



Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan *Self Confidence* Siswa

Aini Nur Afifah^{1*}, Febranti Putri Navion²

^{1,2} Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Tulungagung, Indonesia

*email: ainiafifah683@gmail.com

DOI: [10.31603/bcr.5261](https://doi.org/10.31603/bcr.5261)

Abstract

This study aims to increase self-confidence in students. This study used a method pre-experimental of the type of one group pre-test-post-test. The results showed that the provision treatment of sociodrama technique group guidance can increase self-confidence students', this can be seen through the scores pre-test and post-test. the results of the questionnaire distribution showed an average pre-test score of 79 and an average post-test score of 157. The results of the questionnaire showed an increase in the pretest and posttest self-confidence scores of 78.

Keywords: Group Guidance; sociodrama technique; self-confidence

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan self confidence pada diri siswa. Penelitian ini menggunakan metode pre - eksperimen jenis *one group pre-test-post-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian treatment bimbingan kelompok teknik sociodrama dapat meningkatkan self confidence pada diri siswa, hal ini dapat dilihat melalui nilai pre-test dan post-test. hasil penyebaran angket menunjukkan rata-rata nilai pre-test 79 dan rata-rata nilai post-test yaitu 157. Hasil angket menunjukkan terdapat peningkatan nilai pretest dan posttest self confidence sejumlah 78.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok; teknik sociodrama; percaya diri

1. Pendahuluan

Masa remaja usia SMA ialah masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan aspek fisik, psikososial. Masa remaja ini sebagai masa "*storm and stress*", yaitu masa dimana remaja banyak masalah yang dihadapi karena remaja itu berupaya menemukan jati dirinya (identitasnya) sebagai kebutuhan aktualisasi diri, karena pada masa remaja membutuhkan pengakuan akan kemampuannya, ([Enung 2008](#)). Salah satu untuk mencapai kebutuhan aktualisasi pada remaja yaitu memiliki *self confidence* yang tinggi.



Self confidence atau kepercayaan diri merupakan sikap positif individu untuk dapat memberikan penilaian positif terhadap diri sendiri, lingkungan, dan situasi yang dialaminya. Tetapi hal ini tidak berarti bahwa individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri tanpa bantuan orang lain. Kurangnya *self confidence* pada siswa akan menghambat aktualisasi kehidupan siswa baik dilingkungan rumah, sekolah, maupun masyarakat. Akibatnya siswa akan kurang maksimal dalam mencapai aktualisasi dirinya didaalam lingkungan tersebut.

Self confidence diperoleh dari pengalaman hidup. *Self confidence* merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan-keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggungjawab. Lauster menambahkan bahwa *self confidence* berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu yang baik. Anggapan seperti ini membuat individu tidak pernah menjadi orang yang mempunyai *self confidence* yang sejati. Bagaimanapun kemampuan manusia terbatas pada sejumlah kemampuan yang dikuasai, ([Ghufron, M.Nur, dan Risnawati 2014](#)).

Self confidence diperlukan dalam segala hal, dimana individu yang percaya diri berarti menghargai dirinya sendiri, menyadari kelemahan dan kelebihanannya, optimis, dan tidak putus asa. Individu harus yakin bahwa manusia memiliki kemampuan untuk berhasil karena individu yang percaya diri akan lebih mampu melakukan hal-hal untuk orang lain. Individu yang seperti ini akan berfikir positif dan menghindari hal-hal yang tidak perlu dilakukan. Namun pada kenyataannya ada beberapa siswa yang cenderung belum mengenali apa yang menjadi tujuan hidupnya, sehingga mereka mengikuti segala hal yang terjadi disekitarnya, siswa juga belum dapat mengenali secara pasti tentang dirinya sendiri, baik kelemahan dan kelebihanannya. Rendahnya *self confidence* siswa tampak dalam berbagai hal, misalnya siswa kurang berani untuk mengemukakan pendapatnya, tidak berani untuk tampil dan berbicara didepan banyak orang dan kurang percaya diri dalam bersosialisasi atau berhubungan dengan orang lain. Individu yang memiliki *self confidence* rendah akan menampilkan gejala seperti merasa takut, menarik perhatian dengan cara kurang wajar, gerogi saat tampil didepan kelas, timbul rasa malu yang berlebihan, sering mencontek dan mudah cemas, ([Hakim 2002](#)).

Di SMA Sunan Ampel, terdapat siswa yang sering kali berperilaku tidak sepatasnya dilakukan oleh siswa, seperti halnya perilaku mencontek dengan temannya saat mengerjakan tugas baik saat ujian atau tugas-tugas harian, siswa sering mengeluh terhadap diri sendiri, mengeluh ketika mereka diberikan tugas banyak oleh gurunya, merasa kurang percaya diri dengan kemampuan yang mereka miliki apabila disuruh untuk mengerjakan tugas tertentu, mudah putus asa dalam melakukan sesuatu, malu-malu dan sering menyendiri dari teman-temannya. Berdasarkan dari apa yang peneliti lihat secara langsung di lapangan, perilaku-perilaku yang ditemukan tersebut menunjukkan bahwa mereka tidak memiliki *self confidence* yang tinggi atau *self confidence* mereka rendah. Selain itu dilihat dari temuan-temuan di lapangan ada banyak fenomena-fenomena yang terjadi akibat dari rendahnya *self confidence* siswa. Salah satu fenomena yang peneliti baca dilaman berita yaitu fenomena siswa SMA yang mengakhiri hidupnya diduga depresi karena banyaknya tugas sekolah secara online. Dari fenomena yang terjadi ini bisa dilihat bahwa siswa SMA ini *self confidence* dalam akademiknya rendah, sehingga ia putus asa dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru kelasnya dan mengakhiri hidupnya. Oleh karenanya, dalam penelitian ini peneliti tidak ingin fenomena ini terjadi pada siswa SMA

Sunan Ampel. Terlepas dari pentingnya self confidence yang tinggi, individu yang memiliki self confidence yang berlebihan juga tidaklah baik. Hal ini menunjukkan pentingnya memiliki self confidence yang tinggi bagi para siswa remaja. Self confidence yang tinggi menunjukkan adanya beberapa aspek kehidupan individu, dimana individu merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu, dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi, aktual, prestasi, serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Ciri-ciri individu yang memiliki *self confidence* tinggi akan menunjukkan perilaku-perilaku seperti : percaya akan kemampuan diri sehingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, atau rasa hormat orang lain, tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok, berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain atau berani menjadi diri sendiri, mempunyai pengendalian yang baik, memandang keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usahanya sendiri atau tidak tergantung pada orang lain, mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri sehingga ketika harapan itu tidak terwujud tetap mampu melihat sisi positif dari dirinya dan situasi yang terjadi, ([Widyartini and Diniari 2016](#)). Untuk meningkatkan *self confidence* pada siswa, akan dilaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, dimana pada teknik sosiodrama ini siswa akan saling berinteraksi antar kelompok secara aktif, siswa yang memainkan peran dapat secara bebas mencurahkan ide-ide untuk menyempurnakan peran tersebut untuk mengatasi hambatan yang ditemukan saat bermain peran dan akan ada keakraban didalam kelompok yang akan membuat kekompakan dalam kelompok. Kekompakan dalam kelompok membuat kelompok siap menjalankan sosiodramanya. Kesiapan dan kekompakan inilah yang akan menumbuhkan *self confidence* pada siswa meningkat.

Penelitian dengan teknik sosiodrama ini sudah pernah di lakukan oleh ([Regina 2016](#)) Berdasarkan hasil penelitian tersebut, layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif digunakan untuk mengembangkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa SMA. Oleh karenanya, peneliti tertarik melakukan sebuah penelitian untuk melihat seberapa pengaruhnya layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan *self confidence* siswa SMA.

2. Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif pre-eksperimen jenis one group pre-tes post-tes design. Pada desain ini sebelum diberikan treatment terdapat pre-test. Desain ini hanya terdapat kelompok eksperimen, karena hasil eksperimen tidak semata-mata dipengaruhi oleh variabel *independent*, hal ini terjadi karena tidak adanya kelompok kontrol dan sampel tidak dipilih secara random ([Sugiyono 2013](#)).

Populasi penelitian yaitu kelas XI SMA Sunan Ampel tahun ajaran 2019/2020. Penarikan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu ([Sugiyono 2013](#)). Penelitian ini melibatkan 7 responden yang merupakan siswa aktif kelas XI dan memiliki nilai skor dibawah rata-rata pada angket self confidence. Tujuan penelitian adalah untuk meningkatkan self confidence yang rendah pada diri siswa SMA melalui pemberian layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

Pada penelitian ini akan diperoleh dua kelompok data, yaitu data pre-test dan data post-test. Data pre-test diperoleh dari pemberian angket sebelum diberikannya treatment, dan data post-test diperoleh dari pemberian angket sesudah diberikannya treatment. Kemudian kedua data diolah menggunakan conten analysis SPSS versi 20 dalam rangka memperoleh hasil penelitian yang relevan.

2.1. Rancangan Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah jenis *one-group pretest-posttest designs*. Pada desain jenis *one-group pretest-posttest designs* ini sebelum diberikan perlakuan terdapat pretest. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberikan perlakuan.

$$O_1 \times O_2$$

Gambar 2.1 Design *One Group Pree-test Post-test*

O_1 : Nilai pretest (sebelum diberi perlakuan)

O_2 : Nilai posttest (sesudah diberi perlakuan)

2.2. Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Pada penelitian ini populasinya adalah seluruh siswa kelas XI tahun ajaran 2019/2020 di SMA Sunan Ampel Karangrejo Tulungagung yang berjumlah 39 siswa.

Populasi yang didapat berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti, yakni lebih condong pada siswa kelas XI SMA Sunan Ampel yang mana siswa cenderung lebih banyak diam dibandingkan siswa kelas X dan XII. Hal ini dibuktikan dengan adanya pengamatan langsung dari peneliti ketika proses kegiatan belajar mengajar sedang berlangsung. Membandingkan antara kelas X, XI dan XII dengan menilai hiperaktifnya siswa tersebut, terlihat bahwa yang memenuhi kriteria dalam penelitian peneliti adalah kelas XI, maka dari itu peneliti hanya mengambil populasi dari kelas XI yang akan digunakan dalam penelitian self confidence.

Sedangkan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Metode pengumpulan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu ([Sugiyono 2013](#)). Adapun kriteria yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Siswa SMA Sunan Ampel tahun ajaran 2019/2020
- b. Siswa diambil dari kelas XI
- c. Siswa yang memiliki tingkat self confidence yang rendah

Dari kriteria diatas, terdapat 7 siswa yang memiliki skor rendah yang masuk kriteria dan menjadi subjek dalam penelitian. Subjek penelitian didapatkan dari data awal yang diberikan oleh peneliti melalui pemberian angket kuisisioner.

2.3. Analisis Data

Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif eksperimen. Menurut ([Arikunto 2010](#)) penelitian kuantitatif eksperimen merupakan penganalisisan data yang berbentuk pengolahan angka. Pengolahan data tersebut disebut dengan analisis statistik. Adapun data dalam penelitian yang akan dianalisis

menggunakan statistik yaitu uji instrumen skala self confidence. Instrumen tersebut akan diberikan pada kelompok kecil terlebih dahulu dengan tujuan untuk mengetahui kevalidan dari instrumen skala self confidence dengan melakukan uji validitas dan uji reliabilitas.

3. Hasil dan pembahasan

Beberapa siswa SMA Sunan Ampel terindikasi memiliki self confidence yang rendah. Rendahnya self confidence siswa dapat dilihat berdasarkan dari pengamatan langsung dari peneliti pada saat kegiatan belajar mengajar sedang berlangsung. Dalam proses belajar mengajar masih jauh dari harapan jika dilihat dari faktor keaktifan berpendapat, dan juga keaktifan dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan dari guru. Self confidence siswa SMA Sunan Ampel yang rendah juga diketahui dari hasil pretest yang telah diberikan pada siswa kelas XI.

Tabel 3.1 Hasil *Pree-test Self Confidence* Siswa

Kriteria	Jumlah Siswa	Presentase
Rendah	7	18,42%
Sedang	25	65,79%
Tinggi	6	15,79%
Total	38	100,00%

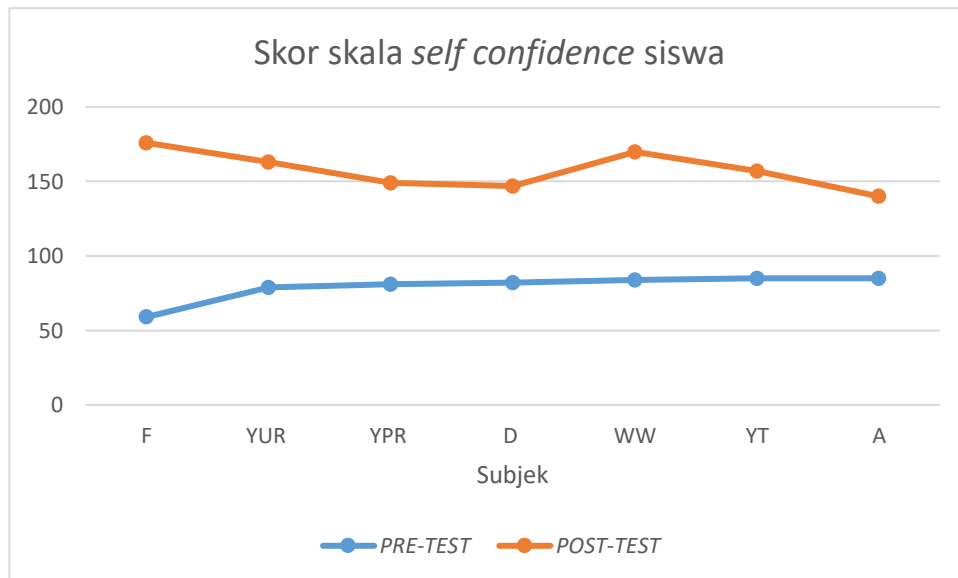
Berdasarkan hasil pretest dan teknik sampling yang digunakan oleh peneliti, maka peneliti mengambil sampel sejumlah 7 siswa dari 38 responden yang akan diberikan treatment berupa bimbingan kelompok teknik sosiodrama selama 5 kali pertemuan.

Sajian data self confidence hasil analisis pre-test dan post-test pada kelompok yang diberikan treatment bimbingan kelompok teknik sosiodrama diperoleh dari hasil skala self confidence pada kelompok eksperimen.

Tabel 3.2. Hasil *Pree-test dan Post-test Self Confidence* Siswa

Konseli	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	Skor	Kategori	Skor	Kategori
F	59	Rendah	176	Tinggi
YUR	79	Rendah	163	Tinggi
YPR	81	Rendah	149	Sedang
D	82	Rendah	147	Sedang
WW	84	Rendah	170	Tinggi
YT	85	Rendah	157	Tinggi
A	85	Rendah	140	Sedang
Rata-rata	79	Rendah	157	Tinggi

Dari Tabel 3.2 jelas dapat diketahui rata-rata self confidence siswa mengalami peningkatan. Jika ditampilkan dalam bentuk grafik hasil pre-test dan post-test siswa kelompok eksperimen dapat dilihat pada gambar 3.3



Gambar 3.3 Grafik Hasil *Pre-test* dan *Post-test Self Confidence* Siswa

Gambar 3.3 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan nilai dari hasil pretest dan posttest. Nilai pretest ditunjukkan dengan warna biru, nilai posttest ditunjukkan dengan warna orange. Hasil perolehan data tersebut diciptakan melalui kegiatan bimbingan kelompok teknik sosiodrama yang menyenangkan dengan membuat kontak kegiatan yang menyatakan bahwa setiap siswa senantiasa aktif dan memperhatikan selama kegiatan. Peningkatan *self confidence* yang kurang maksimal mungkin disebabkan karena kurang optimalnya siswa dalam memahami dan kurang mendalaminya karakter peran yang dimainkan.

Selain itu peneliti juga melakukan uji normalitas dan uji paired sample t-tets pada hipotesis penelitian. Pada uji normalitas peneliti menggunakan uji *one sample kolmogrov smirnov test*.

Tabel 3.4 Hasil Uji *One Sample Kolmogrov Smirnov Test*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		7
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	9,96119082
Most Extreme Differences	Absolute	,183
	Positive	,183
	Negative	-,113
Kolmogorov-Smirnov Z		,485
Asymp. Sig. (2-tailed)		,973
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		

Hasil uji *one simple kolmogrov smirnov* menunjukkan sig. (2-tailed) sebesar 0,973. Maka sig. (2-tailed) > 0,05 atau 0,973 > 0,05. Dapat disimpulkan bahwa data penelitian hasil pretest dan posttest

berdistribusi normal. Pada uji hipotesis peneliti menggunakan paired simple t-test untuk alat ukur statistik.

Tabel 3.5 Hasil Uji *Paired Simple T-Test*

		Paired Samples Test								
		Paired Differences						t	df	Sig. (2-tailed)
Pair		Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference					
					Lower	Upper				
1	Pre-Test - Post-Test	-78,14286	20,22728	7,64519	-96,84997	-59,43574	-10,221	6	,000	

Hasil uji paired simple t-test pada pretest –posttest self confidence kelompok eksperimen menunjukkan sig.(2-tailed) sebesar 0,000. Maka sig. (2-tailed) <0,05 atau 0,000 < 0,05 yang artinya terdapat perbedaan rata-rata pretest-posttest self confidence siswa kelas XI SMA Sunan Ampel. Berdasarkan hasil uji paired simple t-test maka Ha diterima yaitu bimbingan kelompok berpengaruh dalam meningkatkan self confidence siswa SMA Sunan Ampel.

Kemudian yang ketiga yaitu *Uji Gain Ternormalisasi (N-Gain Score)*. Uji gain ternormalisasi dilakukan untuk mengetahui peningkatan self confidence setelah diberikan treatment bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Adapun pembagian kategori perolehan nilai N- Gain Score menurut Malzer ([Samosir and Syahfitri 2008](#)) sebagai berikut:

Tabel 3.6 Pembagian Skor Gain

Nilai <i>N-Gain</i>	Kategori
$g > 0,7$	Tinggi
$0,3 \leq g \leq 0,7$	Sedang
$g < 0,3$	Rendah

Tabel 3.7 Hasil Perhitungan *N-Gain Score*

Konseli	<i>N-Gain iScore</i>
F	0,83
YUR	0,69
YPR	0,57
D	0,55
WW	0,74
YT	0,63
A	0,48
Rata-rata	0,64
Minimal	0,47
Maksimal	0,82

Berdasarkan hasil perhitungan uji *N-Gain Score* diatas, menunjukkan nilai rata-rata *N-Gain Score* untuk kelas eksperimen yaitu 0,64 maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama memiliki pengaruh dalam meningkatkan *self confidence* siswa dengan kategori sedang.

Self confidence siswa SMA Sunan Ampel sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang memiliki *self confidence* rendah, hal tersebut terlihat dari pengamatan langsung peneliti pada saat kegiatan belajar mengajar sedang berlangsung. Dalam proses belajar mengajar masih jauh dari harapan jika dilihat dari faktor keaktifan berpendapat, dan juga keaktifan dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan dari guru. Selain itu ketika siswa belajar kelompok dan ditunjuk oleh guru untuk mempresentasikan materi hasil kerja kelompok masih terdapat siswa yang saling tunjuk untuk mempresentasikan hasil kerja kelompok tersebut. *Self confidence* siswa SMA Sunan Ampel yang rendah juga diketahui dari hasil pre-test yang telah dilaksanakan pada siswa kelas XI. Terdapat lima aspek yang diukur peneliti dalam meningkatkan *self confidence* siswa yaitu aspek keyakinan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggungjawab, rasional dan realistis. Hasil pre-test diklasifikasikan menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Hasil penyebaran angket *self confidence* siswa dapat dilihat pada [tabel 3.1](#).

Berdasarkan teknik sampling yang digunakan maka peneliti mengambil sampel dari hasil skor rendah yang kemudian akan diberikan *treatment* berupa bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling, bimbingan kelompok lebih menekankan suatu upaya bimbingan kepada individu melalui kelompok ([Prayitno 1995](#)). Peneliti menggunakan teknik sosiodrama karena teknik sosiodrama merupakan suatu cara dalam bimbingan yang memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mendramatisasikan sikap, tingkah laku, atau penghayatan seseorang yang dilakukan dalam hubungan sosial sehari-hari di masyarakat, ([Ahmadi n.d.](#)) Sosiodrama juga merupakan sebuah konsekuensi perilaku memerankan peran orang lain dari skenario yang telah disajikan, sehingga muncul reaksi-reaksi emosional yang mampu menghapuskan rasa ketidakpercayaan diri dalam diri siswa.

Penggunaan teknik sosiodrama bertujuan untuk memperoleh sebuah perubahan perilaku seseorang yang diinginkan, dalam penelitian ini perilaku yang diinginkan yaitu meningkatnya *self confidence* pada siswa, sehingga teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan *self confidence* siswa berupa tidak adanya rasa takut untuk berpendapat di depan kelas maupun dihadapan orang banyak, tidak merasa cemas, dan tidak malu-malu. Bimbingan kelompok teknik sosiodrama dalam setiap pertemuan dilakukan dengan empat tahap yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan (meliputi persiapan, menentukan kelompok, memberikan waktu untuk mendalami karakter, pelaksanaan sosiodrama, evaluasi dan diskusi, permainan ulang jika perlu) dan tahap akhir. Bimbingan kelompok teknik sosiodrama dilaksanakan oleh peneliti selama lima kali pertemuan dengan membahas lima aspek *self confidence*, dalam satu kali pertemuan akan membahas satu aspek *self confidence* yang telah ditentukan oleh pemimpin kelompok atau konselor.

Pada pertemuan pertama bimbingan kelompok teknik sosiodrama berfokus pada peningkatan *self confidence* dalam aspek keyakinan kemampuan diri, dengan cara memahami dan memperhatikan perilaku dari model yang telah ditentukan oleh peneliti. Pada pertemuan kedua, berfokus pada aspek optimis, dengan cara memahami dan memperhatikan perilaku dari model yang telah ditentukan oleh peneliti. Pada pertemuan ketiga, berfokus pada aspek obyektif dengan cara memahami dan memperhatikan perilaku dari model yang telah ditentukan oleh peneliti. Pada pertemuan keempat,

berfokus pada aspek bertanggungjawab, dengan cara memahami dan memperhatikan perilaku dari model yang telah ditentukan oleh peneliti. Dan pada pertemuan kelima berfokus pada aspek rasional dan realistis, dengan cara memahami dan memperhatikan perilaku dari model yang telah ditentukan oleh peneliti.

Siswa sebagai anggota kelompok sangat aktif dalam melaksanakan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, hal tersebut terlihat ketika anggota kelompok mampu menjalin hubungan dan interaksi sosial dengan baik antar anggota kelompok dan peneliti melalui dinamika kelompok, berani untuk mengutarakan pendapatnya, berani untuk memberikan masukan yang berkaitan dengan permasalahan yang sedang dibahas, serta mampu memperhatikan, memahami, dan menyimpulkan hasil dari analisis yang telah dilakukan untuk memperkuat perilaku baru anggota kelompok dalam peningkatan *self confidence*. Perubahan *self confidence* pada siswa kelas XI SMA Sunan Ampel diketahui dengan cara membandingkan nilai pre-test dan post-test pemberian layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dalam meningkatkan *self confidence*. Data hasil penyebaran angket menunjukkan bahwa rata-rata nilai pretest dan posttest meningkat.

4. Kesimpulan

Self confidence yang tinggi sangat dibutuhkan oleh siswa SMA yang mana pada masa pertumbuhannya, *self confidence* salah satu unsur yang berperan penting dalam kebutuhan aktualisasi diri pada siswa. Temuan peneliti menunjukkan bahwa siswa yang memiliki *self confidence* rendah menunjukkan sikap yang tidak seperti biasanya seperti cemas, malu-malu, mudah tersinggung dan tidak berani untuk berpendapat dihadapan banyak orang. Bimbingan kelompok teknik sosiodrama ini merupakan solusi yang tepat untuk meningkatkan *self confidence* pada diri siswa. Diharapkan penelitian selanjutnya mampu mengembangkan pengaruh bimbingan kelompok teknik sosiodrama terhadap aspek lain yang berkaitan dengan *self confidence*.

Referensi

- Ahmadi, Supriyono. n.d. Abu. (2004). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, Cet.” Ke-13.
- Enung, Fatimah. (2008). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Ghufron, M. Nur, dan Risnawati, Rini S. (2014). *Teori-Teori Psikologi Edisi ke I. edited by R. Kusumaningratri*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hakim, Thursan. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Prayitno, Erman Amti. (1995). *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Dasar Dan Profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Regina, Fransiska, Dessy Triana Relita, and Agusta Kurniati. (2016.) Hubungan Antara Rasa Percaya Diri Dengan Hasil Belajar Pada Mata Pelajaran Ekonomi Siswa Kelas XI Sekolah Menengah

Atas Karya Sekadau Tahun Pelajaran 2014/2015. *VOX EDUKASI: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 7(1):51–66.

Samosir, Zurni Zahara, and lin Syahfitri. (2008). Faktor Penyebab Stres Kerja Pustakawan Pada Perpustakaan Universitas Sumatera Utara. *Pustaka* 4(2):60–69.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Manajemen*. Bandung: Alfabeta, CV.

Widyartini, Ni Wayan Eka, and Ni Ketut Sri Diniari. (2016). Tingkat Ansietas Siswa Yang Akan Menghadapi Ujian Nasional Tahun 2016 Di SMA Negeri 3 Denpasar. *E-Jurnal Medika Udayana* 5(6).
