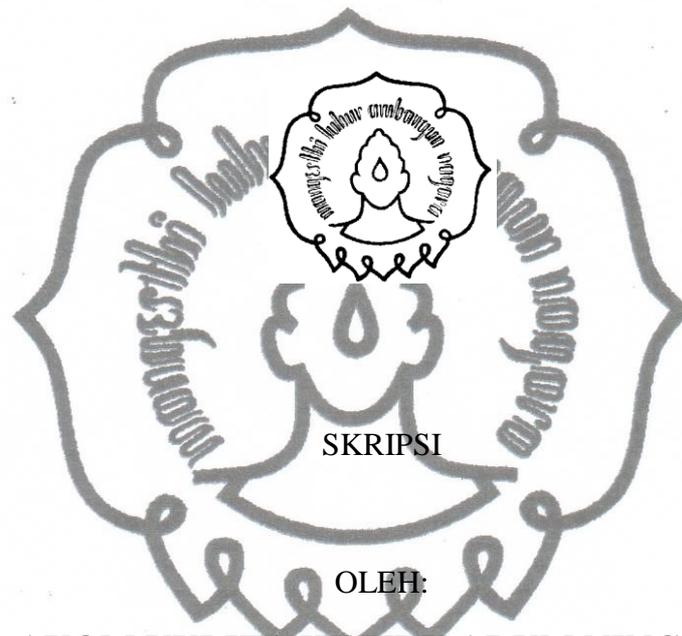


**TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VIII B
SMP KRISTEN 1 SURAKARTA
TAHUN PELAJARAN
2011/2012**



**OLEH:
AYOM YULITA WAHYU ARUM NINGSIH
K3108010**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2012**

commit to user

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Ayom Yulita Wahyu Arum Ningsih
NIM : K3108010
Jurusan / Program Studi : IP / Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VIII B SMP KRISTEN 1 SURAKARTA TAHUN PELAJARAN 2011/2012”** ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu informasi yang saya kutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, Juli 2012

Yang membuat surat pernyataan



Ayom Yulita Wahyu Arum Ningsih

**TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VIII B
SMP KRISTEN 1 SURAKARTA
TAHUN PELAJARAN
2011/2012**



**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan Dan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2012**

commit to user

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Surakarta, Juli 2012

Pembimbing I



Dra. Salmah Lilik, M.Si

NIP. 194904151981032001

Pembimbing II



Dra. Wardatul Djannah, M.Pd

NIP. 195305161981032002

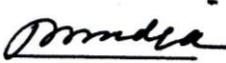
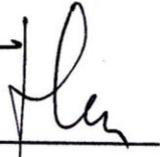
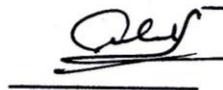
PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan

Hari :

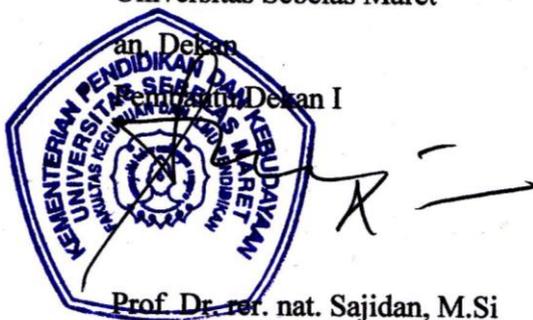
Tanggal :

Tim Penguji Skripsi

	Nama Terang	Tanda Tangan
Ketua	: Dra. Chadidjah Ha, M.Pd	
Sekretaris	: Drs. Wagimin, M.Pd	
Anggota I	: Dra. Salmah Lilik, M.Si	
Anggota II	: Dra. Wardatul Djannah, M.Pd	

Disahkan oleh
Fakultas Keguruan dan Ilmu pendidikan
Universitas Sebelas Maret

an, Dekan
Dekan I



Prof. Dr. rer. nat. Sajidan, M.Si

NIP. 19660415 199103 1 002

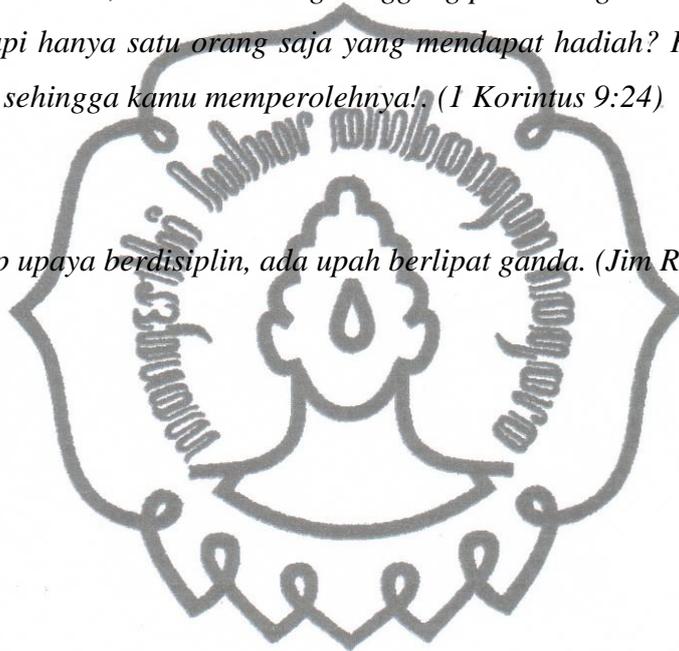
commit to user

MOTTO

Karena Kitab Suci berkata: “Barang siapa yang percaya kepada Dia, tidak akan dipermalukan. (Roma 10: 11)

Tidak tahukan kamu, bahwa dalam gelanggang pertandingan semua peserta turut berlari, tetapi hanya satu orang saja yang mendapat hadiah? Karena itu larilah begitu rupa sehingga kamu memperolehnya!. (1 Korintus 9:24)

Untuk setiap upaya berdisiplin, ada upah berlipat ganda. (Jim Rohn)



PERSEMBAHAN

Puji Syukur pada Tuhan Yesus, kupersembahkan karya ini untuk:

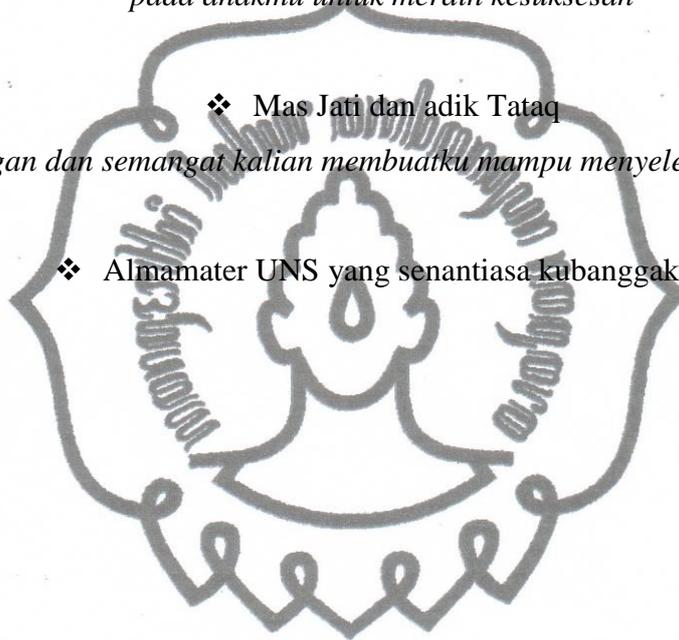
❖ Bapak dan Ibu yang selalu kukenang

*Kasih sayang, doa, dukungan dan pengorbanan yang senantiasa engkau berikan
pada anakmu untuk meraih kesuksesan*

❖ Mas Jati dan adik Tataq

Dukungan dan semangat kalian membuatku mampu menyelesaikan semuanya

❖ Almamater UNS yang senantiasa kubanggakan



ABSTRAK

Ayom Yulita Wahyu Arum Ningsih. TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VIII B SMP KRISTEN 1 SURAKARTA TAHUN PELAJARAN 2011/2012. Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta. Juli 2012

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui keefektifan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta Sragen Tahun Pelajaran 2011/2012.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, dengan setiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa Kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta yang berjumlah 3 siswa yaitu Aldo, Andre dan Arlingga. Sumber data berasal dari guru BK wali kelas siswa, observasi angket dan dokumentasi. Validitas data menggunakan teknik triangulasi data, triangulasi metode dan triangulasi teori. Analisis data menggunakan analisis prosentase perubahan tingkah laku dari D.L Godwin dan T. J Coates dan analisis klinis yang dibagi menjadi dua yaitu analisis subjek dan analisis sosial.

Analisis Prosentase menunjukkan hasil penelitian bahwa melalui teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa dari pretest ke siklus I dan dari pretest ke siklus II. Keberhasilan ini dapat dilihat melalui prosentase perubahan dari pretest sampai akhir siklus I. Prosentase perubahan dari pretest sampai siklus II pada diri Aldo sebesar 62.88%, Andre sebesar 74.67% dan Arlingga sebesar 74.31%.

Analisis klinis ditunjukkan melalui analisis subjek dan sosial. Analisis subjek dengan mewawancarai wali kelas siswa pada akhir siklus II mendapatkan hasil bahwa terjadi perubahan perilaku pada subjek sesuai dengan indikator keberhasilan. Indikator keberhasilan Aldo yaitu (1) tampil berani, (2) percaya diri tampil di depan kelas, (3) tidak berkeringat, (4) terlihat tenang, (5) mampu mengaktualisasikan diri. Pada Andre indikatornya yaitu (1) tampil berani, (2) mampu berpendapat, (3) terlihat tenang, (4) mampu mengaktualisasikan diri. Pada Arlingga indikatornya yaitu (1) mampu berkomunikasi dengan baik, (2) berani berpendapat, (3) mampu bersosialisasi baik dengan teman laki-laki maupun perempuan, (4) diterima dalam kelompoknya. Analisis sosial pada akhir siklus II subjek penelitian mampu mencapai tugas perkembangan dalam aspek sosial yaitu mampu mengaktualisasikan diri dan bersosialisasi dengan teman sebaya.

Simpulan penelitian ini adalah teknik sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta.

Kata kunci: teknik sosiodrama, kepercayaan diri

commit to user

ABSTRACT

Ayom Yulita Wahyu Arum Ningsih. SOCIODRAMA TECHNIC TO IMPROVE SMP KRISTEN 1 SURAKARTA EIGHT B STUDENTS' SELF-CONFIDENCE of 2011/2012 ACADEMIC YEAR. Thesis, Faculty of Teaching and Education Science, Sebelas Maret Unoversity Surakarta. July 2012.

The objective of the research was to find out the effectiveness of sociodrama technic in improving SMP Kristen 1 Surakarta eight B class students' self-confidence in 2011/2012 academic year.

This thesis was categorized into a classroom action research. The research was done in two cycles. Each cycle included the planning, the implementation, the action, the observation and the reflection. The subject of the research were three students from eight B class of SMP Kristen 1 Surakarta, Aldo, Andre, and Arlingga. The sources of the reserach were collected from counseling teachers, main teachers, questionnaire observation and documentation. The validity of the data was gained through data, method, and theory triangulation technic. To analyze the data, the researcher used behavior change analysis found by D. L. Godwin and T. J. Coates. The clinical analysis was divided into subject and social analysis.

The percentage analysis showed the result of the research that sociodrama technic can improve students' self-confidence from the pretest to the cycle I and from the pretest to the cycle II. This success could be seen from the percentage of the change from the pretest to the end of cycle I. The percentage of the change from the pretest until cycle II happened in Aldo changed into 32.02 %. Andre changed into 21.05 %, and Arlingga changed into 28.91 %. The percentage of the change from the pretest until cycle II that happened to Aldo was 62.88 %, Andre was 74.67 %, and Arlingga was 74.31 %.

The clinical analysis was showed through subject and social analysis. Subject analysis that was done by interviewing the main teacher at the end of the cycle II, showed the result that there were behavior changes that happened to the subject based on the success indicator.

The success indicators of Aldo were: (1) courageous, (2) the confidence to go in front of the class. (3) no anxiety, (4) calm, (5) able to improve the self-actualization. The indicators of of Andre were (1) brave, (2) able to say opinion, (3) calm, (4) able to actualize himself. The indicators of Arlingga are: (10) can communicate well, (2) brave to say opinion, (3) able to have a social life with male and female students. (4) acceptable in their group.

The Social analysis at the end of cyclus II, the subject of the research, was able to achieve development task in social aspect that is to gain actualization with friends of the same age.

The conclusion of the research was that sociodrama could improve VIII B students of SMP Kristen 1's self-confidence.

Keywords: Sociodrama technic, self-confidence..

commit to user

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan di hadapan Tuhan Yesus Kristus atas segala limpahan berkat dan kasih-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VIII B SMP KRISTEN 1 SURAKARTA TAHUN PELAJARAN 2011/2012”**.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana pada program studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak. Penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan ijin penyusunan skripsi.
2. Bapak Drs. R. indianto, M.Pd. selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan fasilitas penyusunan skripsi.
3. Ibu Drs. Siti Mardiyati, M.Si., selaku ketua program Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas sebelas maret Surakarta yang telah memberikan ijin penyusunan skripsi dan penelitian.
4. Ibu Dra. Salmah Lilik, M.Si selaku Pembimbing I yang telah memberikan masukan dan dengan sabar membimbing.
5. Ibu Dra. Wardatul Djannah, M.Pd selaku dosen Pembimbing II yang telah berkenan mengajar, membimbing dan memberi masukan atau ide-ide terhadap penulisan skripsi ini.
6. Bapak Drs. Riyadi Marjono selaku Kepala SMP Kristen 1 Surakarta, yang telah memberikan kesempatan untuk mengadakan penelitian.
7. Sahabat-sahabat terbaik Bimbingan dan Konseling angkatan 2008 terima kasih untuk kebersamaan selama ini.

commit to user

8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah membantu dan memberikan semangat sampai terselesaikannya skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Meskipun demikian, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua yang membacanya.



Surakarta, Juli 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PENGAJUAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
HALAMAN ABSTRAK.....	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Permasalahan	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Hasil Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Pustaka	8
1. Kepercayaan Diri.....	8
2. Sosiodrama	30
3. Siswa Sekolah Menenga Pertama.....	40
4. Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri.....	48
B. Kerangka Berpikir	49

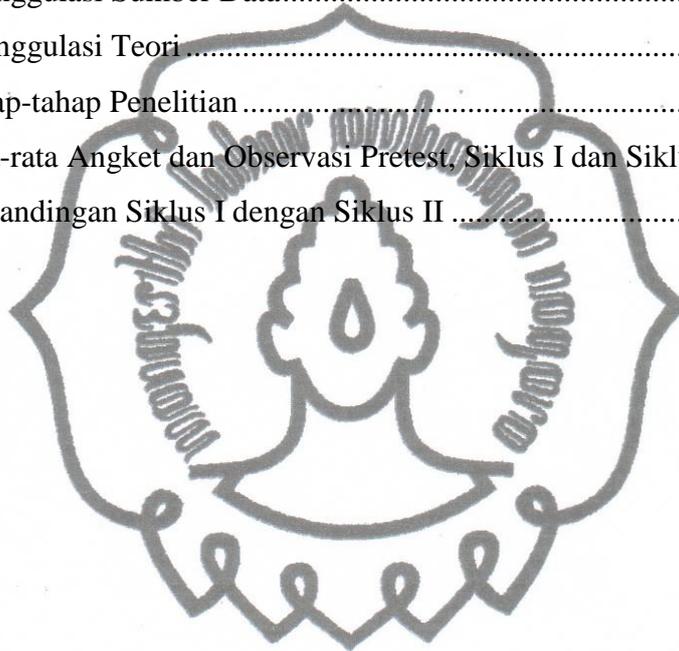
C. Hipotesis	50
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	51
B. Subjek Penelitian	52
C. Data dan Sumber Data	52
D. Pengumpulan Data.....	55
E. Uji Validitas.....	62
F. Analisis Data.....	63
G. Indikator Capaian Penelitian.....	65
H. Prosedur Penelitian	66
BAB IV HASIL TINDAKAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Pratindakan.....	70
B. Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus.....	72
C. Perbandingan Hasil Tindakan Antarsiklus	85
D. Pembahasan	91
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan	96
B. Implikasi	97
C. Saran	97
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN	
1. Silabus	102
2. Satuan Layanan.....	108
3. Naskah Drama Siklus I.....	123
4. Naskah Drama Siklus II.....	130
5. Angket	138
6. Observasi	143
7. Rekap Angket Tiap Item.....	147

8. Data Awal angket	148
9. Rekap Angket Prasiklus.....	149
10. Rekap Angket Siklus I.....	150
11. Rekap Angket Siklus II.....	151
12. Prosentase Perubahan	152
13. Foto-foto	154



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Alur Kerangka Berpikir.....	50
3.1 Triangulasi Metode	62
3.2 Triangulasi Sumber Data.....	63
3.3 Triangulasi Teori.....	63
3.4 Tahap-tahap Penelitian.....	69
4.1 Rata-rata Angket dan Observasi Pretest, Siklus I dan Siklus II....	86
4.2 Perbandingan Siklus I dengan Siklus II	88



DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
3.1	Rincian Waktu Dan Jenis Kegiatan.....	51
3.2	Kisi-Kisi Pedoman Observasi Kepercayaan Diri	57
3.3	Kisi-Kisi Angket Kepercayaan Diri	59
3.4	Indikator Keberhasilan	65
4.1	Nilai Mentah Hasil Angket Dan Observasi	71
4.2	Nilai Pretes Angket Dan Observasi Dalam Skala 100	72
4.3	Perbandingan Hasil Observasi Sebelum Dan Sesudah Tindakan Sik- lus I.....	75
4.4	Nilai Hasil Angket dan Observasi Dalam Skala 100	77
4.5	Hasil Rata-Rata Angket dan Abservasi Pretest dan Siklus I.....	78
4.6	Prosentase Perubahan Tiga Siswa	78
4.7	Nilai Hasil Angket Dan Observasi Dalam Skala 100	83
4.8	Rata-Rata Hasil Angket dan Observasi Pretest serta Siklus II.....	84
4.9	Hasil Prosentase Perubahan	84
4.10	Rata-Rata Angket Dan Observasi Pretest, Siklus I Dan Siklus II.....	85
4.11	Perbandingan Dan Perubahan Hasil Angket dan Observasi Dari Pretest Sampai Siklus II	87
4.12	Prosentase Perubahan Tiap Siklus.....	88
4.13	Perbandingan Hasil Tindakan Secara Kualitatif	88
4.14	Analisis Subjek Yang Dilakukan Oleh Wali Kelas Pada Siklus I.....	91
4.15	Analisis Subjek Yang Dilakukan Oleh Wali Kelas Siklus II.....	93

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia sebagai makhluk sosial memerlukan orang lain dalam kehidupannya. Hidup manusia berada di lingkungan yang menjadi tempat untuk bergaul, baik di lingkungan rumah, di sekolah, dan masyarakat oleh karena itu manusia perlu memiliki sikap, perasaan, keterampilan-keterampilan perilaku dan kepercayaan diri yang menunjang penerimaan lingkungan terhadapnya. Kepercayaan diri membuat manusia merasa nyaman berada di lingkungan tempat individu tersebut berada sehingga individu merasa yakin terhadap suatu langkah dan keputusan yang diambilnya guna mencapai tujuan yang diharapkannya. Pendapat ini sejalan dengan Thursan Hakim (2002: 6) Pengertian rasa percaya diri secara sederhana bisa dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Keyakinan tersebut yang akan memantapkan individu untuk memasuki lingkungannya dan dapat mencapai tujuan yang diharapkannya.

Kepercayaan diri pada seseorang tidak muncul begitu saja melainkan ada pihak-pihak yang memberi dukungan sehingga pada diri individu tersebut tumbuh kepercayaan diri. Menurut John W. Santrock (2003: 338) menyebutkan bahwa ada dua sumber dukungan sosial yang berpengaruh terhadap rasa percaya diri yaitu hubungan dengan orang tua dan teman sebaya. Hubungan kasih sayang, perhatian, suasana yang harmonis, dan pemberian kebebasan pada anak untuk berekspresi dalam batas-batas yang telah ditentukan akan membangun kepercayaan diri pada individu. Hubungan dengan teman sebaya dapat berwujud dukungan terhadap suatu hal yang dilakukan individu tersebut. Individu yang mempunyai aktivitas sosial akan membuat wawasan sosialnya semakin baik. Muhammad Al-Mighwar (2006: 127) mengatakan bahwa semakin sering terlibat berbagai aktivitas sosial, kompetensi sosial dan kepercayaan diri remaja juga semakin meningkat.

Karakteristik atau ciri-ciri individu yang mempunyai rasa percaya diri Jacinta F. Rini (2002) antara lain: (1) Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri. (2) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok. (3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain dengan kata lain berani menjadi diri sendiri. (4) Punya pengendalian diri yang baik (tidak *moody* dan emosinya stabil). (5) Memiliki *internal locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri), (7) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya, (8) Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Seseorang dalam kondisi tertentu dapat merasa percaya diri karena didukung oleh situasi dan kondisi lingkungan tertentu, tetapi terkadang seseorang juga dapat merasa tidak percaya diri karena kondisi dan lingkungan yang tidak mendukung dirinya untuk percaya diri. Beberapa hal yang perlu dilakukan remaja untuk dapat memupuk rasa percaya diri yaitu dengan evaluasi diri secara objektif, beri penghargaan yang jujur terhadap diri, berpikiran positif, gunakan *self affirmation*, berani mengambil resiko, belajar mensyukuri dan menikmati rahmat Tuhan dan menetapkan tujuan yang realistis (J.F. Rini, 2002).

Siswa kelas VIII Sekolah Menengah (SMP) dalam masa pertumbuhan dan perkembangannya telah memasuki usia remaja. Menurut M. Ali dan M. Asrori (2004: 21) memaparkan tentang karakteristik umum pertumbuhan fisik remaja putri antara lain buah dada membesar, menstruasi, berproduksinya kelenjar hormon yang dapat menimbulkan jerawat, sedangkan pada remaja putra pertumbuhan fisiknya antara lain tumbuh lekum, mengalami mimpi basah. Pertumbuhan hormon yang belum maksimal menurut M. Al-Mighwar (2006: 25) adalah hormon pertumbuhan dan hormon gonadotropik yang dihasilkan dari kelenjar Pituitary. Hormon pertumbuhan berpengaruh dalam menentukan besarnya individu, sedangkan hormon gonadotropik akan merangsang gonad untuk meningkatkan aktivitasnya. Pertumbuhan gonad yang semakin besar membuat organ-organ seks semakin besar yaitu ciri-ciri seks primer dan ciri-ciri seks sekunder yang fungsinya semakin matang. Karakteristik umum perkembangan remaja juga di jelaskan oleh M. Ali dan M. Asrori (2004: 16)

sebagai berikut: (1) kegelisahan, (2) pertentangan, (3) mengkhayal, (4) aktivitas berkelompok, (5) keinginan mencoba segala sesuatu.

Pertumbuhan dan perkembangan serta kurangnya dukungan dari pihak keluarga sering membuat remaja tersebut kurang percaya diri untuk bergaul dengan lingkungannya, karena pada usia remaja awal terjadi beberapa hal, antara lain perkembangan emosi belum stabil dan masih mencari jati diri. Selama masa pertumbuhan ini remaja juga mengalami perubahan emosi. Perubahan emosi pada remaja, didukung oleh pendapat N. S. Sukmadinata (2007: 77) bahwa emosi remaja sangat labil dan mudah sekali berubah. Bagi remaja yang kurang dapat menerima perubahan yang ada dalam dirinya akan cenderung menarik diri atau menyendiri. M. Ali dan M. Asrori (2004: 68) menegaskan bahwa control terhadap diri remaja bertambah sulit dan mereka cepat marah dengan cara-cara yang kurang wajar untuk meyakinkan dunia sekitarnya. Cara-cara kurang wajar itu muncul karena ada kecemasan pada dirinya. Kecemasan dan sikap yang cenderung menyendiri membuat kepercayaan diri remaja rendah. Kurangnya kepercayaan diri pada usia remaja dapat dikarenakan beberapa hal antara lain kurangnya dukungan dari orang tua dan teman sebaya, pertumbuhan dan perkembangan diri remaja tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK dan observasi awal yang dilakukan di kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta pada bulan Januari Tahun Pelajaran 2011/2012, ternyata ditemukan ada beberapa siswa yang mengalami kurang kepercayaan diri. Kurangnya kepercayaan diri siswa dapat terlihat pada perilakunya yang kurang berani mengemukakan pendapat, kurang mampu berpikir secara mandiri, pemalu, cenderung menutup diri. Hasil wawancara juga menyatakan bahwa siswa yang kurang percaya diri ini berasal dari keluarga yang kurang mampu.

Kepercayaan diri sangat diperlukan siswa untuk menciptakan sikap belajar yang baik sehingga dapat mencapai prestasi belajar yang optimal. Hubungan antara kepercayaan diri dengan pencapaian prestasi belajar yang optimal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Y. E. Prastiyo (2008) bahwa ada hubungan positif antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar. Guna mencapai

kepercayaan diri yang tinggi diperlukan pemberian layanan Bimbingan dan Konseling agar siswa memiliki prestasi yang maksimal.

Menurut Prayitno (2001: 82) menyatakan bahwa layanan dalam Bimbingan dan Konseling di sekolah antara lain: layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan pembelajaran, layanan konseling perorangan, layanan bimbingan kelompok, dan layanan konseling kelompok. Layanan yang akan digunakan oleh peneliti adalah bimbingan kelompok. Pengertian bimbingan kelompok yang lebih sederhana menunjuk kepada kegiatan bimbingan yang diberikan kepada kelompok individu yang mengalami masalah yang sama (S. Hartinah 2009: 6). Layanan bimbingan kelompok tersebut mempergunakan kelompok sebagai wadah untuk menyampaikan materi bimbingan yang diperlukan oleh individu, supaya individu tersebut dapat menyelesaikan masalah yang dialaminya. Menurut Sitti Hartinah (2009: 61) Kriteria bimbingan kelompok yang baik yaitu "Bila di dalam kelompok diwarnai semangat tinggi, dinamis, hubungan yang harmonis, kerjasama yang baik dan saling mempercayai antar anggota kelompok". Adanya kedinamisan di dalam kelompok maka terbentuklah dinamika kelompok. Menurut S. Hartinah (2009: 63) menuliskan bahwa "Dinamika kelompok sebagai kekuatan operasional suatu kelompok akan memicu adanya suatu proses kelompok dalam melakukan pertukaran semangat dan interaksi di antara anggota dan pemimpin kelompok".

Nana SY. Sukmadinata (1983: 29) menyatakan bahwa bentuk-bentuk bimbingan kelompok antara lain *homeroom*, belajar kelompok, sosiodrama, psikodrama, karyawisata, dan diskusi kelompok. Dari beberapa bentuk bimbingan kelompok tersebut, peneliti tertarik untuk menggunakan sosiodrama. Menurut Syamsudin (1980: 112) "Sosiodrama yaitu salah satu bentuk bimbingan kelompok yang dipergunakan memecahkan masalah sosial dengan melalui kegiatan bermain peran". Pengertian yang senada juga dicetuskan oleh D. Witama (2007) yang menjelaskan tentang pengertian teknik sosiodrama atau bermain peran adalah suatu cara mengajar dengan pemberian kesempatan kepada siswa agar bisa dan biasa melakukan kegiatan dalam kehidupan sosial manusia dalam memecahkan

masalah-masalahnya. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yaitu bimbingan yang diberikan kepada kelompok individu dengan cara bermain peran guna mengatasi masalah-masalah sosial yang dialami individu tersebut.

Penggunaan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa dengan alasan bahwa sosiodrama dapat membuat siswa lebih aktif, karena terdapat dinamika kelompok. Dinamika yang tercipta di dalam kelompok tersebut membuat siswa yang diberi tugas untuk memainkan peran dapat berusaha mengeksplorasi perilaku sesuai dengan perannya, sehingga siswa yang semula pemalu dapat belajar berbicara di depan kelas dan di hadapan temannya. Siswa yang semula kurang berani mengemukakan pendapat dapat belajar berpendapat dan memberi masukan kepada teman yang kurang sempurna dalam memainkan peran yang diperoleh. Siswa yang semula kurang aktif dalam belajar lebih aktif dalam memerankan perannya bersama lawan mainnya. Setelah memainkan sosiodrama diharapkan terdapat perubahan perilaku pada siswa yaitu dapat mengatasi hambatan-hambatan yang membuat siswa kurang percaya diri.

Penelitian peningkatan kepercayaan diri dengan teknik sosiodrama pernah dilakukan oleh Umroh Fifi Fadhilatul (2009). Berdasarkan hasil penelitian tersebut teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri subyek penelitian pada kelompok eksperimen. Berkenaan dengan hal tersebut, dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri bagi siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta. Peneliti tertarik mengadakan penelitian dengan judul Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta.

B. Permasalahan

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diidentifikasi permasalahannya sebagai berikut:

- a. Masih ada beberapa siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta yang menunjukkan kurang percaya diri.
- b. Kurangnya pemahaman pada diri siswa tentang pentingnya kepercayaan diri pada proses pembelajaran.
- c. Kurangnya kesadaran untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa tersebut.

2. Perumusan Masalah

Berdasarkan pada identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Apakah Teknik Sosiodrama Efektif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012?

C. Tujuan Penelitian

Agar penelitian ini bermanfaat maka harus memiliki tujuan yang jelas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta Sragen Tahun Pelajaran 2011/2012

D. Manfaat Penelitian

Sesudah perumusan masalah dan tujuan maka berdasarkan hal-hal tersebut dapat dikemukakan manfaat penelitian sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Menambah wacana dan pengembangan teori dalam ilmu bimbingan dan konseling bahwa teknik sosiodrama dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Memberi masukan kepada guru pembimbing dalam pemberian teknik sosiodrama di sekolah.

- b. Memberikan alternatif pemecahan masalah bagi para guru pembimbing dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan teknik sosiodrama.
- c. Memberi peningkatan interaksi siswa melalui kegiatan sosiodrama supaya siswa termotivasi untuk lebih percaya diri.
- d. Memberikan referensi kepada konselor tentang contoh skenario sosiodrama yang dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri.



BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. KAJIAN PUSTAKA

1. Kepercayaan diri

a. Pengertian kepercayaan diri

Setiap manusia mempunyai dorongan untuk memenuhi berbagai kebutuhannya. Manusia mempunyai kebutuhan untuk bebas berpikir dan berperasaan. Kebebasan berpikir dan berperasaan dalam diri manusia akan menciptakan kepercayaan diri pada individu untuk mewujudkan hal yang dipikirkan tersebut. Pengertian tentang kepercayaan diri akan diuraikan di bawah ini.

Anita Lie (2003: 4) berpendapat, "Percaya diri berarti yakin akan kemampuan diri untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah". Orang yang memiliki kepercayaan diri merasa yakin mampu menyelesaikan pekerjaan dan masalah yang sedang dihadapinya. Pendapat tersebut juga di dukung oleh Thursan Hakim (2002: 6) "Percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk dapat mencapai berbagai tujuan hidupnya". Kepercayaan diri membuat individu yakin dengan kelebihan-kelebihan yang dimiliki, sehingga individu tersebut berani dan merasa mampu untuk mencapai tujuan. Pendapat senada juga dikeluarkan oleh Rahman dalam Sujarwo dkk (2011: 74) "Kepercayaan diri adalah keyakinan pada diri sendiri untuk mencapai kesuksesan dengan menggunakan usahanya sendiri". Orang memiliki kepercayaan diri mempunyai keyakinan bahwa dirinya mampu meraih kesuksesan yang diinginkan dengan menggunakan usaha dan kerja kerasnya sendiri.

Sedikit berbeda dengan Indari Mastuti (2007: 13) "Kepercayaan diri yaitu sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya

commit to user

mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya”. Rasa percaya diri yang dimiliki oleh individu membuat dirinya mampu untuk mengembangkan cara pandang terhadap suatu lingkungan dan situasi secara positif.

Lobby Lakmono (1983: 3) berpendapat, ”Rasa percaya diri merupakan gabungan dari pandang positif terhadap diri sendiri, harga diri dan rasa aman”. Percaya diri dapat diciptakan dalam diri individu dengan cara berpandangan yang positif terhadap dirinya sendiri, lalu menghargai segala yang dimiliki di dalam diri dan merasa aman dengan lingkungan individu berada. Harga diri yang dimiliki dapat berhubungan dengan rasa percaya diri individu. Hubungan antara harga diri dan percaya diri ini dibuktikan pada penelitian J.R. Siregar (2004) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dan percaya diri.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan dalam diri karena individu tersebut mampu mengenali baik kelebihan dan kekurangan, sedangkan kekurangan tersebut dapat diubah menjadi hal yang positif guna mencapai tujuan dan menyelesaikan masalah dalam hidupnya.

b. Ciri-ciri individu yang mempunyai kepercayaan diri

Individu yang memiliki kepercayaan diri akan menunjukkan perilaku yang berbeda dengan yang lain, artinya mempunyai tanda-tanda atau ciri-ciri tersendiri yang tidak dimiliki oleh individu pada umumnya. Setiap ahli mempunyai pendapat tersendiri mengenai ciri-ciri individu yang mempunyai kepercayaan diri.

Menurut Thursan Hakim (2002: 6) bahwa ciri-ciri orang yang mempunyai rasa percaya diri antara lain:

- 1) selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu
- 2) mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai
- 3) mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi

commit to user

- 4) mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi diberbagai situasi
- 5) memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya
- 6) memiliki kecerdasan yang cukup
- 7) memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup
- 8) memiliki keahlian dan keterampilan lain yang menunjang kehidupannya
- 9) memiliki kemampuan bersosialisasi
- 10) memiliki latarbelakang pendidikan keluarga yang baik
- 11) memiliki pengalaman hidup yang menempa menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup
- 12) selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah.

Kedua belas ciri-ciri orang percaya diri di atas dapat diuraikan sebagai berikut:

- 1) Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu.

Sikap tenang dalam mengerjakan sesuatu dapat muncul ketika individu mempunyai rasa percaya diri, karena menyadari tentang kemampuan yang dimilikinya dan mempunyai keyakinan bahwa pekerjaannya tersebut dapat ia selesaikan dengan baik.

- 2) Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.

Menyadari bahwa dirinya mempunyai potensi dan kemampuan, maka rasa percaya diri akan timbul dengan sendirinya dalam diri individu. Biasanya orang yang mempunyai rasa percaya diri akan terus mengembangkan potensi dan kemampuan dalam dirinya.

- 3) Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.

Orang yang mempunyai rasa percaya diri maka dapat memegang kendali dalam berbagai situasi, karena ia tidak canggung atau malu untuk masuk kedalam situasi yang menegangkan dan berani mengemukakan pendapatnya untuk menetralisasi ketegangan yang terjadi.

- 4) Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi diberbagai situasi.

Kepercayaan diri membuat seseorang berani melakukan suatu hal, diantaranya membangun komunikasi yang efektif dengan orang lain termasuk orang yang mungkin baru dikenal, sehingga individu ini dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya secara cepat.

- 5) Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilann.

Kondisi mental dan fisik yang cukup memadai dalam penampilan maka individu akan merasa percaya diri untuk bergaul dengan individu yang lain. Jika kondisi mental dan fisik tidak memadai maka individu cenderung untuk menarik diri dari pergaulan dan rasa percaya diri tidak berkembang dalam diri individu tersebut.

- 6) Memiliki kecerdasan yang cukup.

Orang yang memiliki rasa percaya diri biasanya memiliki kecerdasan yang cukup karena dia tidak malu untuk belajar dan mengembangkan pengetahuan, sehingga kecerdasannya semakin berkembang dan ia semakin percaya diri.

- 7) Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup.

Tingkat pendidikan juga mempengaruhi percaya diri seseorang. Semakin tinggi jenjang pendidikan yang ditempuh seseorang maka ilmu pengetahuan yang diperoleh juga semakin banyak. Pengetahuan ini akan menjadi bekal individu tersebut untuk berani tampil dengan percaya diri.

- 8) Memiliki keahlian dan keterampilan lain yang menunjang kehidupannya.

Seseorang akan merasa percaya diri dalam melakukan suatu hal tertentu, jika orang tersebut mempunyai keahlian dan keterampilan dalam bidang tersebut. Berbekal keahlian dan keterampilan maka seseorang akan merasa yakin tentang sesuatu yang dikerjakannya, sehingga tanpa disadari keberhasilan ada disetiap pekerjaannya.

- 9) Memiliki kemampuan bersosialisasi.

Pada point 4 disebutkan bahwa ciri orang percaya diri adalah mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi. Dua hal ini yang akan menjadi modal utama untuk dapat bersosialisasi. Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup tanpa bantuan dari orang lain. Kepercayaan diri yang baik akan mempermudah individu untuk bersosialisasi, karena mampu menyesuaikan diri dan terampil berkomunikasi dengan orang lain.

- 10) Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik.

Pendidikan pertama yang diperoleh individu berasal dari keluarga. Pendidikan yang baik adalah selalu memberi motivasi atau dukungan terhadap perilaku anggota keluarga, selama perilaku tersebut menuju kearah yang positif. Dukungan inilah yang akan menciptakan atau menumbuhkan rasa percaya diri pada diri individu untuk berani melangkah kedepan.

- 11) Memiliki pengalaman hidup yang menempa menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup.

Saat berhasil melalui suatu cobaan hidup yang berat, tanpa disadari manusia mendapatkan kekuatan yang membuatnya merasa lebih tangguh dari sebelumnya. pengalaman dan kekuatan yang dimiliki manusia dapat membuat manusia merasa percaya diri dan tidak merasa takut untuk menghadapi peristiwa yang terjadi dalam hidup.

- 12) Selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah.

Individu yang memiliki rasa percaya diri selalu bereaksi positif dalam menghadapi setiap permasalahan. Hal ini dikarenakan individu tersebut mempunyai ketenangan dan keyakinan yang sudah tertanam dalam dirinya untuk dapat menyelesaikan masalah tersebut secara baik dan benar.

Mark Parkinson (2004: 99) menuliskan tentang ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri antara lain, ” Tegas, pandangan positif,

optimis, menerima kritik, berdiri tegak, tidak terbawa oleh situasi". Guna memperjelas ciri-ciri tersebut, maka dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) Tegas

Individu yang mempunyai kepercayaan diri mampu tegas dalam memutuskan suatu persoalan. Jika tidak sesuai dengan prinsip atau norma yang dianutnya, maka individu tersebut berani menolak dengan tegas.

2) Pandangan positif

Pemikiran individu yang percaya diri selalu memandang suatu hal dari sisi positif. Hal ini akan menimbulkan sikap dan tindakan yang positif pula, hal inilah yang terdapat pada individu yang memiliki kepercayaan diri

3) Optimis

Optimis adalah salah satu ciri individu yang percaya diri. Keoptimisan individu tercermin dari sikap ulet dan pantang menyerah untuk menjadi pemenang. Jadi individu yang percaya diri adalah individu yang optimis.

4) Menerima kritik

Kritikan bagi sebagian individu adalah hal yang menyakitkan, tetapi ada pula yang tidak. Individu yang mampu menerima kritik dari orang lain adalah individu yang mempunyai keinginan untuk belajar lebih baik lagi. Menerima kritik dan berusaha memperbaiki kearah yang lebih baik akan menciptakan kepercayaan diri pada individu tersebut.

5) Berdiri tegak

Individu yang percaya diri berani memandang ke arah depan. Langkah yang tegak dan penuh keyakinan akan membuat orang yang melihatnya yakin akan kemampuan yang dimiliki individu tersebut. Hal ini menjadi ciri individu yang percaya diri.

6) Tidak terbawa oleh situasi

Individu yang mempunyai kepercayaan diri mampu berpikir dan mengambil keputusan secara tepat dan sesuai dengan prinsip yang dimilikinya. Hal ini membuat individu tersebut tidak terbawa pada situasi yang ada, karena individu tersebut memegang prinsip-prinsipnya.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri individu yang mempunyai kepercayaan diri yaitu mampu bersosialisasi dan menyesuaikan diri, mampu bersikap tenang dalam berbagai situasi, berpikir positif saat menghadapi masalah, memiliki keterampilan dan pendidikan yang menunjang kehidupannya serta belajar dari pengalaman diri sendiri maupun dari pengalaman orang lain.

c. Proses Pembentukan Rasa Percaya Diri

Kepercayaan diri tidak muncul begitu saja pada diri individu, terdapat proses yang terjadi di dalam pribadi itu sehingga terjadilah pembentuk rasa percaya diri. Proses ini juga memerlukan waktu yang panjang tidak dapat instan, untuk mengetahui proses pembentukan rasa percaya diri akan di jelaskan di bawah ini.

Proses untuk membentuk kepercayaan diri menurut Thursan Hakim (2002: 6) sebagai berikut:

- 1) Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu
- 2) Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya
- 3) Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya
- 4) Pengalaman menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan kelebihan dalam dirinya.

Keempat proses tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu

Kepribadian individu terbentuk sejak usia dini. Pembentukan kepribadian dipengaruhi oleh keluarga dan lingkungan tempat

individu tersebut berada. Pembentukan kepribadian yang positif dan penggalan kelebihan-kelebihan yang dimiliki individu tersebut, maka akan menjadi proses terbentuknya rasa percaya diri.

2) Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya

Setiap individu mempunyai kelebihan masing-masing. Memahami dan mengembangkan kelebihan yang dimiliki membuat individu tersebut akan percaya diri karena memiliki suatu hal yang tidak dimiliki oleh orang lain.

3) Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya

Kelemahan yang ada pada diri terkadang membuat individu merasa tidak berguna dan lemah. Berbeda dengan individu yang mempunyai kepercayaan diri yaitu bersikap positif terhadap kelemahan yang dimiliki. Individu mencari cara untuk mengatasi kelemahan dan mengubahnya ke hal yang positif, sehingga orang lain memandangnya sebagai pribadi yang penuh kelebihan.

4) Pengalaman menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan kelebihan dalam dirinya

Penggunaan atau pengaktualisasikan kelebihan yang dimiliki individu akan menciptakan pengalaman yang positif. Pengalaman tersebut akan membuat bangga dirinya sendiri. Rasa bangga ini yang menjadi proses terbentuknya rasa percaya diri pada individu tersebut.

Jadi kepercayaan diri yang dimiliki individu tidak datang secara tiba-tiba melainkan memerlukan proses mulai dari pemahaman tentang kelebihan yang dimiliki sampai menggunakannya dalam kehidupan individu tersebut.

d. Aspek-aspek kepercayaan diri.

Kepercayaan diri individu dapat dinilai dari beberapa aspek. Aspek-aspek dari rasa percaya diri menurut Lauster dalam Hilmi Atok (2010) yaitu “kemampuan pribadi, interaksi sosial, konsep diri”.

commit to user

Ketiga aspek kepercayaan diri di atas untuk memperjelas dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Kemampuan pribadi

Kemampuan pribadi yaitu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengembangkan diri saat individu yang bersangkutan tidak terlalu cerdas dalam tindakan, tidak tergantung dengan orang lain, serta mengenal dan percaya pada kemampuan yang dimilikinya.

2) Interaksi sosial

Interaksi sosial yaitu interaksi mengenai individu dalam berhubungan dengan lingkungannya dan mengenal sikap individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, bertoleransi dan dapat menerima pendapat orang lain serta menghargai orang lain.

3) Konsep diri

Konsep diri yaitu cara individu memandang dan menilai dirinya sendiri secara positif atau negatif, mengetahui kelebihan dan kekurangannya.

Saleh dalam Hilmi Atok (2010) juga mengemukakan pendapatnya mengenai aspek-aspek rasa percaya diri antara lain, “tidak tergantung pada orang lain, berani mengambil keputusan, mempunyai persuasif sehingga memperoleh banyak dukungan, mempunyai penampilan yang menyakinkan sehingga disegani”.

Keempat aspek yang dikemukakan Saleh dalam Hilmi Atok (2010) dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) Tidak tergantung pada orang lain

Jika berusaha atau berbuat sesuatu tidak melihat orang lain dan yakin akan kemampuan yang dimilikinya. Walaupun dia gagal, akan tetapi ia akan berusaha bangkit atau kembali memulainya kembali.

2) Berani mengambil keputusan

Mampu bertindak dan mengambil keputusan dalam hal apapun dengan tegas dan tidak ragu-ragu. Menyakini keputusan yang diutarakan itu benar-benar sesuai dengan kemampuannya.

3) Mempunyai persuasif sehingga memperoleh banyak dukungan

Mampu mengubah sikap, pandangan atau perilaku orang lain, sebagai hasilnya pihak yang dipengaruhi melaksanakan dengan kesadaran sendiri (membujuk secara halus).

4) Mempunyai penampilan yang menyakinkan sehingga disegani

Memilih model pakaian yang cocok dengan dirinya, karena penampilan diri sangat diperhatikan untuk menumbuhkan rasa percaya diri.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri antara lain mampu bertindak positif, memiliki kemampuan untuk mencoba untuk mengembangkan diri, mampu berinteraksi sosial, memiliki rasa ingin tahu, mampu menyesuaikan diri, yakin akan dirinya meliputi kelebihan dan kekurangan serta pencapaian tujuan berkaitan pemenuhan kebutuhan untuk menyelesaikan masalah.

e. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri

Kepercayaan diri yang dimiliki oleh individu dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor-faktor ini yang mampu mendorong individu tersebut untuk menjadi pribadi yang percaya diri. Pendapat beberapa ahli tentang faktor-faktor yang mempengaruhi akan diuraikan dibawah ini.

Faktor-faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri pada seseorang menurut Thursan Hakim (2002: 121) “Lingkungan keluarga, Pendidikan formal dan Pendidikan non formal”.

Ketiga faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Lingkungan keluarga

commit to user

Lingkungan keluarga sangat mempengaruhi kepercayaan diri seorang individu tersebut, karena dalam lingkungan tersebut terjadi pembentukan awal kepercayaan diri. Pembentukan tersebut terjadi melalui interaksi dengan anggota keluarga, kasih sayang yang diberikan, dan motivasi-motivasi yang diperoleh dari orangtua.

Kepercayaan diri juga dipengaruhi oleh lingkungan. Jika seseorang berada di dalam lingkungan keluarga yang baik, maka kepercayaan diri individu berkembang dengan baik, namun sebaliknya jika lingkungan tidak memadai menjadikan individu tersebut kehilangan proses pembelajaran untuk percaya pada dirinya sendiri

2) Pendidikan formal

Sekolah bisa dikaitkan sebagai lingkungan kedua bagi anak, dimana sekolah merupakan lingkungan yang paling berperan bagi anak setelah lingkungan keluarga di rumah. Sekolah memberikan ruang pada anak untuk mengekspresikan kepercayaan dirinya terhadap teman-teman sebayanya. Kepercayaan diri anak terbentuk melalui interaksi anak dengan temannya dan pergaulannya di lingkungan sekolah.

3) Pendidikan non formal

Menciptakan pribadi yang penuh kepercayaan diri memerlukan cara yaitu memiliki kelebihan tertentu yang berarti bagi diri sendiri dan orang lain. Kepercayaan diri akan menjadi lebih mantap jika seseorang memiliki suatu kelebihan yang membuat orang lain merasa kagum. Kemampuan atau keterampilan dalam bidang tertentu bisa didapatkan melalui pendidikan non formal misalnya : mengikuti kursus bahasa asing, jurnalistik, bermain alat musik, seni vokal, keterampilan memasuki dunia kerja (BLK), pendidikan keagamaan dan lain sebagainya. Sebagai penunjang timbulnya kepercayaan diri pada diri individu tersebut.

Faktor-faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri yang lain menurut Angelis dalam Hilmi Atok (2010) adalah sebagai berikut:

1) Kemampuan pribadi

Rasa percaya diri hanya timbul pada saat seseorang mengerjakan sesuatu yang memang mampu dilakukan. Dengan kemampuannya tersebut maka dapat menghasilkan sesuatu yang luar biasa, hal ini mempengaruhi rasa percaya diri.

2) Keberhasilan seseorang

Keberhasilan seseorang ketika mendapatkan yang selama ini diharapkan dan cita-citakan akan memperkuat timbulnya rasa percaya diri.

3) Keinginan

Ketika seseorang menghendaki sesuatu maka orang tersebut akan belajar dari kesalahan yang telah diperbuat untuk mendapatkannya. Keinginan juga membuat individu tersebut termotivasi dan tidak mudah putus asa dalam mendapatkan sesuatu, maka keinginan mempengaruhi kepercayaan diri individu tersebut.

4) Tekat yang kuat

Rasa percaya diri datang ketika seseorang memiliki tekat yang kuat untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Tekat yang kuat dan rasa percaya diri membantu individu mencapai tujuan yang diinginkan.

Ros Taylor (2011: 26) faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang antara lain “ hubungan dekat, keluarga, sekolah dan teman sebaya”. Keempat faktor ini dapat di jelaskan sebagai berikut:

1) Hubungan orang terdekat

Orang yang terdekat mempunyai peran penting dalam membangun kepercayaan diri seseorang. Orang yang terdekat dapat dicontohkan antara lain pacar, suami atau istri. Istri yang mendukung penuh pekerjaan suaminya, maka kepercayaan diri suami tersebut akan semakin tinggi saat mengerjakan pekerjaan

tersebut. Hal ini terjadi karena suami merasa mendapat dukungan penuh, lalu yakin dalam mengerjakan pekerjaan tersebut dan hasilnya maksimal sehingga terciptalah kepercayaan diri pada diri suami. Sebaliknya istri yang tidak mendukung pekerjaan suami dapat menurunkan kepercayaan diri suaminya.

2) Keluarga

Keluarga berperan besar dalam pembentukan kepercayaan diri pada individu. Orangtua yang mengerti akan kebutuhan anak selalu menyiapkan sarana pengembangan kemampuan yang dimiliki anak dan juga memberikan motivasi agar anak bersemangat untuk mencapai tujuan. Pemberian motivasi membuat anak dapat percaya diri dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

3) Sekolah

Sekolah mempunyai peran dalam membentuk kepercayaan diri. Pembentukan ini dapat melalui kegiatan-kegiatan positif pada saat belajar mengajar. Dalam pembelajaran siswa dilatih untuk mampu mengeluarkan pendapat, ide-ide, dan gagasan yang baru untuk membangun kepercayaan diri.

4) Teman sebaya

Individu yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari teman sebayanya akan merasa bahwa dirinya dicintai, diperhatikan sehingga meningkatkan rasa harga diri mereka. Seseorang dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki rasa kepercayaan diri, keyakinan diri bahwa mereka mampu menguasai situasi dan memberikan hasil yang positif.

Berdasarkan pendapat ahli di atas faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri berasal dari faktor internal dan eksternal pada individu tersebut. Faktor internal antara lain adanya kemampuan dalam diri, tekak yang kuat, keinginan mencapai tujuan, serta keberhasilan yang pernah diraih, sedangkan dari faktor eksternal adalah

lingkungan tempat individu tersebut berada, baik lingkungan keluarga, sekolah dan lingkungan pergaulannya.

f. Cara meningkatkan kepercayaan diri

Kepercayaan diri mempengaruhi kesuksesan individu. Semakin besar tingkat kepercayaan diri, maka peluang untuk sukses juga semakin besar. Hal ini dapat terjadi karena semakin individu tersebut merasa percaya diri maka semakin yakin akan kemampuan yang dimilikinya untuk dapat menghadapi tantangan menuju kesuksesan. Individu tersebut tidak memandang kekurangan yang dimiliki tetapi terfokus pada keberhasilan dan kesuksesan. Kepercayaan diri itu penting untuk dimiliki setiap individu, untuk itu akan dijelaskan mengenai cara meningkatkan kepercayaan diri menurut beberapa ahli.

Menurut Indari Mastuti (2007: 41) mengemukakan tentang 50 tips dan trik yang dapat disingkat menjadi 10 tips dan trik untuk meningkatkan percaya diri, antara lain:

- 1) menghargai diri sendiri
- 2) persepsi sebagai kunci
- 3) melihat diri secara menyeluruh
- 4) menghilangkan keraguan atas kemampuan yang dimiliki
- 5) memasuki lingkungan orang-orang yang percaya diri
- 6) mengubah cara pikir
- 7) memperluas wawasan
- 8) belajar untuk lebih komunikatif
- 9) meningkatkan percaya diri dengan bertahap
- 10) memilih untuk bergerak atau tergilas.

Kesepuluh cara meningkatkan percaya diri dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Menghargai diri sendiri.

Harga diri adalah penerimaan diri, kepuasan diri, menghormati diri dan merasa dirinya berharga. Hal ini akan terjadi jika individu menganggap dirinya berharga, mempunyai kemampuan dan daya tarik yang dapat digunakan untuk mencapai cita-cita. Memberi penghargaan pada keberhasilan yang dicapai, membuat

individu semakin percaya diri untuk berusaha mencapai tujuan dalam hidupnya. Jangan takut dengan kritikan dan kegagalan. Sebaliknya individu dapat memperbaiki hal yang kurang dan belajar hal yang baru dari kegagalan yang dialaminya.

2) Persepsi sebagai kunci

Persepsi diri adalah cara melihat diri sendiri seperti pola pikir, sikap yang digunakan untuk mengambil keputusan serta pandangan akan suatu hal. Membangun pola pikir yang konstruktif dan sikap yang positif membuat individu tersebut mendapatkan suatu persepsi diri yang baik, sehingga rasa percaya diri akan semakin meningkat dalam menghadapi dan mengambil keputusan dalam hidupnya.

3) Melihat diri secara menyeluruh

Melihat diri secara menyeluruh membuat individu dapat mengetahui tentang dirinya, sehingga secara jelas dapat mengetahui yang menjadi faktor pendukung dan faktor penghambat dalam dirinya. Hambatan sebagian besar datang dari diri individu itu sendiri, sehingga menghambatnya untuk bertindak. Tindakan adalah segala aktivitas yang membuat hidup individu tersebut menjadi lebih baik. Langkah awal untuk bertindak yaitu meminimaliskan hambatan dan memunculkan percaya diri.

4) Menghilangkan keraguan atas kemampuan yang dimiliki

Individu yang selalu memikirkan hal yang negatif tentang dirinya, maka pemikiran tersebut akan mengakar dalam dirinya. Penggunaan kesan daya imajinasi otak, dapat membantu proses pembangunan kepercayaan diri. Kepercayaan diri membuat individu dapat memikirkan dan melihat dengan jelas suatu hal secara positif. Pemikiran yang positif membuat individu dapat menghilangkan keraguan atas dirinya sendiri.

5) Memasuki lingkungan orang-orang yang percaya diri

Individu yang mempunyai pribadi yang penuh kasih dan mudah bergaul akan mempunyai banyak sahabat. Harapan untuk mendapatkan sahabat yang sejati dan tidak luntur akan keadaan baik suka dan duka. Semakin banyak sahabat yang diperoleh individu akan membuat individu tersebut semakin merasa percaya diri.

6) Mengubah cara pikir.

Kemampuan mengubah cara pikir perlu ditingkatkan. Cara berpikir individu akan mempengaruhi tingkah lakunya. Mengubah cara berpikir yang semula dengan menghindari masalah dan menggantinya dengan menyelesaikan masalah akan membuat individu lebih percaya diri dalam tindakan-tindakan yang dijalankannya.

7) Memperluas wawasan

Menambah kepercayaan diri tidak hanya bermodalkan keadaan lahiriah semata, tetapi dengan memiliki berbagai macam pengetahuan dan informasi. Bergaul dengan segala kalangan tanpa mempunyai prasangka dan batasan akan membuat individu tersebut kaya akan pengetahuan dan informasi. Individu tersebut juga mencoba untuk lebih terbuka dengan berbagai kalangan, maka dengan ini menambah wawasan dan dengan sendirinya percaya diri juga akan bertumbuh.

8) Belajar untuk lebih komunikatif

Komunikasi adalah hal yang penting yang harus dilakukan kapan dan dimana saja. Banyak cara berkomunikasi yang dipilih untuk dilakukan masing-masing individu, salah satunya adalah berkomunikasi dengan cara asertif. Tujuan cara berkomunikasi asertif adalah membina hubungan tanpa melakukan penolakan terhadap diri sendiri maupun terhadap orang lain. Jadi dengan ini percaya diri akan tumbuh.

9) Meningkatkan percaya diri dengan bertahap

Kepercayaan diri bukan sesuatu yang mudah dan instan untuk didapatkan. Semuanya membutuhkan proses yang panjang, membutuhkan penyesuaian agar hidup manusia bisa lebih berwarna dan lebih stabil. Belajar dari pengalaman dapat membuat individu lebih percaya diri.

10) Memilih untuk bergerak atau tergilas

Seorang individu menginginkan menjadi yang terbaik, tetapi itu semua membutuhkan suatu usaha atau pergerakan yang mengantarkannya menjadi yang terbaik. Jika individu tersebut tidak mau berusaha maka akan tergilas dengan yang lain, dan tidak akan menjadi yang terbaik.

Menurut Thursan Hakim (2002: 170) cara-cara untuk dapat meningkatkan rasa percaya diri adalah sebagai berikut :

- 1) Membangkitkan kemauan yang keras
- 2) Biasakan untuk memberanikan diri
- 3) Berpikir positif dan menyingkirkan pikiran negatif
- 4) Biasakan untuk selalu berinisiatif
- 5) Selalu bersikap mandiri
- 6) Mau belajar dari kegagalan
- 7) Tidak mudah menyerah
- 8) Membangun pendirian yang kuat
- 9) Bersikap kritis dan objektif
- 10) Pandai membaca situasi
- 11) Pandai menenangkan diri
- 12) Pandai melakukan penyesuaian diri dan pendekatan pada orang lain.

Kedua belas cara meningkatkan kepercayaan diri diatas dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Membangkitkan kemauan yang keras

Kemauan merupakan dasar untuk membangun kepribadian yang kuat termasuk rasa percaya diri. Kemauan keras yang difokuskan pada tujuan hidup sehingga tidak mudah menyerah dalam menghadapi masalah.

2) Biasakan untuk memberanikan diri

Kebiasaan memberanikan diri dan berusaha rileks, ketegangan akan berkurang dan hilang dalam situasi tertentu seperti tampil didepan kelas atau berbicara didepan masyarakat dalam acara tertentu.

3) Berpikir positif dan menyingkirkan pikiran negatif

Membangun rasa percaya diri yang kuat yaitu dengan menghilangkan pikiran-pikiran negatif dan menggantinya dengan pikiran-pikiran positif yang logis dan meyakinkan.

4) Biasakan untuk selalu berinisiatif

Membiasakan untuk melakukan sesuatu yang positif dan penuh tantangan dengan inisiatif sendiri tanpa menunggu perintah dari orang lain. Karena terbiasa berinisiatif dapat membangkitkan kepercayaan diri.

5) Selalu bersikap mandiri

Dalam melakukan segala sesuatu terutama dalam hal kebutuhan hidup tidak terlalu tergantung pada orang lain, harus memulainya dengan kesadaran dan kemauan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari secara mandiri.

6) Mau belajar dari kegagalan

Siap mental dalam menghadapi kegagalan dan mau belajar dari kegagalan tersebut sehingga mampu melakukan hal-hal yang lebih baik untuk mencapai suatu keberhasilan.

7) Tidak mudah menyerah

Rasa percaya diri akan terpelihara dan dapat ditingkatkan yaitu dengan sikap mental yang tidak mudah menyerah didalam mencapai keinginan dan cita-cita. Menguatkan kemauan untuk melangkah, bersikap sabar dalam menghadapi segala rintangan dan berpikir praktis untuk menemukan cara menghadapinya.

8) Membangun pendirian yang kuat

Dengan mempunyai tekad dan pendirian yang kuat dan menghilangkan keraguan untuk mencapai suatu tujuan dan cita-cita. Pendirian yang kuat bisa teruji jika keyakinan tersebut tidak berubah ketika dihadapkan kepada berbagai rintangan atau pengaruh negative.

9) Bersikap kritis dan objektif

Mempunyai sikap kritis dan objektif terhadap diri sendiri dan lingkungan. Mengenal kelemahan secara objektif sehingga menemukan tindakan yang tepat untuk mengatasi kelemahannya dan mengenal kelebihan pribadi sehingga dapat mengembangkan dan memanfaatkan kelebihannya untuk mencapai keberhasilan.

10) Pandai membaca situasi

Membaca situasi akan memperoleh gambaran yang jelas tentang hal-hal yang dapat dilakukan dan diterima di tempat individu tersebut berada, sehingga akan dapat diterima di dalam lingkungan tempatnya berada. Hal ini akan meningkatkan kepercayaan diri pada individu tersebut.

11) Pandai menempatkan diri

Menempatkan diri pada posisi yang tepat sebagai orang yang bermanfaat di lingkungan dimana individu berada. Maka ia akan merasa dihargai dan meningkatnya harga diri akan meningkatkan kepercayaan diri pula.

12) Pandai melakukan penyesuaian diri dan pendekatan pada orang lain

Bekerja sama dengan orang lain dan mempunyai relasi dibutuhkan kepandaian didalam melakukan penyesuaian dan pendekatan kepada orang lain.

Menurut Sarah Litvinoff (2010: 23-245) sepuluh langkah membangun kepercayaan diri yaitu “mengambil tindakan, meningkatkan energi, membangun cadangan rasa percaya diri, jujur terhadap diri sendiri, mengatasi rasa takut, menciptaka hubungan baik, bertindak

commit to user

sampai menjadi nyata, memperbaiki keadaan sekarang, melupakan masa lalu, mengubah pikiran”.

Kesepuluh langkah membangun kepercayaan diri dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) Mengambil tindakan

Mengambil tindakan membutuhkan proses antara lain memahami dengan jelas keadaan yang ada. Setelah memahami keadaan dengan jelas, individu membangun sikap yang konsisten dalam berani mencoba tindakan yang baru. Semakin banyak mencoba tindakan baru banyak pengalaman yang diperoleh akan membuat individu tersebut semakin percaya diri.

2) Meningkatkan energi

Energi yang meningkat dapat menciptakan kepercayaan diri. Sebelum individu dapat meningkatkan energi di dalam dirinya, perlu diketahui asal energi tersebut. Maksudnya energi adalah kekuatan untuk mengembangkan diri, hobi, bakat dan beraktivitas. Individu yang melakukan pengembangan diri secara teratur dan tidak menghabiskan energinya dengan sia-sia serta mempunyai komitmen dalam dirinya, maka akan meningkatkan kepercayaan diri pada individu tersebut.

3) Membangun cadangan rasa percaya diri

Kepercayaan diri tidak selamanya ada dalam diri individu, maka dari itu perlunya membangun cadangan rasa percaya diri. Cadangan rasa percaya diri dapat dibangun dengan mengeksplorasi letak kekuatan tahu kelebihan yang diri yang dihargai orang lain. Menggali bakat yang dimiliki individu dan memikirkan cara mengembangkan bakat yang dimiliki secara baik akan dapat meningkatkan kepercayaan diri.

4) Jujur terhadap diri sendiri

Jujur dengan diri sendiri adalah menerima diri sendiri apa adanya. Jika tidak menguasai bidang tertentu bersikap berani untuk

commit to user

mengakui hal tersebut. Jangan hanya sebatas mengakui tetapi berusaha untuk meminta bantuan kepada orang lain. Mengakui keadaan diri dan tidak malu meminta bantuan orang lain akan membuat individu lebih percaya diri dalam mengerjakan pekerjaannya.

5) Mengatasi rasa takut

Kekuatiran dalam diri individu adalah suatu hal yang wajar. Mengatasi rasa takut individu harus fokus pada tujuan yang diinginkan, jangan takut dengan kegagalan, penolakan, salah, kritikan pedas dari orang lain. Menanamkan pada pikiran bahwa itu semua adalah jalan menuju kesuksesan, maka dengan mengatasi rasa takut individu akan merasa lebih percaya diri.

6) Menciptakan hubungan baik

Menciptakan hubungan baik dengan orang yang disekeliling dapat membuat individu lebih percaya diri. Cara menciptakan hubungan baik dengan orang disekeliling antara lain dengan menghargai setiap keunikan yang dimiliki oleh orang lain, menghormati, jujur, bersedia memberikan bantuan kepada orang yang di sekelilingnya dan berani meminta bantuan jika membutuhkan. Hal ini akan membuat hubungan individu dengan orang yang disekelilingnya harmonis dan otomatis individu akan lebih percaya diri di lingkungan tersebut.

7) Bertindak sampai menjadi nyata

Individu yang akan melakukan suatu hal yang besar membutuhkan perkataan yang dapat menguatkan tindakannya itu. Individu juga perlu memilih teladan yang dapat ditiru dalam hal semangatnya, kegigihannya, keuletannya dalam menyelesaikan suatu masalah. Hal-hal positif tersebut yang perlu ditiru dan dipraktikkan untuk menjadikan individu lebih percaya diri dalam bertindak.

8) Memperbaiki keadaan sekarang

Setiap individu memiliki ukuran kesuksesan masing-masing. Kesuksesan jangan hanya ada dipikiran tetapi harus menjadi kenyataan. Untuk mencapai kesuksesan mulailah dengan mengubah sasaran hidup, mengevaluasi yang telah dicapai, mencanangkan cita-cita yang lebih tinggi, jika menemukan masalah maka individu dapat menggunakan metode yang tepat untuk memecahkannya. Hal ini akan menjadikan kesuksesan tersebut bukan impian tetapi kenyataan, dan jika kesuksesan diraih maka dengan sendirinya individu tersebut merasa lebih percaya diri.

9) Melupakan masa lalu

Bagi sebagian individu masa lalu dapat mempengaruhi tingkah lakunya saat ini. Masa lalu dapat memberikan pesan pengalaman hidup yang berharga, tetapi larut dengan masa lalu membuat individu tidak berkembang. Masa lalu yang negatif biarlah berlalu dan melepaskan semua beban yang ada. Mengubah hal-hal negatif ke arah yang positif akan membuat individu lebih percaya diri.

10) Mengubah pikiran

Pikiran yang negatif akan menghasilkan tingkah laku yang negatif pula. Individu yang dapat mengubah pikiran adalah individu yang mampu menemukan hal-hal positif dalam hidupnya. Hal ini dapat mengubah citra diri yang semula negatif menjadi positif. Perubahan citra diri akan meningkatkan kepercayaan diri pada individu.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan cara meningkatkan kepercayaan diri berawal dari dalam dan dari luar diri individu tersebut. Dari dalam diri antara lain dengan menghargai diri sendiri, mengubah persepsi dalam diri, selalu berpikir positif, menghilangkan rasa takut dan rasa cemas, berpikir kritis dan berani menghadapi tantangan. Sedangkan dari luar diri individu tersebut antara

commit to user

lain mencari sosok teladan, belajar dari orang yang terlebih dahulu mencapai kesuksesan, dan menjalin komunikasi yang efektif dengan orang yang sukses.

2. Sosiodrama

Layanan bimbingan dan konseling salah satunya adalah bimbingan kelompok. Menurut Tatiek Romlah (1989: 96) menyebutkan teknik-teknik yang biasa digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok antara lain pemberian Informasi atau ekspositori, diskusi kelompok, pemecahan masalah, penciptaan suasana kekeluargaan, permainan peran, karyawisata, permainan simulasi. Bermain peran dibedakan menjadi empat yaitu sosiodrama, psikodrama, permainan peranan terstruktur, permainan peranan tidak terstruktur. Pembahasan akan difokuskan pada sosiodrama.

a. Pengertian Sosiodrama

Sosiodrama berasal dari kata : sosio dan drama. Sosio berarti sosial yaitu masyarakat, dan drama berarti mempertunjukkan, mempertontonkan atau memperlihatkan. Sosial atau masyarakat terdiri dari manusia yang satu dengan lain terjalin hubungan yang dikatakan hubungan sosial. Menurut Nescaci (2012) “sosiodrama berarti cara menyajikan bahan pelajaran dengan mempertunjukkan atau mempertontonkan atau mendemonstrasikan cara tingkah laku dalam hubungan sosial”

Tatiek Romlah (1989: 115) menjelaskan bahwa “Sosiodrama adalah permainan peranan yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia”. Hal ini berarti masalah-masalah yang diangkat dalam sosiodrama adalah masalah sosial yang terjadi secara nyata dalam kehidupan sehari-hari. Sitti Hartinah (2009: 164) bahwa “Sosiodrama adalah gambaran persoalan atau konflik yang dapat timbul dalam pergaulan sosial”. Hal ini berarti sosiodrama menekankan aspek perkembangan sosial seseorang bukan pada aspek kepribadian individu tersebut.

Menurut Nana Sukmadinata (1983: 57) “Sosiodrama merupakan suatu drama sosial untuk membantu individu yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan orang lain”. Masalah-masalah sosial yang diatasi sosiodrama berupa konflik sosial yang tidak terlalu mendalam, yang masih berada dalam batas normal.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli yang sudah dituliskan di atas, dapat disimpulkan bahwa sosiodrama adalah permainan peran yang dapat menggambarkan tentang permasalahan atau konflik-konflik sosial yang dapat timbul dalam hubungan antara manusia.

b. Tujuan Sosiodrama

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama tentu mempunyai tujuan. Setiap teknik mempunyai tujuan yang berbeda-beda, begitu juga dengan sosiodrama ini. Para ahli akan menguraikan tentang tujuan sosiodrama seperti di bawah ini.

Menurut Abit Adya Mukbakhit (2012) “teknik sosiodrama lebih tepat digunakan untuk mencapai tujuan yang mengarah pada aspek afektif motorik dibandingkan pada aspek kognitif yang terkait dengan kehidupan hubungan sosial dan mendorong individu untuk mengenali merasakan suatu situasi tertentu”. Sosiodrama mengarahkan siswa untuk dapat belajar merasakan situasi yang ada di dalam cerita atau naskah drama tersebut. Melalui cerita tersebut individu yang bermain peran maupun yang menonton diharapkan dapat belajar mengubah sikap dari yang negatif ke positif. Aspek motorik juga diperlukan dalam sosiodrama, hal ini dikarenakan adegan-adegan yang ditampilkan membutuhkan suatu gerakan tubuh yang dapat mendukung individu tersebut menjwai perannya.

Sosiodrama mengangkat permasalahan-permasalahan sosial yang terjadi di kehidupan nyata. Pengangkatan permasalahan sosial dapat mendidik individu tersebut belajar memahami situasi yang ada. Mendidik individu ini sesuai dengan pendapat Winkel (1991: 471) “Sosiodrama bersifat kegiatan pedagogik yang bertujuan membantu pemeran serta

penyaksi untuk menyadari seluk-beluk pergaulan sosial dan membantu meningkatkan kemampuan bergaul dengan orang lain secara wajar dan sehat”.

Mengacu dari pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa sosiodrama bertujuan untuk mendidik individu untuk mampu bersikap dalam menghadapi permasalahan di kehidupan sosial dengan merasakan secara langsung melalui peran-peran dalam drama tersebut.

c. Manfaat Sosiodrama

Sosiodrama diharapkan berjalan secara wajar dalam arti tidak dibuat-buat, sehingga individu yang memerankannya dapat menghayati dan mengeksplorasi perannya dengan maksimal. penghayatan dan eksplorasi yang tepat akan membuat individu dapat menyerap manfaat bermain sosiodrama. Pendapat beberapa ahli akan dipaparkan guna memperjelas tentang manfaat sosiodrama.

Nana SY. Sukmadinata (1983: 61) mengemukakan bahwa manfaat sosiodrama yaitu:

- 1) memberikan peranan bebas kepada individu
- 2) belajar bertingkah laku yang dapat diterima orang lain
- 3) membuat siswa berinteraksi secara efektif
- 4) memberikan terapi atau penyembuhan
- 5) mengembangkan *self confidence*.

Kelima manfaat bermain sosiodrama di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) Memberikan peranan bebas kepada individu

Individu yang memainkan peran dapat secara bebas mencurahkan ide-ide untuk menyempurnakan peran tersebut untuk mengatasi hambatan yang ditemukan saat bermain peran.

2) Belajar bertingkah laku yang dapat diterima orang lain

Individu dapat belajar berperilaku yang dinilai pantas dan tidak pantas yang dipandang oleh lingkungannya. Mengetahui perilaku yang

pantas maka individu akan merasa lebih percaya diri karena perilakunya diterima oleh lingkungan tempatnya berada.

3) Membuat siswa berinteraksi secara efektif

Sosiodrama akan memunculkan interaksi antar anggota kelompok tersebut. Interaksi ini muncul karena di dalam kelompok sosiodrama akan bertukar pendapat untuk menghasilkan sosiodrama yang baik. Interaksi yang efektif membuat individu tersebut merasa diterima dalam kelompoknya. Adanya penerimaan dari kelompok akan membuat individu lebih percaya diri.

4) Memberikan terapi atau penyembuhan

Tema atau cerita yang diangkat di dalam sosiodrama dapat disesuaikan dengan permasalahan yang dialami oleh anggota kelompok tersebut. Pengangkatan cerita yang sesuai dengan permasalahan yang dialami anggota kelompok serta solusi akan memberikan efek penyembuhan terhadap masalah yang dialami anggota kelompok tersebut.

5) Mengembangkan *self confidence*.

Hubungan baik antar anggota kelompok dapat menciptakan keakraban antar satu dengan yang lain. Keakraban antara anggota akan memunculkan kekompakan. Kekompakan ini membuat kelompok ini siap untuk menjalankan sosiodrama yang akan dilihat oleh kelompok lain. Kesiapan ini akan mengembangkan *self confidence* atau kepercayaan diri pada diri individu tersebut

d. Langkah-langkah Pelaksanaan Sosiodrama

Pelaksanaan sosiodrama membutuhkan langkah-langkah tertentu. Langkah-langkah ini akan mempermudah dalam pelaksanaannya, karena disetiap tahapnya ada yang dikerjakan sebelum memainkan sosiodrama tersebut.

Menurut Tatiek Romlah (1989: 115) enam langkah pelaksanaan sosiodrama antara lain:

commit to user

- 1) Persiapan
- 2) Menentukan kelompok yang akan memainkan sesuai dengan kebutuhan skenarionya, dan memilih individu yang akan memegang peran tertentu
- 3) Menentukan kelompok penonton dan menjelaskan tugasnya
- 4) Pelaksanaan sosiodrama
- 5) Evaluasi dan diskusi
- 6) Ulangan permainan.

Keenam langkah pelaksanaan sosiodrama di atas dapat diuraikan sebagai berikut :

- 1) Persiapan

Pada tahap persiapan ini guru Bimbingan dan Konseling BK mengemukakan masalah dan tema yang akan disosiodramakan, dan tujuan permainan, kemudian menerangkan peranan-peranan yang akan dimainkan, sehingga jelas peran masing-masing anggota kelompok.

- 2) Menentukan kelompok yang akan memainkan sesuai dengan kebutuhan skenarionya, dan memilih individu yang akan memegang peran tertentu.

Pada tahap ini guru Bimbingan dan Konseling BK mengemukakan masing-masing ciri-ciri peran dan menawarkan secara sukarela yang akan memerankannya kepada anggota kelompok, atau menerima usulan dari anggota kelompok yang dapat memerankan peran yang sudah dirancang.

- 3) Menentukan kelompok penonton dan menjelaskan tugasnya.

Kelompok penonton adalah anggota kelompok lain yang tidak ikut menjadi pemain. Tugas kelompok penonton adalah untuk mengobservasi atau mengamati jalannya permainan sosiodrama yang dimainkan.

- 4) Pelaksanaan sosiodrama

Para pemain diberi kesempatan untuk berlatih untuk memerankan bagiannya masing-masing. Pemain diberi kesempatan untuk berembuk beberapa menit untuk menyiapkan diri memainkan sosiodrama tersebut. Pemain diharapkan dapat memunculkan konflik-konflik yang terjadi dengan penuh ekspresi dan perasaan sehingga saat

sosiodrama berlangsung diharapkan terjadi identifikasi yang sebesar-besarnya antara pemain maupun penonton dengan peran-peran yang dimainkan.

5) Evaluasi dan diskusi

Setelah permainan selesai diadakan diskusi mengenai pelaksanaan permainan berdasarkan hasil observasi. Diskusi diharapkan untuk membicarakan mengenai bagaimana cara pemain membawakan perannya sesuai dengan ciri-ciri perannya, cara pemecahan masalah, dan kesan pemain dalam memainkan perannya.

6) Ulangan permainan

Dari hasil diskusi yang dilakukan, maka dapat diketahui perlukah mengulangkan permainan. Pengulangan permainan dapat dilakukan dengan cara berikut antara lain: (a) bertukar peran, (b) peran ganda (*doubling*), (c) teknik cermin (*menirukan*), (d) teknik kursi kosong, (e) bermain peran sendiri (*monodrama*).

Kelima cara yang dapat digunakan untuk mengulang permainan peran dapat diuraikan sebagai berikut:

a) Bertukar peran

Bertukar peran terjadi bila seorang pemain diminta untuk memainkan peran yang sebelumnya dimainkan oleh orang lain. Tujuan pertukaran peran ini untuk: (1) mengklarifikasi situasi, dengan melihat orang lain memerankan peran yang sama, pemain dapat melihat dan menghayati situasi dengan lebih jelas. (2) meningkatkan spontanitas, dengan bertukar peran pemain menjadi terus bertumbuh dan lebih bebas dan tidak terikat pada pola-pola perilaku tertentu. (3) untuk meningkatkan pengertian dan kesadaran cara orang lain merasakan dan melakukan hal yang sama.

b) Peran ganda (*doubling*)

peran ganda terjadi apabila ada orang ketiga yang ikut bermain dalam permainan peranan dengan mengisi suara salah seorang pemain. Orang ketiga ini biasanya fasilitator yang bertugas

commit to user

mengisi suara dari salah satu pemeran utama. Tujuan pengisian dialog ini adalah untuk membantu kelancaran permainan dan memberikan wawasan baru terhadap masalah yang sedang disosiodramakan.

c) Teknik cermin (menirukan)

Pada teknik ini anggota kelompok yang lain diminta menirukan peran yang dibawakan oleh salah seorang pemain seperti pada waktu pemain itu memerankannya.

d) Teknik kursi kosong

Teknik ini digunakan bila anggota kelompok mengalami kesulitan untuk berinteraksi secara langsung dengan anggota kelompok yang lain. Anggota ini diminta untuk berkomunikasi dengan kursi kosong sebagai ganti lawan perannya.

e) Bermain peran sendiri (monodrama)

Meningkatkan penghayatan terhadap peran yang dimainkannya dengan bermain peran sendiri dengan berpindah-pindah tempat duduk ke tempat duduk pemeran yang lain dan melakukan monolog.

e. Kelebihan Sosiodrama

Setiap teknik mempunyai kelebihan masing-masing, tidak terkecuali sosiodrama. Penggunaan teknik sosiodrama mempertimbangkan tentang kelebihan yang dimiliki. Kelebihan sosiodrama ini yang dapat dimanfaatkan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Teknik sosiodrama mempunyai kelebihan, seperti yang dituliskan oleh Hafiz Muthoharoh (2010) antara lain:

- 1) Dapat berkesan dengan kuat dan tahan lama dalam ingatan siswa. Disamping merupakan pengalaman yang menyenangkan yang sulit untuk dilupakan.
- 2) Sangat menarik bagi siswa, sehingga memungkinkan kelas menjadi dinamis dan penuh antusias

- 3) Membangkitkan gairah dan semangat optimisme dalam diri siswa serta menumbuhkan rasa kebersamaan dan kesetiakawanan sosial yang tinggi
- 4) Dapat menghayati peristiwa yang berlangsung dengan mudah, dan dapat memetik butir-butir hikmah yang terkandung di dalamnya dengan penghayatan siswa sendiri
- 5) Dimungkinkan dapat meningkatkan kemampuan profesional siswa, dan dapat menumbuhkan atau membuka kesempatan bagi lapangan kerja.

Menurut Nescaci (2012) sosiodrama mempunyai kebaikan antara lain sebagai berikut:

- 1) Murid melatih dirinya untuk melatih, memahami dan mengingat isi bahan yang akan didramakan, sebagai pemain harus memahami dan menghayati isi cerita secara keseluruhan terutama untuk materi yang harus diperankannya. Dengan demikian daya ingatan murid harus tajam dan tahan lama.
- 2) Murid akan terlatih untuk berinisiatif dan berkreasi pada waktu main drama para pemain dituntut untuk mengemukakan pendapatnya sesuai dengan waktu yang tersedia.
- 3) Bakat yang terdapat pada murid dapat dipupuk sehingga dimungkinkan akan muncul atau tumbuh bibit seni drama dari sekolah. Jika seni drama mereka dibina dengan baik kemungkinan besar mereka akan menjadi pemain yang baik kelak.
- 4) Kerja sama antar pemain dapat ditumbuhkan dan dibina dengan sebaik-baiknya
- 5) Murid memperoleh kebiasaan untuk menerima dan membagi tanggung jawab dengan sesamanya
- 6) Bahasa lisan murid dapat dibina menjadi bahasa yang baik agar mudah dipahami orang lain.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kelebihan sosiodrama yaitu isi cerita meninggalkan kesan dalam ingatan, melatih menjadi pribadi yang kreatif, tanggung jawab, dapat bekerja sama antar anggota kelompok serta menyenangkan, sehingga suasana kelas menjadi hidup.

f. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Sosiodrama

Kesuksesan penggunaan teknik akan mempermudah dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Kesuksesan tidak datang begitu saja, melainkan terdapat faktor-faktor yang mendukung terjadinya kesuksesan

tersebut. Jika salah satu faktor yang mendukung kesuksesan tersebut tidak ada, maka tingkat keberhasilan atau kesuksesan juga tidak maksimal.

Kesuksesan teknik sosiodrama dipengaruhi beberapa faktor. Menurut Zanikhan sadeli (2009) mengemukakan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan sosiodrama antara lain:

- 1) Guru
- 2) Siswa
- 3) Bahan

Faktor yang mempengaruhi hasil sosiodrama yang telah di sebutkan di atas dapat diuraikan sebagai berikut :

- 1) Guru

Guru tidak boleh bersikap apriori, setiap individu akan menghayati situasi sosial menurut caranya sendiri. Guru memberikan kebebasan kepada siswa untuk dapat mengeksplorasi perannya masing-masing.

- 2) Siswa

Dramatisasi ini akan berhasil kalau para siswa yang berperan dapat menjiwai situasinya. Penjiwaan terhadap peran akan lebih maksimal jika siswa diberikan kesempatan untuk latihan. Penjiwaan yang maksimal akan mendorong siswa untuk tampil maksimal pula secara otomatis kepercayaan diri siswa akan meningkat saat menampilkan sosiodrama ini.

- 3) Bahan

Sesuatu yang didramatisasikan akan baik hasilnya, jika bahan itu cocok dengan para pemeran yang akan memerankannya. Topik cerita yang ditulis dalam skenario disesuaikan dengan keadaan dan karakteristik pemeran supaya sosiodrama ini dapat menjadi alat untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa tersebut.

g. Kriteria Yang Harus Diperhatikan Dalam Sosiodrama

Sosiodrama dikatakan baik jika memenuhi kriteria-kriteria yang ada. Kriteria-kriteria ini yang akan memperlancar permainan sosiodrama.

Sosiodrama mempunyai kriteria-kriteria yang harus diperhatikan untuk mendapatkan hasil yang maksimal.

Kriteria-kriteria sosiodrama menurut Zanikhan sadeli (2009) antara lain sebagai berikut:

- 1) Bahan harus sesuai dengan perkembangan jiwa siswa
- 2) Bahan harus memperkaya pengalaman sosial siswa
- 3) Bahan harus cukup mengandung sikap dan perbuatan yang akan didramatisasikan siswa
- 4) Bahan hendaknya tidak mengandung adegan-adegan yang bertentangan dengan nilai-nilai pancasila, agama, dan kepribadian bangsa Indonesia

Keempat Kriteria yang harus diperhatikan dalam sosiodrama seperti yang disebutkan di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Bahan harus sesuai dengan perkembangan jiwa siswa.

Bahan sosiodrama disesuaikan dengan perkembangan siswa yang akan diteliti. Ketepatan bahan akan membantu siswa untuk lebih memahami topik yang diangkat dan respon-respon yang akan dimunculkan oleh siswa dalam memerankan perannya.

- 2) Bahan harus memperkaya pengalaman sosial siswa.

Pengalaman sosial siswa dapat dibangun melalui sosiodrama. Cerita yang diangkat dalam sosiodrama akan memperkaya pengalaman siswa sehingga siswa dapat belajar memahami dan menghadapi situasi sosial dengan benar.

- 3) Bahan harus cukup mengandung sikap dan perbuatan yang akan didramatisasikan siswa.

Bahan atau skenario sosiodrama mengandung unsur cerita yang memunculkan sikap-sikap yang jelas saat dihadapkan pada suatu persoalan . Sikap-sikap tersebut dapat dimunculkan dan dieklporasi secara jelas dan terbuka sehingga dapat menjadi bahan pembelajaran bagi siswa yang memerankannya maupun yang tidak.

- 4) Bahan hendaknya tidak mengandung adegan-adegan yang bertentangan dengan nilai-nilai pancasila, agama, dan kepribadian bangsa Indonesia.

Cerita yang diangkat berasal dari topik sosial. Permasalahan sosial terkadang bertentangan dengan norma-norma yang berlaku. Skenario yang dibuat untuk penelitian tidak mengandung adegan-adegan yang bertentangan dengan norma yang berlaku. Hal ini dilakukan supaya siswa juga dapat belajar menyikapi suatu hal dengan benar, tanpa harus melanggar norma yang ada.

3. Siswa Sekolah Menengah Pertama

Siswa sekolah menengah pertama pada umumnya berada pada usia remaja. Usia remaja dibagi menjadi tiga tahap perkembangan yaitu remaja awal, remaja madya dan remaja akhir. Sarlito Wirawan Sarwono (1994: 24). Masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian, karena sifat-sifatnya yang khas dan perannya, untuk mengetahui lebih dalam di bawah ini akan dijelaskan tentang remaja.

a. Pengertian Remaja

Kata remaja berasal dari bahasa latin dari kata *Pubescere* yang berarti mendapat pubes atau rambut kemaluan yaitu suatu tanda kelamin sekunder yang menunjukkan perkembangan seksual. Kata lain adalah *Adulescentia*, *adolescere* artinya menjadi dewasa atau dalam perkembangan menjadi dewasa.

Menurut Elizabeth B Hurlock alih bahasa Istiwidayanti dkk (2004: 206) “Masa remaja adalah masa usia dimana individu berintergrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama sekurang-kurangnya dalam hak”. Pada masa remaja ini haknya ingin dihargai seperti orang dewasa lainnya. Anak merasa di hargai dan tidak dibedakan dengan orang dewasa.

M. Ali dan M. Asrori (2004: 9) menyatakan bahwa, “Remaja ada diantara anak dan orang dewasa, sehingga remaja dikenal dengan fase mencari jati diri”. Pada masa remaja belum menemukan jati dirinya karena belum menemukan siapa dirinya yang sebenarnya. Pada fase ini remaja

tidak lagi sebagai anak-anak dan belum dapat diberikan tanggung jawab serta kepercayaan seperti orang dewasa.

M. Al-Mighwar (2006: 55) “Remaja merupakan suatu masa perkembangan individu yang ditandai dengan munculnya kematangan secara fisik, akal, kejiwaan dan sosial, serta emosional”. Kematangan perkembangan dapat membawa dampak pada kehidupan remaja tersebut.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa masa remaja adalah masa saat individu mengalami pertumbuhan secara fisik dan perkembangan secara psikis, masa ini terjadi sesudah kanak-kanak dan sebelum dewasa.

b. Ciri-ciri Remaja

Setiap manusia mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan mulai dari anak, remaja sampai dewasa. Setiap masa baik anak, remaja dan dewasa memiliki ciri-ciri tersendiri. Ciri-ciri ini dapat dilihat pada individu yang sedang mengalami masa tersebut. Pada bahasan ini akan difokuskan pada ciri-ciri masa remaja.

Masa remaja memiliki ciri-ciri tersendiri, menurut Zulkifli (1986: 87) ciri remaja diantaranya adalah :

- 1) Pertumbuhan fisik
- 2) Perkembangan seksual
- 3) Cara berpikir kausalitas
- 4) Emosi yang meluap-luap
- 5) Mulai tertarik kepada lawan jenisnya
- 6) Menarik perhatian lingkungan
- 7) Terikat dengan kelompok

Ketujuh ciri-ciri remaja di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) Pertumbuhan fisik

Pertumbuhan fisik remaja dapat terlihat dari tungkai dan tangan. Tulang-tulang semakin memanjang dan otot-otot tubuh berkembang pesat sehingga pada usia remaja dapat bertumbuh tinggi secara cepat. Pertumbuhan fisik ini membutuhkan makan dan tidur yang cukup

banyak, jadi tidak heran kalau usia remaja terlihat kurang giat dan lekas merasa lelah.

2) Perkembangan seksual

Perkembangan seksual ini dikarenakan kelenjar kelamin sudah bekerja untuk menghasilkan hormon seksual karena perkembangan seksual ini terjadilah menstruasi pada wanita dan mimpi pertama yang mengeluarkan sperma pada laki-laki. Menstruasi mempunyai arti bahwa secara biologis sudah mampu memproduksi jika terjadi pembuahan, sedangkan mimpi pertama yang mengeluarkan sperma berarti kelenjar testes yang mulai aktif mengeluarkan sperma dan tumbuh rambut di daerah kemaluan. Selain itu pada anak perempuan buah dada semakin membesar, pinggul yang melebar, suara semakin nyaring sedangkan laki-laki mulai tumbuh jakun suaranya membesar, dan dada melebar.

3) Cara berpikir kausalitas

Cara berpikir kausalitas adalah cara berpikir yang menghubungkan sebab dan akibat, artinya jika orang tua melarang anaknya melakukan suatu hal, maka harus menyertakan alasannya. Pada usia remaja sudah mulai berpikir kritis, sehingga tidak heran jika remaja menanyakan hubungan antara satu hal dengan hal yang lain. Pada usia remaja dapat dilatih cara berpikir kritis dengan cara menghubungkan persoalan-persoalan lalu mencari pemecahan masalahnya.

4) Emosi yang meluap-luap

Emosi pada usia remaja masih belum stabil karena pertumbuhan dan perkembangannya belum optimal. Pada usia remaja lebih dikuasai oleh emosinya. Pada saat gembira, maka kegembiraan itu akan diluapkan tanpa control bahkan melupakan yang hal lain, begitu juga saat sedang sedih sangat terlihat diwajahnya dan seolah-olah dunia sudah berakhir.

5) Mulai tertarik kepada lawan jenisnya

Kelenjar seksual yang sudah berfungsi dan menghasilkan hormon maka mulai timbul perhatian pada jenis kelamin lain. remaja berusaha untuk mendekati dan menarik hati sasaran cintanya. Pada tahap

commit to user

ini dapat dilihat dari perilaku remaja yang selalu ingin melihat dan kenal pada orang yang disukainya.

6) Menarik perhatian lingkungan

Masa remaja mulai mencari perhatian dari lingkungan sekitarnya, baik keluarga, masyarakat maupun teman sebaya. Hal ini dilakukan oleh remaja untuk mendapatkan pengakuan pada dirinya. Mencari perhatian terkadang dengan sesuatu yang negatif, hal ini akan menimbulkan kesalahan persepsi antara remaja dengan orang dewasa. Remaja akan nyaman ditempat yang dapat memberikan perhatian yang dibutuhkannya. Jika tidak mendapatkan perhatian dilingkungan keluarga maka remaja akan mencari perhatian diluar rumah.

7) Terikat dengan kelompok

Usia remaja identik dengan kehidupan sosial dan membentuk kelompok. Pergaulan di dalam kelompok ini akan mempengaruhi sikap, dan moral remaja. Remaja sangat memerlukan pengetahuan tentang cara memilih pergaulan yang tepat, supaya tidak terjerumus dalam hal negatif. Pemilihan kelompok yang tepat akan menimbulkan rasa senang dan kreatif pada diri remaja tersebut.

Ciri-ciri khas remaja awal menurut M. Al-Mighwar (2006: 68) antara lain:

- 1) Tidak stabilnya emosi
- 2) Lebih menonjolnya sikap dan moral
- 3) Mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan
- 4) Membingungkannya status
- 5) Banyak masalah yang dihadapi
- 6) Masa yang kritis

Keenam ciri-ciri tersebut dapat diuraikan atau dijelaskan sebagai berikut:

1) Tidak stabilnya emosi

Masa remaja adalah masa yang mengalami puncak emosional. Perkembangan emosi remaja sangat tinggi, jadi tidak heran kalau remaja sering meledak-ledak. Perkembangan emosi remaja awal sering

menunjukkan sifat sensitif, pemberontak, emosinya bersifat negatif dan temperamental artinya mudah tersinggung, marah, sedih, dan murung.

2) Lebih menonjolnya sikap dan moral

Remaja mulai mampu berperilaku yang tidak hanya mengejar kepuasan fisik saja, tetapi meningkat pada perkembangan psikologis. Remaja mulai memikirkan berperilaku yang dapat diterima, dihargai, dan mendapat penilaian positif dari orang lain.

3) Mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan

remaja mulai dapat berfikir logis tentang gagasan yang abstrak. Mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan ini akan membantu remaja untuk dapat merencanakan strategi-strategi kehidupan dan mampu membuat keputusan-keputusan, serta memecahkan masalah. Pada masa ini kemampuan berpikir nalar secara ilmiah mulai berkembang dan belajar berpikir efisien.

4) Membingungkannya status

Remaja sering kali bingung dengan statusnya. Hal ini dikarenakan orang dewasa memperlakukan remaja secara berganti-ganti, maksudnya saat belum dapat dipercaya dan beri tanggung jawab dalam artian memperlakukan seperti anak-anak, tetapi saat berperilaku seperti anak-anak mendapatkan teguran. Hal ini membingungkan remaja tersebut dalam menyikapi suatu permasalahan.

5) Banyak masalah yang dihadapi

masa transisi remaja adalah masa badai dan topan dalam kehidupan, perasaan dan emosinya. Ketidakstabilan tersebut tampak jelas dalam berbagai sikap. Masa remaja juga merupakan masa seseorang mencari jati dirinya dengan berbagai macam cara, tingkah laku, sikap, yang kadang-kadang bila tidak dapat dikontrol dan dikendalikan akan menjurus pada suatu hal yang negatif.

6) Masa yang kritis

Masa kritis terjadi saat remaja bingung untuk memecahkan atau menghindari masalah tersebut. Remaja yang tidak mampu memecahkan

commit to user

masalahnya maka saat dewasa akan tergantung oleh orang lain dan tidak mampu mengambil keputusan dalam hidupnya.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri masa remaja adalah mengalami pertumbuhan fisik, perkembangan seksual, emosi belum stabil, membentuk kelompok, tertarik pada lawan jenis, kecerdasan mulai sempurna sehingga mampu berpikir kritis.

c. Tugas Perkembangan Remaja

Pada masa remaja mempunyai tugas perkembangan. Tugas perkembangan individu selalu berkelanjutan secara terus menerus. Setiap tugas perkembangan tersebut harus dicapai dan diselesaikan oleh individu. Jika tugas perkembangan tidak dapat dicapai maka akan menghambat tugas perkembangan selanjutnya.

Menurut Elizabeth B. Hurlock alih bahasa Istiwidayanti dkk (2004:10) tugas perkembangan remaja adalah sebagai berikut :

- 1) Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita
- 2) Mencapai peran sosial pria dan wanita
- 3) Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif
- 4) Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab
- 5) Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya
- 6) Mempersiapkan karir ekonomi
- 7) Mempersiapkan perkawinan dan keluarga
- 8) Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.

Ahli lain juga berpendapat tentang tugas-tugas perkembangan remaja menurut Robert Y Havighurst dalam Painut Panuju dkk (2005: 23) yaitu :

- 1) Mencapai hubungan yang matang dengan teman sebayanya, baik sejenis maupun tidak
- 2) Dapat menjalankan peranan-peranan sosial menurut jenis kelamin masing-masing

- 3) Menerima kenyataan (realitas) jasmaniah serta menggunakannya seefektif-efektifnya dengan perasaan puas
- 4) Mencapai kebebasan emosional dari orang tua dan dewasa lainnya.
- 5) Mencapai kebebasan ekonomi
- 6) Memilih dan mempersiapkan diri untuk pekerjaan atau jabatan
- 7) Mempersiapkan diri untuk melakukan perkawinan dan hidup berumah tangga
- 8) Mengembangkan kecakapan intelektual serta konsep-konsep yang diperlukan untuk kepentingan hidup bermasyarakat
- 9) Memperlihatkan tingkah laku yang secara sosial dapat dipertanggungjawabkan.
- 10) Memperoleh sejumlah norma-norma sebagai pedoman dalam tindakan-tindakannya dan sebagai pandangan hidup

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan tentang tugas-tugas perkembangan remaja adalah mencapai hubungan matang dengan teman sebaya, berperan sesuai jenis kelamin, menerima keadaan diri, mandiri secara emosional, mampu memilih lapangan pekerjaan, mempersiapkan memasuki perkawinan, mengembangkan penalaran dan memperoleh nilai hidup.

d. Permasalahan Pada Diri Remaja

Masa remaja seringkali dihubungkan dengan stereotip mengenai penyimpangan dan ketidakwajaran. Penyimpangan ini terjadi karena adanya perbedaan pada masa kanak-kanak dengan masa remaja. Setiap fase perkembangan remaja, individu memiliki tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Apabila tugas-tugas tersebut berhasil diselesaikan dengan baik, maka akan tercapai kepuasan, kebahagiaan dan penerimaan dari lingkungan dan apabila tidak tercapai maka akan menghambat tugas perkembangan selanjutnya.

Pada masa remaja sering menghadapi permasalahan. Masalah yang di hadapi remaja ini karena remaja masih dalam proses penyesuaian. Menurut Panut Panuju dkk (2005: 146-154) masalah yang dihadapi remaja antara lain:

- 1) Masalah yang menyangkut jasmani

commit to user

- 2) Masalah hubungan dengan orang tua
- 3) Masalah agama
- 4) Masalah hari depan
- 5) Masalah sosial
- 6) Masalah akhlak

Keenam masalah yang dihadapi remaja di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) Masalah yang menyangkut jasmani

Remaja mengalami pertumbuhan jasmani dan perkembangan pada kelenjar atau hormon termasuk organ seksnya. Perubahan ini akan menimbulkan kegoncangan jika remaja tersebut tidak memahaminya. Hal ini berakibat pada perubahan sikap dan perilaku remaja tersebut. Menurut Elizabeth B Hurlock alih bahasa Istiwidayanti dkk (2004: 192) menyebutkan tentang akibat perubahan masa puber yaitu:

- a) Ingin menyendiri
- b) Bosan
- c) Inkoordinasi
- d) Antagonis sosial
- e) Emosi yang meninggi
- f) Hilangnya kepercayaan diri
- g) Terlalu sederhana

Jadi masa pubertas atau pertumbuhan jasmani dan perkembangan kelenjar mempengaruhi sikap dan perilaku remaja salah satunya adalah kepercayaan diri.

2) Masalah hubungan dengan orang tua

Kurangnya pemahaman atau pengertian orangtua terhadap perubahan anaknya di masa remaja akan menimbulkan kekecewaan. Kerukunan dan keharmonisan keluarga juga mempengaruhi tugas perkembangan remaja tersebut.

3) Masalah agama

Kebimbangan dalam menghadapi masalah adalah hal yang sering dirasakan oleh remaja. Salah satu cara mengurangi kebingungan tersebut dengan menanamkan nilai-nilai keagamaan, jadi remaja tersebut

dapat menenangkan diri dari sisi agama. Jika agamanya tidak dipakai untuk mengatasi kebingungan maka kegoncangannya semakin besar.

4) Masalah hari depan

Remaja mulai mampu berpikir secara logis tentang masa depannya. Sehubungan dengan masa depan, terkadang remaja yang merasa bingung, harus memilih tentang sekolah lanjutan dan pekerjaan yang sesuai dengan dirinya untuk mencapai kesuksesan.

5) Masalah sosial

Remaja akan merasa takut jika dikucilkan oleh teman-temannya. Peniruan sikap, tingkah laku dan pakaian dapat dilakukan remaja supaya dapat diterima dalam kelompok tertentu. Terkadang sikap atau tingkah laku yang ditiru tidak sesuai dengan pandangan orang tua dan terjadilah perbedaan pendapat antara remaja dengan orangtua.

6) Masalah akhlak

Remaja yang mengalami kegoncangan akan sangat mudah terpengaruh oleh dunia luar. Perkembangan teknologi juga ikut berperan dalam mempengaruhi tingkah laku remaja. Pengaruh-pengaruh buruk ini akan menjadi masaah tersendiri bagi remaja.

4. Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Kepercayaan diri

Percaya diri tidak muncul dengan spontan tetapi terdapat proses dalam pencapaiannya. Rasa percaya diri harus dipupuk supaya dapat berkembang dengan baik. Tingkatan percaya diri setiap individu berbeda-beda, ada yang kurang percaya diri, tetapi ada juga yang terlalu percaya diri (*over confident*). Sekolah sebagai lembaga pendidikan ikut berperan besar dalam menumbuhkan percaya diri, apalagi pemerintah sedang memprogramkan pendidikan karakter dalam kurikulum sekolah di semua tingkatan. Salah satu karakter yang dikembangkan adalah mandiri, sedangkan mandiri merupakan sikap yang tidak tergantung kepada orang lain dan percaya kepada kemampuan diri sendiri atau percaya diri. Rasa percaya diri pada siswa memegang peranan penting dalam keberhasilan belajar, untuk itu perlu ditingkatkan kepercayaan diri pada siswa.

Keberhasilan belajar akan tercapai jika siswa mempunyai rasa percaya diri dalam proses belajar, bergaul dengan teman sebaya dan aktif serta tanggap dengan materi pelajaran.

Kelompok dapat membangun kepercayaan diri individu. Hal ini dapat terjadi karena kelompok akan mendukung individu tersebut dalam keadaan apapun. Pendapat ini sesuai dengan Ros Taylor (2011: 162) “Memiliki kelompok pendukung untuk memberi dan menerima bantuan pada saat-saat krisis”. Memiliki kelompok pendukung akan membuat individu lebih percaya diri, karena teman-temannya ada saat dibutuhkan. Hal ini terlihat jelas bahwa hubungan pertemanan dalam kelompok berpengaruh dengan kepercayaan diri inividu.

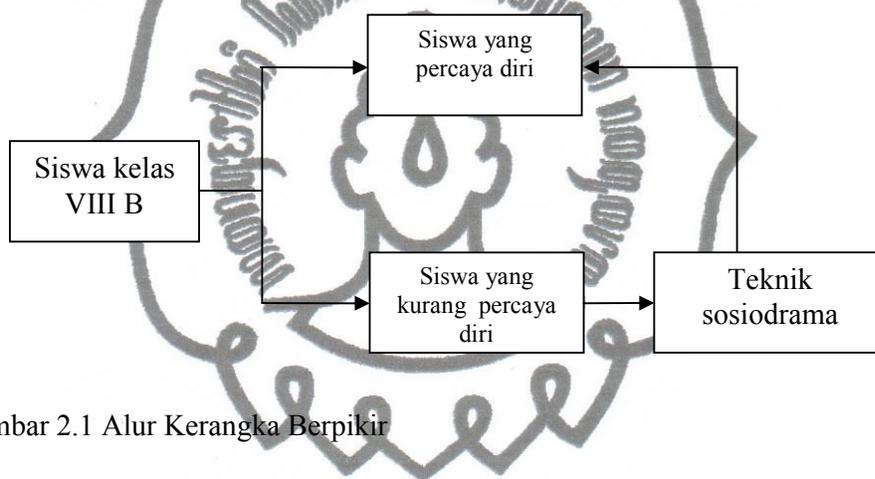
Teknik sosiodrama adalah salah satu teknik yang penggunaannya secara berkelompok. Pemanfaatan dinamika kelompok dapat memunculkan kekuatan antar anggota kelompok satu dengan yang lain. Kekuatan dalam kelompok akan menciptakan kekompakkan yang akan mempermudah mencapai tujuan yang diinginkan. Peneliti menggunakan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri. Penelitian serupa dilakukan oleh Midkhol Huda (2011) “diinterpretasikan bahwa panduan sosiodrama untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa SMA ini baik bila dilaksanakan”. Penggunaan teknik sosiodrama mampu meningkatkan rasa percaya diri. Peningkatan rasa percaya diri akan mempermudah pencapaian kesuksesan belajar pada siswa.

B. KERANGKA PEMIKIRAN

Kepercayaan diri di sekolah khususnya saat proses belajar mengajar sangat diperlukan. Kepercayaan diri membuat siswa berperan aktif dalam proses belajar pembelajaran. Pada kenyataannya masih ada siswa yang kurang percaya diri. Hal ini dapat terlihat pada perilaku siswa yang kurang berani mengemukakan pendapat, diam atau kurang aktif dalam proses pembelajaran dan kurangnya minat anak untuk menyelesaikan tugas, kurang berani di depan kelas. Kurangnya kepercayaan diri pada siswa membuatnya tidak aktif belajar atau cenderung pasif

dalam pembelajaran. Hal ini akan membuat belajar siswa tidak maksimal, karena merasa tidak percaya dengan kemampuan yang dimilikinya.

Langkah untuk mengatasi masalah ini dengan menerapkan teknik sosiodrama sebagai alat untuk mengatasi kurangnya kepercayaan diri pada siswa. Pada teknik sosiodrama ini siswa diberikan peran tertentu yang sesuai dengan kebutuhan siswa dan pengarahan tentang cara memainkannya. Melalui peran yang didapat siswa diharapkan mampu belajar dan mengambil pesan dari peran yang dimainkannya, sehingga terjadi perubahan perilaku anak yang kurang percaya diri. Kerangka pemikiran yang lebih jelas dapat diuraikan pada gambar di bawah ini.



Gambar 2.1 Alur Kerangka Berpikir

C. HIPOTESIS

Hipotesis berasal dari bahasa Yunani, yaitu dari kata *hupo* dan *thesis*. *Hupo* berarti sementara, atau kurang kebenarannya atau masih lemah kebenarannya. Sedangkan *thesis* berarti pernyataan atau teori. Menurut Sutarno (2010: 11) “Hasil kajian teori dari studi kepustakaan mengenai hasil-hasil penelitian terdahulu, dan teori-teori yang sudah terbentuk yang relevan dengan masalah penelitian yang ditetapkan disebut hipotesis”.

Pada penelitian ini rumusan hipotesisnya adalah sebagai berikut bahwa teknik sosiodrama efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP KRISTEN 1 SURAKARTA Tahun pelajaran 2011/2012.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMP Kristen 1 Surakarta yang beralamatkan di Jalan Abdul Rachman Saleh No. 1 Surakarta. Pemilihan sekolah tersebut menjadi tempat penelitian adalah : (1) Termasuk sekolah swasta yang menjadi favorit di Surakarta; (2) jumlah guru keseluruhan ada 41 guru, yang lulusan strata 1 berjumlah 36 guru, yang lulusan D3 terdapat 4 guru, 1 guru yang belum lulus S1, dan guru yang sudah tersertifikasi berjumlah 11 guru; (3) Sarana Prasarana Lengkap; (4) Sekolah memiliki akses yang mudah, sehingga mudah dijangkau dengan transportasi pribadi maupun umum; (5) Sekolah sudah memulai pembelajaran berbasis IT; (6) sekolah terakreditasi A. Penelitian ini akan dilaksanakan pada semester genap tahun pelajaran 2011/2012. Rincian waktu dan jenis kegiatan penelitian dapat dilihat dalam tabel dibawah ini.

Tabel 3.1. Rincian Waktu dan Jenis Kegiatan

No	Jadwal Kegiatan	Bulan						
		Januari	Februari	Maret	April	Mei	Juni	Juli
1	Persiapan surve awal	xxxx						
2	Seleksi informan, penyiapan instrument dan alat		xxxx	xx--				
3	Pelaksanaan penelitian Siklus I Siklus II			--xx	xx			

	Siklus III				--XX	X		
4	Analisis data					- XXX		
5	Penyusunan laporan						XXXX	XXXX

B. Subjek Penelitian

Subjek yang menjadi sasaran penelitian ini adalah siswa kelas VIIIB yang mengalami kurang percaya diri. Terdapat tiga siswa yang kurang kepercayaan diri. Berikut ini adalah nama subyek penelitian beserta karakteristiknya masing-masing.

1. Aldo Kurniawan : pemalu, kurang percaya diri untuk tampil di depan kelas, suaranya hilang jika disuruh membaca di depan kelas, berkeringat dingin, kelihatan sangat grogi, kurang berani mengaktualisasikan diri
2. Andre Chrismawan : pendiam, berani maju hanya saat-saat tertentu (penilaian), tubuh digoyang-goyang saat maju di depan kelas, kelihatan grogi, kurang berani mengaktualisasikan diri.
3. Arlingga Resa Erdianggara : pendiam, kurang berani berpendapat, duduk menyendiri, kurang dapat bersosialisasi, sulit bergaul dengan teman sekelas apalagi yang perempuan, kurang dapat diterima dalam kelompok.

C. Data dan Sumber Data Penelitian

1. Data

Data penelitian adalah informasi yang menerangkan tentang suatu keadaan tertentu. Data dapat dikelompokkan dalam bermacam-macam klasifikasi. Menurut Purwanto (2008:216) "Data dapat diklasifikasikan

menurut sifat, sumber, cara pengumpulan dan skala”. Keempat macam data tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut :

a. Jenis Data Berdasarkan Sifat

1) Data Dikotomi

Data dikotomi adalah data yang bersifat pilah satu sama lain. contohnya antara lain jenis kelamin, suku, agama dan pendidikan.

2) Data Diskrit

Data diskrit adalah data yang pengukuran pengumpulan datanya dilakukan dengan cara menghitung atau membilang asli, contohnya: jumlah penduduk, lama kerja dan usia.

3) Data Kontinum

Data kontinum adalah data yang pengumpulan datanya dilakukan dengan cara mengukur dengan alat ukur yang menggunakan skala tertentu, contohnya: tinggi, berat, dan suhu.

b. Data Berdasarkan Sumber Data

1) Data Intern

Data yang menggambarkan situasi atau kondisi pada suatu lembaga secara intern., misalnya data keuangan, data pegawai dan data produksi.

2) Data Ekstern

Data ekstern adalah data yang dikumpulkan dari luar lembaga, misalnya tingkat penggunaan suatu produk.

c. Data menurut Cara Pengumpulan

1) Data Primer

Data primer adalah data yang diambil secara langsung dari objek penelitian oleh peneliti

2) Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung dari objek penelitian

d. Data Menurut Skalanya

1) Data Nominal

Data nominal adalah data yang hanya diperlukan sebagai tanda pembeda satu kategori dari kategori yang lain. tanda tidak mempunyai makna apapun kecuali hanya sebagai pembeda, contohnya: jenis kelamin, warna kulit, dan suku.

2) Data Ordinal

Data ordinal adalah data yang mempunyai jenjang sehingga responden dapat diurutkan jenjangnya dalam kepemilikan variabel. Contoh data ini antara lain: kecerdasan, prestasi belajar dan bakat.

3) Data Interval

Data interval adalah data yang tidak memiliki titik nol mutlak karena titik nol ditentukan secara sembarang.

4) Data Ratio

Data ratio adalah data yang memiliki titik nol absolut. Data yang mempunyai nilai nol absolut maka dalam keadaan 0, data tersebut tidak memiliki nilai apapun.

Pada penelitian ini akan memperoleh tiga macam data yaitu data primer, data sekunder dan data interval. Pada penelitian ini data primer diperoleh dari pengisian angket yang dilakukan oleh siswa dan observasi yang dilakukan oleh peneliti. Data sekunder diperoleh dari wawancara dengan guru BK, wali kelas dan dokumen. Data interval diperoleh dari hasil observasi. Ketiga macam data tersebut dapat melengkapi data satu dengan yang lain.

2. Sumber Data Penelitian

Pada suatu penelitian perlu adanya data. Data dapat diperoleh sebelum dan sesudah melakukan tindakan. Data yang diperoleh sebelum tindakan adalah data awal yang mendasari tentang adanya permasalahan yang diteliti. Peneliti harus mencari sumber-sumber data untuk mendapatkan data yang dipakai untuk penelitiannya.

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 129) mengklasifikasikan sumber data menjadi tiga tingkatan huruf p dari bahasa Inggris yaitu:

commit to user

- a. *Person*
- b. *Place*
- c. *Paper*

Ketiga sumber data tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. *Person*

Person dalam bahasa Indonesia berarti orang atau manusia. Dalam hal ini berarti sumber data yang dapat memberikan jawaban secara lisan misalnya melalui wawancara atau memberikan jawaban tertulis melalui angket.

- b. *Place*

Place yaitu sumber data yang menyajikan tampilan berupa keadaan diam dan bergerak. Data tentang keadaan dapat dikumpulkan dengan menggunakan observasi

- c. *Paper*

Paper dalam bahasa Indonesia berarti kertas. Sumber data yang menyajikan tanda-tanda berupa huruf, angka, gambar, atau simbol-simbol lain. Data ini biasanya dalam bentuk dokumentasi.

Pada penelitian ini sumber data *person* adalah guru BK dan wali kelas siswa. Sumber data *Place* adalah perilaku siswa saat proses pemberian layanan saat peneliti melakukan observasi awal dan tindakan sosiodrama. Sumber data *Paper* diperoleh dari dokumen data pribadi siswa yang didokumentasikan oleh BK. Ketiga sumber data tersebut dapat digunakan untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian.

D. Pengumpulan Data

Cara pengumpulan data dengan menggunakan observasi, angket, wawancara dan dokumen. Penggunaan empat instrumen tersebut untuk mendapatkan data yang lengkap, kemungkinan terdapat data yang tidak didapatkan melalui observasi tetapi didapatkan dengan angket dan wawancara atau sebaliknya.

Keempat instrumen tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Observasi

Observasi dalam arti luas menurut Anwar Sutoyo (2009:73) “Obsevasi meliputi pengamatan secara langsung dan tidak langsung terhadap obyek yang diteliti”. Pada hal ini pengamatan memiliki arti melakukan pemahaman terhadap perilaku yang muncul pada subjek penelitian.

Pengambilan data melalui observasi dapat dibedakan menjadi tiga macam yaitu :

a. Observasi terbuka

Observasi terbuka memerlukan kehadiran peneliti dalam menjalankan tugasnya di tengah-tengah kegiatan responden dan diketahui secara terbuka, sehingga antara responden dengan peneliti terjadi hubungan atau interaksi secara wajar.

b. Observasi tertutup

Penggunaan observasi tertutup, kehadiran peneliti dalam mengambil data dari responden tidak diketahui oleh responden yang bersangkutan. Hal ini bertujuan agar reaksi responden dapat berlangsung secara wajar dan tidak dibuat-buat sehingga diperoleh data yang diinginkan.

c. Observasi tidak langsung

Melalui observasi tidak langsung, peneliti dapat melakukan pengambilan data dari responden walaupun mereka tidak hadir secara langsung di tengah-tengah responden.

Penelitian ini menggunakan observasi terbuka dan observasi tertutup. Observasi tertutup dilakukan pada saat sebelum dan sesudah diberikan treatment menggunakan teknik sosiodrama, sedangkan observasi terbuka dilakukan pada saat pelaksanaan sosiodrama.

Observasi dilakukan untuk mengetahui perilaku yang muncul pada subyek yang diteliti. Pedoman observasi dibuat untuk

mempermudah dalam melakukan observasi subyek penelitian. Sebelum pembuatan pedoman observasi terlebih dahulu membuat kisi-kisinya.

Kisi-kisi pedoman observasi adalah sebagai berikut :

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Pedoman Observasi Kepercayaan Diri

Konsep Dasar	Aspek	Indikator	No item
Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan dalam diri karena individu tersebut mampu mengenali baik kelebihan dan kekurangan, sedangkan kekurangan tersebut dapat diubah menjadi hal yang positif guna mencapai tujuan dan menyelesaikan masalah dalam hidupnya.	1. Yakin akan dirinya meliputi kelebihan dan kekurangan	a. Memiliki kemampuan bertindak positif	1, 10, 19, 28
		b. Memiliki kemampuan mencoba	2, 11, 20
	2. Pencapaian tujuan berkaitan pemenuhan kebutuhan untuk menyelesaikan masalah	a. Kebutuhan fisiologis atau dasar	3, 12, 21
		b. Kebutuhan akan rasa aman	4, 13, 22
		c. Kebutuhan akan cinta kasih dan rasa memiliki	5, 14, 23
		d. Kebutuhan akan penghargaan	6, 15, 24, 29
		e. Kebutuhan untuk tahu	7, 16, 25
		f. Kebutuhan akan	8,

		keindahan	17, 26
		g. Kebutuhan akan kebebasan bertindak (aktualisasi diri)	9, 18, 27, 30

2. Angket

Menurut Anwar Sutoyo (2009:167) “Angket atau kuesioner di definisikan sebagai sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis tentang faktual atau opini yang berkaitan dengan diri responden, yang dianggap fakta atau kebenaran yang diketahui dan perlu dijawab oleh responden”. Angket salah satu instrument yang ekonomis, karena dalam waktu singkat sejumlah pertanyaan atau pernyataan bisa dijawab oleh responden dalam jumlah banyak pula.

Suharsimi Arikunto (2006: 152) menjelaskan bahwa angket dapat dibedakan menjadi 3 jenis yaitu berdasarkan bentuk, jawaban yang diberikan, serta cara menjawab. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut :

- 1) Berdasarkan bentuk, angket dibedakan menjadi empat yaitu:
 - a) Angket pilihan ganda yaitu responden sudah diberikan beberapa pilihan jawaban sehingga tinggal memilih yang dianggap paling
 - b) Angket isian, responden diberi kesempatan untuk menjawab dengan kalimat sendiri
 - c) Angket *Check-list*, responden tinggal membubuhkan tanda *Check* (✓) pada kolom yang sesuai
 - d) *Rating-scale*, yaitu angket dengan sebuah pernyataan yang diikuti kolom-kolom dengan menunjukkan tingkatan
- 2) Berdasarkan jawaban yang diberikan, angket dibedakan menjadi dua yaitu:

commit to user

- a) Angket langsung, angket yang ditujukan langsung kepada responden untuk menjawab keadaan diri responden
 - b) Angket tidak langsung, angket yang ditujukan kepada responden untuk menjawab keadaan di luar dari diri responden
- 3) Berdasarkan cara menjawab, angket dibedakan menjadi dua yaitu :
- a) Angket terbuka, angket yang memberikan kesempatan kepada responden untuk menjawab dengan kalimat responden sendiri.
 - b) Angket tertutup, angket yang jawabannya sudah disediakan sehingga responden tinggal memilih salah satu jawaban yang paling tepat.

Mengacu pada penjelasan tersebut, penelitian ini menggunakan angket langsung tertutup dengan empat pilihan jawaban yaitu selalu, sering, kadang dan tidak pernah. Angket diberikan sebelum dan sesudah diberikan treatment menggunakan teknik sosiodrama. Instrument angket kepercayaan diri menggunakan uji validitas logik. Validitas logik berdasar pada teori-teori yang diukur, dari teori tersebut menghasilkan definisi-definisi yang digunakan oleh pembuat alat ukur sebagai ukuran valid tidaknya alat pengukur tersebut.

Pengisian angket ini untuk mengetahui keadaan atau perubahan yang dirasakan oleh subjek penelitian dengan pemberian sosiodrama tersebut. Perubahan-perubahan pada diri subjek akan mempengaruhi jawaban setiap item dalam angket. Perubahan tersebut yang akan dinilai oleh peneliti. Kisi-kisi angket digunakan dalam penelitian sebagai berikut:

Tabel 3.3 Kisi-Kisi Angket Kepercayaan Diri

Konsep Dasar	Aspek	Indikator	No Item
Kepercayaan diri adalah suatu keya-	1.Yakin akan dirinya meliputi ke-	a. Memiliki kemampuan ber-	1, 10,

kinan dalam diri karena individu tersebut mampu mengenali baik kelebihan dan kekurangan, sedangkan kekurangan tersebut dapat diubah menjadi hal yang positif guna mencapai tujuan dan menyelesaikan masalah dalam hidupnya.	lebih dan kekurangan	tindak positif	19, 28	
		b. Memiliki kemampuan mencoba	2, 11, 20	
	2.Pencapaian tujuan berkaitan memenuhi kebutuhan untuk menyelesaikan masalah		h. Kebutuhan fisiologis atau dasar	3, 12, 21
			i. Kebutuhan akan rasa aman	4, 13, 22
			j. Kebutuhan akan cinta kasih dan rasa memiliki	5, 14, 23
			k. Kebutuhan akan penghargaan	6, 15, 24, 29
			l. Kebutuhan untuk tahu	7, 16, 25
			m. Kebutuhan akan keindahan	8, 17, 26
			n. Kebutuhan akan kebebasan bertindak (aktualisasidiri)	9, 18, 27, 30

3. Wawancara

Wawancara sering disebut juga dengan interviu. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 155) “Interviu adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara (*interviewer*) untuk memperoleh informasi dari terwawancara (*interviewee*)”. Peneliti mencari tahu faktor-faktor yang menyebabkan rendahnya kepercayaan diri siswa. Wawancara dilakukan terhadap siswa, guru dan informan lain. Wawancara yang dilakukan mencoba mencari pangkal permasalahan yang dihadapi oleh siswa, baik permasalahan yang ditimbulkan dari faktor guru, siswa, ataupun faktor lainnya.

Ditinjau dari pelaksanaannya, interviu atau wawancara dibedakan menjadi tiga yaitu :

a. Wawancara bebas.

Pada interviu bebas, pewawancara bebas menanyakan apa saja tetapi juga mengingat data yang akan dikumpulkan. Pelaksanaan interviu bebas, pewawancara tidak menggunakan pedoman wawancara.

b. Wawancara terpimpin.

Interviu terpimpin dilakukan oleh pewawancara dengan membawa sederetan pertanyaan lengkap dan terperinci seperti yang dimaksud dalam interviu terstruktur.

c. Wawancara bebas terpimpin.

Interviu bebas terpimpin merupakan gabungan atau kombinasi antara interviu bebas dan interviu terpimpin. Pada pelaksanaannya, pewawancara membawa pedoman wawancara yang hanya berupa garis besar tentang hal-hal yang akan ditanyakan.

Pada penelitian ini digunakan bentuk wawancara bebas terpimpin dan peneliti membawa pedoman wawancara. Hal ini untuk melengkapi data mengenai subyek yang diberikan tindakan.

4. Dokumen

Pengumpulan data dengan dokumen adalah pengumpulan data mengenai hal-hal yang berupa catatan, lembar data pribadi siswa, legger nilai dan sebagainya. Pengumpulan data melalui dokumen ini dapat mengungkap latar belakang siswa baik dalam segi ekonomi dan sosial.

Pada penelitian ini pengumpulan data melalui dokumen untuk mengetahui keadaan siswa baik dari segi keluarga, ekonomi, sosial dan prestasi yang dicapai selama ini.

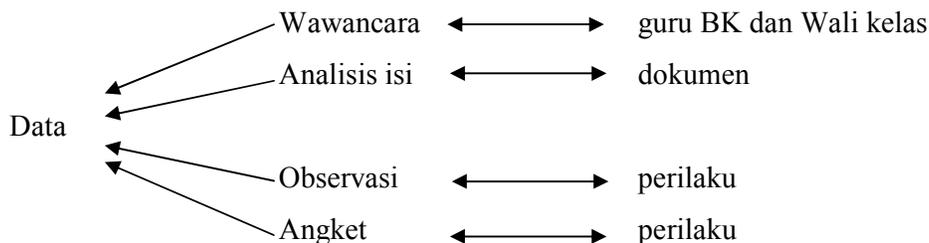
E. Uji Validitas

Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan triangulasi metode, triangulasi sumber data dan triangulasi teori. Triangulasi metode dilakukan dengan cara mengumpulkan data yang sejenis tetapi dengan menggunakan teknik dan instrument yang berbeda. Pada penelitian ini penggunaan triangulasi metode untuk mengetahui tingkat percaya diri siswa dengan menggunakan instrument observasi, angket dan wawancara.



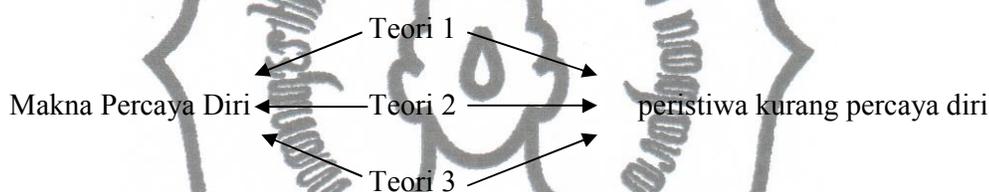
Gambar 3.1 triangulasi metode (Sutopo 2006 : 96)

Triangulasi sumber data yaitu pengumpulan data dari sumber data atau nara sumber yang berbeda. Triangulasi sumber data dilakukan dengan cara mengecek dan membandingkan data atau informasi yang diperoleh dari instrumen dan dari nara sumber atau informan. Pada penelitian ini yang menjadi sumber data (manusia) yaitu guru BK, wali kelas, hasil angket, hasil observasi dan dokumen. Data yang diperoleh dibandingkan dan teruji kemantapan dan kebenarannya.



Gambar 3.2 Triangulasi sumber data (Sutopo 2006 : 94)

Triangulasi teori yaitu menggunakan perspektif lebih dari satu teori untuk membahas permasalahan yang dikaji. Pada penelitian ini mengkaji teori-teori yang dikemukakan para ahli sesuai dengan topik permasalahan yang dibahas. Triangulasi teori dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.3 Triangulasi teori (Sutopo 2006 : 99)

Pada penelitian ini menggunakan triangulasi metode, sumber data, dan teori untuk menguji validitas data yang diperoleh.

F. Analisis Data

Analisis data adalah cara pengolahan data yang diperoleh sehingga dapat diartikan makna dari data tersebut. Pada penelitian ini data yang dianalisis adalah data dari angket dan observasi.

Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket yang menggunakan empat pilihan jawaban dan subyek mencentang atau member tanya (v) pada jawaban yang sesuai dengan keadaannya masing masing. Empat pilihan jawaban itu antara lain selalu, sering, jarang dan tidak pernah. Penilaian jawaban tersebut dengan menggunakan angka 4, 3, 2, 1. Skor yang diperoleh adalah skor yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri individu tersebut.

Pada instrument observasi menggunakan dua pilihan jawaban yaitu ya dan tidak. Instrument observasi yang digunakan menggunakan pernyataan positif jadi pemberian skor pada jawaban “ya” diberi nilai 1 dan pada jawaban “tidak” diberi nilai 0. Hal ini dapat diketahui indikator-indikator kepercayaan diri yang belum tercapai maupun yang sudah tercapai.

Penilaian pada instrumen angket dan observasi berbeda, untuk itu perlu diubah ke dalam skala yang sama supaya data ini dapat dianalisis bersama. Data dari angket dan observasi diubah ke dalam bentuk persentase dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$\text{persentase} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimum}} \times 100\%$$

Setelah disamakan skalanya lalu dijumlahkan sehingga menghasilkan gabungan data antara observasi dan angket. Hal ini dilakukan baik pada *pretest*, siklus I dan siklus selanjutnya.

Selanjutnya langkah yang dilakukan adalah melakukan analisis terhadap perubahan yang terjadi di setiap siklus. Analisis tersebut dibagi menjadi dua, yaitu analisis persentase dan analisis klinis. Kedua analisis tersebut dapat di jelaskan sebagai berikut :

1. Analisis Persentase

Analisis persentase digunakan untuk mengetahui perubahan perilaku subjek. Perubahan perilaku tersebut dapat diperoleh dengan rumus sebagai berikut :

$$\text{Presentage change} = \frac{(\text{post rate} - \text{base rate})}{\text{base rate}} \times 100$$

(D.L Godwin dan T. J Coates, 1976:57)

Rumus tersebut digunakan untuk mengetahui persentase perubahan perilaku subjek antara sebelum dan sesudah diberikan tindakan, sehingga dapat diketahui tingkat keberhasilan tindakan yang telah diberikan.

2. Analisis Klinis

Analisis klinis dibagi menjadi dua yaitu analisis sosial dan analisis subjek. Analisis sosial dilakukan dengan membandingkan perilaku subjek terhadap pencapaian tugas-tugas perkembangan.

Analisis subjek dilakukan dengan bertanya pada orang tua, teman, atau guru dan wali kelas mengenai perubahan perilaku yang ditunjukkan oleh subjek penelitian.

Pada penelitian ini penganalisisan data yang diperoleh menggunakan dua cara yaitu analisis persentase dan analisis klinis. Dari analisis ini diketahui perubahan pada setiap siklus.

G. Indikator Capaian Penelitian

Indikator capaian penelitian ini berupa peningkatan kepercayaan diri. Aspek-aspek yang sudah dapat ditingkatkan dapat dilihat melalui indikator-indikator yang sudah ditetapkan.

Tabel 3.4 Indikator keberhasilan

Nama	Indikator keberhasilan
Aldo	<ul style="list-style-type: none"> • Tampil berani • Percaya diri tampil di depan kelas • Tidak berkeringat • Terlihat tenang • Mampu mengaktualisasikan diri
Andre	<ul style="list-style-type: none"> • Tampil berani • Mampu berpendapat • Terlihat tenang • Mampu mengaktualisasikan dirinya
Arlingga	<ul style="list-style-type: none"> • Mampu berkomunikasi luwes dengan teman lebih • Berani berpendapat • Mampu bersosialisasi baik dengan teman laki-laki maupun perempuan

Nama	Indikator keberhasilan
	<ul style="list-style-type: none"> • Diterima dalam kelompok

Selain itu indikator keberhasilan penelitian juga dapat dilihat melalui perbedaan presentase antara *post rate* dengan *base rate*. Menurut D.L Godwin dan T. J Coates (1976:57) tindakan dikatakan berhasil jika terjadi perubahan sebesar 50% pada diri individu tersebut. Jadi teknik sosiodrama dikatakan berhasil jika terjadi peningkatan kepercayaan diri sebesar 50% dari keadaan semula

H. Prosedur Penelitian

Penelitian ini memakai metode penelitian tindakan kelas. Menurut Suharsimi Arikunto (2006:96) berpendapat bahwa "Penelitian tindakan kelas yaitu penelitian yang dilakukan oleh guru kelas atau di sekolah tempat ia mengajar dengan penekanan pada penyempurnaan atau peningkatan proses dan praksis pembelajaran".

Penelitian tindakan kelas mempunyai prosedur-prosedur dalam pelaksanaannya. Pada prosedur ini terdapat langkah-langkah yang harus ditempuh sebelum melakukan langkah selanjutnya.

Menurut Sukardi (2003:213) ada empat langkah penting dalam penelitian tindakan kelas, yaitu:

1. Rencana
2. Tindakan
3. Observasi
4. Reflektif.

Keempat langkah di atas dapat diuraikan sebagai berikut :

1. Rencana

Rencana merupakan serangkaian tindakan terencana untuk meningkatkan tujuan yang diinginkan. Perencanaan ini dibuat untuk mempersiapkan yang diperlukan ketika melakukan tindakan. Hal yang perlu dipersiapkan untuk melakukan tindakan sosiodrama ini adalah:

- a. Menetapkan tutor drama untuk masing-masing kelompok.

- b. Peneliti memberikan *training* terlebih dahulu pada masing-masing tutor agar diperoleh pemikiran yang sejalan dengan pemikiran dari peneliti.
- c. Peneliti membagi kelas menjadi 4 kelompok, satu subyek penelitian yaitu Arlingga dimasukkan dalam satu kelompok yaitu kelompok empat, dan dua subyek penelitian yang memiliki karakteristik yang hampir sama yaitu Aldo dan Andre dijadikan satu pada kelompok tiga.
- d. Peneliti menunjuk ketua dari tiap-tiap kelompok untuk mengkoordinasi anggota kelompok.
- e. Peneliti membuat satuan layanan yang berisi tentang rencana tindakan yang ingin dilakukan dan tujuan yang ingin dicapai.
- f. Peneliti menetapkan skenario drama yang akan ditampilkan untuk masing-masing kelompok kepada masing-masing tutor.
- g. Masing-masing tutor memberikan penjelasan mengenai alur jalannya drama sekaligus melakukan pembagian peran sesuai dengan tokoh yang ada di dalam naskah drama.
- h. Setelah masing-masing kelompok memahami materi drama yang dijelaskan oleh tutor maka, tutor diminta untuk menentukan waktu latihan dari masing-masing kelompok sebelum kegiatan pementasan drama.
- i. Peneliti menentukan waktu dan tempat pementasan drama.

2. Tindakan

Tindakan dalam penelitian tindakan harus hati-hati dan merupakan kegiatan praktis yang terencana. Tindakan yang baik adalah tindakan yang mengandung tiga unsur, yaitu bukti praktis, bukti individu dan bersama, dan bukti situasi saat tindakan dilakukan. Bukti-bukti ini akan menghasilkan data yang diperlukan dan dianalisis.

Kegiatan yang dilakukan pada saat tindakan adalah sebagai berikut:

- a) Peneliti melakukan *briefing* pada masing-masing tutor sebelum pementasan sosiodrama
- b) Peneliti dan tutor mempersiapkan tempat pementasan

commit to user

- c) Masing-masing tutor mengkoordinasi kelompok yang diampu untuk mempersiapkan diri.
- d) Peneliti melakukan undian untuk menentukan nomor urut tampil dari masing-masing kelompok yang akan mementaskan drama
- e) Kelompok yang maju untuk mementaskan drama ditetapkan sebagai kelompok pemain, sementara kelompok yang lain sebagai kelompok penonton.
- f) Peneliti, tutor, dan guru BK bersama-sama mengamati jalannya sosiodrama guna diketahui kepercayaan diri masing-masing subyek selama pelaksanaan sosiodrama.

3. Observasi

Observasi pada penelitian tindakan mempunyai fungsi mendokumentasi implikasi tindakan yang diberikan kepada subjek. Observasi harus mempunyai beberapa keunggulan antara lain; memiliki orientasi prospektif, memiliki dasar-dasar reflektif untuk waktu sekarang dan masa yang akan datang. Observasi yang baik adalah observasi yang fleksibel dan terbuka untuk dapat mencatat gejala yang muncul baik yang diharapkan atau yang tidak diharapkan.

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui perubahan tingkah laku siswa yang sudah melakukan pertunjukan sosiodrama. Dari sini dapat diketahui bahwa kepercayaan diri siswa sudah meningkat atau belum.

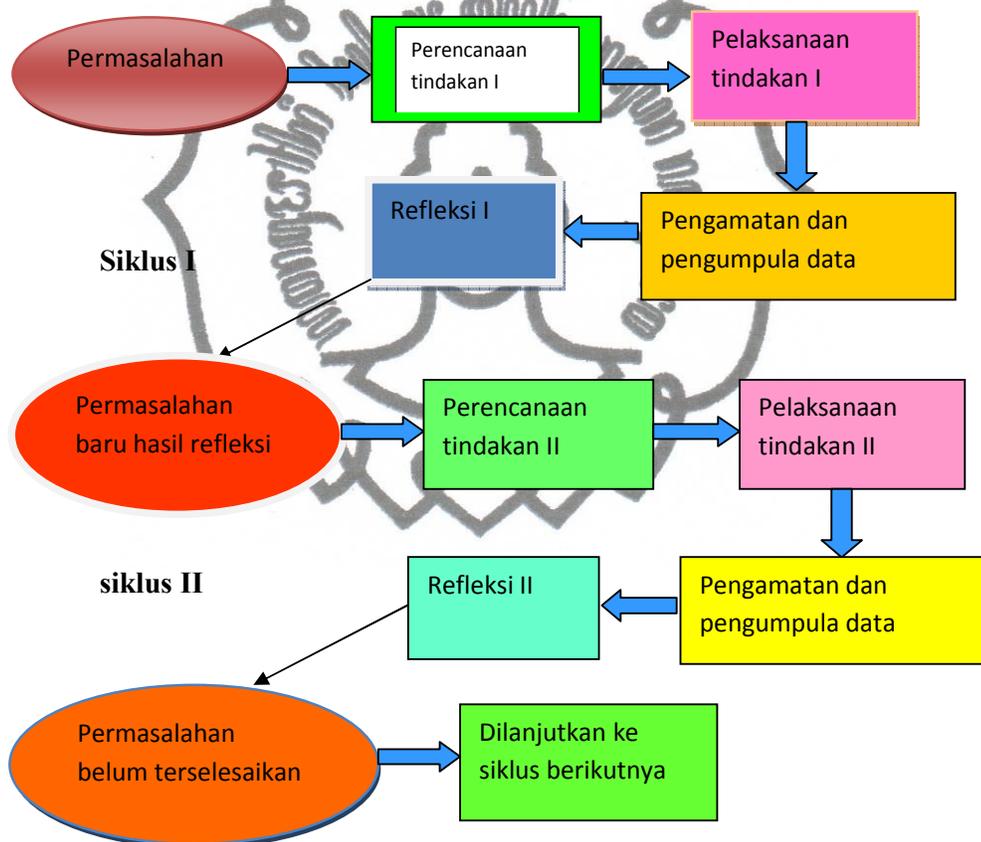
4. Reflektif

Langkah ini merupakan sarana untuk melakukan pengkajian kembali tindakan yang telah dilakukan terhadap subjek penelitian dan telah dicatat dalam observasi. Dalam langkah ini berusaha mencari alur pemikiran yang logis dalam kerangka kerja proses, problem, isu, dan hambatan yang muncul dalam perencanaan strategik. Hasil reflektif ini penting untuk melakukan tiga kemungkinan yang terjadi terhadap perencanaan semula

terhadap suatu objek penelitian, yaitu diberhentikan, modifikasi, atau dilanjutkan ketingkatan atau daur selanjutnya.

Tahap ini dilakukan analisis data dari observasi untuk menemukan hambatan-hambatan yang membuat siswa mengalami kesulitan untuk meningkatkan kepercayaan dirinya, serta melakukan perbaikan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa yang diharapkan.

Berikut ini adalah gambaran secara singkat mengenai tahap-tahap penelitian yang akan dilaksanakan.



Gambar 3.4 Tahap-tahap Penelitian

BAB IV

HASIL TINDAKAN DAN PEMBAHASAN

Uraian mengenai hasil penelitian adalah sebagai jawaban atas rumusan masalah pada Bab I akan disajikan dalam Bab IV. Sebelum dipaparkan hasil penelitian, pada bab ini akan diuraikan terlebih dahulu mengenai keadaan awal pratindakan serta tingkat kepercayaan diri siswa kelas VIIIB SMP Kristen I Surakarta. Pada bab ini akan dikemukakan tentang (A) keadaan atau tingkat kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen I Surakarta pada Pratindakan (B) Hasil tindakan pada setiap siklus (C) Perbandingan hasil tindakan antarsiklus (D) Pembahasan. Penelitian tindakan ini dilakukan dalam dua siklus dengan 4 tahap pada setiap siklusnya.

A. Deskripsi Pratindakan

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling yang mengampu kelas VIII. Dari hasil wawancara tersebut diketahui kelas yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah yaitu kelas VIII B. Berdasarkan data tersebut peneliti ingin membuktikan hasil wawancara dengan melakukan observasi. Observasi ini dimaksudkan untuk mengetahui kondisi awal tentang tingkat kepercayaan diri siswa di kelas tersebut. Kondisi awal ini menjadi acuan untuk menentukan siswa yang dijadikan subyek penelitian. Observasi keadaan awal di kelas VIIIB dilakukan pada hari Rabu, 2 Mei 2012 pukul 11.20-12.00 WIB.

Pada kegiatan pratindakan guru bimbingan dan konseling dan peneliti memasuki kelas. Berhubung siswa baru selesai istirahat jadi membutuhkan waktu lima menit untuk mengkondisikan siswa. Guru membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan menanyakan siswa yang tidak masuk. Beberapa siswa menjawab “nihil”. Guru BK memberikan layanan informasi tentang meningkatkan kemampuan diri.

Saat proses pemberian layanan sebgaiian besar siswa aktif dalam mengikuti layanan yang diberikan oleh guru BK, tetapi terdapat siswa yang pasif dan kurang percaya diri. Dari hasil observasi awal terdapat tiga anak yang terlihat kurang percaya diri. Data tentang keadaan awal tidak hanya didapat dari wawancara dan observasi tetapi juga angket. Dua hari kemudian pada tanggal 4 Mei 2012 peneliti membagikan angket untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa kelas VIII B. Pada penelitian ini angket telah diuji validitasnya dengan menggunakan uji validitas logik. Penguji validitas instrument adalah ahli-ahli dalam bidang tersebut. Pada pengujian ini yang menjadi ahli adalah pembimbing I yaitu Dra Salmah Lilik M.Si dan pembimbing II yaitu Dra. Wardatul Djannah, M.Pd.

Hasil dari instrument angket yang telah disebarkan di kelas VIII B diperoleh nilai tertinggi 96, minimum 49, dan nilai rata-rata 78,96. Siswa yang dinilai kurang percaya diri yaitu siswa yang memperoleh nilai dibawah rata-rata. Hasil pengerjaan angket dari 24 siswa yang mengerjakan tersebut terdapat 4 siswa yang memperoleh nilai dibawah rata-rata, akan tetapi terdapat satu siswa yang nilainya dibawah rata-rata tetapi mendekati rata-rata yaitu 75. Peneliti memutuskan tidak menjadikan siswa tersebut sebagai subjek penelitian karena nilainya mendekati rata-rata kelas.

Hasil observasi dan angket yang diperoleh menjadi data awal atau data pre test pada penelitian ini. Berikut adalah tabulasi hasil pretest :

Tabel 4.1 Nilai mentah hasil angket dan observasi

No	Nama	Pre Test	
		Angket	Observasi
1	Aldo	56	13
2	Andre	58	14
3	Arlingga	49	12

Data yang diperoleh dari observasi dan angket di atas masih data mentah, artinya tidak dapat digabungkan karena memiliki skala yang berbeda. Penggabungan kedua data tersebut dapat dilakukan jika kedua data tersebut

diubah ke dalam skala yang sama yaitu persentase. Pengubahan data di atas dapat menggunakan rumus berikut ini :

$$\text{persentase} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimum}} \times 100\%$$

Data yang telah diolah dengan menggunakan rumus di atas dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 4.2 Nilai pretest angket dan observasi dalam skala 100

No	Nama	Pre Test	
		Angket	Observasi
1	Aldo	46.67	43.33
2	Andre	48.33	46.67
3	Arlingga	40.83	40.00

Berdasarkan hasil pretest tersebut maka perlu dilakukan tindakan terhadap siswa yang kurang percaya diri. Tindakan yang digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri yaitu teknik sosiodrama.

B. Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus

1. Siklus I

a. Perencanaan Tindakan

Perencanaan tindakan pada siklus I dilakukan pada tanggal 7 dan 8 Mei 2012. Kegiatan pada perencanaan tindakan siklus I antara lain:

- 1) Menetapkan tutor drama untuk masing-masing kelompok yaitu Agus Tri Susilo pada kelompok empat dan Drajat Edi Kurniawan pada kelompok tiga.
- 2) Siswa kelas VIII B dibagi menjadi 4 kelompok. Hal ini dilakukan peneliti, supaya di dalam kelas tersebut tidak terjadi kesenjangan sosial antara subjek penelitian dengan siswa yang bukan subjek penelitian.

- 3) Siswa yang kurang percaya diri dimasukkan ke dalam kelompok yang berbeda. Arlingga pada kelompok empat sedangkan Aldo dan Andre karena mempunyai karakteristik yang hampir sama maka dijadikan satu kelompok yaitu pada kelompok tiga.
- 4) Membuat kesepakatan dengan siswa kelas VIIIB tentang urutan kelompok yang maju pertama dan seterusnya. Kelompok yang disepakati untuk maju pertama kali adalah kelompok empat, kemudian tiga, dua dan satu.
- 5) Peneliti menetapkan topik cerita yang akan diangkat pada sosiodrama I. Penetapan tema berdasarkan pada karakteristik siswa tersebut. Pada kelompok Arlingga percaya diri dalam berpendapat dan bersosialisasi, sedangkan pada kelompok Aldo dan Andre bertema aktualisasi diri.
- 6) Membagikan skrip atau naskah drama pada setiap kelompok dengan topik yang berbeda sesuai permasalahan yang dialami oleh subjek penelitian.
- 7) Masing-masing tutor memberikan penjelasan mengenai jalan cerita drama tersebut dan membagi peran sesuai dengan tokoh yang ada di dalam naskah drama.
- 8) Tutor dan anggota kelompok bersama-sama menentukan waktu untuk melakukan latihan drama sebelum dipentaskan.
- 9) Peneliti menentukan waktu dan tempat pementasan drama. Pementasan drama sekaligus untuk melihat sejauh mana perubahan perilaku pada siswa yang diteliti.

b. Pelaksanaan Tindakan

Pada siklus I pelaksanaan tindakan dibagi menjadi tiga kali pertemuan. Setiap pertemuan mempunyai kegiatan masing-masing guna menyiapkan pelaksanaan sosiodrama yang akan dimainkan. Pertemuan pertama kelompok tiga dan empat masing-masing dipegang oleh satu tutor. Pertemuan pertama dilakukan pada tanggal 9 Mei 2012 pukul 11.30-12.10 WIB. Pada pertemuan ini tutor bersama anggota kelompok

commit to user

lainnya mulai mempelajari dan membaca isi dari naskah drama yang sudah dibagikan. Pembacaan naskah drama ini sesuai dengan intonasi-intonasi percakapan yang ada di dalam naskah. Pengucapan dan intonasi yang tepat akan membantu siswa untuk lebih mudah memahami jalannya cerita. Tutor juga memberikan tugas kepada siswa untuk menghafalkan naskah drama tersebut di rumah supaya saat pentas nanti lebih lancar.

Pertemuan kedua untuk mengingat kembali jalan cerita, tutor menyuruh siswa untuk membaca sekali lagi isi cerita. Selesai membaca naskah drama, tutor menyuruh siswa untuk latihan menampilkan setiap adegan di depan ruang latihan. Pertemuan kedua ini tutor mengarahkan untuk memperdalam ekspresi atau mimik muka serta perasaan yang dirasakan pada setiap adegan. Tutor juga mengarahkan kepada siswa, bahwa setiap percakapan atau dialog tidak harus sama persis dengan naskah, tetapi boleh diberi improvisasi percakapan dan gerakan supaya lebih luwes saat mempraktikkannya. Pertemuan kedua pada kelompok tiga dilaksanakan pada tanggal 12 Mei 2012, sedangkan pada kelompok empat dilaksanakan pada tanggal 11 Mei 2012.

Pertemuan ketiga adalah waktunya untuk menampilkan sosiodrama di dalam kelas. Sebelum penampilan sosiodrama peneliti menjelaskan kepada siswa yang tidak memainkan sosiodrama saat ini disebut kelompok penonton. Tugas kelompok bukan hanya melihat penampilan teman tetapi juga mengamati dan memberikan penilaian tentang penampilan sosiodrama tersebut. Siswa kelompok penonton mengamati dan menilai tentang kelebihan dan kekurangan penampilan sosiodrama tersebut. Pengamatan dan penilaian tersebut di tulis pada selembar kertas. Pertemuan ketiga dilakukan pada tanggal 14 Mei 2012.

Pelaksanaan tindakan pada siklus I dibagi menjadi tiga kali pertemuan dengan kegiatan yang berbeda untuk menampilkan sosiodrama.

c. Observasi

Pada penelitian ini observasi dilakukan oleh dua pihak yaitu peneliti dengan wali kelas. Peneliti melakukan observasi pada saat tindakan, sedangkan wali kelas melakukan observasi saat proses belajar mengajar. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan data baik saat maupun sesudah sosiodrama. Observasi dilakukan pada saat pelaksanaan sosiodrama dan setelah pelaksanaan sosiodrama. Observasi pada saat pelaksanaan sosiodrama dilaksanakan pada Senin, 14 Mei 2012 pukul (10.30-11.15), observasi tersebut dinamakan sebagai observasi proses. Observasi setelah pelaksanaan sosiodrama dilaksanakan pada Selasa 15 Mei 2012 pukul 09.15-10.20 (jam ke 4-5), dan Rabu 16 Mei 2012 pukul 11.30-12.10 (jam ke 7). Observasi tersebut dinamakan sebagai observasi hasil setelah diberi layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

Observasi pada penelitian ini menggunakan pedoman observasi. Pada saat observasi, peneliti bertindak sebagai partisipan pasif dan duduk di bangku paling belakang, serta sesekali peneliti berdiri untuk mengambil gambar.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti dan wali kelas Aldo, Andre dan Arlingga sudah mulai menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri. Ketiganya memainkan peran cukup baik, tetapi memang belum maksimal. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya peningkatan hasil yang diperoleh dari observasi yang dilakukan sebelum pemberian tindakan. Berikut adalah perbandingan perolehan nilai observasi sebelum dan sesudah diberikan tindakan pada siklus I :

Tabel 4.3. Perbandingan Hasil Observasi Sebelum dan Sesudah Tindakan pada Siklus I

No	Nama	Observasi Sebelum	Observasi Sesudah Siklus I
1	Aldo	13	16
2	Andre	14	17

No	Nama	Observasi Sebelum	Observasi Sesudah Siklus I
3	Arlingga	12	15

Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa. Data dari hasil observasi tersebut didukung dengan menggunakan analisis klinis yaitu dengan bertanya kepada wali kelas.

1) Aldo

Kondisi awal Aldo kurang percaya diri saat maju di depan kelas. Kurangnya percaya diri ini ditandai dengan keluarnya keringat dingin dan suara Aldo tidak keluar. Pada kondisi awal Aldo dalam waktu 10 menit di depan 5 kali mengusap keringat dengan tangannya. Perilaku setelah diberikan tindakan sosiodrama, suara Aldo sudah lebih keras dan keringat dinginnya sudah berkurang dalam waktu 10 menit saat maju di depan kelas Aldo hanya mengusap keringat 3 kali, kurangnya kemampuan mengaktualisasikan diri telah meningkat dengan beraninya tampil mementaskan sosiodrama.

2) Andre

Kondisi awal Andre kurang percaya diri saat tampil di depan kelas. Saat maju di depan kelas, Andre mengoyang-goyangkan tubuhnya untuk mengurangi rasa groginya. Andre hanya berani maju saat-saat tertentu, misalnya penilaian yang mengharuskan dia tampil di depan kelas, selain itu keringat dingin juga keluar dan kurang mampu mengaktualisasikan diri. Perilaku yang muncul setelah dilakukan tindakan yaitu Andre tampak lebih tenang, sesekali badannya masih digoyang-goyangkan untuk mengurangi rasa groginya. Keringat dingin masih keluar, karena ini yang pertama maju bermain drama di depan teman-temannya.

3) Arlingga

Arlingga pada awalnya pendiam, kurang berani berpendapat, duduk menyendiri, kurang dapat bersosialisasi, sulit bergaul dengan teman sekelas apalagi yang perempuan, kurang dapat diterima dalam kelompok. Perilaku Arlingga setelah diberikan tindakan sosiodrama mulai berani mengeluarkan pendapat, berani berkomunikasi dengan teman perempuan satu kelompoknya, dan mulai bersosialisasi dengan teman yang lain.

d. Analisis dan Refleksi

Berdasarkan hasil pengisian angket dan observasi yang sudah dilakukan peneliti maka, dapat dikemukakan bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa. Perubahan tersebut dilihat dari perubahan yang ditunjukkan oleh masing-masing siswa yang mengikuti kegiatan sosiodrama. Prosentase perubahan dari masing-masing siswa dapat diketahui dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) Nilai hasil angket dan observasi diubah ke dalam skala 100
- 2) Nilai hasil angket dan observasi digabung dan di rata-rata baik pretest maupun hasil pada post tes siklus I. Rata-rata pretest disebut sebagai base rate, sedangkan rata-rata siklus I disebut sebagai post rate.
- 3) Prosentase perubahan perilaku dihitung menggunakan rumus

$$P.C = \frac{\text{post rate} - \text{base rate}}{\text{base rate}} \times 100\%$$

Perhitungan dari rumus tersebut terlampir.

Tabel 4.4 Nilai hasil angket dan observasi diubah ke dalam skala 100

No	Nama	Pre test				Siklus I (post test)			
		Angket	Obs	Angket %	Obs %	Angket	Obs	Angket %	Obs %
1	Aldo	56	13	46.67	43.33	69	16	57.50	60

No	Nama	Pre test				Siklus I (post test)			
		Angket	Obs	Angket %	Obs %	Angket	Obs	Angket %	Obs %
2	Andre	58	14	48.33	46.67	70	17	58.33	56,6
3	Arlingga	49	12	40.83	40.00	65	15	54.17	50

Pada tabel 4.4 diketahui perolehan hasil angket dan observasi dalam bentuk persen atau skala 100. Pengubahan kedalam bentuk skala yang sama akan mempermudah peneliti untuk menjumlahkan data dan mencari rata-ratanya. Berikut ini adalah rata-rata hasil angket dan observasi pretest dan post test siklus I.

Table 4.5 Rata-rata hasil angket dan observasi pretest dan siklus I

Nama	Pre Test (base rate)			Siklus I (Post Rate)		
	Angket %	Observasi %	Rata-rata %	Angket %	Observasi %	Rata-rata %
Aldo	46.67	43.33	44.50	57.50	60	58.75
Andre	48.33	46.67	47.46	58.33	56,6	57.45
Arlingga	40.83	40.00	40.40	54.17	50	52.08

Setelah diketahui rata-rata baik pre test maupun siklus I maka data tersebut dapat dicari prosentase perubahan. Penggunaan rumus tersebut yang dijadikan base rate adalah pretest dan post rate adalah keadaan akhir siklus I. Berikut ini adalah tabulasi prosentase perubahan yang dicapai oleh masing-masing siswa :

Tabel 4.6 Presentase Perubahan Tiga Orang Siswa

No	Nama	Pre Tes	Siklus I	Persentase perubahan
1	Aldo	44.5%	58.75%	32.02 %
2	Andre	47.46%	57.45%	21,05%

No	Nama	Pre Tes	Siklus I	Persentase perubahan
3	Arlingga	40.4%	52.08%	28,91%

Berdasarkan indikator yang telah ditetapkan sebelumnya sebagai indikator keberhasilan yaitu masing-masing siswa harus mampu mengalami perubahan peningkatan kepercayaan diri minimal sebesar 50% dari base rate maka, prosentase perubahan tersebut belum dapat dikatakan berhasil, semua siswa belum ada yang mencapai perubahan minimal 50% sehingga perlu dilakukan perlakuan lagi yakni pemberian sosiodrama pada siklus II.

2. Siklus II

a. Perencanaan Tindakan

Hasil refleksi pada siklus satu yang belum mencapai indikator keberhasilan, maka perlu dilanjutkan ke siklus II. Perencanaan tindakan dilaksanakan pada tanggal 19 Mei 2012 pukul 11.15-11.45 WIB. Pada siklus I masih terdapat kekurangan yaitu baik kelompok tiga maupun kelompok empat saat memainkan sosiodrama tersebut. Kekurangan tersebut antara lain belum mensetting antara tempat satu dengan tempat yang lain saat berbeda adegan, dan ekspresi yang belum maksimal.

Perencanaan tindakan pada siklus II peneliti melakukan beberapa tindakan antara lain:

- 1) Membuat satuan layanan siklus II
- 2) Menyiapkan naskah baru untuk sosiodrama pada siklus II. Pada siklus I subjek penelitian berperan sesuai dengan keadaan dirinya, yaitu berperan menjadi siswa yang kurang percaya diri. Pada siklus II ini siswa yang menjadi subjek penelitian berperan menjadi siswa yang percaya diri dan berprestasi.

- 3) Masing-masing tutor memberikan penjelasan mengenai alur jalannya drama sekaligus melakukan pembagian peran sesuai dengan tokoh yang ada di dalam naskah drama.
- 4) Tutor dan para pemain drama bersama-sama menentukan waktu untuk melakukan latihan drama sebelum dipentaskan.
- 5) Peneliti menentukan waktu dan tempat pementasan drama.

Perencanaan tindakan pada siklus II ini selain memperbaiki kekurangan yang terdapat pada siklus I juga meningkatkan kualitas sosiodrama.

b. Pelaksanann Tindakan

Pelaksanaan siklus II sama halnya dengan siklus I dibagi menjadi tiga pertemuan. Pertemuan pertama setiap pertemuan mempunyai kegiatan masing-masing untuk menyiapkan pelaksanaan sosiodrama yang akan dimainkan. Pertemuan pertama kelompok tiga dan empat masing-masing dipegang oleh satu tutor. Pertemuan pertama dilakukan pada tanggal 21 Mei 2012 (10.30-11.15 WIB). Pada pertemuan ini tutor bersama anggota kelompok lainnya mulai mempelajari dan membaca isi dari naskah drama yang sudah dibagikan. Pembacaan naskah drama ini sesuai dengan intonasi-intonasi percakapan yang ada di dalam naskah. Siswa lebih cepat memahami cerita dan hal-hal yang perlu dilakukan karena siswa sudah mempunyai pengalaman di siklus I.

Pertemuan kedua untuk mengingat kembali jalan cerita, tutor menyuruh siswa untuk membaca sekali lagi isi cerita. Selesai membaca naskah drama, tutor menyuruh siswa untuk latihan menampilkan setiap adegan di depan ruang latihan. Pertemuan kedua ini tutor mengarahkan untuk memperdalam ekspresi atau mimik muka serta perasaan yang dirasakan pada setiap adegan. Rencana penataan tempat disetiap adegan juga dilakukan pada pertemuan kedua, sehingga pada pementasan drama siswa sudah mempunyai gambaran tentang setting tempat dan penataannya serta property yang digunakan. Sosiodrama yang kedua ini dibuat lebih

commit to user

hidup, supaya subjek yang diteliti dan siswa lainnya dapat lebih bisa belajar dan mengambil pesan yang ada dicerita sosiodrama ini. Tema cerita sosiodrama pada kelompok empat siklus II adalah aktif dalam pelajaran dan kelompok. Pada kelompok tiga siklus II mengangkat tema berani tampil. Pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Rabu 23 Mei 2012 pukul 11.30-12.10.

Pertemuan ketiga adalah waktunya untuk menampilkan sosiodrama di dalam kelas. Pertemuan ketiga pada kelompok tiga dan empat dilaksanakan pada tanggal 26 mei 2012 dilakukan sepulang sekolah yaitu pukul 11.15-12.15 WIB. Sebelum penampilan sosiodrama peneliti menjelaskan kepada siswa yang tidak memainkan sosiodrama saat ini disebut kelompok penonton. Tugas kelompok bukan hanya melihat penampilan teman tetapi juga mengamati dan memberikan penilaian tentang penampilan sosiodrama tersebut. Siswa kelompok penonton mengamati dan menilai tentang kelebihan dan kekurangan penampilan sosiodrama tersebut. Pengamatan dan penilaian tersebut di tulis pada selembar kertas.

c. Observasi

Observasi dibagi menjadi dua, yaitu observasi proses dan observasi hasil. Observasi pada saat pelaksanaan sosiodrama atau proses dilaksanakan pada saat pementasan drama siklus II yaitu tanggal 26 Mei 2012, sedangkan observasi hasil dilakukan pada tanggal 28 Mei 2012 pukul 10.30-11.15 dan tanggal 30 Mei 2012 pukul 11.30-12.10.

Proses sosiodrama dilaksanakan siswa lebih baik dari siklus I. siswa lebih menghayati dan mengeluarkan ekspresi. Siswa juga mampu menyeting tempat serta menggunakan properti yang diperlukan dalam pementasan sosiodrama, sehingga kualitas permainan sosiodrama yang dipentaskan semakin baik.

Pemberian sosiodrama ini dimaksudkan untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas VIII B. Hasil yang diperoleh ternyata

commit to user

sosiodrama mempengaruhi kepercayaan diri siswa kelas VIII B. Pementasan sosiodrama mendorong siswa kelas VIII B untuk percaya diri dan mampu bertindak positif, berani mencoba sesuatu yang baru serta mengaktualisasikan diri.

Melalui observasi diketahui perubahan yang terjadi pada subjek penelitian. Perubahan yang terjadi pada subjek penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) Aldo

Keringat dingin yang dikeluarkan Aldo berkurang dalam 10 menit mengusap 1 kali, suara sudah terdengar dari barisan tempat duduk paling belakang, saat maju di depan kelas sudah mulai tenang, mampu berekspresi lebih baik, mampu menyelesaikan tugas memainkan peran yang berbeda dengan baik serta cukup mampu mengaktualisasikan diri.

2) Andre

Pada siklus II Andre Tampak mendiskusikan sosiodrama dengan teman satu kelompok dan saat giliran maju langsung berdiri dan maju ke depan. Andre terlihat lebih tenang dibandingkan siklus satu, hal ini dapat terlihat dari jaranginya menggoyangkan tubuh. Rasa ingin tahu mulai tumbuh, hal ini terlihat dengan berani bertanya kepada teman satu kelompok dan tutor. Andre mulai berani mengaktualisasikan diri.

3) Arlingga

Pada siklus II Arlingga mulai aktif berkomunikasi dengan teman satu kelompoknya. Saat latihan Arlingga selalu duduk dengan teman-teman putra lainnya antara lain Bastyan dan Nugroho. Hal ini menunjukkan bahwa Arlingga mulai membuka dirinya untuk bersosialisasi dengan temannya. Bersosialisasi dengan teman yang perempuan juga mulai muncul pada diri Arlingga. Hal ini terbukti dengan adanya kerjasama dengan anak perempuan dalam pementasan

sosiodrama untuk menampilkan yang terbaik, ini juga membuktikan bahwa Arlingga juga diterima di dalam kelompoknya.

Kendala yang dihadapi pada siklus II antara lain waktu yang sangat singkat, karena bulan Juni awal mereka sudah ulangan umum kenaikan kelas. Beruntung peneliti diberikan waktu oleh wali kelas untuk memakai sebagian jamnya untuk dipakai penelitian dan memperbolehkan untuk melakukan observasi saat wali kelas mengajar di kelas VIII B.

d. Analisis dan refleksi

Pada siklus II terjadi perubahan tingkat kepercayaan diri siswa yang semakin meningkat. Perubahan tersebut dilihat dari masing-masing siswa yang mengikuti kegiatan sosiodrama. Pada siklus II juga menggunakan angket dan observasi untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada diri siswa. Analisis perubahan masih menggunakan rumus yang sama dengan yang ada di siklus I, maka diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 4.7 Nilai hasil angket dan observasi yang diubah ke dalam skala 100

Nama	Pretest				Siklus I				Siklus II			
	Angket	Obs	Angket%	Obs %	Angket	Obs	Angket%	Obs %	Angket	Obs	Angket%	Obs %
Aldo	56	13	46.67	43.33	69	16	57.50	60	86	22	71.67	73.3
Andre	58	14	48.33	46.67	70	17	58.33	56,6	99	25	82.50	83.3
Arlingga	49	12	40.83	40.00	65	15	54.17	50	85	21	70.83	70

Dari data tabel 4.7 maka dapat diketahui data angket dan observasi dari pre test sampai post test siklus II dalam skala 100. Skala yang sama mempermudah dalam penjumlahan data dan mencari rata-ratanya. Rata-rata hasil angket dan observasi pres test dan siklus dua dapat dilihat pada tabel 4.8.

Tabel 4.8 Rata-rata hasil angket dan observasi pretest dan siklus II

Nama	Pre Test (base rate)			Siklus II (Post Rate)		
	Angket %	Observasi %	Rata-rata %	Angket %	Observasi %	Rata-rata %
Aldo	46.67	43.33	44.50	71.67	73.3	72.48
Andre	48.33	46.67	47.46	82.50	83.3	82.90
Arlingga	40.83	40.00	40.40	70.83	70	70.42

Prosentase perubahan dihitung dari pretest (base rate) sampai keadaan setelah siklus II (post rate), jadi dengan menjadikan tolak ukur atau data awal adalah pre test maka dapat diketahui peningkatan perubahan yang dialami siswa sampai di siklus II ini. Perhitungan prosentase tetap menggunakan rumus yang terdapat di halaman 81. Berikut ini adalah tabulasi prosentase perubahan yang dicapai oleh masing-masing siswa yang dihitung menggunakan rumus D.L Godwin dan T. J Coates (1976:57):

Tabel 4.9 Hasil Presentase Perubahan

No	Nama	Pre Tes	Siklus II	Persentase perubahan
1	Aldo	44.5 %	72.48%	62.88 %
2	Andre	47.46%	82.90%	74.67%
3	Arlingga	40.4%	70.42%	74.31 %

Berdasarkan analisis persentase dengan menggunakan rumus D.L Godwin dan T. J Coates (1976:57), tindakan dikatakan berhasil jika terjadi perubahan sebesar 50% pada diri individu tersebut. Menurut data tabel 4.9 masing-masing siswa perubahannya di atas 50 % maka dinyatakan terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa.

Selain analisis persentase juga menggunakan analisis klinis yang terdiri dari analisis subjek dan analisis sosial. Analisis subjek berdasarkan hasil wawancara wali kelas tentang perubahan yang terjadi pada subjek penelitian ini. Dari hasil wawancara dapat diketahui bahwa terdapat perubahan perilaku pada ketiga subjek penelitian. Perubahan tersebut sesuai dengan indikator yang telah ditetapkan sebelumnya sebagai indikator keberhasilan yaitu seperti yang ada di tabel 3.4. Analisis sosial yaitu dengan membandingkan konsisi siswa dengan tugas perkembangan usia subjek penelitian. Pada akhir siklus II subjek penelitian mampu mencapai tugas perkembangan dalam aspek sosial yaitu mampu mengaktualisasikan diri dan bersosial dengan teman sebaya.

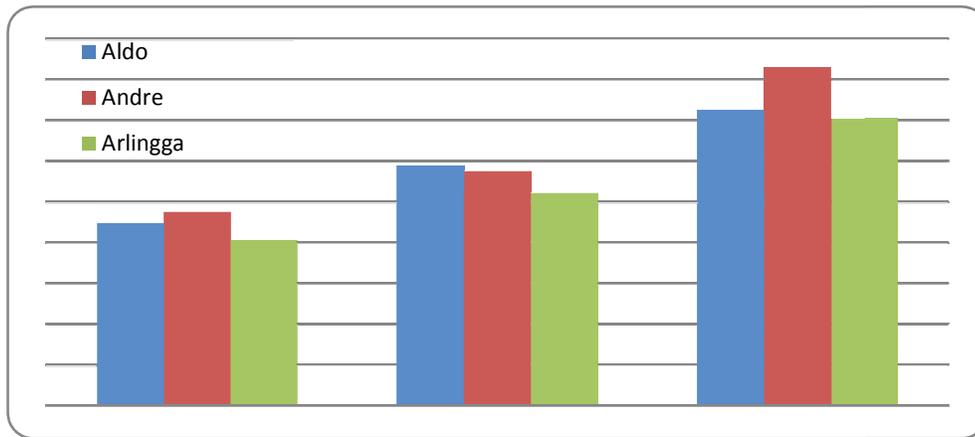
Berdasarkan hasil analisis presentase dan analisis klinis diketahui bahwa teknik sosiodrama efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIIIB SMP KRISTEN 1 SURAKARTA Tahun pelajaran 2011/2012 sehingga hipotesis penelitian tindakan yang peneliti ajukan terbukti kebenarannya.

C. Perbandingan Hasil Tindakan Antar Siklus

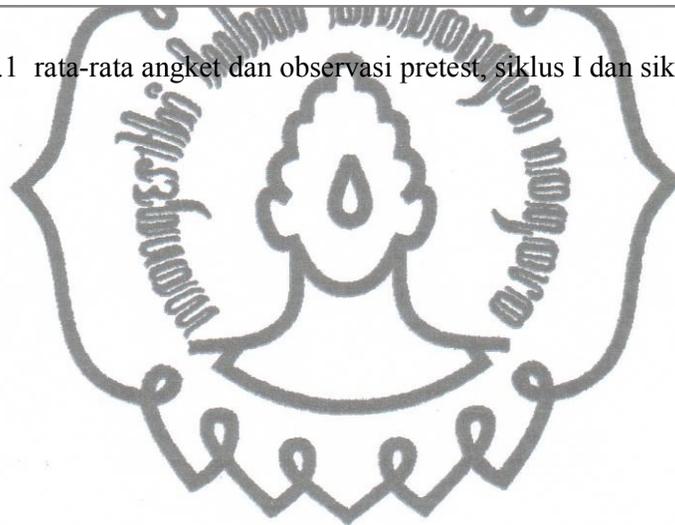
Berdasarkan data dari pretest sampai dengan siklus II terdapat peningkatan. Hal ini dapat dilihat pada rata-rata data angket dan observasi yang dapat dilihat pada tabel 4.8 Secara kuantitatif perbandingan hasil tindakan antar siklus dapat dilihat melalui presentase perubahan yang dihitung dengan menggunakan rumus D.L Godwin dan T. J Coates yang terdapat pada tabel 4.10

Tabel 4.10 rata-rata angket dan observasi pretest, siklus I dan siklus II

No	Nama	Pretest	Siklus I	Siklus II
1	Aldo	44.50	58.75	72.48
2	Andre	47.46	57.45	82.90
3	Arlingga	40.40	52.08	70.42



Gambar 4.1 rata-rata angket dan observasi pretest, siklus I dan siklus II



Berdasarkan hasil rata-rata angket dan observasi dari pretest sampai siklus II maka dapat dicari perubahannya dengan menggunakan rumus D.L Godwin dan T. J Coates. Prosentase perubahan dari pretest sampai siklus I dan pretest sampai siklus II dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

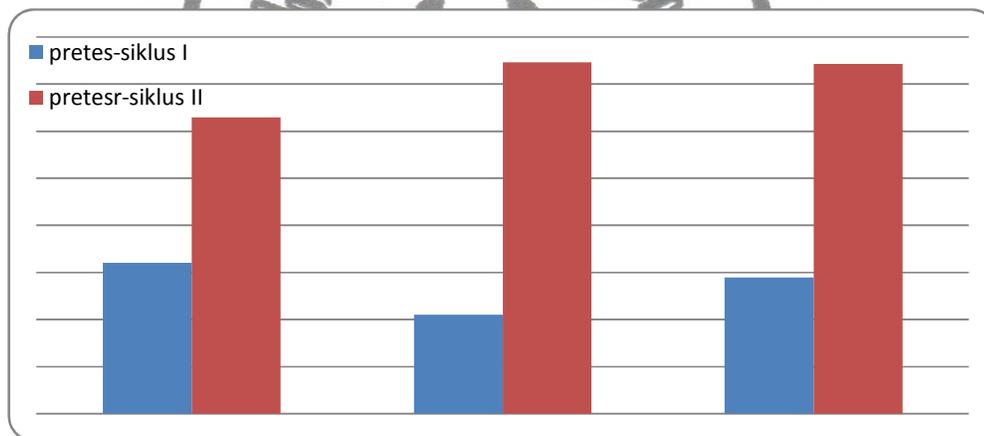
Tabel 4.11 Perbandingan dan perubahan hasil angket dan obsevasi dari pretest sampai siklus II

Nama	Pre test					Siklus I					Perubahan pretes-siklus I	Siklus II					Perubahan pretes-siklus II
	Angket	Obs	Angket %	Obs %	Rata-rata %	Angket	Obs	Angket %	Obs %	Rata-rata %		Angket	Obs	Angket %	Obs %	Rata-rata %	
Aldo	56	13	46.67	43.33	44.50	69	16	57.50	60	58.75	32.02 %	86	22	71.67	73.3	72.48	62.88 %
Andre	58	14	48.33	46.67	47.46	70	17	58.33	56,6	57.45	21,05%	99	25	82.50	83.3	82.90	74.67 %
Arlingga	49	12	40.83	40.00	40.40	65	15	54.17	50	52.08	28,91%	85	21	70.83	70	70.42	74.31 %

Prosentase perubahan dari pretest sampai siklus I dan pretest sampai siklus II yang telah dihitung di atas dapat di persingkat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.12 Persentase perubahan tiap siklus

No	Nama	Perubahan Pretes- siklus I	Perubahan Pretes- siklus II
1	Aldo	32,02 %	62,88 %
2	Andre	21,05%	74,67 %
3	Arlingga	28,91%	74, 31 %



Gambar 4.2 perbandingan siklus I dengan siklus II

Perbandingan hasil tindakan secara kualitatif dapat dijelaskan sebagai berikut :

Tabel 4.13 Perbandingan hasil setiap tindakan secara kualitatif

Nama	Kondisi Awal	Siklus I	Siklus II
Aldo	<ul style="list-style-type: none"> • Pemalu • Suaranya hilang jika disuruh membaca di depan kelas • Berkeringat dingin 	<ul style="list-style-type: none"> • Keringat dingin berkurang dalam waktu 10 menit mengusap 3x. • Suara sudah mu- 	<ul style="list-style-type: none"> • Keringat dingin berkurang dalam 10 menit mengusap 1x • Suara sudah ter-

Nama	Kondisi Awal	Siklus I	Siklus II
	<p>ditandai dengan pengusapan tangannya ke wajah dalam waktu 10 menit mengusap sampai 5 kali.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kelihatan sangat grogi, sering menunduk. • Kurang mampu mengaktualisasikan diri 	<p>lain muncul walaupun belum keras Berani mencoba hal yang baru.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mampu menyelesaikan tugas memainkan sosiodrama dengan cukup baik • Berusaha untuk mengaktualisasikan diri 	<p>dengar dari barisan tempat duduk paling belakang.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saat maju di depan kelas sudah mulai tenang • mampu berekspresi lebih baik • mampu menyelesaikan tugas memainkan peran yang berbeda dengan baik • cukup mampu mengaktualisasikan diri
Andre	<ul style="list-style-type: none"> • Pendiam • Berani maju hanya saat-saat tertentu • Tubuh digoyang-goyang • kelihatan grogi • Rasa ingin tahu kurang • Kurang mampu mengaktualisasikan diri 	<ul style="list-style-type: none"> • Mulai berkomunikasi dengan teman satu kelompok membicarakan hal yang berkaitan dengan sosiodrama • Berani maju tetapi dengan jeda waktu, untuk mempersiapkan 	<ul style="list-style-type: none"> • Tampak mendiskusikan sosiodrama dengan teman satu kelompok • Saat giliran maju langsung berdiri dan maju ke depan • Terlihat lebih tenang dibandingkan siklus satu,

Nama	Kondisi Awal	Siklus I	Siklus II
		<p>diri.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tubuh digoyang-goyang sudah berkurang • Mulai tenang dalam menjalankan tugas sosiodrama di depan kelas • Rasa ingin tahu mulai muncul, hal ini ditandai dengan berani bertanya kepada teman sekelompoknya • Mulai berani mengaktualisasikan diri 	<p>dengan jarang menggoyangkan tubuhnya.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rasa ingin tahu tumbuh, hal ini terlihat dengan berani bertanya kepada teman satu kelompok dan tutor • Berani mengaktualisasikan diri
Arlingga	<ul style="list-style-type: none"> • Pendiam • Kurang berani berpendapat • Duduk menyendiri • kurang dapat bersosialisasi apalagi dengan teman perempuan • kurang dapat diterima dalam kelompok 	<ul style="list-style-type: none"> • pendiam • mulai berani mengeluarkan ide atau pendapatnya • mulai duduk dengan teman putra dalam kelompoknya • mulai ada kerjasama, hal ini menandakan diteri- 	<ul style="list-style-type: none"> • mulai aktif berkomunikasi dengan teman satu kelompoknya • suka duduk dengan teman-teman putra lainnya. • Kerjasama dengan anak perempuan dalam pe-

Nama	Kondisi Awal	Siklus I	Siklus II
		<p>manya di dalam kelompok tersebut</p>	<p>mentasan sosiodrama</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diterima di dalam kelompoknya.

Perbandingan hasil tindakan sosiodrama baik secara kualitatif dan kuantitatif yang dipaparkan di atas menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri pada subjek penelitian.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan pada siklus I dan II dapat dinyatakan terjadi peningkatan kepercayaan diri dengan menggunakan teknik sosiodrama. Sosiodrama telah dilaksanakan dan peneliti mengobservasi serta memberikan angket untuk mengetahui perubahan yang terjadi. Pada pretest sampai siklus I terjadi perubahan pada masing-masing subjek yaitu pada Aldo mengalami kenaikan sebesar 32,02 %, Andre mengalami perubahan sebesar 21,05% dan pada Arlingga mengalami perubahan 28,91%. Pada saat penelitian peneliti bekerjasama dengan wali kelas. Pengamatan perubahan pada subjek penelitian dilakukan oleh peneliti dan wali kelas. Peneliti menanyakan kepada wali kelas tentang perubahan yang terjadi pada subjek disebut analisis subjek. Perubahan yang terjadi menurut wali kelas sebagai berikut:

Tabel 4.14. Analisis subjek yang dilakukan oleh wali kelas siklus I

No	Nama	Perubahan
1	Aldo	<ul style="list-style-type: none"> • Suara Aldo sudah lebih keras • Keringat dinginnya sudah berkurang • Berani maju di depan kelas

No	Nama	Perubahan
		<ul style="list-style-type: none"> • kemampuan mengaktualisasikan diri mulai terlihat meningkat
2	Andre	<ul style="list-style-type: none"> • Keringat dingin masih keluar • Lebih tenang dibandingkan kondisi sebelumnya • Komunikasi saat disuruh diskusi meningkat • Berani tampil di depan kelas
3	Arlingga	<ul style="list-style-type: none"> • berani mengeluarkan pendapat • berani berkomunikasi dengan teman sekelompoknya • berani bertanya dengan teman sekelompoknya • berani bertanya kepada guru tentang hal yang kurang dipahami

Pelaksanaan sosiodrama pada siklus I masih terdapat kekurangan atau kelemahan. Secara singkat kelemahan dan kekurangan pada siklus I dapat dilihat di bawah ini:

1. Siswa masih terlihat malu-malu dalam memerankan peran sosiodrama
2. Siswa belum memikirkan tentang seting tempat setiap adegan
3. Siswa belum memikirkan perlunya properti pendukung peran
4. Siswa belum bersedia latihan tanpa didampingi oleh peneliti dan tutor

Hasil persentase perubahan pada siklus I belum menunjukkan adanya perubahan 50% sesuai indikator capaian yang telah ditetapkan. Selain itu masih terdapat kekurangan atau kelemahan pada pelaksanaan sosiodrama. Mengacu pada hal itu penelitian ini dilanjutkan pada siklus II.

Pelaksanaan siklus II tidak jauh berbeda dengan siklus I. Kekurangan yang ada pada siklus I diperbaiki pada siklus II. Hasil pelaksanaan sosiodrama pada siklus II terjadi peningkatan kepercayaan diri pada masing-masing subjek penelitian. Berdasarkan analisis prosentase maka dapat diketahui perubahan masing-masing subjek penelitian. Pada Aldo mengalami perubahan sebesar

commit to user

62.88%, Andre mengalami perubahan 74.67 % dan Arlingga mengalami perubahan sebesar 74.31 %. Perubahan masing-masing subjek tidak hanya dapat dihitung melalui persentase perubahan, tetapi juga menggunakan analisis klinis yang dibagi menjadi dua yaitu analisis sosial dan analisis subjek.

Analisis sosial yaitu membandingkan keadaan subjek dengan tugas-tugas perkembangan pada usia SMP. Pada subjek sudah mampu melaksanakan tugas perkembangan dalam hal kepercayaan diri baik dalam bersosial, berpendapat serta mengaktualisasikan dirinya. Pada analisis subjek, peneliti kembali menanyakan perubahan subjek kepada wali kelas siswa. Hasil analisis subjek wali kelas siswa diperoleh informasi perubahan sebagai berikut:

Tabel 4.15. Analisis subjek yang dilakukan oleh wali kelas siklus II

No	Nama	Perubahan
1	Aldo	<ul style="list-style-type: none"> • Tampil berani maju ke depan kelas • Tidak berkeringat • Terlihat tenang • Mampu mengaktualisasikan diri • Berani mengeluarkan pendapat dan berdiskusi dengan teman-temannya
2	Andre	<ul style="list-style-type: none"> • Tampil berani saat diminta maju ke depan • Mampu berpendapat • Terlihat tenang • Tubuh tidak digoyang-goyang • Mampu mengaktualisasikan dirinya terlihat kompak dengan kelompok
3	Arlingga	<ul style="list-style-type: none"> • Mampu berkomunikasi luwes dengan teman lebih • Berani berpendapat • Mampu bersosialisasi baik dengan teman laki-laki maupun perempuan • Diterima dalam kelompok • Terlihat berkelompok dengan teman-teman laki-laki

No	Nama	Perubahan
		yang lain saat istirahat.

Perubahan masing-masing subjek pada siklus II lebih dari 50%. Hal ini berarti sudah mencapai indikator keberhasilan yang telah ditetapkan. Berdasarkan hasil perubahan yang terjadi pada setiap siswa maka telah membuktikan bahwa pada penelitian dengan menggunakan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen I Surakarta tahun pelajaran 2011/2012.

Peningkatan kepercayaan diri pada subjek penelitian dapat dilihat pada perilaku siswa sebagai berikut :

1. Aldo

Perubahan perilaku pada diri Aldo adalah mampu memainkan sosiodrama dengan baik di depan kelas, saat memainkan sosiodrama pada siklus II terlihat tenang dan menghayati setiap adegan yang diperolehnya. Pada saat latihan Aldo juga berani bertanya baik kepada teman satu kelompok maupun dengan tutor mengenai hal-hal yang belum jelas serta mengeluarkan pendapat atau masukan kepada teman sekelompoknya. Pada siklus II Aldo sudah jarang mengusap keringat dan suaranya terdengar sampai tempat duduk barisan paling belakang. Hal ini menandakan bahwa kepercayaan diri Aldo dalam hal sudah meningkat.

2. Andre

Perubahan yang terjadi pada Andre berani maju memainkan peran dengan baik dalam sosiodrama ini. Andre terlihat kompak dengan teman satu kelompoknya, hal ini terlihat saat Andre ikut memberikan masukan untuk menyamakan pemikiran tentang adegan yang dimainkannya maupun yang diperankan temannya. Pada saat maju sosiodrama siklus II Andre tidak lagi menggoyang-goyangkan tubuhnya, hal ini menandakan bahwa kepercayaan dirinya dalam hal mengaktualisasikan dirinya meningkat.

3. Arlingga

Perubahan yang terjadi pada diri Arlingga adalah berani bertanya saat mengalami kebingungan tentang peran yang dimainkan. Pada siklus II mulai menikmati peran yang didapat dan memainkannya dengan baik dihadapan teman satu kelasnya. Arlingga diterima dalam kelompoknya, hal ini terlihat pada komunikasi Arlingga dengan teman-teman satu kelompok baik laki-laki maupun perempuan meningkat, Arlingga juga mendiskusikan gerakan yang dimainkan pada adegan dalam sosiodrama tersebut. Perubahan tingkah laku tersebut menandakan bahwa kepercayaan diri dalam hal berpendapat dan bersosialisasi meningkat.

Berdasarkan perubahan di atas sesuai dengan indikator kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Thursan Hakim (2002:6) dalam hal mengaktualisasikan diri, berpendapat dan bersosialisasi. Kondisi tersebut terlihat dari sikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu, bereaksi positif dalam menghadapi berbagai masalah dan memiliki kemampuan bersosialisasi dengan teman sebaya. John W. Santrock dengan alih bahasa Shinto B Adelar dkk (2003:339) mengatakan bahwa “dukungan dari teman satu kelas berpengaruh lebih kuat terhadap rasa percaya diri remaja dibandingkan dengan dukungan teman akrab”. Dalam hal ini Aldo dan Andre mendapatkan dukungan untuk mengaktualisasikan dirinya serta Arlingga mendapatkan dukungan untuk bersosialisasi dan berpendapat di hadapan teman-temannya sehingga kepercayaan dirinya meningkat.

Berdasarkan analisis data dan dengan penguatan dari pendapat ahli maka terjawablah hipotesis pada penelitian ini yaitu teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen I Surakarta tahun pelajaran 2011/2012.

BAB V

PENUTUP

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas bimbingan dan konseling yang dilaksanakan dalam dua siklus, ternyata hipotesis yang dirumuskan telah terbukti kebenarannya yaitu bahwa teknik sosiodrama efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIIIB SMP KRISTEN 1 SURAKARTA Tahun pelajaran 2011/2012.

Keberhasilan pelaksanaan sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri dapat dilihat melalui prosentase perubahan tingkah laku dari pre test sampai siklus II yang dihitung menggunakan rumus D.L Godwin dan T. J Coates. Dalam hal ini pretest adalah base rate dan akhir siklus II adalah post rate. Perubahan pada Aldo sebesar 62,88 %, Andre 74,67 % dan Arlingga 74,31 %. Perubahan tingkah laku pada subjek penelitian dapat dibandingkan dengan analisis klinis yaitu dengan analisis subjek dan analisis sosial. Analisis subjek dengan mewawancarai wali kelas siswa dan analisis sosial dengan membandingkan perubahan tingkah laku pada subjek dengan tugas-tugas perkembangan dalam aspek sosial yang harus dicapai pada usia SMP.

Hasil analisis subjek untuk Aldo yaitu tampil berani maju ke depan kelas berubah menjadi tidak berkeriang, terlihat tenang, mampu mengaktualisasikan diri, berani mengeluarkan pendapat dan berdiskusi dengan teman-temannya. Pada Andre mengalami perubahan yaitu tampil berani saat diminta maju kedepan, mampu berpendapat, terlihat tenang, tubuh tidak digoyang-goyang, mampu mengaktualisasikan dirinya terlihat kompak dengan kelompok. Pada Arlingga mengalami perubahan sebagai berikut, mampu menjalin komunikasi dengan baik, berani berpendapat, mampu bersosialisasi baik dengan teman laki-laki maupun perempuan, diterima dalam kelompok, terlihat berkelompok dengan teman-teman laki-laki yang lain saat istirahat.

Hasil analisis sosial yaitu subjek penelitian mampu mencapai tugas perkembangan dalam aspek sosial yang harus dicapai pada usia SMP yaitu siswa mampu mengaktualisasikan dirinya, mampu bersosialisasi, mampu membentuk kelompok dan diterima di dalam kelompok tersebut.

Berdasarkan hasil analisis di atas dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen I Surakarta tahun pelajaran 2011/2012.

B. IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian di atas terbukti bahwa teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri. Sehubungan dengan penelitian ini dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian adalah sebagai berikut:

1. Teknik sosiodrama dapat memberikan alternatif pemecahan masalah dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa sehingga bagi guru BK dapat memberikan variasi layanan.
2. Melalui sosiodrama terjadi peningkatan interaksi siswa dengan teman sebaya. Interaksi tersebut mendorong siswa untuk lebih percaya diri dalam bersosialisasi dan mengaktualisasikanm dirinya.
3. Adanya keberhasilan penggunaan teknik sosiodrama maka skenario drama yang digunakan pada penelitian ini dapat digunakan konselor sekolah sebagai contoh skenario sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri.

C. SARAN

Sesuai dengan simpulan dan implikasi hasil penelitian, maka ada beberapa saran yang dapat dipergunakan sebagai pertimbangan.

1. Kepala Sekolah

Kepala sekolah hendaknya memberikan masukan kepada guru pembimbing untuk menerapkan secara rutin teknik sosiodma sehingga lebih variatif dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling untuk mengatasi kasus

dan juga dapat mengetahui bakat-bakat serta minat pada diri anak yang belum terungkap, misalnya dalam bakat dalam bidang bermain peran.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

- a. Perlu variasi dalam pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Teknik sosiodrama mempunyai kelebihan yaitu membuat siswa lebih percaya diri, mampu bersosialisasi dan mengaktualisasikan dirinya, meskipun memiliki kendala yaitu membutuhkan waktu yang panjang. Hendaknya guru pembimbing mempunyai keterampilan membagi waktu yang tepat jika akan melaksanakan sosiodrama, agar layanan BK dapat diterima lebih maksimal oleh siswa
- b. Pelaksanaan sosiodrama menuntut keaktifan siswa, terkadang siswa cepat merasa lelah, untuk itu guru pembimbing mencari cara yang kreatif dan inovatif supaya siswa tidak cepat merasa lelah dan siswa termotivasi untuk menjalankan sosiodrama
- c. Sosiodrama akan lebih efektif jika ceritanya disesuaikan dengan keadaan yang sedang menjadi fenomena baru, agar siswa dapat mempelajari fenomena dari segi positif dan negatifnya serta jalan ceritanya tidak ketinggalan jaman.

3. Bagi Siswa

Siswa diharapkan lebih mempelajari fenomena untuk meningkatkan kesadaran untuk mengembangkan kemampuan yang ada di dalam dirinya, supaya menjadi pribadi yang unggul, bukan hanya pada pembelajaran tetapi mempunyai softskill yang dapat menjadi bekal untuk menuju kesuksesan.

4. Bagi Peneliti lain

Peneliti yang ingin mengkaji permasalahan yang sama hendaknya lebih cermat. Teknik sosiodrama sebagai alternatif penanganan dapat meningkatkan kesadaran dan kemampuan siswa yang belum tercakup dalam penelitian ini agar diperoleh hasil yang lebih baik.