

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kepercayaan pada diri merupakan elemen fundamental yang esensial bagi seseorang dalam mewujudkan potensinya. Ini merupakan langkah konstruktif dalam mengaktualisasikan diri, dan dengan keyakinan pada diri sendiri, siswa dapat mengoptimalkan pengembangan keterampilan, minat, dan bakat mereka. (Susilowati et al., 2022). Keyakinan pada diri sendiri adalah keyakinan akan kemampuan pribadi dan memiliki potensi positif yang dapat membantu mencapai atau mencapai hasil yang diinginkan. (Rahmawati et al., 2020). Percaya diri menyediakan kemampuan bagi individu untuk menghadapi tantangan baru, memiliki keyakinan diri dalam keadaan yang sulit, melampaui batasan yang menghalangi, menuntaskan tugas yang telah dilakukan, mengembangkan bakat dan kemampuan secara maksimal, serta tidak takut akan kegagalan. (Prasetyawan & Alhadi, 2018). Perbedaan tingkat percayan diri individu tentunya akan mempengaruhi prestasi akademik. Seseorang dengan tingkat keyakinan diri yang tinggi cenderung meraih hasil yang baik karena selalu memandang dengan positif dan mempercayai kemampuannya. Di sisi lain, individu yang kurang percaya diri mungkin tidak mencapai hasil belajar yang optimal karena cenderung berpikiran negatif dan kurang yakin akan kemampuan serta potensi yang dimilikinya. (Amri, 2018). Keyakinan diri adalah keyakinan terhadap kemampuan diri seseorang, merupakan ciri kepribadian yang mencakup optimisme, objektivitas, tanggung jawab, akal sehat, dan keterpaduan dengan realitas (Ghufron, 2020). Keyakinan diri adalah sikap atau kepercayaan pada diri sendiri, yang membuat seseorang tidak merasa cemas saat melakukan tindakan apapun (Khansa et al., 2021). Jadi dapat disimpulkan bahwa Kepercayaan diri ialah suatu keyakinan atau penilaian positif terhadap kemampuan individu, nilai, dan potensi diri seseorang. kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam perkembangan individu dan pengaruhnya terhadap kinerja serta kesejahteraan psikologis. Parafrase dari definisi ini bisa menjadi, "Kepercayaan diri adalah keyakinan positif terhadap

kemampuan, nilai, dan potensi diri seseorang, memainkan peran vital dalam pertumbuhan individu dan mempengaruhi kinerja serta kesejahteraan mental."

Dari beberapa fenomena yang di temukan dilansir dari sumber (DBL.ID, 11 Februari 2023) dalam berita di jelaskan bahwa konsep yang mereka usung terinspirasi dari fenomena sekitar. Tren sosial media yang membuat banyak orang termasuk remaja merasa kurang percaya diri membuat beberapa *dancer* lainnya memutuskan untuk mengangkat fenomena itu lewat tarian. Rasa tidak percaya diri akibat mengonsumsi konten di media social seolah membuat mereka tergerak membantu, salah satu anggota *dancer* berucap bahwa setiap orang memiliki kemampuan masing-masing sehingga tidak boleh membandingkannya dengan yang lain. Dari sini dapat kita simpulkan bahwa factor dari percaya diri rendah adalah salah satunya sering di bandingkan dengan orang lain.

Adapun fenomena yang ditemukan dilansir dari sumber (detikNews,28 Februari 2023) dalam berita dijelaskan bahwa "Percaya diri menjadi kunci agar sukses berkomunikasi di depan publik," terang Drupadi kepada para peserta seperti dikutip dalam keterangan tertulis, Selasa (28/2/2023). Drupadi mengatakan pelatihan *public speaking* bermanfaat untuk menyampaikan informasi kepada audiens, berkomunikasi, hingga untuk memecahkan masalah publik. Ia menekankan kemampuan berbicara sangat penting untuk kehidupan. Siapa pun, kata dia, sesungguhnya berpotensi menguasai *public speaking* asal rutin untuk berlatih. Ia mengatakan saat pertama kali muncul di hadapan public wajar muncul kecemasan. Untuk mengatasinya, persiapkan dan melakukan latihan terus menerus. "Jangan sungkan belajar dari personal yang selalu percaya diri di hadapan publik. Dan, jangan lupa, kita mesti menganggap demam panggung wajar adanya" kata Drupadi. Seseorang yang memiliki percayaa diri tinggi juga perlu memiliki wawasan pengetahuan dan pengalaman yang luas. Dengan demikian, is bisa berinteraksi, berimprovisasi, dan tidak takut berimajinasi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK bernama Fadelia Edfira Putri, S.Pd dan observasi awal yang dilakukan di SMPN 1 Trucuk Bojonegoro pada bulan Januari Tahun Pelajaran 2022/2023, mayoritas yang rasa percaya dirinya rendah adalah kelas VII (tujuh) yaitu terdiri dari 6 kelas dan masing-masing kelas terdiri dari 32 siswa, dan yang paling banyak ada di kelas VII C

yang terdiri dari 21 siswa dan kelas VII E yang terdiri dari 19 siswa, ternyata ditemukan ada beberapa siswa yang tingkat percaya dirinya rendah. Kurangnya rasa percaya diri siswa bisa dilihat pada perilakunya yang kurang berani dalam mengemukakan pendapat, kurang mampu berpikir secara mandiri, pemalu dan cenderung menutup diri. Namun untuk kelas VIII (delapan) dan IX (sembilan) tingkat rasa percaya dirinya rata-rata sudah bisa dikatakan baik dibuktikan dengan ikut serta dalam organisasi yang ada disekolah, berani berpendapat, dan berani mengikuti lomba-lomba. Dan hasil wawancara juga menyatakan bahwa siswa yang kurang percaya diri ini berasal dari keluarga yang kurang mampu, selain itu berasal dari keluarga yang kurang harmonis. Untuk penanganan yang dilakukan oleh guru BK disekolah adalah dengan memberikan layanan klasikal dengan metode ceramah. Percaya diri sangat diperlukan siswa sehingga dapat mencapai apa yang di inginkan dengan optimal.

Fenomena yang telah ditemukan di lapangan menunjukkan bahwa di SMPN 1 Trucuk Bojonegoro terdapat sejumlah siswa kelas VII (tujuh) yang memiliki rasa percaya diri rendah. Hal ini berdasarkan data yang diperoleh dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan ibu Fadelia Edfira Putri, S.Pd selaku guru BK, pada tanggal 26 Januari 2023. Rendahnya rasa percaya diri siswa kelas VII (tujuh) di SMP 1 Trucuk Bojonegoro di tandai dengan perilaku-perilaku seperti siswa kurang aktif saat pembelajaran, pemalu, dan kurang dalam bersosialisasi.

Kurangnya percaya diri di sebabkan oleh banyak hal seperti sugesti negative pada diri, mempercayai opini orang lain, trauma dan lain lain, sehingga dapat mempengaruhi keberhasilan hidup individu tersebut. Maka dari pada itu diperlukan adanya bimbingan dari guru pembimbing, dalam hal ini guru pembimbing adalah orang yang paling tepat. Guru pembimbing dapat melakukan pola bimbingan yang berbeda contohnya melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.

Teknik sosiodrama adalah proses belajar mengajar yang melibatkan pembuatan fiksi untuk memahami konsep tertentu (Kurnia Rahmawati et al., 2020). Menurut Winkel (Lubis et al., 2018) Sosiodrama merupakan strategi dalam bimbingan kelompok yang menggunakan teknik bermain peran (*role playing*)

untuk memperagakan tingkah laku dalam interaksi sosial. Dalam pendekatan ini, dua atau lebih siswa terlibat dalam situasi simulasi atau topik tertentu dengan memainkan peran sesuai dengan situasi yang diberikan. (S. N. Fauziah et al., 2022). Sociodrama adalah pendekatan dalam psikologi dan pendidikan yang memanfaatkan dramatisasi atau pementasan untuk eksplorasi situasi sosial dan interaksi antarindividu. Dalam metode ini, peserta secara aktif terlibat dalam memerankan peran dan berinteraksi dalam konteks tertentu, sehingga memungkinkan mereka memahami sudut pandang dan emosi orang lain. Teknik ini bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan empati, komunikasi, serta pemecahan masalah dalam situasi sosial.

Maka dapat disimpulkan dari pendapat tersebut adalah sociodrama merupakan pendekatan di mana individu atau kelompok terlibat secara aktif dalam situasi kehidupan sehari-hari atau sosial dengan tujuan memahami serta mengatasi masalah antarpribadi. Sociodrama adalah metode interaktif yang melibatkan individu atau kelompok dalam situasi kehidupan sehari-hari atau konteks sosial. Tujuan utamanya adalah untuk mendalami pemahaman tentang serta mengatasi tantangan dan konflik hubungan interpersonal yang muncul dalam konteks tersebut.

Penelitian yang berjudul "Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII SMPN 2 Menggala melalui Konseling Kelompok dengan Teknik Pretend Play" bertujuan untuk mengevaluasi kenaikan tingkat kepercayaan diri dengan menerapkan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik simulasi permainan dengan sociodrama pada siswa kelas VIII di SMPN 2 Menggala selama tahun ajaran 2019/2020. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimental dengan partisipan sebanyak 20 siswa. Data dikumpulkan melalui skala penilaian kepercayaan diri, dan terjadi peningkatan rata-rata sekitar 8,04%. Hasil analisis data menggunakan uji Wilcoxon Matched Pairs Test menghasilkan nilai $Z = -2.803$, yang kurang dari atau sama dengan 1.645. Oleh karena itu, penelitian ini menolak hipotesis nol (H_0) dan mengamini hipotesis alternatif (H_a), menunjukkan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi efektif dalam meningkatkan tingkat kepercayaan diri pada siswa kelas delapan di SMPN 2 Menggala selama tahun ajaran 2019/2020 (Wulan et al.,

2019). Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa sebagian siswa mengalami tingkat kepercayaan diri yang rendah, dengan 29% dari siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang tergolong sedang, sementara 14% memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada sebagian siswa yang menghadapi kesulitan dalam membangun kepercayaan diri. Oleh karena itu, guru bimbingan dan konseling memegang peranan penting dalam membantu siswa membangun kepercayaan diri mereka, terutama karena kepercayaan diri sangat terkait dengan harga diri yang rendah (Marlina et al., 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa. Fokus utamanya adalah mengevaluasi efektivitas teknik sosiodrama. Pertanyaan sentral dalam studi ini adalah apakah penerapan teknik sosiodrama memiliki dampak positif pada peningkatan kemampuan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X di Kartika Siliwangi 2 Bandung selama tahun ajaran 2013/2014. Metode penelitian yang dipilih adalah quasi eksperimen dengan desain non-equivalent pre-post-test control group design. Terdapat 15 partisipan dalam penelitian ini, di mana 8 siswa termasuk dalam kelompok eksperimen dan 7 siswa termasuk dalam kelompok kontrol (Made Yoga Putra, 2015).

Setelah melakukan wawancara, ditemukan bahwa sejumlah siswa mengalami rendahnya kepercayaan diri. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti pengalaman, lingkungan sosial, dan refleksi diri. Fenomena-fenomena yang diuraikan di atas mengindikasikan bahwa beberapa siswa mengalami masalah kepercayaan diri rendah. Hasil dari penelitian sebelumnya menegaskan bahwa penerapan teknik sosiodrama memiliki tingkat efektivitas yang tinggi dalam meningkatkan tingkat kepercayaan diri siswa di SMPN 1 Trucuk. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian berjudul "Keefektifan Teknik Sosiodrama dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMPN 1 Trucuk".

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat keefektifan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa SMPN 1 Trucuk ?

1.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui keefektifan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok dalam peningkatkan percaya diri siswa SMPN 1 Trucuk.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk memperkuat landasan penelitian selanjutnyadengan menggunakan model atau metode lain dalam penelitian serupa.

1.4.2 Manfaat Praktik

- a. Siswa, mampu berkembang secara optimal dan dapat meningkatkan percaya diri siswa.
- b. Kepala Sekolah, kami berharap hasil penelitian ini dapat menjadi pedoman bagi kepala sekolah dalam mengelola kegiatan pembelajaran di lembaga pendidikan yang dijelankannya.
- c. Konselor, keefektifan teknik sosiodrama dapat di terapkan oleh konselor sebagai salah satu alternative metode untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa, penelitian ini dapat mendukung dan membantu pengembangan diri siswa khususnya meningkatkan rasa percaya diri secara optimal.
- d. Peneliti Selanjutnya, hasil penelitian di harapkan dapat memberikan stimulus. Hasil ini dapat digunakan sebagai landasan untuk pengembangan studi selanjutnya dan sebagai referensi bagi para peneliti yang akan menyelidiki penggunaan teknik sosiodrama dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa.

1.5 Batasan Penelitian

Merujuk pada identifikasi masalah diatas, agar penelitian lebih terarah serta tidak menimbulkan perluasan, maka penelitian ini mempunyai batas sebagai berikut:

- a. Penelitian ini hanya dibatasi oleh penerapan teknik sosiodrama untuk meningkatkan percaya diri secara efektif pada siswa SMPN 1 Trucuk.

b. Penelitian ini hanya ditujukan kepada siswa kelas VII SMPN 1 Trucuk.

1.6 Asumsi

Percaya diri merupakan kemampuan untuk meyakinkan diri sendiri atas kemampuan yang dimilikinya. Orang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan mudah berinteraksi dengan orang lain dan dengan lingkungan sosialnya dan lebih mudah untuk mengembangkan kemampuan secara optimal, begitupun sebaliknya akan berdampak pada kondisi selanjtnya. Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan asumsi bahwa percaya diri dapat ditingkatkan dengan tahapan teknik sosiodrama. Dengan meningkatnya percaya diri melalui tahapan teknik sosiodrama tersebut, maka individu dapat belajar dengan baik dan dapat mengembangkan kemampuan secara optimal.

