teknik Pengumpulan Data.....	44
1. Angket	44
2. Observasi.....	46
G. Teknik Analisis Data.....	47

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Paparan Data	48
B. Hasil Penelitian	52
1. Prasiklus	53
2. Siklus I	58

3. Siklus II.....	64
C. Pembahasan Hasil Penelitian	77
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	79
B. Saran	80
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Prinsip belajar efektif menjadi salah satu prinsip belajar yang perlu diperhatikan pendidik dalam proses pembelajaran. Prinsip belajar efektif meliputi sikap dan nilai-nilai yang terbentuk melalui proses belajar. Salah satu sikap yang perlu dikembangkan pada diri siswa adalah percaya diri.

Dalam kehidupan sehari-hari, tidak jarang kita mendengar kata tidak percaya diri atau tidak “Pede”. Semua orang sebenarnya punya masalah dengan istilah yang satu ini. Ada siswa yang merasa kehilangan rasa kepercayaan diri di hampir keseluruhan wilayah hidupnya. Mungkin terkait dengan soal rendahnya kepercayaan diri, depresi, hilang kendali, merasa tidak berdaya menatap sisi cerah masa depan, dan lain sebagainya.

Salah satu yang harus diupayakan lewat pendidikan adalah memiliki rasa percaya diri atau kepercayaan diri yang diperlukan dirinya untuk perkembangan kepribadiannya dalam kehidupan sehari-hari. Kepercayaan diri adalah satu diantara aspek-aspek kepribadian yang penting dalam kehidupan manusia. Kepercayaan diri sangat membantu manusia dalam perkembangan kepribadiannya. Karena itulah rasa kepercayaan diri sangat dibutuhkan manusia dalam menjalani hidupnya.

Alat interaksi pergaulan pendidikan yang terjadi di sekolah, tidak dapat terlepas dari masalah yang menyangkut pribadi dan sosialnya, faktor penyebabnya sangat beragam diantaranya adalah karena masalah fisik, masalah fisik yang tidak sempurna membuat anak merasa tidak percaya

diri dan kerap kali mengisolasi diri temannya, atau dijauhi oleh teman-temannya. Dalam melaksanakan proses pendidikan banyak ditemukan masalah-masalah yang berkaitan dengan masalah sosial, diantaranya kurangnya konsentrasi dalam belajar mungkin itu akibat dari kurangnya rasa percaya diri yang terjadi pada siswa. Timbulnya rasa kurang percaya diri atau bahkan tidak pada lingkungan baru, sebenarnya itu merupakan sebuah perasaan, yang mana perasaan anak tidak nyaman dengan lingkungan barunya. Kemudian dengan rasa tidak nyaman yang timbul, seorang anak akan merasa malu dan takut untuk melakukan sesuatu. Menurut Kumara kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri.

Percaya diri merupakan suatu cerminan bagaimana anda berfikir tentang diri anda, seberapa penting anda menganggap diri sendiri, dan bagaimana persepsi anda terhadap diri sendiri bahwa anda memang layak. Dan ini bukanlah suatu bualan tentang diri sendiri, tapi mengetahui bahwa anda adalah yang terbaik meskipun tidak sempurna, sehingga anda memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan anda akan melihat segalanya dengan cahaya positif, bahkan kesulitan datang anda akan melihatnya sebagai tantangan. Oleh sebab itu, peningkatan kepercayaan diri harus dilakukan kepada setiap individu seperti halnya juga para siswa agar pelaksanaan pembelajaran berjalan dengan baik.

Kemampuan dalam meningkatkan kepercayaan diri dapat ditanamkan melalui kegiatan-kegiatan yang bermanfaat bagi siswa seperti melakukan pembiasaan atau penjelasan mengenai kepercayaan diri atau

juga dapat dilakukan dengan menerapkan sistem pembelajaran yang efektif dan efisien sehingga peserta didik mampu meningkatkan kepercayaan dirinya. Oleh Karena itu, kemampuan untuk meningkatkan kepercayaan diri adalah sesuatu yang harus ada pada dirisiswa agar mampu dalam meningkatkan keprcayaan dirinya.

Masalah kepercayaan diri adalah masalah yang selalu aktual untuk dibahas karena menyangkut beberapa aspek baik itu aspek fisik maupun psikis. Pada umumnya disekolah masalah kepercayaan diri adalah kejadian yang muncul dimana seseorang tidak memiliki pandangan yang positif tentang dirinya, dan merasa bahwa dirinya tidak terlihat baik, tidak bisa melakukan pekerjaannya sebaik orang lain, dan yang hasilnya tidak sesuai dengan yang didupatkannya. Terdapat beberapa pemicu yang dapat mengakibatkan timbulnya tidak percaya diri diantaranya: fisik yang tidak sempurna, tidak mampu melibatkan diri dalam situasi baru, tidak memiliki pandangan yang positif serta tidak memiliki keinginan untuk maju.

Hal ini senada dengan realitas pelaksanaan pendidikan dilapangan yang ditemukan, keberhasilan sekolah dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik masih banyak dipertanyakan, dan kurang efektifnya sistem pembelajaran dan pemberian layanan yang tepat dalam pembelajaran di lingkungan sekolah. Tujuan hakiki dari pendidikan pada lembaga pendidikan formal yang sejatinya adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam peserta didik yang dirasakan belum optimal. Hal ini bisa kita lihat dari tingkat kepercayaan diri peserta didik yang terjadi pada siswa yang masih rendah seperti banyak siswa yang takut ketika

berbicara di depan umum atau sebuah kelompok, tingkat kepercayaan diri yang masih kurang atau sangat rendah, gelisah atau takut ketika mengikuti berbicara di depan umum, rasa minder dan tidak berani untuk melangkah, dan masih banyak lagi masalah-masalah yang timbul pada siswa yang diakibatkan oleh kurangnya rasa percaya diri pada siswa tersebut

Hasil observasi yang dilakukan peneliti dengan guru bk diskusi kelompok sering tidak berjalan efektif karena siswa enggan menyatakan pendapat dalam kelompok. Apabila soal dikerjakan dalam kelompok, sering kali hanya salah satu siswa yang mengerjakan tugasnya dan siswa lain hanya tinggal menyalin jawaban yang telah dikerjakan oleh salah satu anggota tersebut. Kadang siswa merasa bahwa apa yang mereka kerjakan itu adalah tepat namun mereka masih gagal dalam pelaksanaannya. Apakah mereka salah dan tetap menyalahkan diri mereka sendiri. Inilah salah satu kesalahan fatal pada diri siswa yang hanya menyalahkan diri sendiri tanpa memikirkan apa yang mereka lakukan selanjutnya agar mereka bisa bangkit dan mencapai kebiasaan.

Kepercayaan diri siswa rendah ditandai dengan kurangnya partisipasi siswa dalam pembelajaran di kelas. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya siswa yang masih sulit untuk membaca dengan suara nyaring di depan kelas maupun di tempat duduk. Terdapat siswa masih membaca dengan kepala menunduk dan volume suara yang kurang bisa didengar oleh teman sekelasnya. Ketika guru memberikan pertanyaan, siswa menjawab sesuai giliran yang telah ditentukan guru, karena apabila

pertanyaan ditawarkan ke kelas tidak ada siswa yang berani mengacungkan tanganya untuk menjawab. Siswa juga kurang berani untuk berpendapat di kelas maupun dalam kelompok kecil. Disinilah pentingnya peran guru pembimbing atau guru BK untuk melakukan upaya pembinaan terhadap siswa khususnya dalam meningkatkan kepercayaan diri yang terjadi pada diri peserta didik.

Guru pembimbing atau guru BK dalam hal ini dapat membantu dengan memberikan berbagai layanan dan model pembelajaran inovatif terhadap peserta didik. Khususnya layanan bimbingan kelompok sebagai sarana pemahaman bagi peserta didik sebagai remaja yang sering kali mengalami masalah dalam kepercayaan diri dengan menggunakan model pembelajaran psikodrama. Dimana guru pembimbing atau guru BK akan membantu peserta didik dalam mengatasi masalah kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok, dimana layanan bimbingan kelompok merupakan suatu layanan bimbingan yang memungkinkan individu menerima dan memahami berbagai informasi yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam pengambilan keputusan untuk kepentingan individu sedangkan psikodrama merupakan permainan peranan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep pada dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan dalam dirinya. Strategi ini akan sangat baik jika digunakan untuk mengajarkan pelajaran yang

menuntut keterampilan tertentu khususnya dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa

Contohnya di sekolah, di antara sekian banyak karakter siswa disekolah, maka disini akan dibahas mengenai siswa yang memiliki sifat kurang percaya diri. Sebenarnya sifat kurang percaya diri biasanya Gugup dan terkadang bicara gagap, kurang pandai bergaul dengan teman sebayanya. Hal ini tentu saja berpengaruh terhadap prestasi belajarnya. Jika ia pandai maka ia tidak bisa menunjukkan kepandaiannya karena tertekan oleh sifat tidak percaya diri itu sendiri..

Berdasarkan penemuan di atas penulis tertarik untuk mengadakan penelitian lebih mendalam dengan judul :

“Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Pada Siswa Kelas VIII MTs EX PGA Proyek Univa Medan Tahun Pembelajaran 2018-2019”

B. Fokus Penelitian

1. Kondisi kepercayaan diri siswa sebelum diterapkan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama di kelas VIII-2 MTs. EX PGA Proyek Univa
2. Kondisi kepercayaan diri siswa sesudah diterapkan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama di kelas VIII-2 MTs. EX PGA Proyek Univa

3. Meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama di kelas VIII-2 MTs. EX PGA Proyek Univa

C. Rumusan Masalah

Permasalahan yang dimunculkan maka dikemukakan pertanyaan penelitian, yaitu sebagai berikut:

1. Bagaimana kepercayaan diri siswa sebelum diterapkan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama di kelas VIII-2 MTs. EX PGA Proyek Univa ?
2. Bagaimana kepercayaan diri siswa sesudah diterapkan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama di kelas VIII-2 MTs. EX PGA Proyek Univa?
3. Apakah layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di kelas VIII-2 MTs. EX PGA Proyek Univa?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian secara umum menjawab rumusan masalah yaitu mengetahui peningkatkan kepercayaan diri siswa melalui teknik penguatan positif. Secara rinci tujuan tersebut adalah untuk:

1. Mendeskripsikan kepercayaan diri siswa sebelum diterapkan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama di kelas VIII Mts EX PGA Proyek Univa

2. Mendeskripsikan kepercayaan diri siswa sesudah diterapkan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama di kelas VIII-2 MTs. EX PGA
Proyek Univa
3. Mendeskripsikan peningkatan kepercayaan diri siswa dengan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama di kelas VIII-2 MTs. EX PGA
Proyek Univa

E. Manfaat Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk hal berikut.

- a. Memperoleh khazanah keilmuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling yang dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya.
- b. Dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi para peserta didik pada umumnya, konselor sekolah dan mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan pada khususnya.
- c. Memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan khususnya di bidang Bimbingan dan Konseling tentang Peningkatan Kepercayaan Diri dengan Teknik Penguatan Positif.

2. Kegunaan Praktis

Dalam tataran praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan, berikut ini:

- a. Bagi kalangan profesi seperti guru Bimbingan dan Konseling atau konselor sekolah, penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan

bagi keperluan konseling dan upaya untuk memahami kondisi siswa sehingga dapat memecahkan permasalahan yang dihadapinya khususnya dalam hal kepercayaan diri. Dengan informasi tersebut dapat diupayakan dalam pembuatan program bimbingan dan konseling sesuai dengan kebutuhan siswa. Informasi atau data tersebut berguna untuk mengembangkan kepercayaan diri Siswa Kelas VIII di Mts EX PGA Proyek Univa

- b. Bagi orang tua, penelitian ini bisa digunakan untuk memperoleh gambaran tentang keadaan remaja saat ini dan lebih memberikan perhatian, penghargaan dan mengarahkan anak kepada hal-hal positif agar memiliki kepercayaan diri yang baik.
- c. Bagi siswa, penelitian ini dapat dijadikan sebagai bekal pengetahuan dalam mengenal dan memahami pentingnya kepercayaan diri yang baik dalam kehidupan sehari-hari sehingga remaja tidak terjebak dan terbawa oleh pengaruh negatif.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kerangka Teori

1. Kepercayaan Diri

a. Pengertian Kepercayaan Diri

Percaya diri berasal dari bahasa Inggris “Self Confidence” yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Percaya diri adalah keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.¹ Individu yang percaya diri akan merasa yakin terhadap dirinya sendiri. Individu juga merasa optimis dalam melakukan segala aktivitasnya sehingga dapat mengoptimalkan kelebihan-kelebihannya serta dapat membuat tujuan hidup yang realistis bagi dirinya, artinya individu itu menetapkan tujuan hidup yang tidak terlalu tinggi baginya sehingga ia dapat mencapai tujuan hidup yang ia tentukan. Individu yang dapat mencapai tujuan hidupnya akan merasa mampu untuk melakukan sesuatu dalam dirinya sendiri.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berfungsi untuk mendorong individu dalam meraih kesuksesan yang terbentuk melalui proses belajar individu dalam interaksinya dengan lingkungan. Dalam interaksinya, individu

¹ Hakim, T. (2005), *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta: Puspa Swara. Hal. 6

mendapat umpan balik yang dapat berupa hadiah dan hukuman. Kepercayaan diri didefinisikan sebagai suatu keyakinan individu untuk mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan. Individu yang mempunyai rasa kepercayaan diri adalah individu yang mampu bekerja secara efektif, dapat melaksanakan tugas dengan baik dan bertanggung jawab. Kepercayaan diri sering diidentifikasi dengan kemandirian meski demikian individu yang kepercayaan dirinya tinggi pada umumnya lebih mudah untuk terlihat secara pribadi dengan individu lain yang akan lebih berhasil dalam menjalin hubungan secara interpersonal.

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang diharapkannya.²

Menurut Willis kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain.

Lauster mendefinisikan kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan

² Fatimah, (2008), *Psikologi Perkembangan*, Bandung: Pustaka Setia, hal. 149

bertanggung jawab. Ia juga menambahkan bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu yang baik.³

Menurut Mastuti kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.⁴ Individu yang memiliki sikap positif seperti yang dikemukakan oleh Mastuti tersebut nantinya akan mempunyai rasa optimis di dalam melakukan segala hal, serta mempunyai harapan yang realistic terhadap diri sendiri. Rasa percaya diri merujuk pada beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa.

Berdasarkan pendapat-pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif seseorang untuk meyakini terhadap segala aspek-aspek kelebihan dalam dirinya, merasa mampu untuk melakukan sesuatu, memiliki penilaian positif terhadap dirinya ataupun situasi yang dihadapinya, serta memiliki rasa optimis dalam mencapai tujuan hidupnya. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian individu yang berfungsi mendorong individu dalam meraih kesuksesan melalui hasil interaksi antara individu dengan lingkungannya untuk

³ Ghufron dan Risnawata S. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, hal 34

⁴ Mastuti, Indari. (2008). *50 Kiat Percaya Diri*, (Jakarta: Hi-Fest Publishing).

berperilaku sesuai dengan yang diharapkan, bekerja secara efektif serta dapat melaksanakan tugas dengan baik dan tanggung jawab.

Anggapan seperti ini membuat individu tidak pernah menjadi orang yang mempunyai kepercayaan diri yang sejati. Bagaimana pun kemampuan manusia terbatas pada sejumlah hal yang dapat dilakukan dengan baik dan sejumlah kemampuan yang dikuasai.

AlQuran sebagai rujukan pertama juga menegaskan tentang percaya diri dengan jelas dalam beberapa ayat-ayat yang mengindikasikan percaya diri seperti:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ (١٣٩)

Artinya: *Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamubersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman (Ali Imran: 139).*⁵

Ayat di atas dapat dikategorikan dengan ayat yang berbicara tentang persoalan percaya diri karena berkaitan dengan sifat dan sikap seorang mukmin yang memiliki nilai positif terhadap dirinya dan memiliki keyakinan yang kuat. Dari ayat di atas terlihat juga bahwa orang yang percaya diri dalam Al-Qur'an disebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih serta mengalami kegelisahan adalah orang-orang yang beriman dan orang-orang yang istiqomah. Banyaknya ayat-ayat lain yang menggambarkan

⁵ Departemen Agama RI, (2003), *Al-qur'an dan Terjemahan*, Jakarta, hal.94

tentang keistimewaan kedudukan manusia di muka bumi dan juga bahkan tentang keistimewaan umat Islam yang menurut penulis merupakan ayat-ayat yang dapat dipergunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwasanya percaya diri adalah kondisi mental yang berasal dari dalam diri individu yang mengarahkan individu tersebut untuk mampu menghargai segala potensi yang ada dalam diri serta mampu mengaktualisasikannya untuk dapat mencapai tujuan dalam hidupnya.

Percaya diri adalah keyakinan bahwa orang yang mempunyai kemampuan untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu. Percaya diri juga merupakan keyakinan orang atas kemampuannya untuk menghasilkan level-level pelaksanaan yang mempengaruhi kejadian-kejadian yang mempengaruhi kehidupan mereka.

Percaya diri adalah keyakinan bahwa orang mempunyai kemampuan untuk memutuskan jalannya suatu tindakan yang dituntut untuk mengurus situasi-situasi yang dihadapi, dalam hal ini Mohammad Mustari memberikan pendapatnya bahwa:

Percaya diri disebut-sebut sebagai konsep yang berevolusi dalam literatur dan masyarakat: sebagai rasa percaya bahwa tindakan-tindakan seseorang mempunyai pengaruh pada lingkungannya, sebagai keputusan orang atas kemampuannya berdasarkan kriteria penguasaan: rasa mampu seseorang di dalam kerangka khusus memfokuskan kemampuan diri untuk

melakukan tugas-tugas khusus dalam hubungannya dengan tujuan dan standar.⁶

Dari beberapa pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwasanya percaya diri adalah suatu perilaku individu dalam kaitannya keyakinan atas potensi positif yang dimiliki untuk bersikap yang seimbang dengan struktur emosional yang ada pada diri individu dalam upaya menyelesaikan permasalahan yang dihadapi secara yakin akan kemampuan yang dimiliki untuk menghadapi dan memecahkan suatu permasalahan.

Oleh karena itu, kita harus mempercayai diri kita lebih dari pada kita mempercayai orang lain atau orang lain mempercayai kita, seperti yang tercantum dalam surah Ali Imran Ayat 139 sebagai berikut:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ (١٣٩)

Artinya: *Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.*⁷

Dari ayat tersebut terlihat bahwa Islam telah menanamkan keyakinan kedalam hati orang-orang yang beriman agar senantiasa tegar dalam menghadapi segala sesuatu. Dengan cara seperti itu, agama kita membimbing para pengikutnya kepada ketentraman dan kestabilan. Ghazali mengatakan bahwa manusia yang percaya diri adalah manusia yang tidak mudah putus asa, tidak merasa takut

⁶ Mohammad Mustari, (2014), *Nilai Karakter Refleksi Untuk Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Pers, hal. 51

⁷ Departemen Agama RI, (2003), *Al-qur'an dan Terjemahan*, Jakarta, hal.94

dan kehilangan harapan akan sesuatu selain Allah. Seperti dalam Al-Qur'an Surah Ar-Ra'd ayat 11 menyebutkan:

لَهُ مُعَقَّبَاتٌ مِنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ (11)

*Artinya: Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia. (Ar-Ra'd ayat 11)*⁸

Dari ayat di atas dapat dijelaskan bahwa perubahan hidup seseorang dalam mencapai kesuksesan ditentukan oleh diri sendiri dan bukan orang lain. Sebab kita sendirilah yang dapat menentukan masa depan kita. Kalau kita berusaha untuk memperoleh apa yang kita inginkan dengan kegigihan dan rasa percaya diri yang kuat niscaya kita akan mendapatkannya.

Dari penjelasan ayat di atas juga dapat ditarik kesimpulan bahwasanya seseorang yang percaya diri akan mampu berdiri di atas kakinya sendiri dengan kata lain ia akan mampu mandiri dan

⁸ Ibid, hal. 362

tidak bergantung pada orang lain serta dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya.

b. Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Menurut Rini orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, bersikap positif, dan tidak mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak serta mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya. Individu yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat.⁹

Menurut Lauster, orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah yang disebutkan dibawah ini:

1) Keyakinan kemampuan diri

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya. Ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.

2) Optimis

Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.

⁹ Rini, J.F. (2002). *Memupuk rasa percaya diri*. <http://www.e-psikologi.com/dewasa>

3) Objektif

Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

4) Bertanggung jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung jawab segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya

5) Rasional dan realistis

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.¹⁰

Berdasarkan pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kepercayaan diri adalah sifat yang dimiliki seseorang yang memiliki aspek-aspek keyakinan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri Individu

Kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Berikut ini adalah faktor-faktor tersebut.

1) Konsep Diri

¹⁰ Lauster, Peter. (2012). *Tes Kepribadian*. Diterjemahkan oleh D.H. Gulo dari buku asli *The Personality Test*. Jakarta: Gaya Media Pratama,, hal. 35

Menurut Anthony terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

2) Harga Diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Santoso berpendapat bahwa tingkat harga diri seseorang akan memengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

3) Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunkannya rasa percaya diri seseorang. Anthony mengemukakan bahwa pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat.

4) Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung di bawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan

memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.¹¹

Faktor-faktor internal yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang menurut Thursan Hakim terjadi melalui proses sebagai berikut:

- 1) Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
- 2) Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk melakukan sesuatu dengan kelebihannya.
- 3) Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan dirinya sehingga tidak menimbulkan rasa rendah diri.
- 4) Pengalaman dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan pada dirinya.¹²

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi kepercayaan diri diantaranya adalah pengalaman pribadi, pemahaman terhadap kelebihan diri, dan kemampuan tertentu yang dimiliki seseorang. Sedangkan faktor eksternal yang membentuk kepercayaan diri seseorang adalah pesan sosial yang diterima dari lingkungan,, baik komunitas rumah (terutama orangtua).

¹¹ Ghufro dan Risnawata S. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, hal 30

¹² Hakim, T. (2005), *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta: Puspa Swara. Hal. 6

d. Kondisi Anak yang Tidak Percaya

Menurut Santrock bahwa indikator perilaku negatif dari individu yang tidak percaya diri antara lain:

- 1) Melakukan sentuhan yang tidak sesuai atau menghindari kontak fisik.
- 2) Merendahkan diri sendiri secara verbal, depresiasi diri.
- 3) Berbicara terlalu keras secara tiba-tiba, atau dengan nada suara yang datar.
- 4) Tidak mengekspresikan pandangan atau pendapat, terutama ketika ditanya.¹³

Menurut Hakim orang yang mengalami gejala tidak percaya diri mempunyai ciri-ciri yang tampak, antara lain:

- 1) Mudah cemas dalam menghadapi persoalan
- 2) Gugup dan terkadang bicara gagap
- 3) Tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu
- 4) Sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya.
- 5) Mudah putus asa
- 6) Cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah

¹³ Santrock, Jhon W, (2003), *Adolescence (Perkembangan Remaja)*, Jakarta: Erlangga, hal. 338

- 7) Sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah, misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri, yang menyebabkan rasa tidak percaya dirinya semakin buruk.¹⁴

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa anak yang selalu ragu atau kurang percaya diri biasanya selalu memandang negatif tentang dirinya sendiri. Selalu ada kekurangan di dalam dirinya dibandingkan dengan orang lain. Anak yang ragu terhadap kemampuan diri sendiri atau tidak percaya diri biasanya kurang dapat berbicara atau menyampaikan pesan kepada orang lain karena salah satu faktor penyebab tidak percaya diri datang dari kemampuan berkomunikasi secara verbal, dengan berbicara.

e. Ciri-ciri Orang Yang Memiliki Kepercayaan Diri

Menurut Anita Lie ciri ciri perilaku yang mencerminkan kepercayaan diri adalah:

- 1) Yakin kepada diri sendiri
- 2) Tidak bergantung pada orang lain
- 3) Tidak ragu-ragu
- 4) Merasa diri berharga
- 5) Tidak menyombongkan diri
- 6) Memiliki keberanian untuk bertindak.¹⁵

¹⁴ Hakim,T. (2005), *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta: Puspa Swara. Hal. 8-9

¹⁵ Anita Lie, (2004), *Menjadi Orang Tua Bijak*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo, hal.4

Ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan tinggi menurut Thursan Hakim antara lain:

- 1) Selalau bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu
- 2) Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi
- 3) Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi
- 4) Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya
- 5) Memiliki kecerdasan yang cukup
- 6) Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahasa asing
- 7) Memiliki kemampuan bersosialisasi
- 8) Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik
- 9) Selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya dengan tetap tabah, tegar, dan tabah dalam menghadapi persoalan.¹⁶

Dari pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa anak yang memiliki kepercayaan diri akan yakin pada diri sendiri tidak bergantung pada orang lain dan tidak ragu-ragu. Anak yang mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi dan selalu bereaksi positif dalam menghadapi berbagai masalah

¹⁶ Hakim, T. (2005), *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta: Puspa Swara. Hal. 5

merupakan salah satu ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri.

2. Layanan Bimbingan Kelompok

a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno layanan bimbingan kelompok adalah suatu layanan bimbingan yang di berikan kepada siswa secara bersama-sama atau kelompok agar kelompok itu menjadi besar, kuat, dan mandiri.¹⁷ Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri siswa. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial. Siswa memperoleh berbagai bahan dari guru pembimbing yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat, serta dapat dipergunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan.¹⁸

layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dalam tiga kelompok, yaitu: kelompok kecil (2-6 orang), kelompok sedang (7-12 orang), dan kelompok besar (13-20 orang) ataupun kelas (20-40 Orang). Diberikan informasi dalam bimbingan kelompok terutama dimaksudkan untuk meningkatkan pemahaman tentang kenyataan,

¹⁷Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok: Dasar dan Profil*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995), hal. 61

¹⁸Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam*, (Medan: Perdana Publishing. 2018) hal, 91

aturan-aturan dalam kehidupan, dan cara-cara yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan tugas-tugas, serta meraih masa depan dalam studi, karir, ataupun kehidupan. 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.

Dalam layanan bimbingan kelompok, para siswa dapat diajak untuk bersama-sama mengemukakan pendapat tentang sesuatu dan membicarakan topik-topik penting, mengembangkan nilai-nilai tentang hal tersebut dan mengembangkan langkah-langkah bersama untuk menangani permasalahan yang dibahas dalam kelompok

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.

b. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Dalam kaitan ini, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi berkomunikasi seseorang terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawancara dan sikap yang tidak objektif, sempit dan terkungkung serta tidak efektif. Melalui layanan bimbingan kelompok hal-hal yang mengganggu atau menghimpit perasaan dapat diungkapkan, dilonggarkan, diringankan, melalui berbagai cara. Pikiran yang suntuk, buntu, atau beku dicairkan dan dinamikakan melalui berbagai masukan dan tanggapan baru. Persepsi dan wawancara yang menyimpang dan/ atau sempit diluruskan dan diperluas melalui pencairan, pikiran, kesadaran dan penjelasan.

Dalam layanan bimbingan kelompok para peserta didik saling mengimbaskan kemampuan berkomunikasi, baik dalam pembahasan topik maupun dalam pemecahan masalah secara pribadi. Di sanalah aktivitas dinamika kelompok berperan secara langsung. Dalam komunikasi masing-masing peserta diharapkan lebih mandiri dan mampu mengendalikan diri. Dengan tertanganinya masalah terkait dengan masalah pribadi yang semula membebaninya.

Secara khusus tujuan layanan bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung

permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong perkembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap.

c. Fungsi Bimbingan Kelompok

Fungsi utama bimbingan yang didukung oleh layanan bimbingan kelompok ialah fungsi pemahaman dan pengembangan.¹⁹Fungsi pemahaman dalam hal ini adalah siswa mampu memahami dirinya dan lingkungannya, serta masalah yang dibahas dalam kelompok untuk dijadikan acuan dalam memperbaiki diri kedepannya. Sedangkan fungsi pengembangan dalam hal ini yaitu siswa mampu mengembangkan potensi baik dalam dirinya setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

d. Asas-Asas Bimbingan Kelompok

Asas konseling pada dasarnya merupakan perwujudan dari pandangan terhadap suasana kehidupan psikis manusia, khususnya konseli sebagai individu yang menjadi objek pelayanan. Para ahli kelihatannya sepakat mengategorikan asas-asas konseling menjadi dua: asas yang berhubungan dengan individu konseli dan asas yang berhubungan dengan pekerjaan/profesi konseling.

1) Asas Kerahasiaan

¹⁹Tarmizi, *Pengantar Bimbingan Konseling*, (Medan: Perdana Publishing, 2011), hal. 140

Segala sesuatu dibahas dan muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi rahasia kelompok yang hanya boleh diketahui oleh anggota kelompok dan tidak disebarluaskan ke luar kelompok. Seluruh anggota kelompok hendaknya menyadari benar hal ini dan bertekad untuk melaksanakannya. Aplikasi asas kerahasiaan lebih dirahasiakan pentingnya dalam konseling kelompok mengingat pokok bahasan adalah masalah pribadi yang dialami anggota kelompok. Di sini posisi asas kerahasiaan sama posisinya seperti dalam layanan konseling perorangan. Pemimpin kelompok dengan sungguh-sungguh memantapkan asas ini sehingga seluruh anggota kelompok berkomitmen penuh untuk melaksanakannya.

2) Asas Kesukarelaan

Kesukarelaan anggota kelompok dimulai sejak awal rencana pembentukan kelompok oleh konselor (PK). Kesukarelaan terus menerus dibina melalui upaya PK mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan penstrukturan tentang layanan BKp dan KKp. Dengan kesukarelaan itu anggota kelompok akan dapat mewujudkan peran aktif diri mereka masing-masing untuk mencapai tujuan layanan..

3) Asas-asas Lain

Dinamika kelompok dalam BKp dan KKp semakin intensif dan efektif apabila semua anggota kelompok secara penuh menerapkan asas kegiatan dan keterbukaan mereka secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu ataupun ragu. Dinamika kelompok semakin tinggi berisi dan bervariasi masukan dan sentuhan semakin kaya dan terasa. Para peserta layanan BKp ataupun KKp semakin dimungkinkan memperoleh hal-hal yang berharga dari layanan ini.

Asas kekinian memberikan isi aktual dalam pembahasan yang dilakukan anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang ini. Hal-hal atau pengalaman yang telah lalu dianalisis dan disangkut-pautkan dalam kaitannya dengan kepentingan pembahasan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang. Hal yang akan datang direncanakan sesuai dengan kondisi yang ada sekarang.

Asas kenormatifan dipraktikkan berkenaan dengan cara-cara berkomunikasi dan bertatakrama dalam kegiatan kelompok dan dalam mengemas isi bahasan. Sedangkan asas keahlian diperlihatkan oleh pemimpin kelompok dalam

mengelola kegiatan kelompok dalam mengembangkan proses dan isi pembahasan secara keseluruhan..²⁰

e. Komponen Kelompok

1) Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Sebagaimana untuk jenis layanan konseling lainnya. Konselor memiliki keterampilan khusus dalam menyelenggarakan bimbingan kelompok. Dalam bimbingan kelompok tugas pemimpin kelompok adalah memimpin kelompok yang bernuansa layanan konseling melalui “bahasa” konseling untuk mencapai tujuan-tujuan konseling. Secara khusus, Pemimpin kelompok diwajibkan menghidupkan dinamika kelompok di antara semua peserta yang mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dan khusus bimbingan kelompok

2) Anggota Kelompok

Tidak semua kumpulan orang atau individu dapat dijadikan anggota bimbingan kelompok. Untuk terselenggaranya bimbingan kelompok seorang konselor perlu membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan sebagaimana diatas. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok) dan homogenitas/heterogenitas anggota kelompok dapat memengaruhi kinerja kelompok.

²⁰ Prayitno, *Konseling profesional yang Berhasil: Layanan dan Kegiatan Pendukung*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2017), hal. 141

f. Tahapan Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok memuat tahapan yaitu:

1) Tahapan Pembentukan

Yaitu tahapan untuk membentuk kerumusan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama. Di sini tahap pengantaran secara kental tersampaikan oleh konselor.

2) Tahapan Peralihan

Yaitu tahapan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok. Tahapan ini berisi tahapan penjajakan dan penafsiran.

3) Tahapan Kegiatan

Yaitu tahapan “kegiatan inti” untuk membahas topik tertentu atau megentaskan masalah pribadi anggota kelompok. Tahapan kegiatan ini sepenuhnya berisi *pembinaan* terhadap seluruh anggota kelompok.

4) Tahap Penyimpulan

Yaitu tahapan kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok. Peserta kelompok diminta melakukan refleksi berkenaan dengan kegiatan pembahasan yang baru saja mereka ikuti.

5) Tahap Penutupan

Yaitu tahapan akhir dari seluruh kegiatan, diawali dengan *leiseg*. Kelompok merencanakan kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya, dan salam hangat perpisahan.²¹

3. Teknik Psikodrama

a. Pengertian Teknik Psikodrama

Psikodrama merupakan permainan peran yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep dirinya, menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya.²²

Winkel mendefinisikan psikodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang berkaitan dengan gangguan serius dalam struktur kepribadian seseorang. Psikodrama bersifat kegiatan terapi dan ditangani oleh seorang ahli psikotripsi.

Moreno menemukan, bahwa permainan drama tanpa naskah dan bagian-bagian adegan tidak diulang, sebaliknya para anggota dan penonton mengalami suatu katarsis emosional (pelepasan perasaan-perasaan) sebagai hasil dalam berperan serta pengalaman peran dramatis.

²¹ Prayitno, *Konseling profesional yang Berhasil: Layanan dan Kegiatan Pendukung*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2017) hal. 133.

²² Gerald corey, *teori dan praktek konseling psikoterapi*, (bandung : refika aditatum, 2005), hal. 95

b. Tujuan Teknik Psikodrama

Tujuan dari psikodrama ini adalah membantu konseli atau sekelompok konseli untuk mengatasi masalah-masalah pribadi dengan cara menggunakan permainan peran, drama, atau terapi tindakan lewat cara-cara itu konseli di bantu untuk mengungkapkan perasaan tentang konflik., kemarahan, agresi, perasaan bersalah dan kesedihan.

- 1) Dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan, konsep pada dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhan, dan menyatakan reaksinya terhadap dirinya.
- 2) Teknik dramatis, manusia dapat berusaha menciptakan atau menciptakan kembali suasana fisik dan emosional yang dikehendaki dan yang harus dipahami adalah bahwa keaktifan dalam psikodrama tidak monopoli oleh konselor atau trapis tetapi juga anak.
- 3) Dengan mendramatiskan konflik-konflik hatinya, pasien dapat merasakan sedikit lega dan dapat mengembangkan pemahaman baru yang memberinya kesanggupan untuk mengubah perannya dalam kehidupan yang nyata²³

²³*Ibid*, hal. 96

c. Manfaat Teknik Psikodrama

Beberapa manfaat yang dapat diperoleh dari teknik psikodrama diantaranya Manfaat katarsis atau melepaskan emosi

- 1) Bisa melihat sesuatu dari sudut pandangan orang lain
- 2) Dapat mempertinggikan perhatian konseli melalui adegan-
adegan, hal mana tidak selalu terjadi dalam metode ceramah
atau diskusi
- 3) Konseli tidak saja mengerti persoalan sosial psikologis, tetapi
mereka ikut merasakan perasaan dan pikiran orang lain bila
berhubungan dengan sesama manusia, seperti halnya penonton
film atau sandiwara, yang ikut hanyut dalam suasana film
seperti, ikut menangis pada adegan sedih, rasa marah, emosi,
gembira dan lain sebagainya.
- 4) Konseling dapat menempatkan diri pada tempat orang lain dan
memperdalam pengertian mereka tentang orang lain.²⁴

²⁴*Ibid*, hal. 97

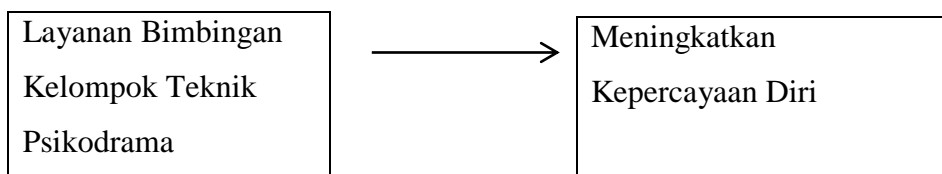
B. Penelitian Relevan

1. **Rizqi Amalia, (Meningkatkan Kepercayaan Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Siswa Kelas X TMO C SMK N 2 SALATIGA).** Penelitian eksperimen ini dilakukan di SMK N 2 Salatiga tahun ajaran 2016/2017. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi peningkatan kepercayaan diri pada siswa kelas X TMO C SMK N 2 Salatiga melalui bimbingan kelompok teknik psikodrama. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 16 siswa yang memiliki kategori kepercayaan diri rendah dan sangat rendah. Dari 16 siswa dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu 8 siswa dalam kelompok eksperimen dan 8 siswa dalam kelompok kontrol. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala sikap kepercayaan diri dari jenis-jenis kepercayaan diri yang dijelaskan oleh Lindenfield (1997) yang peneliti adopsi dari penelitian Puspitasari (2007). Teknik analisis data yang digunakan *Two Independent Sample Test (Mann Whitney Test)* yang diolah dengan menggunakan program *SPSS 17 for windows*. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang peningkatan kepercayaan diri siswa kelas X TMO C SMK N 2 Salatiga, setelah diberikan perlakuan dengan bimbingan kelompok teknik psikodrama diperoleh *Asymp.Sig.(2-tailed)* $0,001 < 0,05$. *Mean rank* kepercayaan diri pada *pre test* adalah 4,50 sedangkan *mean rank* pada *post test* adalah 12,50. Hasil penelitian menunjukkan ada peningkatan skor yang signifikan kepercayaan diri pada kelompok eksperimen setelah pemberian perlakuan dengan bimbingan

kelompok teknik psikodrama. Berdasarkan hasil analisis data tersebut, maka tujuan penelitian ini telah tercapai.

C. Kerangka Berfikir

Dalam penelitian yang berjudul “Meningkatkan Kepercayaan Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Pada Siswa”, penulis bermaksud ingin mengetahui pengaruh yang dihasilkan dari Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama di MTs EX PGA Proyek Univa Medan terhadap kepercayaan diri siswa.



D. Hipotesis Tindakan

Hipotesis adalah jawaban sementara yang harus dibuktikan kebenarannya. Sedangkan menurut Jemmy hipotesis adalah jawaban sementara yang merupakan dugaan peneliti terhadap hal-hal yang dipertanyakan dalam rumusan masalah. Berdasarkan pendapat di atas, maka hipotesis yang dapat diajukan dalam penelitian ini sebagai berikut: “Teknik layanan bimbingan kelompok dapat Meningkatkan Kepercayaan diri siswa pada kelas VIII Mts EX PGA Proyek Univa Medan. Artinya semakin besar kepercayaan diri siswa maka semakin mampu dan berani dalam melakukan berbagai apapun

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Adapun jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas Bimbingan Konseling (PTK-BK).

PTBK adalah penelitian mengenai suatu tindakan yang dilakukan pada sebuah kelas atau tempat khusus dengan tujuan memperbaiki mutu layanan. Pembimbing atau konselor menginginkan terjadinya perbaikan, peningkatan, dan perubahan pelayanan yang lebih baik agar tujuan pelayanan dapat dicapai secara optimal. Penelitian ini dirancang khusus oleh guru pembimbing atau konselor untuk peningkatan kualitas layanan yang dilaksanakan di sekolah.²⁵

PTBK merupakan suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif oleh pelaku tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan rasional dari tindakan-tindakan yang dilakukannya itu, serta untuk memperbaiki kondisi-kondisi dimana praktik-praktik layanan tersebut dilakukan.²⁶

Dalam proses penelitian ini, ada penekanan pada 2 aspek, yaitu aspek pemahaman dan aspek penerapan. Aspek pemahaman anak dalam mengerti meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok. Sedangkan penerapannya dapat dilihat dalam perubahan siswa yang menunjukkan kearah yang lebih baik lagi. Aspek-aspek tersebut diatas, dapat dicapai dengann memberikan proses konseling yang

²⁵ Yeni dan Suko, (2018), *Panduan Penelitian Tindakan Bidang: Bimbingan dan Konseling*, Bogor: Grha Cipta Media. Hal 19

²⁶ Ibid, hal 19

direncanakan secara baik sehingga proses konseling menjadi efisien dan efektif.

Untuk itu maka penelitian ini bergerak pada bidang bimbingan sosial dan pribadi, dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siklus I, siklus II, dan siklus selanjutnya. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua tahap (2 siklus). Hasil tiap siklus dipergunakan untuk merefleksi langkah yang harus dilakukan berikutnya.

B. Subjek Penelitian

Menurut panduan penelitian tindakan bidang bimbingan dan konseling. Subjek penelitian adalah orang yang dikenai tindakan layanan bimbingan konseling di sekolah, seperti civitas akademika yang ada disekolah, antra lain siswa dan guru.²⁷ Subjek penelitian dalam PTBK ini diperoleh berdasarkan hasil angket yang memiliki percaya diri yang rendah sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok. Sesuai dengan prosedur pelaksanaan layanan bimbingan kelompok agar pelaksanaannya efektif maka siswa yang akan dipilih sesuai standar pelaksanaan bimbingan kelompok yang efektif dalam satu kelompok sedang adalah berjumlah 6-15 siswa.

²⁷ Yeni dan Suko, (2018), *Panduan Penelitian Tindakan Bidang: Bimbingan dan Konseling*, Bogor: Grha Cipta Media, hal. 85

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Penelitian ini dilakukan di MTs EX PGA Proyek Univa Medan yang terletak di Jl. Sisingamangaraja, Kota Medan, Sumatera Utara

2. Waktu Penelitian

Tabel 3.1 Jadwal Rencana Penelitian

No	Kegiatan	Juni				Juli			
		1	2	3	4	1	2	3	4
1	Siklus I Pertemuan I Pertemuan II			■	■				
2	Pemberian Angket			■	■				
3	Siklus II Pertemuan I Pertemuan II						■	■	
4	Analisis Data						■	■	
5	Penyusunan Hasil							■	■

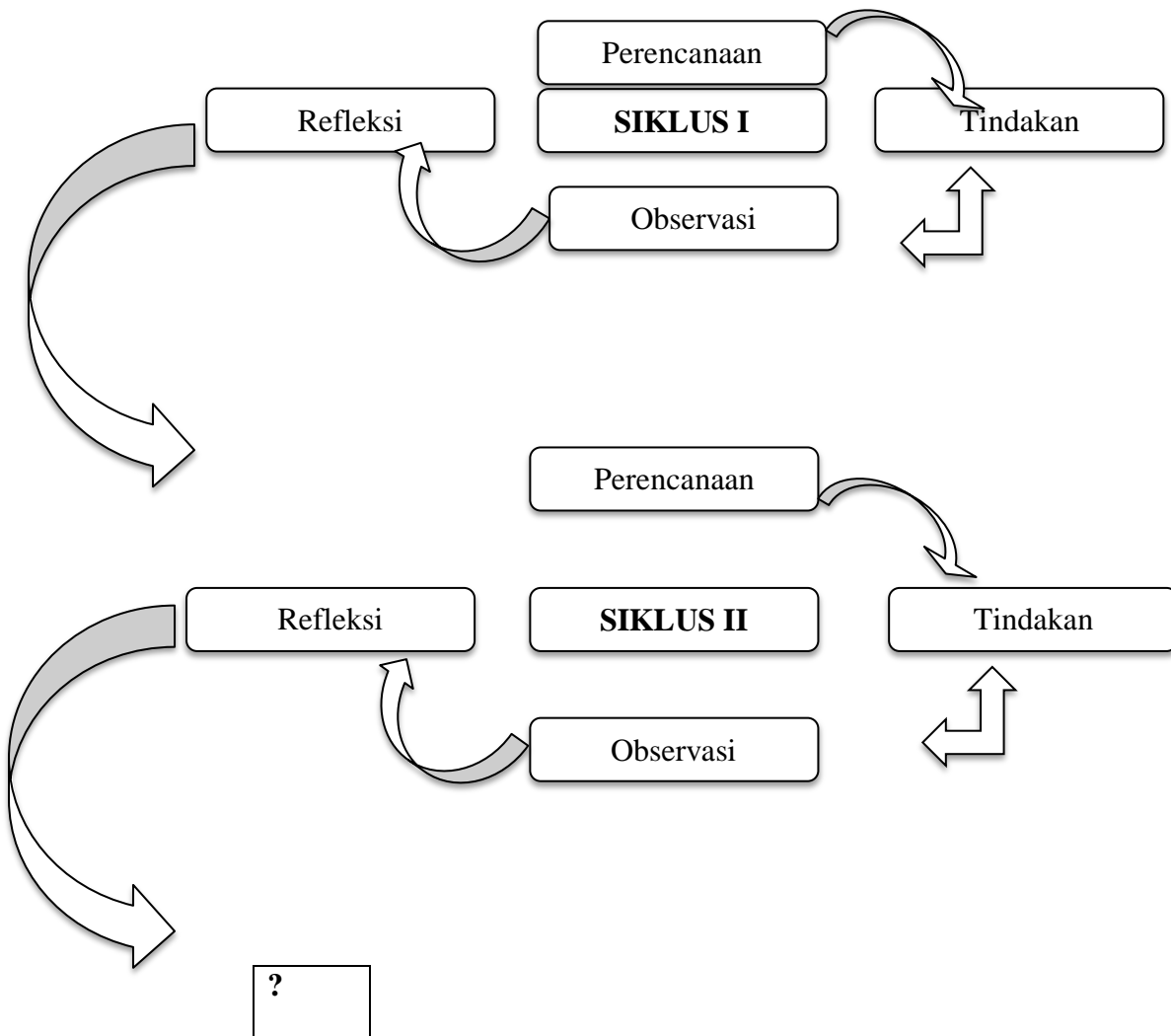
D. Prosedur Penelitian

Kegiatan penelitian tindakan kelas ini direncanakan 2 siklus. Penelitian ini diawali dengan kegiatan observasi sebagai penjajakan untuk memperoleh informasi dan gambaran terhadap permasalahan yang sedang dihadapi, diteliti dan tindakan yang telah dilakukan oleh guru. Dan dilanjutkan dengan membahas hasil observasi serta merencanakan dan menetapkan tindakan.

Rencana penelitian ini menggunakan model proses yang berkesinambungan mulai dari proses penelitian siklus I, ditindak lanjut proses penelitian siklus 2 dan seterusnya sampai pada siklus 3. Dalam setiap siklus tindakan meliputi:

1. Perencanaan (*Palnning*)
2. Pelaksanaan Tindakan (*Acting*)
3. Pengamatan (*Observing*)
4. Refleksi (*Reflecting*)

Bagan 3.2. Siklus Penelitian Tindakan



E. Desain Penelitian

1. Siklus I

Penerapan pada siklus I ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama siswa kelas VIII-A Mts EX PGA Proyek Univa Medan. Adapun langkah-langkah pelaksanaan siklus I adalah sebagai berikut:

a. Perencanaan

Perencanaan dalam PTBK adalah persiapan yang berisi tentang tujuan atau kompetensi yang akan dicapai tentang apa, mengapa, kapan dimana oleh siapa. Peneliti membuat terlebih dahulu perencanaan tindakan yang diberikan kepada siswa. Sesuai dengan permasalahan yang dialami dan akan dipecahkan oleh guru BK, dalam hal ini peneliti membuat RPL untuk menyusun rencana kegiatan yang akan dilakukan pada saat memberikan tindakan.

b. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan yang dilakukan adalah perlakuan yang dilaksanakan dan diarahkan sesuai dengan perencanaan yang telah dibuat. Tindakan yang dilakukan adalah memberikan layanan bimbingan kelompok kepada siswa dimana peneliti bertindak sebagai pemimpin kelompok. Pada akhir tindakan kepada siswa diberikan angket untuk melihat keberhasilan yang dicapai setelah diberikan tindakan

c. Pengamatan

Pengamatan dilakukan untuk mengumpulkan informasi tentang proses tindakan yang dilakukan peneliti sesuai dengan tindakan yang telah disusun. Melalui pengamatan peneliti dapat mencatat berbagai kelemahan dan kekuatan yang dilakukan peneliti dalam melaksanakan tindakan, sehingga hasilnya dapat dijadikan masukan ketika peneliti melakukan refleksi untuk menyusun rencana ulang memasuki rencana berikutnya.

d. Refleksi

Refleksi adalah aktivitas melihat berbagai kekurangan yang didapati selama pelaksanaan tindakan. Refleksi memiliki aspek evaluasi yaitu meninjau ulang dan mengembangkan gambaran tentang proses pembelajaran, kendali yang dihadapi dalam melakukan tindakan dan yang terpenting adalah upaya yang dilakukan dalam memperbaikinya.

2. Desain Penelitian Siklus II

Siklus II dilakukan jika siklus I secara keseluruhan kepercayaan diri siswa belum meningkat. Penerapan siklus II sama halnya dengan penerapan siklus I, hanya saja penerapan siklus II lebih baik dan lebih cermat dibandingkan dengan siklus I untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Tabel 3.3. Gambaran siklus tindakan

No	Siklus	Kegiatan yang dilaksanakan
	Siklus I	
	Perencanaan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Melakukan analisis terhadap kondisi awal percaya diri partisipan yang dikenai tindakan. ➤ Menentukan topik bahasan ➤ Menyusun RPL yang berisikan materi tentang percaya diri untuk menumbuhkan rasa percaya diri ➤ Menentukan waktu dan tempat tindakan yang akan dilaksanakan ➤ Melakukan tindakan yaitu melaksanakan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa sesuai dengan perencanaan yang dibuat
	Tindakan	
	Pengamatan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Melakukan catatan dan pengamatan terhadap siswa selama mengikuti layanan bimbingan kelompok
	Refleksi	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Melakukan evaluasi terhadap tindakan yang dilakukan ➤ Melakukan perbaikan terhadap apa-apa yang belum optimal
	Siklus II	
	Perencanaan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Melakukan perencanaan kembali dengan menghindari hal-hal yang menyebabkan kurang optimal pada siklus I dan memperbaikinya dengan menyusun kembali rencana pada siklus II
	Tindakan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Melakukan tindakan ke II, yaitu memberikan layanan bimbingan kelompok dengan materi yang berbeda dan menggunakan media sesuai dengan perencanaan yang telah disusun

	Pengamatan	➤ Mencatat dan mengamati kembali hal-hal yang terjadi selama siswa mengikuti layanan bimbingan kelompok pada siklus II
	Refleksi	➤ Merefleksikan kembali mana yang menyebabkan hasilnya kurang optimal.

F. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian pengumpulan data mengenai pelaksanaan dan hasil program tindakan akan dilakukan dengan menggunakan beberapa instrument penelitian yaitu:

1. Angket

Merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan-pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Penggunaan angket dimaksudkan untuk mengetahui keberhasilan yang dilakukan oleh peneliti dalam melaksanakan tindakan bimbingan dan konseling dilengkapi dengan kemungkinan jawaban responden.²⁸

Angket ini diberikan di awal pelaksanaan siklus dan dilakukan untuk mengetahui seberapa tingkat kesadaran siswa terhadap kemampuannya sendiri. Angket yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah angket yang menggunakan skala likert empat poin, dengan penilaian sebagai berikut:

²⁸ Nurul Zuriah, (2009), *Metode Penelitian Sosial dan Pendidikan*, Jakarta: PT Bumi Aksara, hal.173

Tabel 3.4.kategori jawaban

Nilai	Pernyataan Positif (+)	Nilai	Pernyataan Negatif (-)
4	Sangat Sesuai (SS)	4	Sangat Tidak Sesuai (STS)
3	Sesuai (S)	3	Tidak Sesuai (TS)
2	Tidak Sesuai (TS)	2	Sesuai (S)
1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	Sangat Sesuai (SS)

Dalam mendeskripsikan tingkat percaya diri memiliki rentangan skor 1-4, dibuat interval kriteria meningkatkan kepercayaan diri yang ditentukan dengan cara sebagai berikut:

Data maksimal : skor tertinggi \times jumlah item = $4 \times 30 = 120$
: $4/4 \times 100\% = 100\%$

Data minimal : skor terendah \times jumlah item = $1 \times 30 = 30$
: $1/4 \times 100\% = 25\%$

Range : data maksimal – data minimal = $120 - 30 = 90$
: $100\% - 25\% = 75\%$

Panjang kelas interval : range : panjang kelas = $90 : 5 = 18$
: $75\% : 5 = 15\%$

Tabel. 4. Kriteria penilaian skala percaya diri

Skor	Interval presentase	Kriteria
102–120	85% – 100%	Sangat tinggi
84–102	70% – 85%	Tinggi
66–84	55% – 70%	Sedang
48–66	40% – 55%	Rendah
30–48	25% – 40%	Sangat rendah

Berikut ini kisi-kisi instrument dari skala meningkatkan kepercayaan diri:

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Jumlah Item	No. Item		
				(+)	(-)	
Percaya Diri	Keyakinan Diri	Kemauan dan usaha	7	1, 7, 20, 44	27, 32, 39	
		Optimis	7	2, 8, 14, 45	21, 33, 40	
	Sikap positif	Mandiri	7	9, 34, 47, 48	22	
		Tidak mudah menyerah	8	10, 23, 28, 35, 41	3, 16, 46	
		Mampu menyesuaikan diri	7	4, 11, 36, 42	17, 24, 29	
	Memanfaatkan kelebihan	Memiliki dan memanfaatkan kelebihan	6	5, 12, 18, 37	25, 30	
		Memiliki mental dan fisik yang menunjang	7	6, 13, 19, 26	31, 38, 43	
	Jumlah			49	29	20

2. Observasi

Menurut S. Margono dalam bukunya Zuriah, observasi diartikan yaitu sebagai: “pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Teknik ini digunakan untuk melihat dan mengamati secara langsung keadaan di lapangan agar peneliti memperoleh gambaran yang lebih luas tentang

permasalahan yang diteliti. Observasi ini dikumpulkan dan mengenai hal-hal yang terjadi dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok selama proses pemberian tindakan berlangsung. Semua kegiatan dicatat dan apabila ada kekurangan maka akan dilakukan perbaikan pada siklus berikutnya.

G. Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini penulis menggunakan analisis data deskriptif kualitatif, yaitu berfokus pada upaya mengubah kondisi nyata sekarang kearah kondisi yang diharapkan. Dimana siswa yang pada awalnya memiliki percaya diri yang rendah menjadi lebih meningkat dan setidaknya paham tentang kemampuan dirinya sebagai pelajar di usia yang sekarang ini. Oleh karena itu, layanan ini digunakan agar dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam mengerjakan hasil dari pengamatan konseling melalui pernyataan yang diungkapkan oleh konseli selama proses kegiatan berlangsung sehingga tahap akhir. Selama proses bimbingan dianalisis secara deskriptif kualitatif berdasarkan hasil presentase skor terhadap peningkatan kepercayaan diri. Adapun rumus yang digunakan deskriptif presentase sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Angka peningkatan kemampuan mengemukakan pendapat

f = Jumlah siswa yang mengalami perubahan

n = Jumlah seluruh siswa²⁹

²⁹ Dede Rahmad Hidayat, (2012), *Penelitian Tindakan Dalam Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Indeks, h. 45.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Umum

1. Kondisi Fisik MTs. EX PGA Proyek Univa Medan

Penelitian ini dilaksanakan di Madrasah Tsanawiyah EX PGA Proyek Univa Medan, dengan data sebagai berikut :

a. Profil Sekolah

- a. Nama Madrasah : Tsanawiyah EX PGA Proyek Univa Medan
- b. Alamat : Jl. SM. Raja KM. 5,5 Kelurahan Harjosari
I Kecamatan Medan AmplasMedanNo.
telepon (061) 7852930 FaxE-mail
ex_pga_univa@yahoo.co.idWebsite
- c. Status Madrasah : Swasta
- d. Jenjang akreditasi : A
- e. Luas tanah : 50 m². Luas bangunan : 50 m²
Status tanah & bangunan milik sendiri
- f. Waktu belajar : Pagi, pukul 07.15 s.d. 13.35 Siang
- g. Jenis muatan lokal : KEALWASHLIYAHAN
QIRA'AT QUR'AN
- h. Jenis kegiatan pengembangan diri/ekstra kurikuler :
 - a. Paskibra
 - b. Pramuka
 - c. Pidato 3 Bahasa

- d. Nasyid
- e. Tarung Drajat
- i. Di Lokasi ini terdapat juga Madrasah/Sekolah lain :
 - a. MTs. Muallimin
 - b. MAS EX Proyek Univa
 - c. MAS Muallimin

Tabel 4.1

Sarana Prasarana MTs EX PGA Proyek Univa Medan

No	Jenis Sumber belajar	Jumlah Ruang	Luas ruangan	Baik	Kurang Baik	Tidak Ada
1	Ruang Belajar	11	8 X 8 m ²	√		
2	Ruang perpustakaan	1	4 X 4 m ²	√		
3	Ruang laboratorium	1	4 X 4 m ²	√		√
	a. IPA					√
	b. IPS					√
	c. Bahasa	1	8 X 8 m ²	√		
	d. Komputer					
4	Ruang kesenian/Ketrampilan					√
5	Ruang media / ruang Audio visual					√
6	Rumah kaca / Green house					√
7	Ruang olahraga					√

8	Lapangan olah raga		12 X 12 m ²	√		
9	Masjid/Mushalla	1	12 X 8 m ²			

Tabel 4.2

Sarana/ ruang penunjang MTs EX PGA Proyek Univa Medan

No	Jenis sarana	Ada, kondisi		Tidak Ada	Keterangan
		Baik	kurang baik		
1	Ruang kepala Madrasah	√			
2	Ruang wakil kepala Madrasah	√			
3	Ruang guru	√			
4	Ruang tata usaha	√			
5	Ruang Bimb. Konseling	√			
6	Ruang OSIS	√			
7	Ruang Komite Madrasah			√	
8	Ruang aula / serba guna	√			
9	Ruang kesehatan / UKS	√			
10	Ruang ibadah / mushalla	√			
11	Ruang keamanan / Satpam	√			
12	Lapangan upacara	√			
13	Ruang tamu			√	
14	Ruang koperasi			√	

15	Kantin			√	
16	Toilet / WC, jumlah	√/4			
17				
18				

Tabel 4.3

**Tabel Keadaan Tenaga Pendidik dan Kependidikan MTs EX PGA Proyek
Univa Medan**

Pendidikan terakhir	Tetap	Honor	DPK	PTT	Jmlah Guru
Pasca sarjana (S2-S3)					
a. Kependidikan					
b. Non Kependidikan	1				1
Sarjana / S1	25				25
Sarmud / D3 (dan lebih rendah)	1				1
Jumlah Guru	27				27

Tabel 4.4

Tabel Keadaan Siswa MTs EX PGA Proyek Univa Medan

Kelas	Rombongan Belajar	Siswa			Perbandingan jumlah siswa dengan tahun lalu		
		Lk	Pr	Jumlah	=	<	>
VII	4	78	57	135	√		
VIII	3	57	61	118		√	
IX	4	54	76	130		√	
Jumlah	11	189	194	383		√	

b. VISI

“ Visi MTs EX PGA Menjadi Lembaga Pendidikan yang mampu mewujudkan SUMBER DAYA MANUSIA yang beriman, berakhlakul kariman dan menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi yang berwawasan islam serta dapat mengamalkannya”.

c. MISI

1. Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran berkarakter islam
2. Menanamkan keimanan dan kecintaan terhadap Al Qur'an sebagai Way Of Life umat islam
3. Menerapkan semangat kedisiplinan dan jiwa kekeluargaan yang bermoral/ akhlak mulia
4. Mengembangkan kreatifitas dan bakat peserta didik melalui proses pembelajaran dan kegiatan ekstrakurikuler.
5. Meningkatkan kompetensi tenaga pendidik dan kependidikan melalui pendidikan dan latihan serta penelitian sederhana.

B. Temuan Khusus

Laporan dari hasil penelitian dalam bab ini disajikan dengan menampilkan analisis deskriptif dari data yang sudah diperoleh. Analisis tersebut dilakukan untuk memperoleh gambaran yang umum dan menyeluruh dari subjek dan objek penelitian, informasi, peristiwa-

peristiwa yang terjadi dalam pelaksanaan tindakan, hasil observasi, refleksi dan evaluasi.

Sebelum menjelaskan prasiklus, peneliti terlebih dahulu mendeskripsikan subjek penelitian. Peneliti akan melakukan penelitian dikelas VIII-2. Jumlah siswa keseluruhan dalam satu kelas adalah 35 orang siswa. Jumlah siswa laki-laki 11 orang dan siswa perempuan 24 orang. Dan peneliti akan menentukan subjek yang akan diteliti sebanyak sebanyak 10 orang siswa yang tingkat kepercayaan dirinya rendah.

1. Pra-Siklus

Sebelum melakukan tindakan, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi mengenai kepercayaan diri siswa di MTs EX PGA Proyek Univa Medan. Dan setelah itu menyebarkan angket uji validitas di kelas VIII-5. Sebelum itu peneliti melakukan observasi ke ruangan kelas VIII-2 yang menjadi sasaran penelitian. dari hasil observasi, siswa kelas VIII-2 terlihat beberapa siswa malu saat disuruh tampil depan kelas, gerogi saat berbicara, malu bertanya saat jam pembelajaran.

Untuk mengidentifikasi masalah yang akan diteliti, peneliti terlebih dahulu menyebarkan angket dikelas VIII-2 yaitu kelas yang akan dijadikan objek bagi peneliti. Dan peneliti menbagikan angket setelah selesai diisi, peneliti mengumpulkan angket dan menganalisis data hasil angket tersebut, adapun skor angket yang diperoleh dapat dilihat melalui tabel dibawah ini

Tabel 4.5 Jadwal pelaksanaan Pra-Siklus

No.	Tanggal	Kegiatan
1.	17 Juni 2019	Observasi
2.	18 juni 2019	Penyebaran Uji Validitas Angket

Sebelum memberikan tindakan, peneliti melakukan uji validitas instrumen angket terlebih dahulu. Peneliti melakukan identifikasi terkait dengan masalah yang akan diteliti. Sebelum menyebarkan angket, peneliti menanyakan jadwal masuk kelas kepada guru BK yang menjadi pembimbing peneliti disekolah. Setelah itu peneliti masuk ke kelas untuk meyebarkan uji validitas angket. Setelah peneliti masuk ke kelas, kebanyakan dari para siswa bingung dan penasaran dengan kedatangan peneliti. Sehingga sebelum memberikan angket, peneliti terlebih dahulu memperkenalkan diri, dan menjelaskan tujuan peneliti untuk melakukan penelitian. setelah itu peneliti mengabsen akan kehadiran dan untuk lebih mengenal siswa.

Setelah itu, peneliti menyebarkan angket kepada siswa dan memberikan petunjuk pengisian angket tersebut. Setelah siswa mengerti mengenai pengisian angket, maka peneliti mempersilahkan siswa untuk mengisi angket tersebut. Kemudian peneliti melakukan uji validitas angket tersebut. Berikut hasil uji validitas angket yang diperoleh:

**Tabel 4.6 Hasil Analisis Kondisi Awal Angket Kepercayaan
Diri Seluruh Siswa Kelas VIII-2**

No	Inisial	Skor	Kategori
1	SA	87	Tinggi
2	AN	60	Rendah
3	LNH	81	Sedang
4	MH	65	Rendah
5	RP	91	Tinggi
6	RI	65	Rendah
7	BK	65	Rendah
8	MA	62	Rendah
9	MID	65	Rendah
10	KAF	94	Tinggi
11	AP	64	Sedang
12	CHP	48	Sangat Rendah
13	MS	65	Rendah
14	AF	65	Rendah
15	MR	84	Sedang
16	MFH	86	Tinggi
17	GY	94	Tinggi
18	MAR	98	Tinggi
19	SMAL	77	Sedang
20	JT	63	Rendah

21	TH	66	Rendah
22	RR	99	Tinggi
23	FW	87	Tinggi
24	AI	65	Rendah
25	ES	65	Rendah
26	FS	88	Tinggi
27	MAMH	77	Sedang
28	TA	92	Tinggi
29	AA	94	Tinggi
30	RN	94	Tinggi
31	AF	64	Rendah
32	NS	63	Rendah
33	ER	75	Sedang
34	SNA	63	Rendah
35	RRR	65	Rendah
Jumlah		2636	

Berdasarkan hasil analisis data yang diatas jelas terlihat masih banyak siswa yang rendah kepercayaan dirinya maka dari itu kelas VIII-2 dapat dikatakan kelas yang memiliki kepercayaan diri cukup rendah. Karena peneliti menggunakan layanan bimbingan kelompok maka dari itu peneliti hanya memerlukan 10 orang siswa saja untuk dijadikan subjek. Peneliti mengambil siswa berdasarkan nilai angket yang kategori rendah 6 siswa dan kategori sedang 4 siswa, agar

terdapat dinamika saat melakukan layanan bimbingan kelompok. dan peneliti juga menerima saran dari guru BK dalam penentuan subjek.

Tabel 4.7

Hasil Analisis Angket Siswa Kelas VIII-2 Sebelum Dilakukan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama

No	Inisial	Skor	Kategori
1	AF	70	Sedang
2	AP	60	Rendah
3	MA	62	Rendah
4	RRR	59	Rendah
5	NS	72	Sedang
6	JT	63	Rendah
7	SNA	67	Sedang
8	MID	65	Rendah
9	TH	78	Sedang
10	AN	60	Rendah
Jumlah		656	

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

$$P = \frac{4}{10} \times 100 \%$$

$$P = 40\%$$

Berdasarkan hasil analisis, pada tabel diatas. maka hasilnya ditemukan bahwa ada 11 siswa yang dikategorikan tinggi, dan 17 siswa yang memiliki kategori rendah,, 6 siswa dikategorikan sedang

dan 1 siswa dikategorikan sangat rendah. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa siswa di kelas VIII-2 masih kurang mendapatkan pemahaman mengenai kepercayaan diri secara jelas dan luas yang akan mengurangi perilaku kepercayaan diri siswa. Selanjutnya kegiatan yang akan dilakukan adalah menyepakati waktu dengan guru Bk dengan rangka mengenai kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama.

2. Deskripsi Siklus I

a. Perencanaan

Setelah menemukan sampel penelitian berdasarkan hasil analisis angket yang dilakukan, peneliti akan melaksanakan tindakan, dan sebelumnya peneliti mengadakan kesepakatan awal dengan siswa. Berikut jadwal pelaksanaannya.

Tabel 4.8 Jadwal Pelaksanaan Siklus I

No.	Tanggal	Kegiatan Siklus I	
		Pertemuan I	Pertemuan II
1.	20 Juni 2019	√	
2.	25 Juni 2019		√

Mempersiapkan siklus I dengan beberapa kegiatan dalam pembelajaran dan instrumen penelitian. Kegiatan yang dilakukan dengan perencanaan adalah menyusun rencana pelaksanaan layanan (RPL) bimbingan kelompok teknik psikodrama dengan

topik yang diberikan peneliti pada saat pertemuan pertama adalah “percaya diri”, pada pertemuan kedua melaksanakan psikodrama. Pada tahap perencanaan, peneliti menyiapkan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) dua kali pertemuan, dan daftar hadir siswa. Berikut adalah jadwal pertemuannya.

Pada tahap perencanaan, peneliti menyediakan RPLBK (Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling) yang diberikan setelah pelaksanaan percaya diri siswa dalam menghadapi masalah pertemuan ke-2 pada siklus II.

b. Tindakan

Pada tahap tindakan peneliti memberikan layanan kepada siswa. Pelaksanaan tindakan pada siklus I dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1) Pertemuan Pertama

Peneliti mengabsen siswa untuk mengecek kehadiran siswa dan seluruh siswa hadir. Peneliti menjelaskan kepada siswa bahwa akan dilakukan kegiatan pemberian materi mengenai percaya diri. Peneliti langsung memulai kegiatan dan waktu pelaksanaan layanan adalah 1 jam pembelajaran. Berikut kegiatan yang dilakukan oleh peneliti:

a) Tahap pembentukan

Pemimpin kelompok membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan mengucapkan salam dan terimakasih kepada seluruh siswa atas waktu dan kesediaannya

berkumpul untuk mengikuti kegiatan ini. Setelah itu mengajak anggota kelompok untuk sama-sama berdoa. Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan pengertian bimbingan kelompok, tujuan, azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok topik tugas. Pada tahap ini semua anggota kelompok sudah memahami apa yang dimaksud dengan bimbingan kelompok, tujuan dilakukannya serta asas-asas yang harus dipatuhi oleh setiap anggota kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk saling memperkenalkan diri dengan menggunakan rangkaian nama serta menyebutkan hobby yang di mulai dari pemimpin kelompok dahulu.

b) Tahap peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, setelah itu pemimpin kelompok menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.

c) Tahap kegiatan

Pada tahap kegiatan ini pemimpin kelompok mengemukakan topik yang akan di bahas yaitu “Percaya Diri” menjelaskan bahwa bimbingan kelompok ini adalah topik tugas karena topik sudah ditentukan oleh pemimpin kelompok. Kemudian pemimpin kelompok mengajak

anggota kelompok untuk mengeluarkan pendapatnya mengenai topik yang dibahas dengan mengajukan pertanyaan:

- a) Apakah pentingnya masalah ini untuk di bahas?
- b) Apa bentuk-bentuk perilaku percaya diri?
- c) Apa manfaat dari perilaku percaya diri?
- d) Apa upaya mengatasi/mengurangi perilaku tidak percaya diri?

Siswa awalnya masih terlihat malu-malu untuk mengemukakan pendapat, namun setelah pemimpin kelompok memberi motivasi agar mereka dapat mengeluarkan pendapatnya secara terbuka, mereka akhirnya berani mengeluarkan pendapat.

d) Tahap pengakhiran

Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan ini akan segera berakhir dan pemimpin kelompok melakukan penilaian segera dengan memberikan mereka lembaran laseg untuk mengetahui sejauh mana penyerapan materi dari setiap tindakan. Kemudian meminta anggota kelompok untuk membuat komitmen serta kesan dan pesan atas kegiatan bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan. Setelah itu berdo"aa untuk menutup layanan bimbingan kelompok dan bernyanyi "sayonara" serta saling bersalam-salaman.

2) Pertemuan kedua

Pada pertemuan kedua peneliti melaksanakan kegiatan yang menitik beratkan pada pembagian hasil tes tentang meningkatkan kepercayaan diri agar siswa dapat mengetahui hasil tes yang telah mereka lakukan. Pada pertemuan ke II ini, peneliti melakukan layanan bimbingan kelompok yang dilanjutkan dengan teknik psikodrama. Kegiatan dilakukan di dalam ruangan kelas dan berikut di jelaskan tahap-tahap pelaksanaan kegiatan:

a) Tahap pembentukan

Pemimpin kelompok membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan mengucapkan salam dan terimakasih kepada seluruh siswa atas waktu dan kesediaannya berkumpul untuk mengikuti kegiatan ini. Setelah itu mengajak anggota kelompok untuk sama-sama berdoa. Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan pengertian bimbingan kelompok, tujuan, azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok topik tugas. Pada tahap ini semua anggota kelompok sudah memahami apa yang dimaksud dengan bimbingan kelompok, tujuan dilakukannya serta asas-asas yang harus dipatuhi oleh setiap anggota kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk saling memperkenalkan diri

dengan menggunakan rangkaian nama serta menyebutkan hobby yang di mulai dari pemimpin kelompok dahulu.

b) Tahap peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, setelah itu pemimpin kelompok menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.

c) Tahap kegiatan

Pada tahap kegiatan ini pemimpin kelompok mengemukakan topik yang akan di bahas dan setelah itu dilanjutkan dengan teknik psikodrama. Kemudian pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk mengeluarkan pendapatnya mengenai topik yang dibahas dengan mengajukan pertanyaan:

- a) Apakah pentingnya masalah ini untuk di bahas?
- b) Sebutkan beberapa contoh kepercayaan diri yang baik?
- c) Bagaimana cara percaya diri yang baik ?
- d) Apa akibat dari tidak percaya diri ?

Pada pertemuan kedua ini sebagian siswa mulai berani untuk mengemukakan pendapatnya secara terbuka.

d) Tahap pengakhiran

Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan ini akan segera berakhir dan pemimpin kelompok melakukan penilaian segera dengan memberikan mereka lembaran *laiseg* untuk mengetahui sejauh mana penyerapan materi dari setiap tindakan dan juga anggota kelompok untuk diminta mengisi angket. Kemudian pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk membuat komitmen serta kesan dan pesan atas kegiatan bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan. Setelah itu berdoa untuk menutup layanan bimbingan kelompok dan bernyanyi “sayonara” serta saling bersalam-salaman.

Pada pertemuan kedua siswa mulai bersemangat mengikuti proses bimbingan kelompok dan sebagian berani mengemukakan pendapatnya secara terbuka. Peneliti menganalisis hasil dari penilaian segera (*laiseg*) yang telah diisi oleh siswa, terlihat bahwasanya siswa sudah mulai memahami materi dengan baik.

c. Observasi

Observasi dilakukan selama proses kegiatan layanan berlangsung. Peneliti dibantu guru pembimbing melakukan observasi melalui pengamatan selama proses kegiatan berlangsung dengan alat penilaian/ observasi untuk melihat kesesuaian pelaksanaan dengan rencana tindakan dan untuk mengetahui keberhasilan pelaksanaan tindakan. Kemudian peneliti

menganalisis persentase keberhasilan penelitian berdasarkan perolehan skor angket ke-10 orang siswa yang mengikuti bimbingan kelompok untuk melihat perubahan yang terjadi setelah melakukan kegiatan pada siklus I:

Tabel 4.9

Hasil Analisis Angket Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII-2 Dalam Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama

SIKLUS I

No	Inisial	Skor	Kategori
1	AF	70	Sedang
2	AP	64	Rendah
3	MA	62	Rendah
4	RRR	64	Rendah
5	NS	65	Rendah
6	JT	65	Rendah
7	SNA	79	Sedang
8	MID	80	Sedang
9	TH	78	Sedang
10	AN	80	Sedang
Jumlah		707	

Keterangan:

Skor	Interval presentase	Kriteria
102–120	85% –100%	Sangat tinggi
84–102	70% –85%	Tinggi
66–84	55% – 70%	Sedang
48–66	40% – 55%	Rendah
30–48	25% – 40%	Sangat rendah

Data tersebut dibandingkan dengan data sebelum melakukan tindakan, terdapat 7 orang siswa yang menunjukkan perubahan, yaitu 1 orang siswa yang berubah dari kategori rendah menjadi sedang, 4 orang siswa tetap pada kategori rendah hanya pada skor angket yang meningkat dan 2 orang siswa tetap pada kategori sedang hanya pada skor angket meningkat . Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa 7 orang siswa tersebut mulai ada peningkatan kepercayaan diri yang artinya kepercayaan diri yang dilakukan siswa sudah mulai meningkat. Maka analisis datanya adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

$$P = \frac{7}{10} \times 100 \%$$

$$P = 70\%$$

Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus I dengan 2 kali pertemuan, tindakan yang dilakukan peneliti belum optimal. Dimana hasil persentase hanya mencapai 70%. Namun jika

dibandingkan dengan persentase sebelum dilaksanakan tindakan kepada siswa kelas VIII-2 mulai ada peningkatan.

d. Refleksi

Berdasarkan hasil penelitian dua kali pertemuan pada siklus I, maka peneliti melakukan refleksikan dan mengevaluasi terhadap seluruh tahap kegiatan pada siklus I mulai dari pelaksanaan kegiatan-kegiatan hingga penilaian. Berdasarkan ukuran kriteria keberhasilan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri yang telah dikemukakan di atas maka dapat disimpulkan bahwa proses pemberian layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama belum begitu berjalan dengan baik dan belum mencapai keberhasilan yang ditetapkan yaitu 75%. Namun hasil yang diperoleh peneliti dari refleksi dan evaluasi adalah:

Tabel 4.10

Hasil Refleksi Siklus I Dari Pertemuan I Dan Pertemuan II

Siklus I Pertemuan I	Siklus I Pertemuan II
masih ada siswa yang belum memperhatikan terhadap penyelenggara yang sedang menerangkan materi layanan bimbingan kelompok	Siswa mulai memperhatikan terhadap penyelenggraan dalam penyampaian materi
masih adanya siswa yang enggan untuk bertanya dan berpendapat	Siswa mulai berani bertanya dan perbendapat
masih adanya siswa yang tidak peduli mengenai layanan dan teknik yang diselenggarakan	Beberapa sudah mulai peduli mengenai layanan dan teknik yang diselenggarakan

masih adanya siswa yang enggan dalam menyimpulkan materi	Sudah mulai berani menyimpulkan materi tanpa di minta pemimpin kelompok
kebanyakan siswa masih kurang memahami materi, hal ini diketahui dari hasil analisis Laiseg (penilaian segera) pada pertemuan pertama	Beberapa sudah mulai memahami materi dari hasil laiseg, dan berdasarkan hasil observasi mengenai kepercayaan diri siswa sudah meningkat dibandingkan sebelumnya.

e. Evaluasi

Pada siklus I ini peneliti merefleksi dan mengevaluasi tahap kegiatan yang dilakukan mulai dari pelaksanaan kegiatan-kegiatan hingga penilaian. Berdasarkan ukuran kriteria keberhasilan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Maka dapat disimpulkan bahwa proses pemberian layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama belum berjalan dengan sebaik mungkin dan belum mencapai keberhasilan yang ditetapkan 75%

3. Deskripsi Siklus II

a. Perencanaan

Setelah melihat keberhasilan di siklus I yang belum mencapai target, peneliti akan melaksanakan tindakan kembali pada siklus II Setelah pemberian layanan peneliti menyusun instrumen penelitian (observasi dan angket), menyusun alat evaluasi untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam setiap siklus

dengan diterapkan pemberian layanan bimbingan kelompok. dan sebelumnya peneliti mengadakan kesepakatan awal dengan siswa..

b. Tindakan

Pada tahap tindakan peneliti memberikan layanan kepada siswa. Pelaksanaan tindakan pada siklus II dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

Tabel 4.11 Jadwal Pelaksanaan Siklus II

No.	Tanggal	Kegiatan Siklus II	
		Pertemuan I	Pertemuan II
1.	09 Juni 2019	√	
2.	15 Juni 2019		√

1) Pertemuan Pertama

Pada pertemuan pertama peneliti melaksanakan kegiatan aplikasi instrumentasi yang menitik beratkan pada peningkatan kepercayaan diri siswa. Pada siklus sebelumnya peneliti memang telah melakukan hal yang sama dalam kegiatan penelitiannya. Namun dari hasil tes yang diperoleh masih banyak siswa siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Berikut dijelaskan tahap-tahap pelaksanaan kegiatan:

a) Tahap pembentukan

Pemimpin kelompok membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan mengucapkan salam dan terimakasih

kepada seluruh siswa atas waktu dan kesediaannya berkumpul untuk mengikuti kegiatan ini. Setelah itu mengajak anggota kelompok untuk sama-sama berdoa. Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan pengertian bimbingan kelompok, tujuan, azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok topik tugas. Pada tahap ini semua anggota kelompok sudah memahami apa yang dimaksud dengan bimbingan kelompok, tujuan dilakukannya serta asas-asas yang harus dipatuhi oleh setiap anggota kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk membuat suasana lebih rileks maka dibuat game yaitu game rangkaian nama yang namanya diganti dengan buah kesukaan peserta kelompok dan dimulai dari pemimpin kelompok.

b) Tahap peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, setelah itu pemimpin kelompok menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya..

c) Tahap kegiatan

Pada tahap ini peneliti menjelaskan kembali materi tentang definisi kepercayaan diri, serta menjelaskan tentang ciri-ciri percaya diri, pentingnya menumbuhkan percaya

diri dan manfaat memiliki kepercayaan diri dalam menghadapi masalah belajar. Hasil tes siswa yang belum tuntas pada siklus I akan diulang kembali pada siklus II dengan cara membagikan kembali angket atau bagian yang belum dipahami oleh siswa.

d) Tahap pengakhiran

Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan ini akan segera berakhir dan pemimpin kelompok melakukan penilaian segera dengan memberikan mereka lembaran *laissez* untuk mengetahui sejauh mana penyerapan materi dari setiap tindakan. Kemudian meminta anggota kelompok untuk membuat komitmen serta kesan dan pesan atas kegiatan bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan. Setelah itu berdoa untuk menutup layanan bimbingan kelompok dan bernyanyi “sayonara” serta saling bersalam-salaman.

2) Pertemuan Kedua

Pada pertemuan kedua peneliti melaksanakan kegiatan yang menitik beratkan pada pembagian hasil tes tentang meningkatkan kepercayaan diri agar siswa dapat mengetahui hasil tes yang telah mereka lakukan. Pada pertemuan kedua ini, peneliti melakukan layanan bimbingan kelompok yang dilanjutkan dengan teknik psikodrama. Kegiatan dilakukan di

dalam ruangan kelas VIII-2 dan berikut dijelaskan tahap-tahap pelaksanaan kegiatan:

a) Tahap pembentukan

Pemimpin kelompok membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan mengucapkan salam dan terimakasih kepada seluruh siswa atas waktu dan kesediaannya berkumpul untuk mengikuti kegiatan ini. Setelah itu mengajak anggota kelompok untuk sama-sama berdoa. Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan pengertian bimbingan kelompok, tujuan, azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok topik tugas. Pada tahap ini semua anggota kelompok sudah memahami apa yang dimaksud dengan bimbingan kelompok, tujuan dilakukannya serta asas-asas yang harus dipatuhi oleh setiap anggota kelompok

b) Tahap peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, setelah itu pemimpin kelompok menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.

c) Tahap kegiatan

Pada tahap ini peneliti akan menyimpulkan hasil dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa,, membagikan lembar skor kepada peserta didik, menyampaikan hasil dari

kegiatan pemberian layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama.

d) Kegiatan Pengakhiran

Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan ini akan segera berakhir dan pemimpin kelompok melakukan penilaian segera dengan memberikan mereka lembaran laseg untuk mengetahui sejauh mana penyerapan materi dari setiap tindakan dan juga anggota kelompok untuk diminta mengisi angket. Kemudian pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk membuat komitmen serta kesan dan pesan atas kegiatan bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan. Setelah itu berdoa untuk menutup layanan bimbingan kelompok dan bernyanyi “sayonara” serta saling bersalam-salaman.

c. Observasi

Berdasarkan kegiatan pemberian layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama untuk melihat tingkat kepercayaan diri siswa sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama dapat disimpulkan bahwa siswa sudah memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Berikut perolehan skor angket

Tabel 4.12
Hasil Analisis Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII-2 Dalam Mengikuti
Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama
SIKLUS II

No	Inisial	Skor	Kategori
1	AF	85	Tinggi
2	AP	75	Sedang
3	MA	95	Tinggi
4	RRR	80	Sedang
5	NS	75	Sedang
6	JT	90	Tinggi
7	SNA	100	Tinggi
8	MID	87	Tinggi
9	TH	78	Sedang
10	AN	97	Tinggi
Jumlah		862	

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

$$P = \frac{9}{10} \times 100 \%$$

$$P = 90\%$$

Berdasarkan hasil analisis data pada tabel diatas maka dapat dijelaskan bahwa dari 10 orang siswa sudah memiliki kepercayaan diri, siswa yang sudah memiliki tingkatan kepercayaan diri ini tergolong kategori 84-102 berjumlah 6 siswa yang kategorinya tinggi kategori 66-84 berjumlah 4 siswa yang kategori sedang dan

kategori rendah tidak ada. Dari angket yang dibagi terlihat hasil bahwa meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama.

d. Refleksi

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan, maka diperoleh hasil bahwa:

Tabel 4.13

Hasil Refleksi Siklus II Dari Pertemuan I dan Pertemuan II

Siklus II Pertemuan I	Siklus II Pertemuan II
Sebagian siswa sudah mulai aktif dalam kegiatan layanan	Seluruh siswa sudah aktif dalam bertanya, dan berpendapat
Siswa terlihat bersemangat dalam mengikuti kegiatan layanan.	Siswa sudah terbiasa dengan pemberian layanan bimbingan kelompok
Siswa sudah mulai memahami akan meningkatkan kepercayaan diri	Siswa sudah memenuhi pelaksanaan kegiatan dengan sangat baik

e. Evaluasi

Pada siklus ke II ini Peneliti merefleksi dan mengevaluasi tahap kegiatan yang dilakukan mulai dari pelaksanaan kegiatan hingga penilaian. Berdasarkan ukuran kriteria keberhasilan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama seperti yang telah dikemukakan di bab 3. Maka dapat disimpulkan bahwa proses pemberian layanan bimbingan kelompok teknik

psikodramaberjalan dengan baik dan sudah mencapai penilaian keberhasilan yang ditetapkan yaitu 75%.

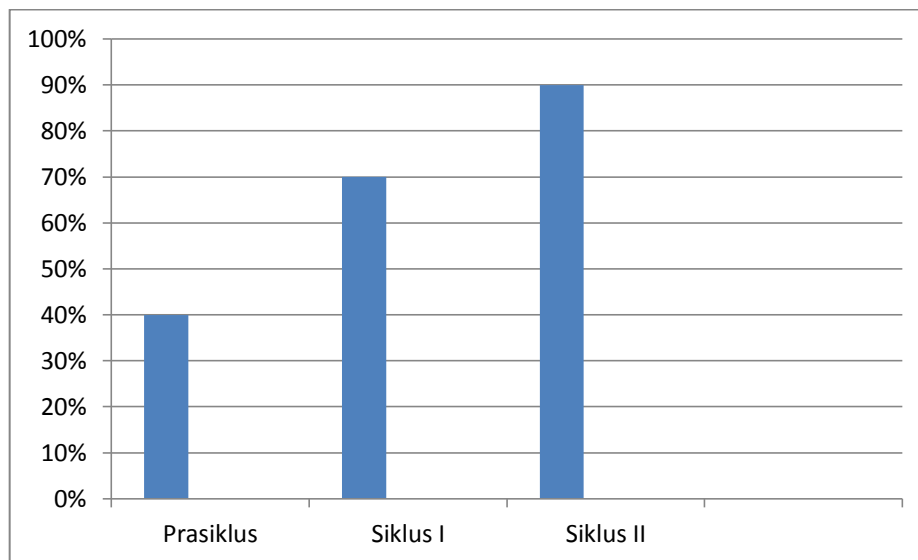
Dari hasil perhitungan diatas, terlihat bahwa meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama adanya peningkatan dari kondisi awal siklus I 70% sedangkan pada siklus II mengalami peningkatan sebesar 90% dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama di MTs. EX PGA Proyek Univa Medan.

Tabel 4.14

Peningkatan Hasil Analisis Angket Kepercayaan Diri Siwa

No	Jumlah siswa	NILAI								
		Pratindakan			Siklus I			Siklus II		
		Skor	% Skor	Kategori	Skor	% Skor	Kategori	Skor	% Skor	Kategori
1.	4	656	40%	Rendah						
2.	7				707	70%	Sedang			
3.	9							862	90%	Sangat Tinggi

Diagram Peningkatan Hasil Analisis Angket Kepercayaan Diri Siswa



C. Pembahasan Hasil Penelitian

Kegiatan Layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII-2 Madrasah Tsanawiyah EX PGA Proyek Univa Medan terlaksana dengan baik, dan dapat dibuktikan dari hasil pencapaian siklus II dengan skor 90%. Sebelum melakukan tindakan dengan memberikan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama peneliti menyebarkan angket kepada seluruh siswa kelas VIII-2, maka diperoleh hasil angket yang menyatakan kebanyakan dari siswa kepercayaan dirinya rendah.

Saat tindakan berlangsung pada siklus I dengan pemberian layanan bimbingan kelompok dengan dua kali pertemuan. Pertemuan pertama masih terkesan biasa saja, dan pertemuan kedua siswa sudah mulai teransang dan aktif dalam kegiatan yang berlangsung, dengan sudah memberikan pendapat dan bertanya. Dan pada siklus ke II dinamika yang

terjadi pada anggota kelompok sangatlah hidup dari pertemuan pertama sampai ketiga, adanya tingkatan perubahan yang terjadi dari siswa yang masih enggan bertanya, sudah mulai berani mengajukan pertanyaan. Dan antusias siswa yang semakin tinggi dan aktif dalam berlangsungnya layanan dan teknik.

Peneliti menargetkan keberhasilan tindakan diatas 75% dari hasil analisis angket dari Pra-tindakan, siklus I, sampai ke siklus II. Dimana hasil angket yang diperoleh dari sebelum tindakan 40% dan setelah tindakan di siklus I 70%, dan siklus II meningkat menjadi 90%. Dan ini terlihat jelas bahwa setiap siklusnya mengalami peningkatan dan sudah mencapai target keberhasilan tindakan yang diharapkan.

Hipotesis penelitian ini adalah meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama pada siswa kelas VIII-2 di MTs EX PGA Proyek Univa Medan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa meningkat setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama, hal ini dibuktikan berdasarkan hasil analisis angket. Maka dalam penelitian ini hipotesis yang diujikan adalah “Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Pada Siswa Kelas VIII-2 di MTs EX PGA Proyek Univa Medan.” dapat diterima, artinya layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diuraikan pada Bab IV, maka dapat disimpulkan :

1. Kepercayaan diri kelas VIII-2 MTs EX PGA Proyek Univa Medan sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama cenderung rendah.
2. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa mempunyai pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama pada siswa kelas VIII-2 MTs EX PGA Proyek Univa Medan.
3. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa mempunyai pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama pada siswa kelas VIII-2 MTs EX PGA Proyek Univa Medan. Di prasiklus persentase 40% dan mengalami peningkatan 30% di siklus I dengan hasil persentase 70% dan di siklus II layanan yang diberikan oleh peneliti mengalami peningkatan 20% dan mampu mencapai persentase 90%. Jika dibandingkan dengan persentase siklus I, kepercayaan diri siswa setelah melakukan tindakan pada siklus II terjadi peningkatan yang

artinya kepercayaan diri siswa meningkat. Oleh karena itu, kepercayaan diri siswa dapat di atasi melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama pada siswa kelas VIII-2 MTs EX PGA Proyek Univa Medan.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka sebagai tindak lanjut penelitian ini disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Guru bimbingan kenseling dapat mengaplikasikan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama terutama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, dan dalam mengaplikasikannya guru bimbingan konseling dapat lebih aktif. Sehingga layanan bimbingan kelompok dapat berjalan secara efektif, sesuai dengan kebutuhan siswa untuk mencapai tujuan dari permasalahannya. Dan pemberian layanan alangkah lebih baiknya diberikan dengan menggunakan media untuk menarik perhatian siswa untuk mengikuti layanan. Adapun tindakan yang dilakukan mulai dari perencanaan, hingga tahap pengakhiran dari siklus I dan II berjalan sesuai dengan rancangan pelaksana layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, sehingga dikatakan bahwa tindakan yang dilakukan pada siklus I dan II dapat meningkatkan kepercayaan dirinya. Dari hasil temuan yang didapat oleh peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama dapat meningkat.

DAFTAR PUSTAKA.

- Anita Lie, (2003), *Menjadi Orang Tua Bijak 101 Cara Menumbuhkan Percaya Diri Anak*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo
- Arikonto S. dkk, (2009). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara
- Dalyono. (2009). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dede Rahmad Hidayat. (2012). *Penelitian Tindakan Dalam Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Indeks
- Departemen Agama RI, (2003), *Al-qur'an dan Terjemahan*, Jakarta
- Fatimah, (2008), *Psikologi Perkembangan*, Bandung: Pustaka Setia
- Gerald corey. (2005) *teori dan praktek konseling psikoterapi*. Bandung :Refika Aditatom
- Ghufron dan Risnawata S. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Hakim,T. (2002), *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta: Puspa Swara
- Lauster, Peter. (2012). *Tes Kepribadian*. Diterjemahkan oleh D.H. Gulo dari buku asli *The Personality Test*. Jakarta: Gaya Media Pratama
- Made Pidarta. (2007). *Landasan Kependidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Mastuti, Indari. (2008). *50 Kiat Percaya Diri*, (Jakarta: Hi-Fest Publishing)
- Muhammad Fahrozin ,dkk. (2004). *Pemahaman Tingkah Laku*. Jakarta: Rineka Cipta
- Mohammad Mustari, (2014), *Nilai Karakter Refleksi Untuk Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Pers
- Nurul Zuriah, (2009), *Metode Penelitian Sosial dan Pendidikan*, Jakarta: PT Bumi Aksara

- Prayitno, (2017), *Konseling Profesional Yang Berhasil: Layanan dan Konseling*, Jakarta: RajaGrafiindo Persada
- Prayitno,(1995), *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok: Dasar dan Profil*, Jakarta: Ghalia Indonesia
- Rini, J.F. (2002).*Memupuk rasa percaya diri*. <http://www.e-psikologi.com/dewasa>
- Santrock, Jhon W, (2003), *Adolescence (Perkembangan Remaja)*, Jakarta: Erlangga
- Syaiful Akhyar, (2016), *Konseling Islami dalam Komunitas Pesantren*. Medan: Citra Pustaka
- Tarmizi, (2018).*Bimbingan Konseling Islam*, Medan: Perdana Publishing
- Tohirin, (2007), *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta: RajaGrafiindo Persada
- Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional. (2003). Jakarta: CV. Eko Jaya
- Yeni dan Suko, (2018), *Panduan Penelitian Tindakan Bidang: Bimbingan dan Konseling*, Bogor: Grha Cipta Media