

Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTsN 1 Serang

**Siti Nazwa Salsabila Azzahra¹, Raudah Zaimah Dalimunthe², Meilla Dwi Nurmala³
Bimbingan Dan Konseling, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa**

Corresponding Author: Siti Nazwa, e-mail: Stnazwaa77@gmail.com

Published: May, 2025

ABSTRAK

Kepercayaan diri atau *self confidence* suatu hal yang sangat penting pengaruhnya dalam kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa kelas VII MTsN 1 Serang. Guru bimbingan dan konseling memiliki peran yang sangat penting untuk menangani setiap perilaku siswa dengan nilai-nilai pendidikan, seperti halnya menyelenggarakan suatu layanan bimbingan dan konseling. Dalam pelayanan bimbingan dan konseling salah satunya berupa bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama. Sociodrama sendiri memiliki arti suatu metode dengan teknik bermain peran. Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif metode eksperimen, penelitian ini menggunakan *Pre Experimental design* dengan bentuk desain *One Group Pretest-Posttest Design* yang dimana hanya dilakukan pada satu kelompok uji saja dan tanpa ada kelompok control atau pembandingan. Berdasarkan hasil penelitian menunjukan $q = 0,027$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor kepercayaan diri. Maka dapat disimpulkan bahwa penerapan bimbingan kelompok teknik sociodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri pada keterampilan komunikasi siswa kelas VII MTsN 1 Serang.

Kata kunci: teknik sociodrama, kepercayaan diri dan bimbingan kelompok

ABSTRACT

Self-confidence is something that has a very important influence in life. This study aims to determine the Effect of Group Guidance Services with Sociodrama Techniques in Increasing Self-Confidence of Class VII Students of MTsN 1 Serang. Guidance and counseling teachers have a very important role in handling every student's behavior with educational values, such as organizing guidance and counseling services. In guidance and counseling services, one of them is group guidance with sociodrama techniques. Sociodrama itself means a method with role-playing techniques. In this study, the researcher used a quantitative approach to the experimental method, this study used a Pre Experimental design with a One Group Pretest-Posttest Design design which was only carried out on one test group and without a control or comparison group. Based on the results of the study, it showed $q = 0.027$ which is smaller than $\alpha = 0.05$ which indicates that there is a difference in self-confidence scores. So it can be concluded that the application of sociodrama technique group guidance can increase self-confidence in the communication skills of class VII students of MTsN 1 Serang.

Keywords: sociodrama techniques, self-confidence and group guidance

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Menurut Lindenfield (1997), menyatakan bahwasannya percaya diri merupakan suatu perasaan yang dimana seseorang tersebut merasa bahwa dirinya dalam keadaan yang baik. Kepercayaan diri *Confidence* memang terdengar dan terlihat sederhana tetapi seseorang yang memiliki kurangnya rasa

kepercayaan diri akan menjadi akibat yang buruk bagi seorang individu, sejalan dengan yang dikatakan oleh Silvia et al., (2022), seseorang yang mempunyai kepercayaan diri yang baik akan membuat potensi yang ada dalam diri individu tersebut akan berkembang dengan pesat.

Permasalahan-permasalahan yang banyak dihadapi pada para remaja saat ini adalah kurangnya percaya diri. Permasalahan kepercayaan diri tidak hanya terjadi pada siswa di Indonesia saja tetapi juga di berbagai negara lain. Tidak mudah bagi siswa untuk menumbuhkan rasa percaya diri. Percaya diri sangatlah penting untuk ditumbuhkan pada diri siswa. Kepercayaan diri siswa yang tinggi akan sangat berpengaruh bagi siswa dalam menguasai materi yang telah guru ajarkan di dalam kelas, dengan kepercayaan diri akan meningkatkan rasa semangat dalam belajar sehingga dapat membuat siswa memiliki peningkatan dalam daya kemampuan belajarnya dalam hal tersebut akan menjadi salah satu penentu suksesnya siswa di masa yang akan datang (Puspita et al., 2023).

Berdasarkan uraian di atas kepercayaan diri Kurangnya kepercayaan diri pada seseorang membuat seseorang merasa rendah diri, seseorang yang merasa rendah diri cenderung tidak mampu dan merasa tidak berguna hal ini dapat mempengaruhi proses perjalanan kehidupannya. Dalam permasalahan kepercayaan diri, tidak semua individu memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi, banyaknya permasalahan yang dihadapi setiap individu sehingga mereka tidak mampu untuk menghadapinya. Adanya permasalahan yang mereka hadapi seperti, tidak mempunya mereka dalam persaingan dan intelegensi

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan dengan menyebarkan *DCM* (Daftar Cek Masalah) Dari hasil perhitungan *DCM* memperoleh hasil 59,2% siswa kelas VII MTsN 1 Serang mengalami kurangnya kepercayaan diri di kelas dan di lingkungan sekolah. Selain menyebarkan angket *DCM* peneliti juga melakukan pengamatan secara langsung dengan melihat situasi kelas, dari hasil pengamatan yang peneliti lakukan terdapat faktor-faktor yang menunjukkan bahwasannya siswa kurang memiliki rasa kepercayaan diri dalam dirinya. Dari hasil pengamatan dan observasi yang peneliti amati bahwa beberapa siswa kelas VII MTsN 1 Serang dalam proses pembelajaran di kelas yaitu (1) siswa merasa takut untuk tampil di depan kelas, (2) siswa gugup saat ditunjuk untuk menjawab pertanyaan dari guru, (3) siswa tidak berani bertanya kepada guru (4) siswa merasa tidak sepintar teman kelasnya yang lain (5) siswa merasa malu saat tampil di depan banyak orang (6) siswa merasa malu dengan penampilannya dan fisiknya. Dapat dilihat dari hal tersebut bahwa siswa memiliki kesulitan dalam mengikuti proses belajar di kelas maupun suasana di luar lingkungan belajar mengajar. Terdapat kemungkinan besar yang menjadikan siswa kesulitan dalam hal tersebut adalah adanya rasa tidak percaya diri pada diri siswa.

Dengan demikian perlu adanya tindakan dengan melakukan layanan bimbingan dan konseling, salah satu layanan bimbingan dan konseling adalah layanan bimbingan kelompok. Menurut Hasanah et al., (2023), menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dinilai

sangat berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Layanan bimbingan kelompok adalah suatu layanan yang memiliki tujuan untuk membantu siswa yang ingin mengembangkan diri dalam bersosialisasi, yang ingin membentuk atau meningkatkan kualitas diri dalam susana berkelompok (B. U. Hasanah et al., 2024).

Berdasarkan hasil observasi dan permasalahan yang ada, maka perlu adanya sebuah bantuan dan usaha untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Oleh karenanya, peneliti memiliki keinginan untuk meneliti dan memiliki tujuan untuk mengetahui **“Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama Dalam Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII MTS Negeri 1 Serang”**

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen. Penelitian kuantitatif adalah metode yang digunakan untuk menuju teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel.

Penelitian ini menggunakan *Pre Experimental design*. Menurut Sugiyono (2020), penelitian *Pre Eksperimental design* adalah desain penelitian dengan menggunakan atau mengamati satu kelompok yang telah diberikan perlakuan. Peneliti menggunakan penelitian ini dikarenakan peneliti melakukan penelitian menggunakan satu kelompok eksperimen, agar peneliti dapat membandingkan kelompok antara sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan.

Bentuk desain *One Group Pretest-Posttest Design* ini dilakukan hanya saat sebelum diberikan perlakuan, para anggota/konseli terlebih dahulu diberi soal tes yaitu tes pertama atau *pretest* (O_1) dan setelah diberikan perlakuan yang dites kembali dengan soal tes yang sama sebagai tes akhir atau *posttest* (O_2). Hal tersebut desain penelitian bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3.1 Desain One Group Pretest-Posttest

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
O_1	X	O_2

Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel data yaitu menggunakan teknik purposive sample, yang dimana harus sesuai dengan beberapa kategori yang sudah ditentukan. Data ini dikumpulkan melalui observasi dan penyebaran angket. Angket yang digunakan berupa angket *pre-test* dan *post-test*, yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, menggunakan uji *Wilcoxon* pada SPSS untuk membandingnya hasil data dari *pre-test* dan *post-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut Al Halik & Rakasiwi (2020), rasa kepercayaan diri tinggi akan terlihat dari perilakunya seperti merasa berharga, memiliki keberanian yang tinggi dalam menghadapi situasi, memiliki kemampuan untuk mengembangkan prestasi dan mampu menyelesaikan tugas perkembangannya. Maka dari itu, sebagai remaja yang mempunyai kepercayaan diri tentu memiliki keyakinan atas kemampuan yang mereka miliki dalam menghadapi segala sesuatu rintangan dan kesulitan baik dalam diri sendiri maupun lingkungannya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwasannya kepercayaan diri siswa kelas VII MTsN 1 Serang yang rendah terdapat pada indikator cinta diri, indikator pemahaman diri, indikator komunikasi, indikator ketegasan, indikator penampilan diri dan indikator pengendalian perasaan. Berdasarkan hasil *pre-test* dari beberapa kelas tersebut terdapat siswa yang memiliki kepercayaan diri sangat rendah dengan berjumlah 7 siswa. Siswa yang memiliki kepercayaan diri sangat rendah tersebut diberikan surat kesediaan untuk menjadi sampel penelitian. Terdapat 6 siswa dari 7 siswa dengan kategori sangat rendah yang bersedia menandatangani surat ketersediaan dan menyetujui untuk mengikuti kegiatan *treatment* ini. Sesuai dengan kebutuhan layanan, maka rancangan teknik sosiodrama disusun berdasarkan indikator-indikator terendah pada instrumen kepercayaan diri. dengan demikian peneliti melakukan sebuah layanan yang diberikan kepada siswa yang dijadikan sampel penelitian sebanyak tujuh kali pertemuan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

Setelah peneliti memberikan sebuah perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama kepada siswa kelas VII MTsN 1 Serang yang memiliki kepercayaan diri rendah berdasarkan hasil *pre-test*, siswa kembali mengisi angket *post-test*. Berikut ini adalah perbandingan hasil kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan perlakuan atau *treatment* menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

Tabel 1. Perbandingan Skor *Pre-Test* dan *Post-Test*

No	Nama	Hasil		Gain	Keterangan
		<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>		
1	ACA	68	135	67	Meningkat
2	AMS	67	128	61	Meningkat
3	NW	64	142	78	Meningkat
4	FP	66	144	78	Meningkat
5	FF	62	144	82	Meningkat
6	MNH	69	139	70	Meningkat
Total		396	832	436	
Rata-rata		66	138,7	72,7	
Presentase		38%	80,6%	42%	

Berdasarkan tabel 1, dapat disimpulkan bahwa setelah diberikannya layanan berupa bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, adanya peningkatan pada skor *pre-test* dan *post-test* yang cukup signifikan. Dengan itu, dapat ditarik kesimpulan secara keseluruhan bahwa siswa yang menjadi sampel

penelitian ini mengalami peningkatan rasa percaya diri pada diri siswa tersebut. Peneliti menggunakan uji coba *Wilcoxon Signed Rank Test* menggunakan aplikasi SPSS 25.0 untuk menganalisis lebih dalam perbandingan dari skor *pre-test* dan *post-test* dan untuk mendeteksi signifikansi perbedaan antara dua pasang data berskala ordinal tetapi tidak ada distribusi secara normal (Sugiyono, 2020).

Tabel.2 Hasil Uji *Wilcoxon Signed Test Statistic*

Test Statistics ^a	
	Post-test - Pre-test
Z	-2,207 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,027

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan tabel di atas, nilai pada *Asymp. Sig. (2-tailed)* adalah 0,028 yang dimana menunjukkan bahwa nilai 0,028 tersebut $< 0,05$ dalam pengambilan hipotesis, maka hipotesis dinyatakan diterima. Dan dapat kita simpulkan bahwa hasil tersebut menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII di MTsN 1 Serang dinyatakan “berpengaruh”.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, maka dapat disimpulkan bahwa:

Gambaran kepercayaan diri siswa kelas VII MTsN 1 Serang menunjukkan total sebanyak 149 siswa. Hasil yang diperoleh terdapat 7 siswa yang mempunyai kepercayaan diri dengan kategori sangat rendah, 124 memiliki kategori rendah, 17 memiliki kategori tinggi dan 1 memiliki kategori sangat tinggi. Setelah itu, peneliti memilih 7 siswa yang berada pada kategori sangat rendah dan hanya 6 siswa yang mengisi lembar kesediaan untuk diberikan *treatment*.

Setelah diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama sebanyak 7 sesi pertemuan dapat diketahui bahwa terjadinya peningkatan yang signifikan terhadap kepercayaan diri dapat dibuktikan dari perhitungan data menggunakan SPSS 20.00 melalui uji *wilcoxon signed ranks* menunjukkan bahwa nilai *Asym. Sig. (2-tailed)* bernilai 0,028 yang menunjukkan bahwa nilai 0,28 tersebut itu lebih rendah dari 0,05. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dinyatakan diterima. Dengan ini H_a diterima dan H_0 ditolak. Sehingga dapat diartikan bahwa perlakuan atau *treatment* layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama ini dinyatakan berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII MTsN 1 Serang.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Halik, & Rakasiwi, N. (2020). *Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa*. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/consilium>
- Hasanah, A., Rakhmawati, D., Studi Bimbingan dan Konseling, P., & Ilmu Pendidikan, F. (2023). *Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas XII Ipa SMA Negeri 7 Cirebon*.
- Hasanah, B. U., IM Hambali, & Arbin Janu Setiyowati. (2024). Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Self-Awareness Siswa di Sekolah Inklusi. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(1), 686–700. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6696>
- Puspita, D., 1a, S., Ulfa, N. M., & Mawaddati, I. R. (2023). PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK MODELING TERHADAP 'TINGKAT PERCAYA DIRI SISWA SMPN SUKORAMBI. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling Dan Multikultural*, 1(2), 86–94.
- Silvia, T., Yandri, H., & Juliawati, D. (2022). *PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA BERBICARA DI DEPAN KELAS MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK SOSIODRAMA*.