

Meningkatkan Percaya Diri Siswa Saat Berbicara Di Depan Kelas Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama

Aryanti Sagita¹, Susilo Rahardjo², Richma Hidayati³
Universitas Muria Kudus^{1,2,3}
e-mail: susilo.rahardjo@umk.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel

Diterima: 10 Agustus 2019
Revisi: 27 September 2019
Disetujui: 29 Oktober 2019
Dipublikasikan: 30 Desember 2019

Keyword

Percaya Diri saat Berbicara
Bimbingan Kelompok
Sosiodrama

Abstract

Tujuan penyusunan skripsi sebagai berikut: 1. Mendeskripsikan tindakan peneliti dalam layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari saat berbicara di depan kelas tahun pelajaran 2018/2019. 2. Peneliti memperoleh data peningkatan rasa percaya diri siswa saat berbicara di depan kelas melalui layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama pada siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari tahun pelajaran 2018/2019. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling. Subjek yang diteliti adalah siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari sebanyak delapan siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah. Analisis data dilakukan dengan teknik mixed method dengan menggabungkan analisis data kuantitatif yang diperkuat oleh data kualitatif agar diperoleh simpulan penelitian yang lebih kuat. Hasil penelitian diketahui percaya diri siswa saat berbicara di depan kelas pada periode pra siklus memperoleh skor 23 (58%) kategori (Kurang). Pada siklus I telah mengalami peningkatan dengan memperoleh skor 26 (65%) kategori baik. Kemudian siklus II juga mengalami peningkatan dengan memperoleh skor 30 (74%) masih dalam kategori baik.

Artikel ini dapat diakses secara terbuka dibawah lisensi CC-BY-SA



Pendahuluan

Permasalahan mengenai percaya diri ini sering terjadi di lingkungan sekolah khususnya pada saat siswa diperintahkan untuk maju dan berbicara di depan kelas. Tidak sedikit dari mereka yang merasa takut, gugup, dan bingung saat berada di depan kelas, atau bahkan mereka merasa sangat malu apabila dilihat oleh teman-teman sekelasnya. Tidak hanya itu permasalahan kepercayaan diri siswa yang rendah juga menghambat perkembangan potensi yang dimiliki, mematikan kreativitas yang ada dalam diri siswa, atau bahkan dapat menumpulkan bakat yang dimilikinya. Sebaliknya bila siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi tentu hal ini sangat membantu dirinya untuk lebih berprestasi dalam segala hal dan memudahkan siswa untuk mencapai kesuksesan di masa depan.

Siswa yang percaya diri menguasai materi yang akan disampaikan, tenang, tidak gugup, dan lancar berbicara, mengetahui kekurangan dan kelebihan diri sendiri, selalu bergabung dengan kelompok yang dianggap lebih darinya, tidak mudah putus asa, mandiri/tidak bergantung pada orang lain, bereaksi positif dalam menghadapi masalah, tidak menghindari situasi komunikasi, tidak takut orang lain mengejek/menyalahkannya, dan dalam kegiatan diskusi siswa lebih banyak berbicara/berargumen. Dengan adanya rasa percaya diri tersebut dapat membuat perkembangan siswa menjadi lebih optimal.

Davies (2004, dalam Marjanti, 2015: 2) menyatakan bahwa percaya diri adalah keyakinan pada kemampuan-kemampuan sendiri, keyakinan pada adanya suatu maksud di dalam kehidupan,

dan kepercayaan bahwa dengan akal budi mereka mampu melaksanakan apa yang mereka inginkan, rencanakan, dan harapkan. Sedangkan Willis (2010, dalam Komara, 2016: 36) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah karakteristik pribadi seseorang yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri dan mampu mengembangkan serta mengolah dirinya sebagai pribadi yang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik.

Dari pendapat kedua ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa percaya diri adalah keyakinan positif yang ada dalam diri seseorang terhadap dirinya sendiri atas segala kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya dan sangat berpengaruh terhadap aktivitas kehidupan seseorang tersebut. Dengan keyakinan positif, maka seseorang mampu mencapai berbagai macam tujuan hidup yang diharapkan.

Berdasarkan hasil observasi penelitian yang dilaksanakan pada hari Senin, 21 Januari 2019 terhadap siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari Tahun Pelajaran 2018/2019, hasilnya peneliti menemukan berbagai masalah yang dihadapi oleh siswa, mulai dari masalah yang kecil hingga masalah yang terbilang cukup rumit, mulai dari masalah dalam bidang pribadi, sosial, belajar, maupun karir. Dari berbagai permasalahan yang ada tersebut, yang paling sering dijumpai oleh peneliti yaitu kurangnya rasa percaya diri siswa kelas X IPS 4SMAN 1 Nalumsari, ketika peneliti menyuruh siswa untuk maju dan berbicara di depan kelas atau menjawab soal yang diajukan, mereka sangat sulit untuk melaksanakannya butuh beberapa waktu untuk menjalankan tugas yang disampaikan.

Kepercayaan diri yang masih kurang pada siswa kelas X IPS 4SMAN 1 Nalumsari disebabkan karena siswa masih dalam tahap penyesuaian diri terhadap sekolah baru mereka yang saat ini memasuki tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Siswa butuh penyesuaian diri terhadap lingkungan barunya, mengenal situasi sekolah, memahami karakter teman-teman barunya, menyesuaikan peraturan yang ada di sekolah baru, dan sebagainya. Jadi tingkat kepercayaan diri siswa masih rendah bila dibandingkan dengan kelas XI SMAN 1 Nalumsari yang lebih memiliki rasa percaya diri karena sudah lebih dahulu mengenal lingkungan sekolahnya.

Tetapi tidak semua siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari memiliki kepercayaan diri yang kurang, ada beberapa siswa yang sudah memiliki kepercayaan diri yang tinggi, karena siswa tersebut lebih mudah dalam menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan baru bila dibandingkan teman sekelasnya yang lain. Tidak bisa dipastikan bahwa kepercayaan diri siswa yang rendah ini hanya pada saat siswa masih dalam tahap penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolahnya yang baru, bisa jadi kepercayaan diri yang rendah ini terbawa sampai siswa memasuki tingkatan kelas selanjutnya. Untuk mencegah suatu hal yang tidak diinginkan atau untuk meminimalisir masalah yang nantinya dijumpai siswa terkait dengan kepercayaan diri mereka, maka perlu adanya penanganan khusus terutama dari guru bimbingan dan konseling di sekolah agar perkembangan siswa berjalan dengan baik dan menjadi optimal.

Selain hasil observasi peneliti, penelitian ini juga didukung dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada hari Kamis tanggal 8 November 2018 terhadap guru bimbingan dan konseling kelas X yaitu Bapak Prasetyo Adi Nugroho dan wali kelas X IPS 4 yaitu Bapak Rizal yang bertempat di ruang Bimbingan dan Konseling SMAN 1 Nalumsari. Berdasarkan wawancara tersebut hasilnya menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik sosiodrama merupakan metode bimbingan kelompok yang belum pernah diberikan kepada siswa kelas X khususnya kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari. Teknik sosiodrama ini merupakan salah satu teknik dari sekian banyak teknik bimbingan kelompok yang digunakan peneliti dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling kepada siswa. Sangat baik apabila teknik ini diterapkan dalam

Aryanti Sagita, dkk (Meningkatkan Percaya Diri Siswa.....)

pemberian layanan bimbingan kelompok untuk membantu siswa dalam mengatasi kurangnya rasa percaya diri mereka.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru BK kelas X serta wali kelas X IPS 4 tersebut, peneliti berkeinginan untuk membantu siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari dalam meningkatkan rasa percaya diri yang dimiliki agar siswa menjadi lebih baik di masa depannya dengan melakukan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Diantara beberapa layanan yang ada dalam Bimbingan dan Konseling, salah satu layanan yang bisa membantu dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa yaitu dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok melalui teknik sosiodrama.

Maliki (2016: 177) menjelaskan bahwa “tujuan bimbingan kelompok adalah untuk membantu siswa agar lebih kompeten bukan untuk menghasilkan suatu kelompok yang lebih baik”. Berdasarkan pendapat tersebut penerapan layanan bimbingan kelompok merupakan usaha yang diberikan oleh peneliti untuk membantu siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari agar lebih percaya diri khususnya percaya diri saat berbicara di depan kelas. Dalam kegiatan bimbingan kelompok tersebut siswa dibangun keberaniannya dalam mengutarakan sebuah argumen, dilatih menjadi pribadi yang open mind, dibiasakan untuk menghormati dan menghargai sesama, dan ditingkatkan rasa percaya dirinya agar tidak cemas/takut saat menghadapi kritikan dari anggota kelompok yang lain. Hasil pembahasan kegiatan kelompok tersebut membuat anggota kelompok belajar untuk menginternalisasikan pemahaman dan pengalaman baru yang bernilai positif dari lingkungan sosialnya.

Sedangkan teknik yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok adalah teknik sosiodrama. Teknik sosiodrama ini merupakan teknik yang digunakan peneliti dalam memberikan bekal pengalaman belajar yang menarik kepada siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari untuk mengenali permasalahan siswa sendiri terkait dengan rasa percaya diri yang mereka miliki, serta menemukan jalan keluar dari permasalahan percaya diri tersebut.

Peneliti memberikan layanan tersebut karena berdasarkan hasil penelitian peningkatan kepercayaan diri dengan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama pernah dilakukan oleh Hadi (2016). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai efektivitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama tersebut, disimpulkan secara garis besar bahwa siswa kelas X SMAN 1 Loceret sebelum diberikan sosiodrama percaya diri berada pada kategori cukup percaya diri, dan setelah diberikannya sosiodrama mayoritas percaya diri siswa berada pada kategori sangat percaya diri. Dengan demikian percaya diri siswa meningkat setelah diberikannya sosiodrama. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa metode sosiodrama efektif untuk meningkatkan percaya diri pada siswa kelas X SMAN 1 Loceret.

Melihat hasil penelitian Hadi tersebut bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama merupakan suatu usaha peneliti untuk merubah kepercayaan diri siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari yang memiliki rasa percaya diri rendah agar berkembang menjadi pribadi yang lebih percaya diri. Guru SMAN 1 Nalumsari khususnya guru bimbingan dan konseling menyadari betapa pentingnya penanganan terhadap siswa yang mengalami masalah kepercayaan diri. Dengan begitu kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama ini sangat diperlukan untuk membantu meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari Tahun Pelajaran 2018/2019.

Metode Penelitian

Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) ini dilakukan di SMAN 1 Nalumsari kelas X IPS 4 Tahun Pelajaran 2018/2019, pada bulan Januari sampai Februari 2018. SMAN 1 Nalumsari adalah salah satu sekolah negeri di kota Jepara yang berlokasi di Jl. Raya Nalumsari No. 2, Area Sawah/Kebun, Gemiring Lor, Nalumsari, Kabupaten Jepara, Jawa Tengah (59466). Alasan penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Nalumsari adalah berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling serta wali kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari Tahun Pelajaran 2018/2019 terdapat siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah khususnya saat berbicara di depan kelas. Hal inilah yang membuat peneliti tertarik memilih SMAN 1 Nalumsari sebagai lokasi penelitian.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari yang berjumlah delapan siswa yang memiliki karakteristik tidak percaya diri saat berbicara di depan kelas. Subjek penelitian terdiri dari tiga siswa yang berinisial ARJ, KSM, YGA. Sedangkan lima siswanya merupakan siswi yang berinisial JL, DKL, DT, SLS, dan ADL. Sukiman (2011: 155) menjelaskan bahwa, “analisis data yaitu proses menyeleksi, menyederhanakan, memfokuskan, mengabstraksikan, mengorganisasikan data secara sistematis dan rasional untuk menampilkan bahan-bahan yang dapat digunakan untuk menyusun jawaban terhadap tujuan penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK)”.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis data deskriptif kualitatif karena mengacu kepada hasil observasi, wawancara, dan refleksi dari kondisi awal pada siklus I dan siklus II pada siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari mengenai percaya diri saat berbicara di depan kelas. kurangnya rasa percaya diri yang dimiliki siswa diperoleh dari kondisi awal sebelum peneliti melakukan tindakan. Berdasarkan observasi terhadap kebiasaan siswa selama berada dalam lingkungan sekolah, pada siklus I materi yang dibahas yaitu aku percaya diri, mengendalikan diri, dan keterampilan berkomunikasi. Pada siklus II data yang diperoleh berasal dari hasil refleksi siklus I. Hasil analisis terhadap meningkatnya rasa percaya diri siswa saat berbicara di depan kelas dijadikan sebagai indikator untuk mengetahui berhasil atau tidaknya tindakan ini.

Hasil dan Pembahasan

Sebelum melaksanakan penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK), peneliti terlebih dahulu melakukan kegiatan pra siklus yaitu wawancara dengan wali kelas dan guru BK kelas X yang dilaksanakan pada hari Kamis, 08 November 2018 yang digunakan peneliti sebagai salah satu metode pengumpulan data untuk mengetahui kondisi awal siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari. Hasil dari prasiklus ini menjadi acuan peneliti untuk melaksanakan tindakan selanjutnya dalam memberikan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan percaya diri siswa saat berbicara di depan kelas.

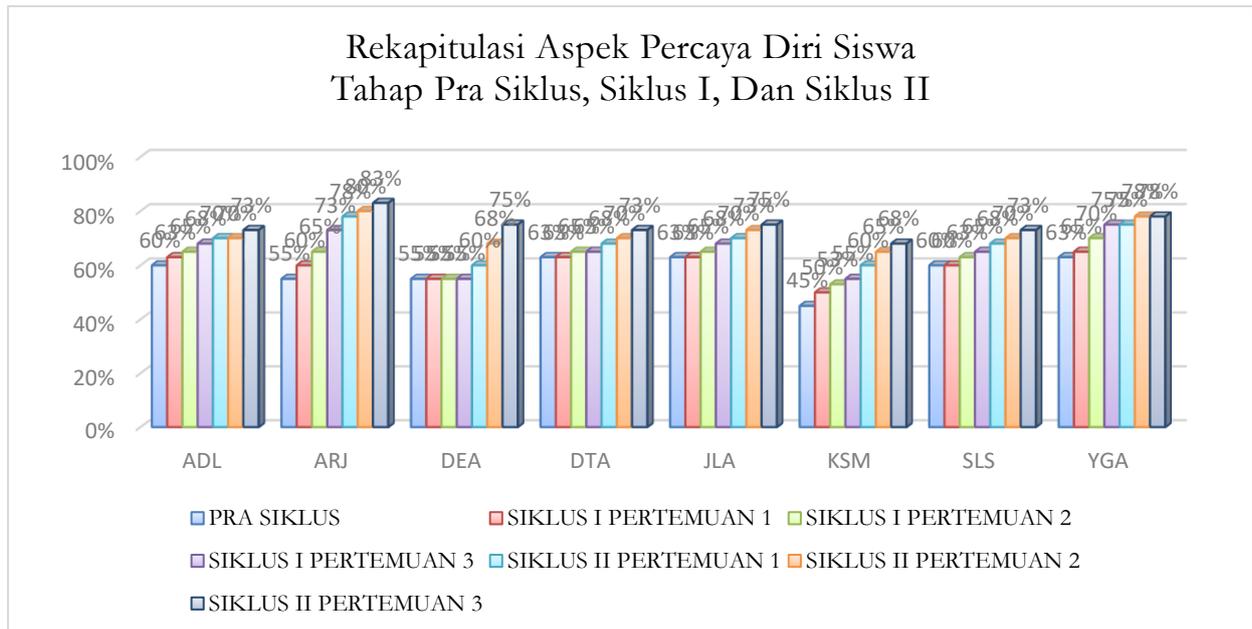
Pertama peneliti melakukan wawancara dengan guru BK kelas X terkait dengan rasa percaya diri siswa kelas X IPS 4 saat berbicara di depan kelas. Berdasarkan hasil wawancara tersebut guru BK menjelaskan ada beberapa siswa yang merasa gugup, malu, bingung, dan terkadang tidak berani saat guru menyuruh siswa untuk maju ke depan kelas seperti menjawab pertanyaan guru, atau menyampaikan sebuah pendapat saat pembelajaran berlangsung. Hal ini dikarenakan siswa belum terbiasa untuk berbicara di hadapan orang banyak seperti teman-temannya di kelas. Adapun keberanian siswa untuk maju dan berbicara di depan kelas juga dipengaruhi oleh karakter dari guru mata pelajaran. Ketika siswa nyaman dengan guru tersebut maka siswa akan berani untuk maju ke depan, walaupun saat di depan mereka merasa gugup. Akan tetapi ketika siswa tersebut kurang nyaman dengan gurunya, jangankan untuk berbicara di depan kelas diperintahkan untuk maju saja

sangat sulit sekali. Jadi sebenarnya rasa percaya diri siswa itu ada hanya saja mereka butuh dorongan agar siswa mampu mengembangkan dan meningkatkan rasa percaya dirinya supaya menjadi lebih baik.

Selanjutnya untuk melengkapi keterangan yang telah diberikan oleh guru BK, peneliti melakukan wawancara dengan wali kelas X IPS 4. Dari hasil wawancara tersebut dapat diketahui ada delapan siswa kelas X IPS 4 yang rasa percaya dirinya terbelah rendah yaitu ADL, ARJ, DEA, DTA, JLA, KSM, SLS, dan YGA. Hal tersebut dapat dilihat pada saat pembelajaran, diskusi kelompok maupun keterlibatan siswa dalam mengikuti kegiatan organisasi di sekolah. Saat proses pembelajaran siswa sering merasa malu, gugup, bahkan bingung dan kurang cekatan saat menjawab pertanyaan guru atau saat diperintahkan untuk maju dan berbicara di depan kelas. Kemudian saat diskusi kelompok siswa masih sering malu untuk menyampaikan pendapat dihadapan teman-temannya dan keterlibatan siswa dalam organisasi di sekolah sangat sedikit. Sangat disayangkan sekali apabila mereka tidak mengembangkan rasa percaya dirinya, karena delapan siswa tersebut nilai akademiknya terbelah baik dan banyak diantara mereka yang masuk peringkat 10 besar di kelas. Adapun hubungan pertemanan antar siswa di kelas X IPS 4 cukup baik, begitu pula hubungan siswa kelas X IPS 4 dengan siswa kelas lain walaupun mereka jarang berkomunikasi, karena siswa lebih senang dan nyaman dengan teman sekelasnya sendiri daripada siswa di kelas lain. Siswa masih bingung untuk meningkatkan percaya diri mereka khususnya saat berbicara di depan kelas.

Setelah mendapat keterangan dari wali kelas X IPS 4, kemudian peneliti melakukan wawancara langsung dengan delapan siswa tersebut. Mereka menjelaskan bahwa mereka merasa malu dan gugup saat diperintahkan maju dan berbicara di depan kelas. Saat ada kegiatan diskusi kelompok mereka lebih senang berkelompok dengan teman-teman yang biasa bersama mereka atau yang akrab dengan mereka. Kemudian dari delapan siswa hanya ada dua siswa yang mengikuti kegiatan organisasi di sekolah, siswa yang lainnya lebih senang bermain dan bersantai dirumah. Sedangkan hubungan pertemanan mereka dengan siswa dikelas lain tidak terlalu akrab hanya sebatas kenal saja. Dari hasil wawancara dengan delapan siswa tersebut dapat disimpulkan bahwa rasa percaya diri mereka saat berbicara di depan kelas memang masih rendah. Siswa tidak mengetahui bagaimana cara mengembangkan rasa percaya diri mereka.

Kemudian peneliti memaparkan hasil peningkatan aspek percaya diri delapan siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari saat pra siklus, siklus I, dan siklus II. Adapun hasil observasi peneliti terhadap aspek percaya diri siswa dengan instrumen skala penilaian pada grafik 1:



Grafik 1. Rekapitulasi Hasil Skala Penilaian Aspek Percaya Diri Siswa Kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari Saat Berbicara di Depan Kelas Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Tahap Pra Siklus, Siklus I, dan siklus II

Berdasarkan grafik 1. di atas, dapat diketahui bahwa aspek percaya diri siswa saat berbicara di depan kelas mengalami peningkatan pada setiap siklusnya. Pada tahap pra siklus mendapatkan rata-rata skor 23,125 dibulatkan menjadi 23 (58%) termasuk dalam kategori (Kurang). Kemudian peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama siklus I. Pada siklus I pertemuan ketiga diperoleh rata-rata skor 26,125 dibulatkan menjadi 26 (65%) masuk dalam kategori (Baik). Setelah siklus I, peneliti melanjutkan ke tahap siklus II. Pada siklus II pertemuan ketiga diperoleh rata-rata skor 29,75 dibulatkan menjadi 30 (74%) dan masuk kategori (Baik). Dengan demikian terjadi peningkatan pada aspek percaya diri siswa sebesar 16% mulai dari tahap pra siklus, siklus I, dan hingga siklus II.

Setelah peneliti melaksanakan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, peneliti melakukan wawancara dengan guru BK kelas X, wali kelas X IPS 4, dan delapan siswa kelas X IPS 4 yang menjadi subjek penelitian untuk memperoleh informasi terkait dengan percaya diri siswa saat berbicara di depan kelas setelah diberikan layanan. Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari saat berbicara di depan kelas.

Kemudian peneliti mewawancarai wali kelas X IPS 4 untuk melengkapi keterangan yang diberikan oleh guru BK. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat diketahui bahwa percaya diri siswa kelas X IPS 4 jauh lebih baik dibandingkan dengan sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Dan hasil wawancara peneliti dengan delapan siswa kelas X IPS 4 dapat disimpulkan bahwa mereka sudah memahami pentingnya percaya diri saat berbicara di depan kelas dan mampu menunjukkan aspek percaya diri seperti menguasai materi yang disampaikan,

Aryanti Sagita, dkk (Meningkatkan Percaya Diri Siswa.....)

tenang, tidak gugup, dan lancar berbicara, mengetahui kekurangan dan kelebihan diri, selalu bergabung dengan kelompok yang dianggap lebih darinya, tidak mudah putus asa, mandiri/tidak bergantung pada orang lain, bereaksi positif saat menghadapi masalah, tidak menghindari situasi komunikasi, tidak takut orang lain mengejek/menyalahkannya, dan dalam diskusi lebih banyak berbicara/berargumen.

Pada siklus I dan siklus II memiliki perbandingan pada aspek percaya diri delapan siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari saat berbicara di depan kelas. Berdasarkan hasil instrumen skala penilaian dari setiap aspeknya, dapat dijelaskan sebagai berikut; *Menguasai Materi Yang Disampaikan*, Siklus I pada aspek menguasai materi yang disampaikan, empat anggota menjawab “sering” dalam menguasai materi yang disampaikan yaitu ADL, ARJ, JLA, dan YGA dengan skor 3. Sedangkan empat anggota menjawab “kadang-kadang” menguasai materi yang disampaikan yaitu DEA, DTA, KSM, dan SLS dengan skor 2. Pada siklus II tujuh anggota memilih “sering” menguasai materi yang disampaikan yaitu ADL, ARJ, DTA, JLA, KSM, SLS, YGA. Sedangkan DEA tetap memilih “kadang-kadang” menguasai materi yang disampaikan. Jadi, untuk aspek menguasai materi yang disampaikan ada tiga anggota kelompok yang mengalami peningkatan yaitu DTA, KSM, dan SLS, yang sebelumnya memilih “kadang-kadang” menjadi “sering” dalam menguasai materi yang disampaikan. Sedangkan satu anggota kelompok tidak meningkat yaitu DEA.

Tenang, tidak gugup dan lancar berbicara, Siklus I, lima anggota kelompok memilih “kadang-kadang” tenang, tidak gugup, dan lancar berbicara dengan skor 2 yaitu ADL, DTA, JLA, KSM, SLS, dua anggota memilih “sering” tenang, tidak gugup, dan lancar berbicara dengan skor 3 yaitu ARJ dan YGA, sedangkan satu anggota memilih “tidak pernah” tenang, gugup, dan tidak lancar berbicara dengan skor 1 yaitu DEA. Sedangkan pada siklus II, lima anggota memilih “kadang-kadang” tenang, tidak gugup dan lancar berbicara yaitu ADL, DTA, JLA, SLS, YGA, dan tiga anggota kelompok memilih “sering” tenang, tidak gugup, dan lancar berbicara yaitu ARJ, DEA, KSM. Dapat disimpulkan pada aspek kedua ini ada dua anggota yang meningkat yaitu DEA dan KSM, satu anggota sedikit menurun yaitu YGA, dan lima anggota tetap pada pilihan sebelumnya yaitu ADL, ARJ, DTA, JLA, dan SLS.

Mengetahui Kekurangan dan Kelebihan Diri, Pada siklus I, satu anggota menjawab “tidak pernah” mengetahui kekurangan dan kelemahan diri dengan skor 1 yaitu DEA, lalu tiga anggota menjawab “sering” mengetahui kekurangan dan kelebihan diri dengan skor 3 yaitu AR, SLS, YGA, dan empat anggota menjawab “kadang-kadang” mengetahui kekurangan dan kelebihan diri dengan skor 2 yaitu ADL, DTA, JLA, KSM. Pada siklus II, tiga anggota menjawab “kadang-kadang” mengetahui kekurangan dan kelemahan diri yaitu ADL, JLA, KSM, dan lima anggota menjawab “sering” mengetahui kekurangan dan kelemahan diri yaitu ARJ, DEA, DTA, SLS, YGA. Berdasarkan keterangan tersebut maka, pada aspek ketiga ada dua anggota yang meningkat yaitu DEA dan DTA, sedangkan enam anggota kelompok yang lain masih dalam skor tetap.

Bergabung dengan Kelompok Yang Dianggap Lebih Darinya, Pada siklus I, tujuh anggota memilih “sering” bergabung dengan kelompok yang dianggap lebih darinya dengan skor 3 yaitu ADL, ARJ, DTA, JLA, KSM, SLS, YGA, sedangkan satu anggota memilih “kadang-kadang” bergabung dengan kelompok yang dianggap lebih darinya dengan skor 2 yaitu DEA. Siklus II, ada tujuh anggota yang memilih “sering” bergabung dengan kelompok yang dianggap lebih darinya yaitu ADL, ARJ, DEA, JLA, KSM, SLS, YGA, dan satu anggota memilih “kadang-kadang” bergabung dengan kelompok yang dianggap lebih darinya yaitu DTA. Diketahui pada aspek keempat ada satu anggota yang meningkat yaitu DEA, dan satu anggota menurun yaitu DTA, dan enam anggota yang lain masih skor tetap seperti siklus I.

Tidak Mudah Putus Asa, Pada siklus I, empat anggota menjawab “kadang-kadang” pada aspek tidak mudah putus asa dengan skor 2 yaitu ADL, JLA, KSM, SLS, sedangkan empat anggota yang lain menjawab “sering” tidak putus asa dengan skor 3 yaitu ARJ, DEA, DTA, YGA. Pada siklus II, enam anggota menjawab “sering” pada aspek tidak mudah putus asa yaitu ADL, ARJ, DEA, DTA, JLA, YGA. Sedangkan dua anggota tetap menjawab “kadang-kadang” tidak mudah putus asa yaitu KSM dan SLS. Jadi pada aspek kelima ada satu anggota meningkat yaitu ADL, dan satu anggota menurun yaitu JLA, dan enam anggota yang lain mendapat skor tetap.

Mandiri/Tidak Bergantung Pada Orang Lain Dalam Mengatasi Masalah, Pada siklus I, lima anggota memilih “sering” pada aspek mandiri/tidak bergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah dengan skor 3 yaitu ADL, ARJ, DTA, JLA, YGA, dan tiga anggota memilih “kadang-kadang” mandiri/tidak bergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah dengan skor 2 yaitu DEA, SLS, KSM. Siklus II, enam anggota memilih “sering” mandiri/tidak bergantung pada orang lain dalam menghadapi masalah yaitu ADL, ARJ, DEA, DTA, JLA, YGA. Sedangkan dua anggota tetap memilih “kadang-kadang” mandiri/tidak bergantung dengan orang lain dalam mengatasi masalah yaitu KSM dan SLS. Kaesimpulannya pada aspek keenam yaitu mandiri/tidak bergantung pada orang lain dalam menghadapi masalah ada satu anggota yang skornya meningkat yaitu DEA, sedangkan tujuh anggota kelompok masih pada skor tetap.

Sering Bereaksi Positif Dalam Menghadapi Masalah, Siklus I tujuh anggota menjawab “sering” pada aspek bereaksi positif dalam menghadapi masalah dengan skor 3 yaitu ADL, ARJ, DEA, JLA, KSM, SLS, dan YGA. Sedangkan satu anggota menjawab “selalu” bereaksi positif dalam menghadapi masalah dengan skor 4 yaitu DTA. Sedangkan pada siklus II tujuh anggota menjawab “sering” bereaksi positif dalam menghadapi masalah yaitu, ADL, DEA, DTA, JLA, KSM, SLS, dan YGA. Sedangkan satu anggota menjawab “selalu” bereaksi positif dalam menghadapi masalah yaitu ARJ. Dapat diketahui bahwa pada aspek ke tujuh ada satu anggota yang skornya meningkat yaitu ARJ, dan satu anggota yang skornya sedikit menurun yaitu DTA, dan enam anggota kelompok yang lain skornya tetap.

Tidak Menghindari Situasi Komunikasi, Pada Siklus I, lima anggota menjawab “Sering” tidak menghindari situasi komunikasi dengan skor 3 yaitu ADL, ARJ, JLA, SLS, dan YGA. Sedangkan tiga anggota memilih “Kadang-Kadang” tidak menghindari situasi komunikasi dengan skor 2 yaitu DEA, DTA, Dan KSM. Siklus II, tujuh anggota memilih “sering” tidak menghindari situasi komunikasi yaitu ADL, ARJ, DTA, JLA, KSM, SLS, Dan YGA. Namun satu anggota tetap memilih “kadang-kadang” tidak menghindari situasi komunikasi yaitu DEA. Jadi, pada aspek kedelapan yaitu tidak menghindari situasi komunikasi ada dua anggota yang skornya meningkat yaitu DTA dan KSM, dan enam anggota kelompok lainnya ada pada skor tetap.

Tidak Takut Orang Lain Mengejek/Menyalahkannya, Siklus I, dua anggota menjawab “kadang-kadang” tidak takut orang mengejek/menyalahkannya dengan skor 2 yaitu DTA dan KSM, sedangkan enam anggota menjawab “sering” tidak takut orang lain mengejek/menyalahkannya dengan skor 3 yaitu ADL, ARJ, DEA, JLA, SLS, dan YGA. Siklus II, dua anggota menjawab “sering” tidak takut orang lain mengejek/menyalahkannya yaitu DTA dan KSM. Enam anggota menjawab “selalu” tidak takut orang lain mengejek/menyalahkannya dengan skor 4 yaitu ADL, ARJ, DEA, JLA, SLS, dan YGA. Dapat disimpulkan bahwa pada aspek kesembilan yaitu tidak takut orang lain mengejek/menyalahkannya semua anggota kelompok mengalami peningkatan skor.

Dalam Diskusi, Siswa Lebih Banyak Berbicara/Berargumen, Siklus I, enam anggota memilih “sering” banyak bicara/berargumen saat diskusi dengan skor 3 yaitu ADL, DEA, DTA, JLA, SLS,
Aryanti Sagita, dkk (Meningkatkan Percaya Diri Siswa.....)

YGA. Sedangkan dua anggota memilih “kadang-kadang” banyak bicara/berargumen saat diskusi dengan skor 2 yaitu ARJ dan KSM. Siklus II, enam anggota memilih “selalu” banyak bicara/berargumen saat diskusi dengan skor 4 yaitu ARJ, DEA, DTA, JLA, SLS, dan YGA. Sedangkan dua anggota memilih “sering” banyak bicara/berargumen saat diskusi yaitu ADL dan KSM. Diketahui pada aspek yang terakhir atau banyak berbicara/berargumen saat diskusi kelompok ada tujuhanggota yang memperoleh peningkatan skor yaitu ARJ, DEA, DTA, JLA, KSM, SLS, YGA, sedangkan satu anggota memperoleh skor tetap yaitu ADL.

Simpulan

Penelitian layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari yang dilaksanakan pada pra siklus memperoleh skor 58% dengan kategori (Kurang), meningkat pada siklus I dengan perolehan rata-rata skor yaitu 65% masuk dalam kategori (Baik), kemudian mengalami peningkatan kembali pada siklus II dengan rata-rata skor 74% yang termasuk kategori (Baik). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari berdasarkan hasil instrumen skala penilaian secara keseluruhan masuk dalam kategori baik. Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari dalam meningkatkan percaya diri delapan siswa saat berbicara di depan kelas sebagai subjek penelitian dapat diterima. Hal tersebut terlihat setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama siklus I diperoleh skor penilaian kolaborator terhadap peneliti sebesar 83% masuk pada kategori (Sangat baik), dan siklus II penilaian kolaborator terhadap peneliti memperoleh skor sebesar 93% yang masuk dalam kategori (Sangat baik). Jadi, kegiatan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama yang dilakukan peneliti meningkat sebesar 10% dari siklus I ke siklus II. Terjadinya peningkatan pada percaya diri siswa saat berbicara di depan kelas setelah diberi layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama pada siswa kelas X IPS 4 SMAN 1 Nalumsari dapat diterima, berdasarkan hasil pra siklus memperoleh skor sebesar 58% masuk dalam kategori (Kurang), kemudian siklus I memperoleh skor sebanyak 65% dalam kategori (Baik), dan siklus II memperoleh persentase 74% dalam kategori (Baik). Sehingga mengalami peningkatan 16% dari tahap pra siklus, siklus I, dan siklus II

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi, Suhardjono, dan Supardi. 2015. *Penelitian Tindakan Kelas Edisi Revisi*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Al-Uqshari, Yusuf. 2006. *Menjadi Pembicara Andal*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Ambarwati, Setyo. 2014. Peningkatan Kemampuan Berbicara di Depan Kelas Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Bermain Peran. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Bimbingan dan Konseling*. 2014. No 1. 34-42. Semarang. Pendidikan Bimbingan dan Konseling IKIP Veteran Semarang.
- Aristiani, Rina. 2016. Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audiovisual. *Jurnal Konseling Gusjigang*. 2016. Nomor 2. 182-189. Kudus. SMA Negeri 2 Kudus.
- Asmani, Jamal Ma'mur. 2010. *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Diva Press.
- Bechtle, Mike. 2014. *Percaya Diri Dalam Berkomunikasi*. Terjemahan Yakob Riskihadi. Jakarta: Nafiri Gabriel.
- Dariyo, A. dkk. 2007. *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama. Cetakan 1*. Bandung: PT Refika Aditama

Aryanti Sagita, dkk (Meningkatkan Percaya Diri Siswa.....)

- Depdiknas. 2008. *Strategi Pembelajaran dan Pemilihannya*. Jakarta: Direktorat Tenaga Kependidikan Direktorat Jenderal.
- Djumhur & Moh. Surya. 2001. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Bandung: CV Ilmu.
- Ghufron, M.N dan Risnawati, R.S. 2010. *Teori-teori Psikologi. Cetakan 1*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hadi, Yopi Prasetyo. 2016. Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Loceret Tahun Pelajaran 2016/2017. *Artikel Skripsi*. 1-6.
- Hakim, T. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Haryati, Asti. 2017. Model Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Empati Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan Konseling*. 2017. 1. 28-33. Semarang. Progdik Bimbingan Konseling, Pasca Sarjana, Universitas Negeri Semarang.
- Hendrarso. E. Supriyo & Sugiyo. 2003. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: UNNES Pres.
- Komara, Indra Bangkit. 2016. Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir. *Psikopedagogia*. 2016. No 1. 33-42. Surakarta. Pondok Pesantren Modern Islam Assalam.
- Lauster, Peter. 2015. *Tes Kepribadian*. Terjemahan D.H. Gulo. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Lestari, Indah, Agung SK, Richma Hidayati, dan Edris Zamroni. 2016. *Panduan Bimbingan Konseling Sekolah Dasar Berbasis Nilai Gusjigang*. Kudus: Universitas Muria Kudus.
- Maliki. 2016. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar (Suatu Pendekatan Imajinatif)*. Jakarta: Kencana.
- Marjanti, Sri. 2015. Upaya Meningkatkan Percaya Diri Melalui Konseling Kelompok Bagi Siswa X IPS 6 SMA 2 Bae Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015. *Jurnal Konseling Gusjigang*. Nomor 2. Kudus. Vol 1.
- Mastuti, dan Aswi. 2008. *50 Kiat Percaya Diri*. Jakarta: PT. Buku Kita.
- Mugiarso, Heru, dkk. 2011. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: UPT UNNES Press.
- Munandir. 2001. *Ensiklopedia Pendidikan Cetakan 1*. Malang: UM Press.
- Permana, Erwin Putera. 2015. Pengembangan Media Pembelajaran Boneka Kaos Kaki Untuk Meningkatkan Keterampilan Berbicara Siswa Kelas II Sekolah Dasar. *Profesi Pendidikan Dasar*. 2015. No 1. 133-140. Kediri. PGSD FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Prayitno, dan Amti, Erman. 2009. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____, 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Purwoko, Budi. dan Titin Indah Pratiwi. 2007. *Pemahaman Individu Melalui Teknik Non Tes*. Surabaya: University.
- Rahardjo, Susilo. 2004. *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Kudus: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus.
- Rahardjo, Susilo dan Gudnanto. 2013. *Edisi Revisi Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

- Rakhmat, Jalaluddin. 2013. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Ririn, Asmidir, dan Marjohan. 2011. Hubungan Antara Keterampilan Komunikasi Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Studi Korelasional Terhadap Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP Angkatan 2011). *Jurnal Ilmiah Konseling*. 2013. Nomor 1. 273-278. Padang. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
- Romlah, Tatiek. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Rusmiati, Endang. 2002. *Jangan Sekedar Bicara*. Forum Kompasiana.
- Sargent, Emma dan Tim Fearon. 2015. *Cara Berbicara Kepada Setiap Orang Dalam Setiap Situasi*. Terjemahan Ursula Gyani Buditjahja. Jakarta: PT. Buana Ilmu Populer.
- Setyosari, Punaji. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Shalahuddin, Mahfudh dan Suyanto. 2014. Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Sosiodrama Untuk Membantu Siswa Terisolasi Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Surabaya. *Jurnal Kependidikan Islam*. 2014. Nomor 1. 149-174. Surabaya. Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Jurusan Kependidikan Islam Uin Sunan Ampel Surabaya.
- Sugiyono. 2015. *Statistika Untuk Peneitian*. Bandung: Alfabeta
- Sukiman. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas Untuk Guru Pembimbing*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Sulistiyoningsih, Dwi. 2014. *Penerapan Metode Sosiodrama Dalam Pembelajaran Sejarah*. ([Http://Pelangimimpi-Fitri.Blogspot.Com/2013/04/Metode-Sosiodrama-Dan-Bermain-Peran.Html](http://Pelangimimpi-Fitri.Blogspot.Com/2013/04/Metode-Sosiodrama-Dan-Bermain-Peran.Html), Diakses Tanggal 30 November 2018)
- Syam, Asrullah dan Amri. 2014. Pengaruh Kepercayaan Diri (*Self Confidance*) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare). *Jurnal Biotek*. 2017. No 1. 87-102. Parepare. Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare.
- Tadjri, Imam. 2014. *Penelitian Tindakan Bimbingan & Konseling (Latihan Dan Praktik Penyusunan Proposal)*. Semarang: CV. Swadaya Manungal.
- Tarigan, Henry Guntur. 1981. *Berbicara Sebagai Suatu Keterampilan*. bandung: Angkasa Raya.
- Trianto. 2010. *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif-Progresif*. Jakarta: Kencana.
- Tulus, Winarsunu. 2010. *Statistik Dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: Unnes Press.
- Winkel, W.S. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Yulianto, Fitri dan H. Fuad Nashori. 2006. Kepercayaan Diri dan Prestasi Atlet Taekwondo Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*. No 1. 55-62.
- Zamroni, E. (2016). Counseling Model Based on Gusjigang Culture: Conceptual Framework of Counseling Model Based on Local Wisdoms in Kudus. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 116-125.

-
- Zamroni, E. (2016). Self Resilience Pada Konselor: Konstruksi Konselor Tahan Uji Sebagai Pribadi Efektif Dalam Melayani Konseli. *G-COUNS Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(1).
- Zamroni, E. (2016). Urgensi career decision making skills dalam penentuan arah peminatan peserta didik. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 2(2).
- Zamroni, E., Sugiharto, D. Y. P., & Tadjri, I. (2014). Pengembangan Multimedia Interaktif Bimbingan Karir Untuk Meningkatkan Keterampilan Membuat keputusan Karir Pada program Peminatan Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2).