

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
ROLE PLAYING UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung)

SKRIPSI



Oleh:
Laela Febriningtyas
13.0301.0029

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2019**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
ROLE PLAYING UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI**
(Penelitian pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung)

SKRIPSI



Oleh:
Laela Febriningtyas
13.0301.0029

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2019**

PERSETUJUAN

PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ROLE PLAYING* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII A SMP N 3 Temanggung)

Diterima Dan Disetujui Oleh Dosen Pembimbing Skripsi

Program Studi Bimbingan Dan Konseling

Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan

Universitas Muhammadiyah Magelang



Magelang, 1 Juli 2019

Pembimbing I

A handwritten signature in black ink, belonging to Dr. Riana Mashar.

Dr. Riana Mashar, M.Si., Psi

NIK. 037408185

Pembimbing II

A handwritten signature in black ink, belonging to Sugiyadi.

Sugiyadi, M.Pd., Kons.

NIK. 047506010

PENGESAHAN

PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ROLE PLAYING* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI

Oleh :
Laela Febriningtyas
13.0301.0029

Telah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi Dalam Rangka
Menyelesaikan Studi Program S-1 Bimbingan Dan Konseling
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Diterima dan disahkan oleh penguji
Hari : Rabu
Tanggal : 24 Juli 2019

Tim Penguji Skripsi :

1. Dr. Riana Mashar, M.Si., Psi. (Ketua/ Anggota)
2. Sugiyadi, M.Pd., Kons. (Sekretaris/ Anggota)
3. Dra. Indiaty, M.Pd. (Anggota)
4. Hijrah Eko Putro, M.Pd. (Anggota)



Mengesahkan,
Dekan FKIP

Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons.
NIP.19580912 198503 1 006

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Laela Febriningtyas
N.P.M : 13.0301.0029
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik
Role Playing Untuk Meningkatkan Kepercayaan
Diri

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat merupakan hasil karya sendiri, apabila ternyata di kemudian hari diketahui adanya plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan aturan yang berlaku dan bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Demikian pernyataan ini saya buat, dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan, Untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 22 Juni 2019

Yang Membuat Pernyataan,



Laela Febriningtyas
NPM.13.0301.0029

MOTTO

حَسَنًا أَجْرًا لَهُمْ أَنَّ الصَّالِحَاتِ يَعْمَلُونَ الَّذِينَ الْمُؤْمِنِينَ وَيُبَشِّرَ لَدُنْهُ مِنْ شَدِيدًا بَأْسًا لِيُنْذِرَ قِيَمًا

”... Sebagai bimbingan yang lurus, untuk memperingatkan siksaan yang sangat pedih dari sisi Allah dan memberi berita gembira kepada orang - orang yang beriman, yang mengerjakan amal saleh, bahwa mereka akan mendapat pembalasan yang baik...”

(QS. Al – Kahfi 15 : 02)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Ibu dan Alm Bapakku tercinta,
terimakasih untuk kasih sayang kalian
selam ini.
2. Kakakku Rery, terimakasih doa dan
semangatnya.
3. Yayan Dwi Haryana, terimakasih doa
dan semangatnya.
4. Almamaterku tercinta, Prodi BK
FKIP UMMagelang.

PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK ROLE PLAYING UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung)

Laela Febriningtyas

ABSTRAK

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung.

Pendekatan ini merupakan jenis penelitian eksperimen dengan model *One Group Pretest Posttest Design*. Subjek penelitian dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Sampel yang diambil sebanyak 10 siswa. Ada dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu variabel bebas yang berupa konseling kelompok dengan teknik *role playing* dan variabel terikat yang berupa kepercayaan diri. Metode pengumpulan data menggunakan instrumen angket. Uji validitas instrumen kepercayaan diri dengan validasi butir. Analisis data menggunakan *non parametric* dengan teknik uji *wilcoxon*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan peningkatan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah mengikuti konseling kelompok dengan teknik *role playing* dibuktikan dengan hasil analisis uji *wilcoxon* sebesar – 2,809 sehingga pengajuan hipotesis diterima jika taraf signifikan probabilitas kurang dari 0,05 dan skor rata - rata *pretest* sebesar 127,80 dan *posttest* sebesar 154,50 yang memiliki selisih rata - rata skor *pretest* dan skor *posttest* sebesar 26,7% dengan peningkatan rata - rata 20%.

Kata kunci :Konseling Kelompok, Teknik Role Playing, Kepercayaan Diri

THE EFFECT OF GROUPS CONSELVATION WITH ROLE PLAYING TECHNIQUES TO IMPROVE SELF-CONFIDENCE

(Research on Class VIII A Students at TEMANGGUNG 3 STATE SMP)

Laela Febriningtyas

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of group counseling with role playing techniques to increase the confidence of class VIII A Temanggung Middle School 3 students.

This approach is a type of experimental research using the One Group Pretest Posttest Design model. The research subjects were selected by purposive sampling technique. Samples taken were 10 students. There are two variables used in this study, namely the independent variable in the form of group counseling with role playing techniques and the dependent variable in the form of self confidence. The method of data collection uses a questionnaire instrument. Test the validity of the confidence instrument with item validation. Data analysis using non-parametric with Wilcoxon test technique.

The results showed that there were differences in the increase in students' self-confidence before and after participating in group counseling with role playing techniques as evidenced by the results of the Wilcoxon test analysis of - 2,809 so that the submission of hypotheses was accepted if a significant level of probability was less than 0.05 and the pretest score was 127 , 80 and posttest of 154.50 which had an average difference in pretest score and posttest score of 26.7% with an average increase of 20%.

Keywords : Group Counseling, Role Playing Techniques, Self Confidence

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT Tuhan semesta alam, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *Role Playing* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri”. Skripsi ini penulis selesaikan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.

Skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu diucapkan terimakasih kepada :

1. Ir. Eko Muhammad Widodo, MT. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang,
2. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang,
3. Dewi Liana Sari, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Magelang
4. Dr. Riana Mashar, M.Si., Psi. selaku Dosen Pembimbing I dan Sugiyadi, M.Pd., Kons. selaku Dosen Pembimbing II telah memberikan bimbingan, motivasi dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini,
5. Dosen dan karyawan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini,
6. Kepala Sekolah dan Guru di SMP Negeri 3 Temanggung, Kabupaten Temanggung,
7. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, yang telah banyak membantu memberikan bantuan kepada peneliti.

Semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua, Amin

Magelang, 22 Juni 2019

Penulis

Laela Febriningtyas

13.0301.0029

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK....	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	5
A. Kepercayaan Diri	8
B. Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Role Playing</i>	23
C. Pengaruh Konseling dengan teknik <i>Role Playing</i> Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri	33
D. Kerangka Pemikiran	35
E. Hipotesis Penelitian	37
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	38
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	39
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	40

	D. Subjek Penelitian.....	40
	E. Waktu dan Tempat Penelitian.....	41
	F. Metode Pengumpulan Data	42
	G. Prosedur Penelitian	44
	H. Teknik Analisis Data	46
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Hasil Penelitian.....	52
	B. Pembahasan	63
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN	
	A. SIMPULAN	68
	B. SARAN	69
	DAFTAR PUSTAKA	70
	LAMPIRAN.....	72

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kepercayaan diri merupakan kebutuhan yang harus dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri tidak muncul begitu saja dan bukan bawaan sejak lahir. Kepercayaan diri terbentuk melalui pengalaman dan proses belajar seseorang dalam hidupnya. Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal - hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri (Lauster : 2012). Proses tersebut yaitu waktu dan usaha yang cukup keras dalam meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Semuanya itu tidak lepas dari usaha - usaha yang dapat dilakukan oleh orang tua dan guru serta diri sendiri. Sebagian besar peserta didik tidak menyadari bahwa rendahnya rasa kepercayaan diri dapat menimbulkan hambatan besar dalam menjalankan kegiatan sehari - hari. Sebagian peserta didik yang tidak mempunyai kepercayaan diri antara lain: ekonomi kurang, status sosial, kurang siap dalam menghadapi situasi dan kondisi, mudah mengalami kecemasan, penakut, sering gugup, mutu pendidikan yang kurang baik, sering menghindar atau pemalu, tidak bisa menarik simpati orang lain. Kepercayaan diri pada remaja dapat disebabkan

oleh beberapa hal. Beberapa penyebab yang mengakibatkan remaja kurang memiliki kepercayaan diri antaranya : remaja kurang melatih diri untuk mempercayai dan bergaul dengan orang lain. Penyebab lain kurangnya kepercayaan diri pada remaja yaitu penampilan fisik. Beberapa penyebab tersebut dapat mempengaruhi pada pengembangan kepercayaan diri peserta didik.

Siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah menurut Hakim (2002 : 72 – 83) biasanya menampilkan gejala merasa takut, menarik perhatian dengan cara kurang wajar, grogi saat tampil di depan kelas, timbul rasa malu yang berlebihan, sering mencontek dan mudah cemas.

Gejala - gejala tersebut timbul dari dalam diri siswa pada saat ia melakukan sesuatu yang penting atau penuh tantangan. Berdasarkan banyaknya kejadian siswa mencontek saat ujian nasional, bahkan sampai bunuh diri karena stress akan menghadapi ujian. Hal ini menandakan bahwa siswa memiliki rasa percaya diri yang rendah karena tidak yakin atas kemampuannya.

Percaya diri membuat pengaruh sangat besar bagi kehidupan remaja yang mengakibatkan siswa mudah putus asa, menghindari tanggung jawab, sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah. Karena itu ia mungkin akan menjauhi pergaulan dengan orang banyak, menyendiri, tidak berani mengemukakan pendapat, sering menyendiri dan yang paling buruk mengakibatkan bunuh diri. Begitu besar fungsi dan peran kepercayaan diri pada kehidupan seseorang. Tanpa adanya rasa percaya diri yang tertanam

dengan kuat di dalam jiwa siswa, maka pesimisme dan rasa rendah diri akan dapat menguasainya dengan mudah. Tanpa dibekali rasa percaya diri yang mantap sejak dini, maka siswa akan tumbuh menjadi pribadi yang lemah.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru pembimbing dan wali kelas terdapat sebagian siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah. Siswa sering kali berperilaku yang tidak sepatutnya dilakukan oleh peserta didik. Perilaku mencontek dengan temannya saat mengerjakan tugas baik saat ujian atau tugas - tugas harian, sering mengeluh terhadap diri sendiri, merasa pesimis tidak mampu apabila disuruh untuk mengerjakan tugas tertentu, merokok karena takut dikucilkan oleh teman - temannya, mudah putus asa, malu - malu dan sering menyendiri dari teman - temannya. Sehingga guru bidang Studi maupun guru Bimbingan Konseling memiliki peran yang sangat penting dalam membantu siswa dalam mengatasi masalah tersebut, yaitu masalah rendahnya rasa percaya diri remaja. Hal tersebut tentu perlu adanya penanganan terhadap masalah rendahnya percaya diri, karena jika kualitas kepercayaan diri pada siswa itu rendah maka tugas perkembangannya pada masa remaja tidak terlaksana dengan baik, hasil prestasi tidak sesuai dengan harapan dan akan berpengaruh terhadap perkembangan selanjutnya ketika dewasa.

Layanan bimbingan dan konseling terdapat banyak layanan yang dapat digunakan sebagai langkah dalam membantu masalah remaja seperti yang sudah dijelaskan di atas, yaitu rendahnya percaya diri. Namun dalam

penelitian ini peneliti akan menggunakan layanan konseling kelompok teknik *role playing*. Menurut Prayitno (2004 : 1) konseling kelompok adalah :

Suatu layanan yang mengaktifkan dinamika kelompok yang bertujuan membahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok, masalah pribadi itu dibahas melalui suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota di bawah bimbingan pemimpin kelompok atau konselor.

Sehingga layanan konseling kelompok sangat tepat digunakan dalam meningkatkan rasa percaya diri pada siswa. Disamping itu ada berbagai Pendekatan yang dapat digunakan dalam layanan konseling kelompok teknik yang dapat digunakan dalam melaksanakan layanan konseling kelompok yaitu berkeliling, kursi kosong, dan *role playing*. Penelitian ini menggunakan teknik *role playing* pendekatan gestalt karena Menurut Corey, (2010 : 118) pandangan Gestalt adalah bahwa individu memiliki kesanggupan memikul tanggung jawab pribadi dan hidup sepenuhnya sebagai pribadi yang padu. Tujuan pendekatan gestalt ialah untuk membantu konseli mencapai kesadaran, memanfaatkan sumber-sumber potensi pribadinya, mengurangi ketergantungan pada orang lain, meningkatkan rasa tanggung jawab, membuat pilihan yang tepat, dan memperoleh kemampuan diri. Hal ini bahwa konseli haruslah dapat berubah dari ketergantungan terhadap lingkungan atau orang lain menjadi percaya diri, dapat berbuat lebih banyak untuk meningkatkan kebermaknaan hidupnya.

Teknik *role playing* ini sangat membantu untuk pemecahan masalah klien yang dapat menggali sendiri masalahnya (mengeksplorasi potensi di dalam dirinya), meluapkan emosi yang terpendam serta mendapatkan pemecahan masalah yang berasal dari konselor dan anggota kelompok lainnya. Menurut Addahri, (2013 : 3) *role playing* suatu yang berkaitan dengan pendidikan, dimana seseorang memainkan situasi imajinatif dengan tujuan untuk membantu tercapainya pemahaman diri, meningkatkan ketrampilan - ketrampilan berperilaku, menganalisis perilaku, atau menunjukkan kepada orang lain bagaimana perilaku seseorang, atau bagaimana seseorang harus berperilaku.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh konseling kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri (Pada Peserta Didik Kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung 2019). Sehingga diharapkan secara optimal siswa dapat mengalami perubahan dan mencapai peningkatan yang positif.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan serta observasi dan wawancara yang telah dilakukan dengan pembelajaran kelas VIII A, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Siswa mengerjakan tugasnya tidak percaya pada kemampuannya.
2. Siswa tidak berani bertanya kepada guru.
3. Siswa sulit menyatakan pendapat kepada teman dan gurunya.

4. Siswa memilih berdiam di dalam kelas dan tidak bermain bersama temannya ketika jam istirahat.
5. Siswa grogi saat tampil di depan kelas.
6. Guru belum optimal dalam menyajikan pembelajaran.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah “meningkatkan percaya diri yang rendah dengan menggunakan layanan konseling kelompok teknik *role playing* pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung Tahun Ajaran 2018/2019.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah layanan konseling kelompok teknik *role playing* dapat berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok teknik *role playing* terhadap meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang dapat diambil dari penelitian ini adalah untuk menambah pengetahuan serta wawasan dalam penggunaan layanan konseling kelompok teknik *role playing* untuk meningkatkan

kepercayaan diri siswa SMP. Membantu meningkatkan rasa percaya diri dan semangat belajar peserta didik.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang dapat diambil dari penelitian ini, sebagai berikut :

a. Bagi Siswa

Penggunaan teknik *role playing* diharapkan mampu meningkatkan kepercayaan diri, mampu meningkatkan kompetensi belajar peserta didik, membantu siswa untuk berinteraksi dengan orang lain.

b. Bagi Guru

Menambah wawasan guru mengenai teknik layanan konseling yang dapat diterapkan dalam menghadapi siswa, menjadikan guru lebih termotivasi dalam menggunakan teknik layanan yang bervariasi.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan dapat meningkatkan mutu pendidikan di sekolah. Serta memaksimalkan kinerja sekolah dalam memberikan layanan pendidikan yang maksimal.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang teknik layanan konseling. Mampu mengembangkan penelitian lebih mendalam dalam mengenai berbagai teknik layanan yang lebih bervariasi.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (2012 : 4 – 6) Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal - hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Proses tersebut yaitu waktu dan usaha yang cukup keras dalam meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Semuanya itu tidak lepas dari usaha - usaha yang dapat dilakukan oleh orang tua dan guru serta diri sendiri. Sebagian besar peserta didik tidak menyadari bahwa rendahnya rasa kepercayaan diri dapat menimbulkan hambatan besar dalam menjalankan kegiatan sehari - hari. Sebagian peserta didik yang tidak mempunyai kepercayaan diri antara lain: ekonomi kurang, status sosial, kurang siap dalam menghadapi situasi dan kondisi, mudah mengalami kecemasan, penakut, sering gugup, mutu pendidikan yang kurang baik, sering menghindar atau pemalu, tidak bisa menarik simpati orang.

kurang baik, sering menghindar atau pemalu, tidak bisa menarik simpati orang lain.

Adler, (dalam Lauster, 2012) mengungkapkan bahwa kebutuhan akan kepercayaan diri dan rasa superioritas merupakan kebutuhan manusia paling penting. Kepercayaan diri dapat diartikan sebagai suatu kepercayaan terhadap serta bagaimana individu tersebut memandang dirinya secara utuh dengan mengacu pada konsep dirinya.

Maslow (dalam Iswidharmanjaya, 2004) mengungkapkan kepercayaan diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri (eksplorasi segala kemampuan dalam diri). Dengan siswa. Oleh karena itu dapat disimpulkan interaksi edukatif adalah suatu proses hubungan yang bersifat komunikatif antara guru dengan siswa yang berlangsung dalam ikatan tujuan guru, dan bersifat edukatif, dilakukan dengan sengaja, direncanakan serta memiliki tujuan tertentu. Kepercayaan diri seorang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Seorang yang memiliki kepercayaan diri akan berusaha sekeras mungkin untuk mengeksplorasi semua bakat yang dimilikinya.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah kesadaran individu akan kekuatan dan kemampuan yang dimilikinya, meyakini adanya rasa percaya dalam dirinya, merasa puas terhadap dirinya baik yang bersifat batiniah maupun jasmaniah, dapat bertindak sesuai dengan kepastiannya

serta mampu mengendalikannya dalam mencapai tujuan yang diharapkannya.

2. Ciri - ciri Kepercayaan Diri

Hakim (2005) menyebutkan ciri - ciri orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi antara lain :

- a. Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu, rasa tenang akan membuat segala sesuatu yang sedang dikerjakan dapat terselesaikan dengan baik dan memuaskan.
- b. Mampu menetralkan ketegangan yang muncul didalam berbagai situasi, sehingga mengetahui berbagai cara - cara tertentu untuk mengatasi rasa tegang yang ada didalam dirinya.
- c. Memiliki kecerdasan yang cukup. Kecerdasan sangat mendukung akan semua kegiatan yang sedang dilakukan, sehingga orang akan terlihat dari cara dia melukan atau mengambil sebuah keputusan.
- d. Memiliki keahlian atau ketrampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya ketrampilan berbahasa asing.
- e. Memiliki kemampuan bersosialisasi. Kemampuan bersosialisasi sangat mendukung munculnya rasa kepercayaan diri, karena semakin dia mampu bersosialisasi maka seolah - olah akan mendapatkan sebuah dukungan dari orang lain dalam melakukan sesuatu hal, misalnya memberikan semangat atau kata - kata yang berupa motivasi.

- f. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan didalam menghadapi berbagai cobaan hidup.
- g. Selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya didalam menghadapi berbagai masalah, misalnya dengan tetap tegar, sabar dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup. Sikap ini adanya masalah hidup yang berat justru semakin memperkuat rasa kepercayaan diri seseorang.

3. Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Lauster (2012 : 56) menjelaskan beberapa aspek kepercayaan diri sebagai berikut :

- a. Kemampuan pribadi, yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk mengembangkan diri di mana individu yang bersangkutan tidak tergantung kepada orang lain dan dapat mengenal kemampuan dirinya sendiri.
- b. Interaksi sosial yaitu kemampuan individu dalam berhubungan dengan lingkungannya dan mengenal sikap individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, bertoleransi, dapat menerima pendapat orang lain dan menghargai orang lain.
- c. Konsep diri yaitu bagaimana individu memandang dan menilai dirinya sendiri secara positif atau negatif, mengetahui kelebihan dan kekurangannya.
- d. Berani mengungkapkan pendapat yaitu sikap individu untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada

orang lain tanpa adanya paksaan atau hal yang dapat menghambat pengungkapan perasaan tersebut.

4. Faktor - faktor Kepercayaan Diri

Setiti (2011 : 12) kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu :

a. Faktor internal, meliputi :

1) Konsep Diri

Terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan suatu kelompok.

2) Harga Diri

Harga diri yaitu penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri.

3) Kondisi Fisik

Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri, fisik yang cacat merupakan penyebab utama rendahnya kepercayaan diri seseorang. Ketidakmampuan fisik dapat menyebabkan rasa rendah diri.

4) Pengalaman Hidup

Kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman. Pengalaman hidup yang mengecewakan adalah paling sering menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri.

b. Faktor eksternal, meliputi :

1) Pendidikan

Tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat individu merasa dibawah kekuasaan yang lebih pandai, sebaliknya individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu bergantung pada individu lain.

2) Pekerjaan

Bekerja dapat mengembangkan kreatifitas dan kemandirian serta kepercayaan diri seseorang.

3) Lingkungan dan Pengalaman Hidup

Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberikan rasa nyaman dan kepercayaan diri yang tinggi. Pembentukan kepercayaan diri juga bersumber dari pengalaman pribadi yang dialami seseorang dalam perjalanan hidupnya. Sebaliknya pemenuhan kebutuhan psikologis yang dialami seseorang selama perjalanan yang buruk pada masa kanak-kanak akan menyebabkan individu kurang kepercayaan diri. Ketidakpercayaan diri dapat terjadi akibat keadaan emosional yang belum matang. Hankin (2005 : 35) kebiasaan emosional yang belum matang diantaranya adalah:

- a) Kecemasan fiktif
- b) Amarah yang tidak matang
- c) Rasa bersalah yang tidak pada tempatnya
- d) Rasa malu karena pada diri sendiri yang tidak berdaya.

Ketidakpercayaan diri akan berpengaruh terhadap sikap dalam bersosialisasi seseorang terhadap lingkungannya. Kemungkinan mereka untuk lebih berprestasi akan terhalang dengan pemikiran negative yang mungkin ada akibat kurangnya kematangan emosional yang berdampak pada perasaan minder atau rendah diri.

Dari keterangan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa faktor tidak. Kepercayaan diri menyampaikan bahwa perasaan khawatir dan pikiran tidak tenang, perasaan ini yang menimbulkan perasaan gelisah, tidak tenang dan takut sehingga menjadi kehilangan kepercayaan diri.

5. Tingkat Perkembangan Percaya Diri pada Remaja

Perkembangan rasa percaya diri seseorang berawal dari terbentuknya konsep diri yang positif. Begitu juga dengan kepercayaan diri pada masa pubertas awal. Masa ini kepercayaan diri remaja awal ditandai dengan konsep diri yang positif. (Hurlock, 2012 : 197). Konsep diri negatif pada remaja awal dapat disebabkan oleh faktor dari dalam diri dan faktor dari lingkungan. Hampir semua anak memiliki konsep diri yang kurang realistis mengenai penampilan dan kemampuannya kelak

ketika dewasa. Remaja memperhatikan perubahan fisik dan lingkungan yang sedang dialaminya dan mengamati perilakunya yang canggung. Remaja menjadi kecewa karena apa yang terjadi berbeda dengan yang diharapkan sehingga hal itu akan memberi pengaruh buruk pada konsep diri.

Hurlock (2012 : 197). Remaja dapat mengembangkan konsep diri negatif dilihat dari perilakunya berupa menarik diri dari lingkungan, sedikit melibatkan diri dalam kegiatan atau kelompok, menjadi agresif dan bersikap bertahan dan membalas dendam perlakuan yang dianggap tidak adil.

Perilaku - perilaku tersebut mencerminkan rendahnya kepercayaan diri pada remaja. Sehingga remaja yang mengembangkan konsep diri negatif selama perkembangannya akan berdampak pada tertanamnya dasar - dasar rendah diri. Namun, jika remaja memperoleh bantuan dari orang dewasa dalam menyikapi perubahan diri, lingkungan dan mampu mengembangkan konsep diri positif, mereka akan mampu mengembangkan kepercayaan diri sampai perkembangan tahap berikutnya.

Tahap perkembangan remaja pada usia 13 - 15 tahun. Gunarsa (2009 : 38) telah merangkum beberapa karakteristik remaja yang dapat menimbulkan berbagai permasalahan pada diri remaja, yaitu:

- a. Kecanggungan dalam pergaulan dan kekakuan dalam gerakan.
- b. Ketidakstabilan emosi.

- c. Adanya perasaan kosong akibat perombakan pandangan dan petunjuk hidup.
- d. Adanya sikap menentang dan menantang orang tua.
- e. Pertentangan di dalam dirinya sering menjadi pangkal penyebab pertentangandengan orang tua.
- f. Kegelisahan karena banyak hal diinginkan tetapi remaja tidak sanggup memenuhi semuanya.
- g. Senang bereksperimentasi.
- h. Senang bereksplorasi.
- i. Mempunyai banyak fantasi, khayalan, dan bualan.
- j. Kecenderungan membentuk kelompok dan kecenderungan kegiatan berkelompok.

Berdasarkan tinjauan teori perkembangan, usia remaja adalah masa saat terjadinya perubahan-perubahan yang cepat, termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian, sebagian remaja mampu mengatasi transisi ini dengan baik, namun beberapa remaja bisa jadi mengalami penurunan pada kondisi psikis, fisiologis, dan sosial yang akhirnya membuat remaja mengalami percaya diri yang rendah. Beberapa permasalahan remaja yang muncul biasanya banyak berhubungan dengan karakteristik yang ada pada diri remaja. Masa remaja merupakan masa yang penuh gejolak. Pada masa ini *mood* bisa berubah dengan sangat cepat.

Percaya diri yang tinggi pada remaja sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut (Fatimah, 2008 : 149) bahwa individu merasa :

- a. Merasa memiliki kompetensi.
- b. Yakin mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman.
- c. Potensi aktual.
- d. Berprestasi.
- e. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Berdasarkan pendapat di atas percaya diri pada masa remaja hanya merujuk bahwa remaja tersebut merasa memiliki kompetensi, yakin mampu dan percaya bahwa dia bisa, potensi aktual, berprestasi, dan memiliki harapan yang realistis.

6. Jenis - jenis Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri bersumber dari dalam diri individu dan dari luar/tingkah laku individu. Oleh karena itu kepercayaan diri dapat dibagi menjadi beberapa bagian. Menurut Hanifiyah (dalam Lindenfield, 2015 : 4) mengemukakan bahwa: Hasil analisis tentang percaya diri ada dua percaya diri yang berbeda yaitu percaya diri batin dan percaya diri lahir. Percaya diri batin adalah percaya diri yang memberi pada kita perasaan dan anggapan bahwa kita dalam keadaan baik. Percaya diri lahir adalah percaya diri yang memungkinkan kita untuk tampil dan berperilaku dengan cara menunjukkan pada dunia luar bahwa kita yakin akan diri

Ciri utama yang khas pada orang yang mempunyai percaya diri batin yang sehat. Keempat ciri itu adalah cinta diri, pemahaman diri, tujuan yang jelas, berfikir positif’.

1) Cinta Diri

Anak yang mencintai diri sendiri adalah anak yang percaya pada diri mereka sendiri dan peduli tentang diri sendiri karena perilaku dan gaya hidup mereka untuk memelihara diri. Manfaat dari anak yang memiliki unsur percaya diri batin adalah anak dapat mempertahankan kecenderungan untuk menghargai segala kebutuhannya baik kebutuhan jasmani maupun rohani yang setara dengan kebutuhan orang lain. Dengan demikian maka anak akan merasa dapat berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya dan tidak akan menyiksa diri sendiri dengan rasa bersalah setiap kali menginginkan sesuatu atau mendapatkan sesuatu. Kepercayaan diri batin ini akan membuat anak merasa senang bila diperhatikan orang lain, menjadi bangga atas sifat-sifat mereka yang baik dan tidak akan membuang waktu dan tenaga untuk memikirkan kekurangan – kekurangan diri sendiri.

2) Pemahaman Diri

Anak yang memiliki kepercayaan diri batin akan sadar diri, mereka tidak akan terus menerus merenungi diri sendiri, tetapi secara teratur akan memikirkan perasaan, pikiran dan perilaku mereka, dan selalu ingin tahu bagaimana pendapat orang lain

tentang diri mereka. Anak yang memiliki pemahaman diri yang baik akan sangat menyadari kekuatan diri mereka untuk mengembangkan kemampuan mereka sepenuhnya. Anak akan mengenal kelemahan dan keterbatasan mereka, sehingga mereka tidak akan mengulangi kesalahan dan membiarkan diri mereka mengalami kegagalan berulang kali. Anak yang memiliki pemahaman diri yang baik akan tumbuh dengan kesadaran yang mantap tentang identitas diri sendiri sehingga mereka lebih mampu dan puas menjadi diri sendiri, mereka punya pengertian yang sehat dan akan selalu terbuka untuk menerima umpan balik dari orang lain dan bersedia mendapat bantuan dan pelajaran dari orang lain.

3) Tujuan yang Jelas

Anak yang percaya diri adalah anak yang selalu tahu tujuan hidupnya, hal tersebut disebabkan karena mereka mempunyai pemikiran yang jelas dan mereka tahu mengapa mereka melakukan suatu tindakan tertentu dan mereka tahu hasil apa yang mereka harapkan. Unsur - unsur yang dapat memperkuat kepercayaan diri anak dengan tujuan yang jelas yaitu dengan cara anak membiasakan diri menentukan sendiri tujuan yang dapat mereka capai dan tidak harus bergantung pada orang lain, memiliki motivasi yang kuat, dan belajar menilai diri sendiri.

Dengan demikian maka anak akan memiliki kepercayaan diri dengan tujuan yang jelas dalam kehidupannya. Anak akan menjadi tau arah tujuan dan keputusan yang akan diambil untuk mencapai tujuannya.

4) Berfikir Positif

Orang - orang yang percaya diri biasanya adalah orang-orang yang menyenangkan, karena orang - orang tersebut dapat melihat kehidupan dari sisi lain dengan kekuatan batin. Dengan berfikir positif maka anak akan memandang orang lain dari sisi yang positifnya, anak akan percaya bahwa semua masalah dapat diselesaikan dan tidak akan memandang masa lalu tetapi masa depan, anak mau bekerja dan menghabiskan waktu dan energi untuk belajar karena mereka percaya bahwa diri mereka mampu untuk mencapai tujuan mereka.

a. Kepercayaan Diri Lahiriah

Kepercayaan diri lahiriah ialah kepercayaan diri seseorang yang akan dilaksanakan dalam berbagai situasi dan didorong dari dalam oleh kepercayaan diri batin. Percaya diri tidak hanya dirasakan oleh individu yang bersangkutan. Namun dipandang perlu oleh seseorang untuk memberikan kesan percaya diri pada dunia luar.

Berkenaan dengan hal tersebut maka individu yang bersangkutan perlu mengembangkan ketrampilan yang meliputi bidang komunikasi, ketegasan, penampilan diri dan pengendalian

perasaan. “ Adapun manfaat dari ketrampilan tersebut adalah komunikasi, penampilan diri, pengendalian perasaan ” (Hanifiyah, 2015 : 7 - 11).

1) Komunikasi

Komunikasi ialah kemampuan mendasar untuk dapat berinteraksi dengan lingkungan baik disituasi apapun dan dimanapun. Dengan memiliki dasar yang baik dalam bidang ketrampilan berkomunikasi anak akan dapat mendengarkan orang lain dengan tepat, tenang dan penuh perhatian, bisa berbicara dengan segala usia dan dari segala latar belakang, mengerti kapan dan bagaimana berganti pokok pembicaraan dari percakapan biasa ke yang lebih mendalam, menggunakan komunikasi non-verbal secara efektif, membaca dan memanfaatkan bahasa tubuh orang lain, berbicara dengan memakai nalar dan secara fasih dan dapat berbicara didepan umum tanpa rasa takut.

1) Penampilan Diri

Penampilan diri yang dimaksudkan adalah pakaian dan gaya hidup yang digunakan oleh seseorang yang sesuai dengan kepribadiannya. Ketrampilan penampilan diri akan mengajarkan pada seseorang betapa pentingnya, tampil sebagai orang yang percaya diri. Hal ini memungkinkan seseorang untuk memilih gaya pakaian dan warna yang cocok untuk berbagai peran dan

peristiwa sesuai dengan kepribadian, serta menyadari dampak gaya hidupnya (misalnya mobil dan rumah) terhadap pendapat orang lain mengenai dirinya, tanpa terbatas pada keinginan untuk selalu ingin menyenangkan orang lain.

2) Pengendalian Perasaan

Pengendalian perasaan ialah kemampuan seseorang untuk dapat mengontrol atau mengendalikan emosi atau perasaan dalam situasi apapun. Perasaan yang tidak dikelola dengan baik dapat membentuk suatu kekuatan besar yang tak terduga. Dalam hidup sehari-hari seseorang perlu mengendalikan perasaan agar hati tidak memerintah pikiran. Dengan mengetahui cara mengendalikan diri, seseorang dapat lebih percaya diri, berani menghadapi tantangan dan resiko karena bisa mengatasi rasa takut, khawatir dan frustrasi, dapat menghadapi kesedihan secara wajar, membiarkan diri bertindak secara spontan karena yakin tidak akan lepas kendali, serta mencari pengalaman dan hubungan yang memberi kesenangan, cinta, dan kebahagiaan, karena individu tidak mudah terbenam dalam hawa nafsu amarahnya.

Kepercayaan diri lahiriah merupakan tindakan atau tingkah laku wujud kepercayaan diri yang dapat dilihat oleh orang lain. Siswa yang ikut serta dalam penelitian harus memiliki kepercayaan diri lahiriah tersebut agar dapat dilihat wujud peningkatan kepercayaan diri setelah mengikuti kegiatan

penelitian. Siswa harus dapat memperbaiki beberapa ketrampilan yang ada yaitu komunikasi, ketegasan, penampilan diri dan pengendalian perasaan. Bertambahnya kemampuan siswa dalam ketrampilan tersebut maka secara otomatis kepercayaan diri siswa tersebut juga akan bertambah.

B. Konseling Kelompok dengan Teknik *Role Playing*

1. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok merupakan layanan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialami melalui dinamika kelompok. Masalah yang dibahas adalah masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing kelompok (Jamal, 2010 : 116)

Tohirin, (2007 : 179) mengemukakan bahwa layanan konseling kelompok merupakan kegiatan yang mengikuti sejumlah peserta dalam bentuk kelompok dengan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok. Layanan konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan dan pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan.

Berdasarkan deskripsi di atas dapat dipahami bahwa konseling kelompok merupakan layanan konseling perorangan

yang dilaksanakan didalam suasana kelompok. Di dalam kelompok ini ada konselor (yang jumlahnya mungkin lebih dari seorang dan ada klien, yaitu para anggota kelompok yang jumlahnya paling kurang dua orang). Disini terjadi hubungan konseling dalam suasana yang diusahakan sama seperti dalam konseling perorangan, yaitu hangat, terbuka, permisif, dan penuh keakraban.

b. Tujuan Konseling Kelompok

Kesuksesan layanan konseling kelompok sangat dipengaruhi sejauh mana tujuan yang akan dicapai dalam konseling kelompok. Memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk mengembangkan pemahaman tentang masalah orang lain, anggota dapat belajar bagaimana memberi bantuan kepada teman satu kelompok, belajar mengetahui cara - cara memahami keadaan kehidupan dan memberikan reaksi-reaksi rasional pada keadaan itu, sehingga mengurangi gangguan pada diri individu.

Prayitno, (2004) dalam (Tohorin, 2007 : 181) secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosial siswa, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui konseling kelompok juga dapat dientaskan masalah klien (siswa) dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Berdasarkan pendapat diatas dapat dipahami bahwa tujuan konseling kelompok adalah untuk memberikan bantuan kepada individu agar berani berbicara dengan banyak orang, menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain, lebih memahami dirinya, mengembangkan bakat,minat dan mengentaskan permasalahannya dalam kelompok.

c. Asas Konseling Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan ataupun yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas - asas tersebut yaitu:

1) Asas Kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini memegang peranan penting dalam konseling kelompok karena yang dibahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua (pembicaraan ataupun kelompok tindakan) yang ada dalam kegiatan konseling kelompok.

2) Asas Kesukarelaan

Kehadiran, pendapat, usulan, ataupun tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat sukarela tanpa paksaan.

3) Asas Keterbukaan

Keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan sekali. Karena jika keterbukaan ini tidak muncul maka akan terdapat keragu - ragan atau kekhawatiran dari anggota.

4) Asas Kegiatan

Hasil layanan konseling kelompok tidak akan berarti bila klien yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan - tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya menimbulkan suasana agar klien yang dibimbing mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam penyelesaian masalah.

5) Asas Kenormatifan

Dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota yang lain harus mempersilahkan terlebih dahulu atau dengan kata lain tidak ada berebut.

6) Asas Kekinian

Masalah yang dibahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat sekarang. Maksudnya, masalah yang dibahas adalah masalah yang saat ini dialami yang mendesak, yang mengganggu keefektifan kehidupan sehari - hari, yang

membutuhkan penyelesaian segera, bukan masalah dua tahun yang lalu ataupun masalah waktu kecil.

d. Tahapan Pelaksanaan Konseling Kelompok

1) Tahapan Pembentukan Kelompok

Fase pembentukan dalam suatu kelompok jarang terjadi secara otonom dan berdiri sendiri tetapi cenderung tumpang tindih dengan batas - batas yang sering tidak jelas. Dalam konseling kelompok, pembentukan kelompok merupakan tahap awal yang sangat berpengaruh dalam proses konseling selanjutnya. Karena tahap ini mempunyai pengaruh besar terhadap keberlangsungan proses konseling, maka sebelum pembentukan kelompok dilakukan, ada beberapa persiapan yang harus dilakukan oleh seorang konselor.

2) Tahapan Peralihan

Tahapan peralihan merupakan jembatan antara tahap pertama dengan tahap ketiga. Adapun tujuan dari tahap peralihan adalah terbebaskannya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya, dan makin mantapnya minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok.

3) Tahapan Kegiatan

Dalam konseling kelompok, tahap pertama dan kedua, pada dasarnya adalah tahap persiapan agar semua anggota

kelompok telah siap untuk melakukan proses konseling kelompok yang sebenarnya. Konselor menyiapkan kondisi psikologis konseli untuk dapat memasuki sesi konseling kelompok dengan penuh kesungguhan. Itulah sebabnya, direkomendasikan agar konselor tidak buru-buru masuk pada tahap ini sebelum konseli siap secara mental.

4) Tahapan Penutupan

Tahapan penutupan merupakan penilaian dan tindak lanjut, adanya tujuan terungkapnya kesan - kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan, terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang telah dicapai yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas, terumuskan rencana kegiatan lebih lanjut, tetap dirahakannya hubungan kelompok dan rasa kebersamaan meskipun kegiatan diakhiri.

2. Teknik *Role Playing*

a. Pengertian *Role Playing*

Corsini (dalam Siti) *role playing* yaitu sesuatu yang berkaitan dengan pendidikan, dimana individu memerankan situasi yang imajinatif dengan tujuan untuk membantu tercapainya pemahaman diri sendiri, meningkatkan ketrampilan-ketrampilan menganalisis perilaku seseorang atau seseorang dalam bertingkah laku. Memahami pendapat diatas bahwa *role playing* merupakan kegiatan bermain peran yang membantu

individu memahami perilaku orang lain, mengetahui permasalahan yang dihadapi sehingga individu dapat mengembangkan ketrampilan sosial dalam berinteraksi dengan lingkungan.

Roestiyah (dalam Prihatin, Munir & Nurwahyuni, 2016 : 4) menyatakan bahwa teknik *role playing* ialah siswa dapat mendramatisasikan tingkah laku, ungkapan gerak-gerik wajah seseorang dalam hubungan sosial antar manusia dimana siswa bisa berperan, memainkan peranan dalam dramatisasi masalah sosial atau psikologi. Memahami pendapat Roestiyah bahwa *role playing* merupakan kegiatan bermain peran yang membantu individu agar dapat mengekspresikan ungkapan secara verbal maupun non verbal dalam memerankan suatu peran tertentu untuk mengembangkan konsep diri positif.

Memahami pengertian Corsini dan Roestiyah dapat disimpulkan bahwa *role playing* adalah suatu strategis dalam pengubahan perilaku memainkan peran tertentu untuk mengembangkan konsep diri positif, memahami perilaku diri sendiri dan memahami perilaku orang lain dengan cara mengekspresikan ungkapan secara verbal maupun non verbal.

Teknik *role playing* dapat menggambarkan perasaan individu baik yang dipikirkan atau yang diekspresikan. Emosi dan ide - ide yang muncul dalam bermain peran dapat diinternalisasi

dalam diri sehingga akan membawa individu pada kesadaran yang selanjutnya akan memberikan arah pada perubahan perilaku individu.

b. Tujuan *Role Playing*

Tujuan bermain peran adalah menggambarkan suatu peristiwa masa lampau atau dapat pula cerita dimulai dengan berbagai kemungkinan yang terjadi baik kini maupun mendatang kemudian ditunjuk beberapa siswa untuk melakukan peran sesuai dengan daya imajinasi tentang pokok yang diperankannya.

Mengutip pendapat dari Subari yang menjelaskan tujuan bermain peran adalah :

- 1) Memahami peran orang lain
- 2) Membagi tanggung jawab dan melaksanakannya
- 3) Menghargai penghayatan orang lain
- 4) Terlatih mengambil keputusan

c. Tahap - tahap Pelaksanaan *Role Playing*

Tangdilintin (Rahmat, 2016 : 28) menyampaikan bahwa dalam teknik *role playing* terdapat langkah - langkah teknik yang bisa ditempuh, yaitu :

- 1) Memilih topik
- 2) Mintalah peserta didik melukiskan suatu situasi problematik (konflikual) yang paling sering mereka hadapi dan diinginkan untuk dibahas

- 3) Menyiapkan sketsa
- 4) Menentukan peran atau lakon-lakon dengan pameran-pameran, siapa melakoni apa dan bagaimana. Kemudian sketsa dalam garis besar disusun berdasarkan lakon atau perwatakan yang telah di pilih
- 5) Memainkan peran
- 6) Set-up atau pengaturan lakon di tempatkan secara konfrontatif
- 7) Tiap pembawa lakon atau pemeran diminta mengutarakan pesan dan perasaan terhadap lakon yang diperankan
- 8) Kesimpulan dan pengarahannya
- 9) Apabila *role playing* dan evaluasi atau refleksi berjalan baik inilah yang kita harapkan dari *role playing* atau sosiodrama

Keberhasilan dalam teknik *role playing* dipengaruhi persiapan sebelum melakukannya, persiapan yang dimaksud yaitu langkah - langkah seperti memilih topik yang akan di bahas, pemilihan peran, persiapan sketsa atau panggung, memainkan peran, diskusi serta evaluasi dan terakhir adalah kesimpulan dari anggota proses yang telah dilaksanakan.

d. Jenis - jenis *role playing*

Menurut Zacky, (2011) *role playing* terdiri atas dua jenis, yaitu:

- a. Bersifat bebas Spontan (*free assoziiertes and spontanenes role playing*), adalah *role playing* yang bersifat bebas dan spontan

lebih memberikan kebebasan kepada pelaku untuk berfantasi. Permainan ini dapat dilaksanakan, baik dengan maupun tanpa alat bantu.

- b. Diatur Secara Ketat (*reglementiertes role playing*), adalah *role playing* yang diatur memiliki dan harus mengikuti aturan - aturan, rancangan, *spilleiter* atau *scenario* yang tetap (*pasti*).
- c. Semua jenis permainan ditampilkan sesuai dengan aturan - aturan *pasti* termasuk ke dalam kelompok ini. Menurut Budden, bermain peran merupakan kegiatan berbicara, baik ketika seseorang berperan sebagai orang lain, maupun ketika dia memposisikan diri dalam situasi yang tidak nyata.

e. *Konseling Kelompok dengan Teknik *Role Playing**

Berdasarkan pengertian *konseling kelompok* dapat diartikan sebagai suatu upaya memecahkan masalah yang dilakukan melalui situasi, proses dan kegiatan kelompok agar individu mendapatkan pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri, dan perwujudan diri menuju perkembangan yang optimal. Dalam *konseling kelompok* pengentasan masalah mencakup berupa bidang pribadi, bidang sosial, bidang karir, dan bidang karier.

Berdasarkan kesimpulan diatas adalah suatu upaya memecahkan masalah yang dilakukan melalui situasi, proses dan kegiatan kelompok agar individu mendapatkan pemahaman

diri, penerimaan diri, pengarahan diri, perwujudan diri menuju perkembangan yang optimal.

Role playing adalah kegiatan bermain peran yang membantu individu memahami perilaku orang lain, mengetahui permasalahan yang dihadapi sehingga individu dapat mengembangkan ketrampilan sosial dalam berinteraksi dengan lingkungan.

Berdasarkan apa yang dijelaskan diatas dapat diambil kesimpulan adalah kegiatan bermain peran yang membantu individu memahami perilaku orang lain, mengetahui permasalahan yang dihadapi sehingga individu dapat mengembangkan ketrampilan sosial dalam berinteraksi dengan lingkungan.

Teknik diatas adalah bentuk scenario teknik *role playing* dalam psikodrama. Sesuai dengan peran bimbingan dan konseling yaitu membantu siswa mencapai perkembangan yang optimal. Untuk itu diperlukan upaya konselor atau pembimbing untuk mengatasi masalah mengenai kepercayaan diri siswa agar individu dapat merubah perilaku yang tidak diinginkan menjadi perilaku yang diharapkan ada pada individu dengan cara permainan peran.

C. Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan kebutuhan yang harus dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri terbentuk melalui pengalaman dan proses belajar seseorang dalam hidupnya.

Konseling kelompok dapat diartikan sebagai suatu upaya memecahkan masalah yang dilakukan melalui situasi, proses dan kegiatan kelompok agar individu mendapatkan pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri, dan perwujudan diri menuju perkembangan yang optimal. Dalam konseling kelompok pengentasan masalah mencakup berupa bidang pribadi, bidang sosial, bidang karir, dan bidang karier.

Roestiyah (dalam Prihatin, Munir & Nurwahyuni, 2016 : 4) menyatakan bahwa teknik *role playing* ialah siswa dapat mendramatisasikan tingkah laku, ungkapan gerak - gerak wajah seseorang dalam hubungan sosial antar manusia dimana siswa bisa berperan, memainkan peranan dalam dramatisasi masalah sosial atau psikologi. Memahami pendapat Rostiyah bahwa *role playing* merupakan kegiatan bermain peran yang membantu individu agar dapat mengekspresikan ungkapan secara verbal maupun non verbal dalam memerankan suatu peran tertentu untuk mengembangkan konsep diri positif.

Berdasarkan apa yang telah dijelaskan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa kepercayaan diri adalah suatu kepercayaan terhadap

serta bagaimana individu tersebut memandang dirinya secara utuh dengan mengacu pada konsep dirinya. Konseling kelompok adalah suatu upaya memecahkan masalah yang dilakukan melalui situasi, proses dan kegiatan kelompok agar individu mendapatkan pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri, dan perwujudan diri menuju perkembangan yang optimal.

Role playing adalah kegiatan bermain peran yang membantu individu agar dapat mengekspresikan ungkapan secara verbal maupun non verbal dalam memerankan suatu peran tertentu untuk mengembangkan konsep diri positif.

Kepercayaan diri rendah merupakan sebuah pola berfikir irasional yang harus diubah menjadi rasional sehingga individu mampu menjadi individu yang mempunyai kepercayaan diri tinggi sehingga mampu mengaktualisasikan dirinya dan mencapai tujuan belajarnya. 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 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.

Peneliti menggunakan konseling kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri. Konseling kelompok

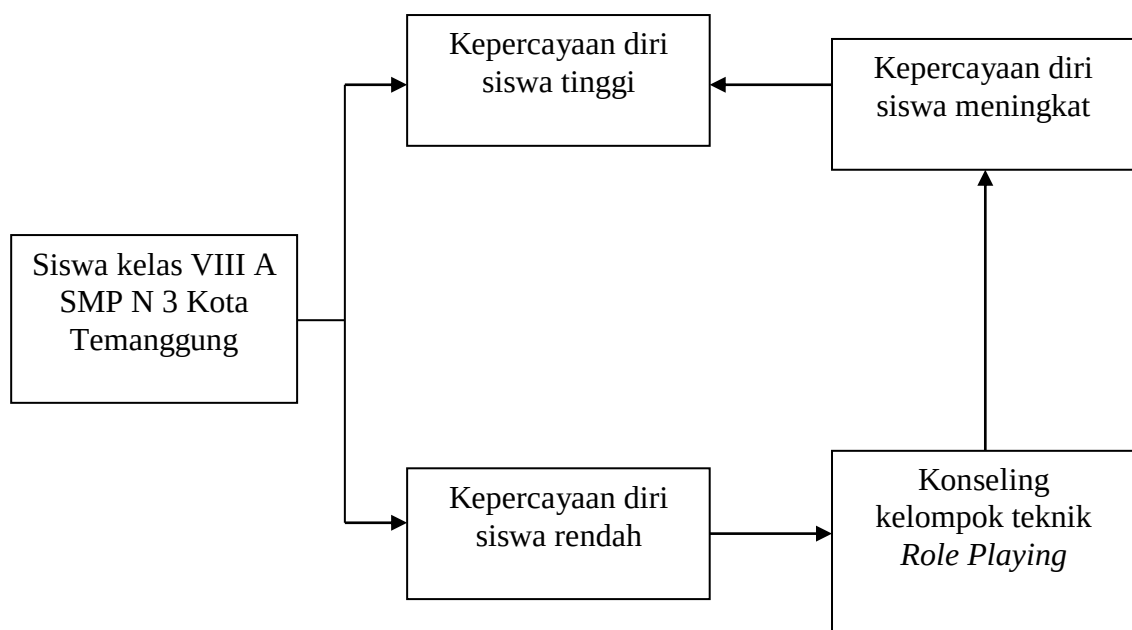
merupakan suatu upaya memecahkan masalah yang dilakukan melalui situasi, proses dan kegiatan kelompok agar individu mendapatkan pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri, dan perwujudan diri menuju perkembangan yang optimal.

D. Kerangka Pemikiran

Siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah akan mengalami permasalahan dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah yaitu kurang melatih diri untuk mempercayai dan bergaul dengan orang lain. Kerangka pemikiran dijelaskan dalam pembahasan untuk mempermudah pelaksanaan penelitian sekaligus untuk mempermudah dalam penelitian agar tidak menyimpang dari inti permasalahan. Adapun kerangka pemikiran dalam penelitian ini adalah siswa SMP yang memiliki kepercayaan diri rendah. Siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah sangat sulit untuk dapat memahami potensi atau kemampuan dalam dirinya, meliputi keluar dari kebiasaan bertahan, menjaga eksistensi, percaya diri, bebas dan kreatifitas sehingga akan berdampak pada proses perkembangannya sesuai diharapkan..

Peneliti menggunakan konseling kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri. Konseling kelompok merupakan suatu upaya memecahkan masalah yang dilakukan melalui situasi, proses dan kegiatan kelompok agar individu mendapatkan pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri, dan perwujudan diri menuju perkembangan yang optimal. Teknik *role playing* adalah suatu

strategi pengubahan perilaku dengan cara memainkan peran tertentu dan dilakukan secara berulang - ulang agar perilaku yang ingin dirubah dapat dimunculkan dengan mampu menerapkan perilaku yang baru dalam berinteraksi dengan lingkungan. Perilaku yang semula memiliki pemahaman kepercayaan diri rendah dapat meningkat menjadi tinggi seperti yang lainnya, Seperti bagan dibawah ini :



Gambar 1
Kerangka Berpikir

E. Hipotesis Penelitian

Sugiyono, Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta - fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan

data. Jadi, hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik.

Hipotesis penelitian ini yaitu konseling kelompok dengan teknik *Role Playing* dapat berpengaruh untuk meningkatkan Kepercayaan Diri siswa.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan suatu penelitian untuk mengetahui apakah ada perubahan atau tidak pada suatu keadaan yang di kontrol secara ketat. Sehingga penelitian eksperimen dapat dikatakan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan (Sugiono, 2011 : 54).

Penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai penelitian yang di dalamnya melibatkan manipulasi terhadap kondisi subjek yang diteliti, disertai upaya kontrol yang ketat terhadap faktor - faktor luar serta melibatkan subjek pembanding atau metode ilmiah yang sistematis yang dilakukan untuk membangun hubungan yang melibatkan fenomena sebab akibat (Arifin, 2012 : 127).

Dengan demikian eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeleminasi, mengurangi atau menyisihkan faktor - faktor lain yang mengganggu. Eksperimen selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat perlakuan.

Dalam penelitian ini menggunakan metode *One Group Pretest-Posstest Design* yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa pembanding. Pada design ini terdapat *pretest* sebelum dilakukan eksperimen,

dengan demikian hasil penelitian dapat diketahui lebih akurat karena peneliti dapat membandingkan keadaan sebelum diberikan perlakuan dengan keadaan sesudah diberi perlakuan. Rancangan ini digambarkan sebagai berikut :

Tabel 1.
One Group Pretest-Posstest Design

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
TI	X	T2

Keterangan :

TI : Pengukuran awal

X : Treatment

T2 : Pengukuran Akhir

Pada penelitian ini menggunakan rancangan penelitian eksperimen dengan memberikan *pretest* (pengukuran awal) dan *posttest* (pengukuran akhir) kepada siswa yang digunakan sebagai subyek dalam penelitian.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan dua variable yaitu:

1. Variabel bebas atau *Independent Variable* (X) adalah konseling kelompok dengan teknik *role playing*.
2. Variabel terikat atau *Dependent Variable* (Y) adalah kepercayaan diri.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Konseling kelompok dengan teknik *role playing*

Konseling kelompok dengan teknik *role playing* adalah cara pemberian bantuan kepada individu menggunakan dinamika kelompok untuk menyelesaikan suatu permasalahan dengan menggunakan teknik *role playing* atau bermain peran.

2. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah kesadaran individu akan kekuatan dan kemampuan yang dimilikinya, meyakini adanya rasa percaya dalam dirinya, merasa puas terhadap dirinya baik yang bersifat batiniah maupun jasmaniah, dapat bertindak sesuai dengan kepastiannya serta mampu mengendalikannya dalam mencapai tujuan yang diharapkannya.

D. Subjek Penelitian

Subjek penelitian merupakan individu yang menjadi sasaran penelitian.

Hal - hal yang berhubungan dengan subyek penelitian adalah sebagai berikut:

1. Populasi

Menurut Sugiyono, populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : objek / subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung ada 30 siswa.

2. Sampel

Menurut Sugiyono, sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa anggota populasi dengan kepercayaan diri rendah. Sampel berjumlah 10 siswa.

3. Teknik *sampling*

Menurut Sugiyono, teknik *sampling* adalah teknik pengambilan sampel. Teknik *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung sebagai sampel karena kelas tersebut memenuhi kriteria sampel sebagai berikut :

- a. Siswa di SMP Negeri 3 Temanggung mengalami permasalahan kepercayaan diri siswa di sekolah sangat rendah.
- b. Siswa Kelas VIII A.

E. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 3 Temanggung. Adapun alasan peneliti memilih ini dikarenakan peneliti melihat adanya heterogenitas siswa pada sekolah-sekolah tersebut. Penelitian ini dilaksanakan di kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei hingga Juli Tahun Ajaran 2018/2019.

F. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket. Angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya (Arikunto, 2006 : 151). Jenis angket yang digunakan adalah angket tertutup yaitu angket yang menghendaki jawaban pendek dan jawaban yang membutuhkan jawaban tertentu. Kuesioner ini menggunakan model skalaliker dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS) dengan penilaian sebagai berikut:

Tabel 2 Penilaian Skor Angket Kepercayaan Diri		
Jawaban	Item Positif	Item Negatif
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

(Noor, 2014 : 128).

Instrumen dikembangkan dalam kisi - kisi yang memuat tentang motivasi berprestasi, aspek, indikator serta jumlah masing - masing item positif dan item negatif. Sebelum angket digunakan untuk *pre-test* dan *post test*, terlebih dahulu diuji validitas dan reabilitanya dengan menggunakan *try out*.

Berikut adalah kisi - kisi instrumen yang digunakan dalam penelitian berdasarkan Sadirman (2014 : 83), untuk mengukur kepercayaan diri respon siswa terdapat pada tabel berikut:

Tabel 3
Kisi - kisi Instrumen Angket Kepercayaan Diri

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Item		Jumlah Item	
			(+)	(-)		
Kepercayaan diri batin	1. Cinta diri	a. Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya.	1, 2, 3	4, 5, 6	6	
		b. Bangga atas sifat - sifat baik yang ada pada diri sendiri.	7, 8, 9	10, 11, 12	6	
	2. Pemahaman Diri	a. Menyadari kemampuan diri sendiri.	13, 14, 15	16, 17, 18	6	
		b. Menerima kelebihan dan kekurangan diri.	19, 20, 21	22, 23, 24	6	
	3. Tujuan yang jelas	a. Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas.	25, 26, 27	28, 29, 30	6	
		b. Memiliki motivasi yang kuat.	31, 32	33, 34	4	
		4. Berfikir Positif	a. Terbuka dengan orang lain.	35, 36	37, 38	4
	Kepercayaan Diri Lahiriah	1. Komunikasi	a. Mendengarkan orang lain	39, 40, 41	42, 43, 44	6
			b. Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut.	45, 46, 47	48, 49, 50	6
2. Penampilan Diri		a. Menyadari dampak gaya hidupnya.	51, 52	53, 54	4	
		b. Penampilan diri yang mendapat pengakuan.	55, 56	57, 58	4	
3. Pengendalian Perasaan		a. Kesediaan membuka diri.	59, 60	61, 62	4	
		b. Saling memahami perasaan satu sama lain.	63, 64	65, 66	4	
Jumlah			33	33	66	

G. Prosedur Penelitian

Dalam mengadakan sebuah penelitian, prosedur penelitian dilakukan dengan rancangan adalah sebagai berikut :

1. Persiapan Penelitian

a. Pengajuan judul dan proposal penelitian

Peneliti mengajukan judul penelitian sesuai dengan masalah yang ditemui di lapangan dan pengajuan proposal kepada dosen pembimbing pada bulan Agustus 2018.

b. Pengajuan surat izin

Peneliti mengajukan surat izin penelitian di SMP Negeri 3 Temanggung pada bulan April 2019.

c. Penyusunan instrumen penelitian

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket Kepercayaan Diri

d. *Try out* instrument

Pelaksanaan *try out* angket kepercayaan diri dilakukan pada bulan April, *Try out* dilakukan pada siswa kelas VIII A berjumlah 30 siswa. Angket terdiri dari 66 butir pernyataan. Kemudian diuji validitas dan reliabilitas.

2. Pelaksanaan penelitian

a. Pelaksanaan *pre-test*

- 1) Penulis menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan *pre-test*.
- 2) Penulis membagi angket *pre-test* kepada sampel penelitian.

- 3) Penulis mengoreksi hasil pengisian angket *pre-test* dan menganalisis hasil *pre-test* untuk menentukan tindak lanjut.
- b. Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *role playing*
- 1) Mengoreksi daftar hadir siswa agar sesuai dengan jumlah siswa yang telah mengikuti *pre-test*.
 - 2) Mengoreksi jawaban siswa pada angket kepercayaan diri
 - 3) Mengambil sampel sesuai dengan jumlah sampel yang dibutuhkan.
 - 4) Memberikan perlakuan pada subyek penelitian dengan salah satu teknik yaitu konseling kelompok dengan teknik *role playing*.
Dimana pada hal ini siswa diberikan sebuah konseling kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.
 - 5) Dalam pelaksanaanya penelitian dilaksanakan sebanyak 5 kali pada tanggal 7 Mei 2019 dan selanjutnya tanggal 15 Mei 2019. Alasan peneliti memilih dilaksanakan penelitian sebanyak 5 kali dikarenakan itu sudah disesuaikan dengan materi *role playing* dan kebutuhan siswa. peneliti memberikan beberapa materi kepada para siswa yaitu kepercayaan diri, belajar efektif dan efisien, goal setting, kemandirian belajar, meningkatkan gaya belajar, dan mengatur waktu belajar. Salah satu contoh yang diberikan peneliti saat melakukan treatment adalah saat memberikan materi kepercayaan diri dimana dalam treatment tersebut peneliti memberikan sebuah tayangan video dan sebuah sesi tanya jawab

dengan memberikan *reinforcement* (pemberian hadiah) dan *punishment* (hukuman) kepada siswa.

6) Evaluasi kegiatan konseling kelompok dengan teknik *role playing*.

c. Pelaksanaan *post-test*

- 1) Penulis menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan *post-test*.
- 2) Penulis membagikan angket *post-test* kepada kelompok yang menjadi sampel penelitian.
- 3) Penulis mengoreksi hasil pengisian angket *post-test*.
- 4) Penulis menganalisis hasil *post-test* dan memberikan hasil interpretasi pada analisis tersebut dalam rangka penentuan perubahan tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok teknik *role playing*.
- 5) Penyusunan hasil penelitian.

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yaitu cara mengolah data yang sudah diperoleh dari hasil penelitian untuk menuju ke arah kesimpulan. Analisis data yang digunakan oleh penulis adalah analisis data kuantitatif dengan teknik analisa *statistic non parametrik* dengan *uji wilcoxon*.

Uji ini digunakan untuk melihat perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* setelah dilakukan pelatihan. Teknik analisis ini dipilih dengan alasan sampel penelitian relative kecil, yaitu 10 siswa. Dengan menggunakan *uji Wilcoxon* diharapkan dapat diketahui apakah konseling kelompok dengan teknik *role playing* berpengaruh pada kepercayaan diri siswa. Analisis data dilakukan

dengan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 22,0 for windows.

1. Metode Analisis Instrumen

Instrumen merupakan alat ukur yang mampu memberikan informasi secara jelas dan akurat dalam proses penelitian. Suatu alat ukur dapat dinyatakan sebagai alat ukur yang jelas dan akurat dalam memberikan informasi apabila telah memenuhi beberapa kriteria yang telah ditentukan oleh para ahli psikometri yaitu kriteria valid dan reliable. Oleh karena itu agar simpulan tidak keliru dari keadaan yang sebenarnya, diperlukan uji validitas dan reliabilitas dari alat ukur yang digunakan penelitian.

1) Uji Validitas Instrumen

Data try out yang diperoleh segera dianalisis untuk menguji validitas instrument. Analisis butir menggunakan bantuan program SPSS 22.0 for windows, jumlah item pada kuesioner adalah 66 item pernyataan dengan N sejumlah 19. Kriteria item yang dinyatakan valid sah adalah item dengan nilai r yang diperoleh (r hitung) lebih dari r tabel pada taraf signifikan 5%. Dari 19 subyek uji coba, dengan nilai r tabel 1,739 dan tingkat signifikan 5% diperoleh 51 item sah atau item yang valid dan 15 item pernyataan dinyatakan gugur.

2) Uji reliabilitas instrumen

Instrumen dikatakan reliabel apabila berdasarkan hasil analisis item memperoleh nilai α lebih besar dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan N 19 siswa. Berdasarkan hasil perhitungan uji reliabilitas

dengan menggunakan program *SPSS 22.0 for windows*, diperoleh koefisien *alpha* pada variabel kepercayaan diri sebesar 0,381. Karena hasil koefisien *alpha* pada variabel kepercayaan diri lebih besar dari r_{tabel} ($0,842 > 0,456$), sehingga item angket tersebut dinyatakan reliabel dan dapat digunakan.

2. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yaitu cara mengolah data yang sudah diperoleh dari hasil penelitian untuk menuju ke arah kesimpulan. Teknik analisis data dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan analisis *statistic non parametric* atau dengan menggunakan *uji wilcoxon match Pirs Test*.

Uji ini digunakan untuk melihat perbedaan skor pre-test dan post-test setelah dilakukan pelatihan. Teknik analisis ini dipilih dengan alasan sampel penelitian relative kecil, yaitu 7 siswa. Dengan menggunakan *wilcoxon* diharapkan dapat diketahui apakah konseling kelompok dengan teknik *role playing* berpengaruh pada kepercayaan diri siswa. Analisis data dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 22,0 *for windows*.

Kriteria pengambilan keputusan dilakukan membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh pada tingkat signifikan 5%. Artinya, hipotesis dapat diterima jika nilai probabilitas (nilai p) kurang dari 0,05

I. Uji Coba Instrumen

Uji coba yang dilakukan dalam setiap penelitian biasanya digunakan untuk menguji konsistensi suatu instrumen penelitian. Suharsimi (2010 : 210) mengungkapkan bahwa tujuan uji coba instrumen adalah sebagai berikut:

1. untuk memahami tingkat keterpahaman instrumen,
2. untuk mengetahui teknik paling efektif,
3. untuk memperkirakan waktu yang dibutuhkan oleh responden dalam mengisi tes, dan
4. untuk mengetahui apakah butir - butir yang tertera dalam angket sudah memadai dan cocok dengan keadaan di lapangan.

Pada tahap ini, peneliti melakukan uji korelasi butir total guna mengetahui konsistensi jawaban dari siswa. Adapun rumus penghitungannya menggunakan software SPSS (*Statistical Product and Service Solution*).

Untuk mengetahui kelayakan instrumen peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas pada instrumen interaksi edukatif guru dan instrumen tes. Berikut hasil validitas dan reliabilitas:

1. Hasil Validasi Isi

Validitas isi menurut Surapranata (2009 : 51), sering pula dinamakan validitas kurikulum yang mengandung arti bahwa suatu alat ukur dipandang valid apabila sesuai dengan kurikulum yang hendak diukur. Validitas isi pada penelitian ini digunakan untuk menguji siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung .

2. Hasil Validasi Konstruk

Uji korelasi butir total pada penelitian ini dilakukan di siswa kelas VIII A tempat penelitian yaitu dilakukan di SMP Negeri 3 Temanggung dengan jumlah siswa sebanyak 19 siswa. Setelah melakukan uji korelasi butir total terdapat 15 butir soal yang gugur dan terdapat 51 butir yang dinyatakan konsisten. Adapun rinciannya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4
Hasil Validasi Konstruk Instrumen Kepercayaan Diri

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Item				Jumlah konsist en
			(+)		(-)		
			Konsi sten	Gugur	Konsi sten	Gugur	
Kepercay aan diri batin	1. Cinta diri	a. Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya.	1, 2	3	4, 5, 6		5
		b. Bangga atas sifat - sifat baik yang ada pada diri sendiri.	8, 9	7	10	11, 12	3
	2. Pemahaman Diri	a. Menyadari kemampuan diri sendiri.	13, 14, 15		16, 18	17	5
		b. Menerima kelebihan dan kekurangan diri.	19, 20, 21		23, 24	22	5
	3. Tujuan yang jelas	a. Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas.	25, 27	26	29, 30	28	4
		b. Memiliki motivasi yang kuat.	31, 32		33, 34		4
	4. Berfikir Positif	a. Terbuka dengan orang lain.	35, 36		37, 38		4
	Kepercay aan Diri Lahiriah	1. Komunikasi	a. Mendengarkan orang lain	40, 41	39, 45	43, 44 48,	42
b. Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut.			46, 47		49, 50		4
2. Penampilan Diri		a. Menyadari dampak gaya hidupnya.	51	52, 56	53, 54		3
	b. Penampilan diri						

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Item				Jumlah konsist en
			(+)		(-)		
			Konsi sten	Gugur	Konsi sten	Gugur	
		yang mendapat pengakuan.	55		57, 58		3
	3. Pengendalia n Perasaan	a. Kesediaan membuka diri.	59, 60		61	62, 65	4
		b. Saling memahami perasaan satu sama lain.	63, 64		, 66		3
Jumlah			26	7	25	8	51

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kesimpulan teori

Konseling kelompok dengan teknik *role playing* adalah cara pemberian bantuan kepada individu menggunakan dinamika kelompok untuk menyelesaikan suatu permasalahan dengan menggunakan teknik *role playing* atau bermain peran.

Kepercayaan diri adalah kesadaran individu akan kekuatan dan kemampuan yang dimilikinya, meyakini adanya rasa percaya dalam dirinya, merasa puas terhadap dirinya baik yang bersifat batiniah maupun jasmaniah, dapat bertindak sesuai dengan kepastiannya serta mampu mengendalikannya dalam mencapai tujuan yang diharapkannya.

B. Kesimpulan hasil penelitian

Berdasarkan hasil analisis data yang telah disajikan di dalam Bab IV dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *role playing* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Temanggung.

C. Saran

1. Bagi guru pembimbing

Ketika menemukan siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah maka guru pembimbing dapat menerapkan konseling kelompok dengan teknik *role playing* sebagai upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

2. Bagi sekolah

Diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan referensi dalam menangani siswa yang memiliki kecenderungan kepercayaan diri rendah.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Perlu pengamatan lebih intensif mengenai kepercayaan diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmani, Jamal Mak'mur.2010.*Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*. Yogyakarta: Diva Press
- Arifin, Zainal.2009. *Evaluasi Pembelajaran*, Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Corey, g.2010.*Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama
- Enung, Fatimah.2008.*Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Pustaka Setia
- Gunarsa, Singgih D.2009.*Psikologi Praktik Anak, Remaja dan Keluarga*. Jakarta: PT Gunung Mulia
- Hakim, T.2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*.Jakarta: Purwa Suara
- Hanafiyah, Nanang & Suhana, Cucu.2012.*Konsep Strategi Pembelajaran*. Bandung: Refika Aditama
- Hurlock, Elizabeth B.2012.*Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga
- Iswidharmanjaya.2004.*Bila Si Kecil Bermain Gadget: Panduan Bagi Orang Tua Untuk Memahami Faktor-Faktor Penyebab Anak Kecanduan Gadget*.Google Book
- Lidenfield, Gael.2015.*Mendidik Anak Agar Percaya Diri*, Terjemahan Adiati Kanul.Jepara: Silas Press
- Maesaroh, Siti.2005.*Efektifitas Penerapan Pembelajaran Kooperatif dengan Metode Group Investigation terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah. <http://ipotes.wordpress.com/2009/06/20/pembelajaran-kooperatif-metode-group-investigation>. Diakses 20 Maret 2019
- Noor, Juliansyah.2014.*Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis,Disertasi, & Karya Ilmiah*.Jakarta: Prenada Media Group

- Peter Lauster.2012.*Tes Kepribadian*. Jakrta: Bumi Aksara
- Prayitno.2004.*Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Prihatin, Rizki., Munir & Nurwahyuni.2016.*Penggunaan Teknik Role Playing Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa Kelas XII SMA Negeri 5 Palu*. Jurnal Konseling & Psikoedukasi, Vol. 1, No. 1, ISSN: 2502-4000. 2016
- Rosyida Nur Zulfah.2008.*Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kepercayaan diri Siswa Kelas V Di SD Negeri Manggungan Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2015/2016*. Cet ke VII. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Sadirman, A N.2014.*Interaksi dan Motivasi Belajar Mnegajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Setiti, Bekti.2011.*Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Pendekatan Cooperative Learning Tipe Numbered Head Together (NHT) dalam Pembelajaran Matematika*. Jakarta: UIN Syarifudin Hidayatullah
- Simarmata, Sari Wardani.2017.*Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Broken Home Pada Siswa Kelas X SMK Pabaku Kec Stabat T.A. 2017/2018*. Jurnal Al-Irsyad, Vol. VII, No. 2, Juli – Desember 2017
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.Bandung: Alfabeta
- Tohirin.2007.*Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*.Jakarta: Grafindo Persada