

**UPAYA MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA
MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK
SOSIODRAMA KELAS VIII.1 SMP NEGERI 2
PALEMBANG**

Nadia Anggraini¹, Nurlela², Tri Wahyuni Oktavia³
nadiaanggraini6353@gmail.com¹, nurlelampd97@gmail.com²,
triwahyuni003@gmail.com³
Universitas Sriwijaya

Abstrak

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII.1 melalui penerapan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik sosiodrama. Kepercayaan diri merupakan sikap positif dari individu yang membuatnya mampu menilai dirinya sendiri dan situasi di sekitarnya secara positif (Rini, 2010). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK), di mana tindakan yang diberikan berupa bimbingan kelompok dengan pendekatan sosiodrama, yaitu kegiatan bermain peran dalam kelompok untuk membantu siswa mengatasi permasalahan rendahnya kepercayaan diri. Berdasarkan hasil penelitian, terjadi peningkatan yang cukup berarti pada seluruh indikator kepercayaan diri siswa antara siklus I dan siklus II. Keyakinan dan kemampuan diri meningkat dari 33% menjadi 100%, indikator objektif dan optimis naik dari 33% ke 83%, ketangguhan dalam menghadapi kegagalan dari 67% menjadi 83%, keberanian tampil di depan umum dari 17% ke 67%, dan tanggung jawab dari 50% meningkat menjadi 83%. Temuan ini menunjukkan bahwa setiap aspek kepercayaan diri mengalami kemajuan yang signifikan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok efektif dalam membantu meningkatkan rasa percaya diri siswa.

Kata Kunci: Percaya Diri, Bimbingan Kelompok, Teknik Sosiodrama.

Abstract

This study was conducted with the aim of improving the self-confidence of Class VIII.1 students through the implementation of group counseling services using the sociodrama technique. Self-confidence is defined as a positive attitude that enables individuals to evaluate themselves and the situations they face in a positive manner (Rini, 2010). The method used in this research is Classroom Action Research (CAR), where the intervention involves group counseling through the sociodrama approach, which consists of role-playing activities within groups to help students overcome issues related to low self-confidence. Based on the research findings, there was a significant improvement in all indicators of students' self-confidence between Cycle I and Cycle II. Confidence and self-ability increased from 33% to 100%, the indicators of being objective and optimistic rose from 33% to 83%, persistence in the face of failure improved from 67% to 83%, courage to perform in public increased from 17% to 67%, and responsibility grew from 50% to 83%. These results indicate that each aspect of self-confidence showed considerable progress. Therefore, it can be concluded that the sociodrama technique in group counseling services is effective in enhancing students' self-confidence.

Keywords: Confidence, Group Guidance, Sociodrama Techniques.

PENDAHULUAN

Pada masa remaja, kepercayaan diri menjadi elemen penting yang memengaruhi kemampuan seseorang dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Rasa percaya diri yang lemah kerap menjadi kendala bagi peserta didik dalam mengembangkan potensi mereka secara optimal, baik dibidang akademik, sosial, maupun kehidupan pribadi. Kepercayaan diri merupakan aspek psikologis yang berperan besar dalam pembentukan kepribadian dan pencapaian prestasi belajar. Namun, tidak sedikit peserta didik yang mengalami kurangnya rasa percaya diri, yang pada akhirnya menghambat perkembangan diri mereka. Salah satu faktor utama yang menyebabkan hal ini adalah pola pikir yang dipenuhi oleh keyakinan-keyakinan yang tidak logis.

Percaya diri (*self confidence*) merupakan keterampilan untuk meyakinkan diri akan kemampuan yang dimiliki, serta kemampuan untuk membangun pandangan positif terhadap potensi diri sendiri dan situasi di sekelilingnya. (Prasetiawan & Alhadi 2018; Nuraini, Bakir & Watini, 2023; Novia, 2023). Rasa percaya diri juga mencerminkan pola pikir positif seseorang terhadap dirinya sendiri, di mana individu meyakini bahwa kemampuan yang dimilikinya bernilai, berkualitas, dan dapat memberikan manfaat, baik bagi dirinya sendiri, orang lain, maupun lingkungan sekitar. Kepercayaan terhadap potensi yang ada dalam diri membuat seseorang mampu melihat dirinya sebagai individu yang berguna dan berkontribusi. Seseorang dengan tingkat percaya diri yang tinggi tidak akan memandang dirinya sebagai hambatan atau penghalang dalam mengambil tindakan atau mencapai tujuan. Sebaliknya, ia akan merasa termotivasi untuk terus berkembang, menghadapi tantangan, dan berperan aktif dalam berbagai aspek kehidupan.

Menurut Singgih, Kepercayaan diri adalah suatu bentuk keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya serta penilaian positif terhadap dirinya sendiri. Keyakinan ini tercermin dalam kemampuannya untuk melaksanakan berbagai aktivitas atau tugas, serta dalam usahanya untuk menemukan pendekatan yang paling efektif sesuai dengan kebutuhan dan situasi yang dihadapi. Individu yang memiliki kepercayaan diri akan merasa mantap dalam bertindak dan mampu menyesuaikan diri dengan tantangan yang ada demi mencapai hasil yang optimal. (Adawiyah, 2020). Sedangkan menurut Adywibowo (2010), Percaya diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam menunjukkan perilaku tertentu atau dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dengan kata lain, kepercayaan diri berkaitan erat dengan bagaimana individu memandang dan merasakan dirinya sendiri. Perasaan ini secara tidak langsung akan tercermin melalui perilaku yang ditampilkan, baik disadari maupun tidak. Orang yang percaya diri cenderung menunjukkan sikap yang mantap, optimis, dan berani dalam menghadapi berbagai situasi, karena ia memiliki kepercayaan terhadap potensi serta kapasitas yang ada dalam dirinya.

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa percaya diri adalah suatu keyakinan positif terhadap kemampuan diri sendiri yang memungkinkan individu untuk bertindak, mengambil keputusan, dan menghadapi berbagai tantangan dengan optimis. Kepercayaan diri mencerminkan cara seseorang menilai dirinya sendiri, meyakini potensi yang dimilikinya, serta memengaruhi cara berpikir, bersikap, dan berperilaku dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi cenderung mampu mengembangkan pendekatan yang efektif, menunjukkan perilaku yang mantap, serta memberikan kontribusi positif bagi dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungannya.

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan peserta didik kelas VIII.1 SMP Negeri 2 Palembang, ditemukan bahwa banyak peserta didik yang masih memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Hal ini terlihat dari kurangnya keberanian mereka dalam mengemukakan pendapat di kelas, kecenderungan untuk menghindari tugas yang melibatkan presentasi, serta rasa cemas berlebihan saat berinteraksi dengan teman sebaya maupun guru. Rendahnya kepercayaan diri ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kurangnya dukungan sosial dari keluarga dan teman,

pengaruh media sosial yang membuat mereka sering membandingkan diri dengan orang lain, serta pengalaman negatif dimasa lalu yang menyebabkan rasa takut untuk mencoba hal baru. Selain itu, minimnya kesempatan untuk mengembangkan keterampilan berbicara di depan umum juga menjadi hambatan dalam meningkatkan rasa percaya diri mereka. Akibatnya, peserta didik menjadi pasif dalam pembelajaran, sulit mengambil inisiatif, dan kurang berani menunjukkan potensinya. Oleh karena itu, diperlukan upaya pembinaan yang tepat, seperti pelatihan berbicara di depan umum, pembiasaan untuk mengungkapkan pendapat dalam suasana yang nyaman, serta pemberian apresiasi atas usaha dan pencapaian mereka. Dengan adanya hal ini diperlukan bimbingan untuk mengatasi masalah tersebut.

Bimbingan adalah suatu bentuk bantuan yang diberikan oleh individu yang telah dibekali dengan berbagai pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan khusus yang dibutuhkan untuk memberikan dukungan kepada orang lain yang sedang memerlukan pertolongan. Bantuan ini tidak dilakukan secara sembarangan, melainkan berdasarkan persiapan dan keahlian yang memadai agar proses pemberian bantuan dapat berjalan efektif dan sesuai dengan kebutuhan pihak yang dibantu (Kartono 2004). Dalam kaitannya dengan penelitian ini, pendekatan yang digunakan oleh peneliti adalah bimbingan kelompok, yaitu suatu metode di mana bantuan diberikan kepada beberapa individu sekaligus dalam suatu kelompok, sehingga memungkinkan adanya interaksi, saling berbagi pengalaman, dan pembelajaran bersama di antara para anggota kelompok tersebut.

Menurut Sukitman (2015), Bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk layanan yang ditujukan untuk mendukung peserta didik dalam berbagai aspek perkembangan, baik secara pribadi maupun sosial. Layanan ini dirancang untuk membantu individu dalam mengembangkan potensi dirinya, membangun hubungan sosial yang positif, meningkatkan efektivitas dalam kegiatan belajar, merencanakan dan mengembangkan karir atau pekerjaan, serta membuat keputusan-keputusan yang tepat dalam kehidupannya. Sedangkan menurut Hartinah (2009) Bimbingan kelompok adalah suatu bentuk layanan bimbingan yang diselenggarakan dalam suasana kelompok, di mana sejumlah individu dilibatkan secara bersamaan dalam satu kegiatan. Tujuan utama dari pendekatan ini adalah agar para peserta dapat menerima bantuan atau arahan secara efektif melalui interaksi kelompok. Melalui proses ini, individu tidak hanya memperoleh bimbingan dari pembimbing, tetapi juga mendapat manfaat dari pengalaman, pandangan, serta dukungan dari anggota kelompok lainnya. Dengan demikian, bimbingan kelompok menjadi media yang memungkinkan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan pribadi secara kolektif, sekaligus memperkuat rasa kebersamaan dan empati antar individu dalam kelompok tersebut. Pelaksanaan bimbingan kelompok memiliki fleksibilitas tinggi dalam hal lokasi, sehingga dapat diselenggarakan di berbagai tempat sesuai dengan kebutuhan dan situasi. Kegiatan ini dapat dilakukan di dalam ruangan, seperti di kelas atau ruang khusus di sekolah, maupun di luar lingkungan sekolah apabila kondisi mendukung. Selain itu, bimbingan kelompok juga dapat dilaksanakan di ruang praktik konselor atau tempat lain yang memberikan suasana nyaman dan kondusif bagi terjadinya proses interaksi kelompok yang efektif (Prayitno 2017). Teknik sosiodrama dapat dimanfaatkan sebagai salah satu alternatif solusi dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri individu melalui layanan bimbingan kelompok.

Menurut Nugraha (2019), teknik sosiodrama merupakan suatu bentuk permainan peran yang bertujuan untuk membantu memecahkan berbagai permasalahan sosial yang muncul dalam interaksi antarindividu. Teknik ini dirancang untuk menggambarkan situasi nyata yang berkaitan dengan hubungan manusia, sehingga peserta dapat memahami dan menemukan solusi atas persoalan yang dihadapi dalam kehidupan sosial mereka. Sementara itu, menurut Winkel yang dikutip oleh Indriasari (2016), sosiodrama diartikan sebagai proses dramatisasi terhadap berbagai persoalan yang muncul dalam pergaulan sosial, termasuk konflik-konflik yang kerap terjadi dalam interaksi antarindividu. Melalui dramatisasi ini, peserta dapat memperoleh

pemahaman yang lebih mendalam terhadap dinamika sosial yang mereka alami. Sejalan dengan pendapat tersebut, Farozin (2016) menyatakan bahwa teknik sosiodrama merupakan suatu metode atau langkah-langkah tertentu yang digunakan untuk mencapai tujuan tertentu, khususnya dalam membantu peserta mengembangkan keterampilan sosial dan kemampuan memecahkan masalah secara efektif dalam konteks hubungan sosial. Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Kelas VIII.1 Smp Negeri 2 Palembang”.

METODE

Penelitian ini merupakan bentuk penelitian tindakan dalam bidang bimbingan dan konseling serta dikategorikan sebagai penelitian kualitatif. Dalam pelaksanaannya, penelitian ini menerapkan pendekatan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik sosiodrama sebagai metode utama. Lokasi penelitian ini adalah di SMP Negeri 2 Palembang, dengan subjek penelitian yaitu siswa kelas VIII.1 yang berjumlah sebanyak 6 orang. Pemilihan subjek ini didasarkan pada kebutuhan untuk mengatasi permasalahan yang relevan dengan tujuan penelitian, sekaligus memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan keterampilan sosial dan meningkatkan kepercayaan diri melalui dinamika kelompok.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga metode, yaitu observasi, tes hasil belajar, dan wawancara. Untuk menganalisis data yang diperoleh, digunakan teknik analisis kuantitatif guna memberikan gambaran hasil penelitian secara lebih objektif dan akurat. Dalam penelitian ini, indikator yang menunjukkan tingkat percaya diri yang tinggi ditetapkan apabila siswa memperoleh skor minimal 70% yang dikategorikan sebagai baik. Pada tahap analisis, peneliti melakukan refleksi terhadap proses pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, untuk mengevaluasi apakah indikator rasa percaya diri siswa telah tercapai. Adapun indikator yang dijadikan acuan dalam mengukur tingkat percaya diri siswa meliputi keyakinan terhadap kemampuan diri, sikap optimis, kemampuan bersikap objektif, tanggung jawab, dan berpikir rasional. Jika dalam proses evaluasi ditemukan bahwa ada indikator yang belum terpenuhi, maka unsur-unsur yang menjadi kendala atau kelemahan tersebut akan dianalisis lebih lanjut untuk disiapkan langkah-langkah tindakan perbaikan pada tahap berikutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Hasil Pelaksanaan Siklus 1

a. Perencanaan

Pada tahap perencanaan tindakan dalam siklus 1, terdapat beberapa langkah penting yang dilakukan oleh peneliti sebagai dasar pelaksanaan kegiatan penelitian tindakan kelas. Langkah-langkah tersebut meliputi:

- 1) Penyusunan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL): Peneliti menyusun RPL sebagai panduan utama dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling yang akan digunakan selama proses penelitian. Dalam penyusunan rencana ini, peneliti menetapkan bahwa pendekatan yang digunakan adalah layanan bimbingan kelompok dengan penerapan teknik sosiodrama. Layanan ini dirancang untuk dilaksanakan dalam dua kali pertemuan, dengan masing-masing pertemuan difokuskan pada skenario tertentu yang relevan dengan tujuan peningkatan rasa percaya diri siswa.
- 2) Penyusunan Materi Layanan: Materi yang disiapkan untuk kegiatan layanan bertema “Generasi Milenial Percaya Diri”, yang dirancang untuk merangsang pemahaman dan peningkatan sikap percaya diri di kalangan peserta didik.

3) Penyediaan Instrumen Observasi: Untuk memantau sejauh mana keterlibatan peserta didik, dinamika kelompok yang terjadi, serta perkembangan indikator-indikator percaya diri yang menjadi fokus penelitian.

b. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan pada pertemuan pertama dilaksanakan kegiatan layanan bimbingan kelompok sesuai dengan rencana pelaksanaan yang telah dibuat. Kegiatan diawali dengan guru BK memberikan salam kepada siswa, berdoa, mengecek kehadiran siswa, melakukan apersepsi, menyampaikan tujuan pelayanan, melakukan ice breaking dan menyiapkan lembar observasi untuk mengamati kegiatan bimbingan kelompok yang berlangsung. Guru BK menggunakan layanan kelompok dengan melibatkan kelompok kecil yang berjumlah 6 orang anggota kelompok.

Pada pertemuan pertama setiap anggota kelompok mendiskusikan untuk menyusun skenario drama secara rinci, termasuk penentuan judul atau tema yang relevan dengan tujuan layanan, khususnya yang berkaitan dengan peningkatan rasa percaya diri. Tema drama dipilih berdasarkan permasalahan yang sering dihadapi siswa dalam kehidupan sosial sehari-hari, sehingga mudah dipahami dan dihayati oleh peserta. Selain itu, ditentukan pula pembagian peran yang akan dimainkan oleh setiap anggota kelompok, disesuaikan dengan karakter dalam skenario yang telah dirancang.

Guru BK dan anggota kelompok secara bersama-sama membahas serta memahami konteks cerita, dialog, dan alur dramatik yang akan ditampilkan. Dalam proses ini, perhatian juga diberikan pada aspek-aspek pendukung penampilan seperti intonasi suara, ekspresi wajah, bahasa tubuh, serta penggunaan properti sederhana jika diperlukan untuk memperkuat kesan dramatik. Kegiatan ini dilakukan hingga seluruh anggota kelompok benar-benar memahami tugas dan peran mereka masing-masing, agar pelaksanaan sosiodrama dapat berjalan lancar, menciptakan suasana interaktif, serta mendukung tercapainya tujuan layanan bimbingan kelompok. Setelah seluruh proses perencanaan dan persiapan dilakukan, hasil dari rencana yang telah disusun menunjukkan bahwa setiap anggota kelompok telah memahami tugas dan peran masing-masing sesuai dengan naskah sosiodrama yang telah dibuat. Pemahaman ini dicapai melalui diskusi kelompok dan latihan peran yang dilakukan secara intensif, sehingga para siswa mampu menghayati karakter yang mereka perankan dengan baik. Sebagai bagian dari dokumentasi dan evaluasi, salinan naskah sosiodrama dari masing-masing kelompok kemudian dikumpulkan dan diserahkan kepada guru BK untuk dijadikan acuan selama pelaksanaan kegiatan berlangsung.

Dengan seluruh persiapan yang telah matang tersebut, kegiatan sosiodrama dijadwalkan untuk dilaksanakan pada pertemuan kedua dalam siklus I. Pada tahap inilah setiap kelompok akan menampilkan sosiodrama mereka di hadapan kelompok lainnya, sebagai bagian dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa melalui dinamika interaksi sosial yang bersifat dramatik dan edukatif.

c. Observasi

Pada pertemuan kedua dalam siklus 1, seluruh anggota kelompok diberikan kesempatan untuk menampilkan sosiodrama yang telah mereka persiapkan sebelumnya sesuai dengan peran masing-masing anggota kelompok. Pada umumnya mereka sudah tampil dengan baik walaupun masih ada beberapa siswa yang merasa takut, cemas, kurang percaya diri. Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan oleh peneliti sesuai dengan indikator kepercayaan diri pada siklus I sebagai berikut:

Tabel 1. Lembar Hasil Observasi Kepercayaan Diri Siklus I

No	Indikator Kepercayaan Diri	Jumlah siswa	Persentase (%)	Kategori
1.	Keyakinan dan kemampuan diri	2	33%	Kurang maksimal
2.	Objektif dan Optimis	2	33%	Kurang maksimal
3.	Tidak mudah putus asa	4	67%	Maksimal
4.	Berani Tampil didepan umum	1	17%	Kurang maksimal
5.	Bertanggung jawab	3	50%	Cukup maksimal

Dari tabel diatas, merupakan hasil pengamatan tentang kepercayaan diri siswa pada pertemuan kedua dalam siklus I, diperoleh beberapa temuan penting. Untuk indikator keyakinan dan kemampuan diri, hanya 2 siswa atau sebesar 33% yang menunjukkan perkembangan, sehingga masih tergolong kurang maksimal. Ini mencerminkan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami keraguan dalam mempercayai kemampuan dirinya saat tampil di hadapan umum. Pada indikator objektif dan optimis, sebanyak 2 siswa (33%) juga dinilai kurang maksimal. Hal ini terlihat dari sikap siswa yang masih kurang mampu berpikir positif dan menunjukkan kepercayaan diri yang stabil saat menghadapi tantangan di dalam sosiodrama.

Sementara itu, pada indikator tidak mudah putus asa, sebanyak 4 siswa (67%) menunjukkan sikap maksimal. Mereka tetap melanjutkan peran dengan semangat meskipun menghadapi kesulitan, seperti lupa teks atau rasa gugup. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mulai memiliki ketahanan mental yang baik. Untuk indikator berani tampil di depan umum, hanya 1 siswa (17%) yang menunjukkan keberanian secara maksimal. Rendahnya persentase ini mengindikasikan bahwa masih banyak siswa yang merasa cemas, takut, atau malu saat harus tampil di hadapan teman-temannya.

Adapun pada indikator bertanggung jawab, sebanyak 3 siswa (50%) tergolong cukup maksimal dalam melaksanakan tugasnya dengan serius, hadir tepat waktu, serta memainkan perannya sesuai naskah. Secara keseluruhan, hasil pengamatan pada siklus I menunjukkan bahwa meskipun ada kemajuan dalam hal ketekunan dan tanggung jawab, sebagian besar siswa masih memerlukan peningkatan dalam hal keyakinan diri, optimisme, keberanian tampil, dan objektivitas. Oleh karena itu, tindakan perbaikan akan direncanakan untuk siklus berikutnya guna mengoptimalkan seluruh aspek kepercayaan diri siswa.

d. Refleksi

Pada tahap ini, peneliti melakukan peninjauan kembali terhadap efektivitas pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan pendekatan sosiodrama sebagai upaya untuk mengembangkan kepercayaan diri peserta didik. Dari hasil pelaksanaan, teridentifikasi sejumlah hambatan dalam proses kegiatan, di antaranya siswa tampak kurang antusias, sulit berkonsentrasi, serta menunjukkan kecemasan dan ketakutan saat harus tampil di depan kelas dalam kegiatan bersifat klasikal maupun kelompok. Hal ini mengakibatkan pencapaian indikator kepercayaan diri belum mencapai target, yaitu masih berada di bawah angka 65%.

Sebagai langkah tindak lanjut, dirumuskan beberapa strategi untuk mengatasi permasalahan tersebut, antara lain dengan mendorong keterlibatan aktif siswa dalam berbagai kegiatan baik di dalam maupun di luar kelas. Selain itu, diperlukan adanya pemberian penghargaan berupa pujian, apresiasi verbal, maupun hadiah kecil sebagai bentuk penguatan positif (*reinforcement*) bagi siswa yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri tinggi atau sangat tinggi. Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, peneliti menyimpulkan perlunya dilanjutkan ke siklus 2 dengan sejumlah penyesuaian, termasuk

memberikan pendekatan yang lebih personal, membangun interaksi yang lebih suportif, serta memberikan perhatian khusus kepada siswa yang cenderung pasif atau memiliki rasa percaya diri yang rendah.

2. Hasil Pelaksanaan Siklus 2

a. Perencanaan

Pada tahap perencanaan tindakan dalam siklus 2, terdapat beberapa langkah penting yang dilakukan oleh peneliti sebagai dasar pelaksanaan kegiatan penelitian tindakan kelas. Langkah-langkah tersebut meliputi:

- 1) Penyusunan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL): Peneliti menyusun RPL sebagai panduan utama dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling yang akan digunakan selama proses penelitian. Dalam penyusunan rencana ini, peneliti menetapkan bahwa pendekatan yang digunakan adalah layanan bimbingan kelompok dengan penerapan teknik sosiodrama. Layanan ini dirancang untuk dilaksanakan dalam dua kali pertemuan, dengan masing-masing pertemuan difokuskan pada skenario tertentu yang relevan dengan tujuan peningkatan rasa percaya diri siswa.
- 2) Penyusunan Materi Layanan: Materi yang disiapkan untuk kegiatan layanan bertema “Generasi Milenial Percaya Diri Percaya Diri”, yang dirancang untuk merangsang pemahaman dan peningkatan sikap percaya diri di kalangan peserta didik.
- 3) Menyusun lembar kuis yang akan diisi oleh siswa pada akhir kegiatan layanan.
- 4) Penyediaan Instrumen Observasi: Untuk memantau sejauh mana keterlibatan peserta didik, dinamika kelompok yang terjadi, serta perkembangan indikator-indikator percaya diri yang menjadi fokus penelitian

b. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan pada pertemuan pertama dilaksanakan kegiatan layanan bimbingan kelompok sesuai dengan rencana pelaksanaan yang telah dibuat. Kegiatan diawali dengan guru BK memberikan salam kepada siswa, berdoa, mengecek kehadiran siswa, melakukan apersepsi, menyampaikan tujuan pelayanan, melakukan ice breaking dan menyiapkan lembar observasi untuk mengamati kegiatan bimbingan kelompok yang berlangsung. Guru BK menggunakan layanan kelompok dengan melibatkan kelompok kecil yang berjumlah 6 orang anggota kelompok.

Pada pertemuan pertama setiap anggota kelompok mendiskusikan untuk menyusun skenario drama secara rinci, termasuk penentuan judul atau tema yang relevan dengan tujuan layanan, khususnya yang berkaitan dengan peningkatan rasa percaya diri. Tema drama dipilih berdasarkan permasalahan yang sering dihadapi siswa dalam kehidupan sosial sehari-hari, sehingga mudah dipahami dan dihayati oleh peserta. Selain itu, ditentukan pula pembagian peran yang akan dimainkan oleh setiap anggota kelompok, disesuaikan dengan karakter dalam skenario yang telah dirancang.

Guru BK dan anggota kelompok secara bersama-sama membahas serta memahami konteks cerita, dialog, dan alur dramatik yang akan ditampilkan. Dalam proses ini, perhatian juga diberikan pada aspek-aspek pendukung penampilan seperti intonasi suara, ekspresi wajah, bahasa tubuh, serta penggunaan properti sederhana jika diperlukan untuk memperkuat kesan dramatik. Kegiatan ini dilakukan hingga seluruh anggota kelompok benar-benar memahami tugas dan peran mereka masing-masing, agar pelaksanaan sosiodrama dapat berjalan lancar, menciptakan suasana interaktif, serta mendukung tercapainya tujuan layanan bimbingan kelompok. Setelah seluruh proses perencanaan dan persiapan dilakukan, hasil dari rencana yang telah disusun menunjukkan bahwa setiap anggota kelompok telah memahami tugas dan peran masing-masing sesuai dengan naskah sosiodrama yang telah dibuat. Pemahaman ini dicapai melalui diskusi kelompok dan latihan peran yang dilakukan secara intensif, sehingga para siswa mampu menghayati karakter yang mereka perankan dengan baik. Sebagai bagian dari dokumentasi dan

evaluasi, salinan naskah sosiodrama dari masing-masing kelompok kemudian dikumpulkan dan diserahkan kepada guru BK untuk dijadikan acuan selama pelaksanaan kegiatan berlangsung.

c. Observasi

Hasil observasi diperoleh dari lembar pengamatan yang diisi oleh peneliti untuk mencatat jalannya kegiatan sosiodrama. Pada siklus 2, kegiatan dilakukan dalam dua pertemuan. Di pertemuan pertama, siswa berdiskusi dalam kelompok untuk menyiapkan segala hal yang dibutuhkan sebelum menampilkan sosiodrama. Kemudian pada pertemuan kedua, siswa menampilkan sosiodrama sesuai dengan peran masing-masing. Secara umum, pertemuan pertama berjalan dengan lancar, namun masih ada beberapa siswa yang terlihat cemas, takut, dan kurang percaya diri saat membayangkan tampil di depan kelas. Melihat hal ini, peneliti mencoba mendekati siswa-siswa tersebut, memberikan dorongan, semangat, dan keyakinan bahwa mereka mampu melakukannya. Pendekatan ini cukup efektif, karena setelah diberikan motivasi, beberapa siswa mulai percaya diri dan lebih aktif saat diskusi kelompok, meskipun masih ada beberapa yang tetap merasa khawatir karena membayangkan tampil di depan umum. Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan oleh peneliti sesuai dengan indikator kepercayaan diri pada siklus 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Lembar Hasil Observasi Kepercayaan Diri Siklus 2

No	Indikator Kepercayaan Diri	Jumlah siswa	Persentasi (%)	Kategori
1.	Keyakinan dan kemampuan diri	6	100%	Sangat Maksimal
2.	Objektif dan Optimis	5	83%	Sangat Maksimal
3.	Tidak mudah putus asa	5	83%	Sangat Maksimal
4.	Berani Tampil didepan umum	4	67%	Sangat Maksimal
5.	Bertanggung jawab	5	83%	Sangat Maksimal

Dari tabel diatas terlihat bahwa Pada indikator keyakinan dan kemampuan diri, seluruh siswa (100%) menunjukkan performa sangat maksimal, menandakan peningkatan kepercayaan penuh terhadap kemampuan pribadi. Indikator objektif dan optimis, tidak mudah putus asa, dan bertanggung jawab masing-masing dicapai oleh 5 siswa (83%), menunjukkan mayoritas siswa memiliki sikap positif, tangguh, dan bertanggung jawab dalam menjalankan perannya. Sementara itu, berani tampil di depan umum dicapai oleh 4 siswa (67%), yang berarti masih ada sebagian siswa yang perlu dukungan lebih lanjut untuk tampil percaya diri di hadapan publik. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam kepercayaan diri siswa.

d. Refleksi

Hasil kegiatan pada siklus II menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan terhadap kepercayaan diri siswa setelah mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Sebagian besar indikator kepercayaan diri telah tercapai dengan kategori sangat maksimal, seperti keyakinan diri, sikap optimis, tanggung jawab, dan ketangguhan menghadapi tantangan. Meskipun demikian, masih ada beberapa siswa yang belum sepenuhnya berani tampil di depan umum, sehingga hal ini menjadi catatan penting untuk perbaikan berkelanjutan. Sebagai tindak lanjut, guru bimbingan dan konseling disarankan untuk terus melaksanakan layanan bimbingan kelompok secara berkala, memberikan motivasi secara konsisten, serta mengembangkan metode kreatif seperti simulasi dan permainan peran lainnya. Pemberian reward atau apresiasi juga dapat membantu memperkuat rasa percaya diri siswa, sehingga mereka lebih siap dan yakin dalam menghadapi situasi sosial di masa mendatang.

Pembahasan

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yang bertujuan untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri

siswa kelas VIII.1. penelitian ini dilaksanakan dengan 4 tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Penelitian ini berjalan dengan lancar dan kondusif. Perbandingan dari hasil bermain drama siswa pada siklus 1 dan siklus 2 dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa indikator kepercayaan diri pada siklus 1 mengalami perkembangan yang signifikan. Pada aspek keyakinan dan kemampuan pada siklus 1 tingkat ketercapainnya 33% dan pada siklus 2 naik menjadi 100%. Pada aspek obektif dan optimis pada siklus 1 tingkat ketecapaiannya 33% dan pada siklus 2 naik menjadi 83%. Pada aspek tidak mudah putus asa pada siklus 1 67% dan pada siklus 2 naik menjadi 83%. Pada aspek berani tampil didepan umum pada siklus 1 17% dan pada siklus 2 menjadi 67%. Pada aspek Bertanggungjawab pada siklus 1 50% dan pada siklus 2 menjadi 83%.

Berdasarkan hasil pelaksanaan penelitian, peneliti menemukan bahwa bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik sosiodrama memiliki sejumlah kelebihan dan juga beberapa keterbatasan. Kelebihan yang ditemukan antara lain: siswa menunjukkan ketertarikan yang tinggi terhadap materi layanan karena topik yang diangkat berkaitan langsung dengan situasi sosial yang mereka alami sehari-hari; siswa menjadi lebih terbiasa untuk berinisiatif dan menyampaikan pendapat; mereka juga belajar memahami peran orang lain dan mampu merasakan pandangan serta perasaan orang lain, sehingga mengembangkan empati. Selain itu, kegiatan ini mampu membangun sikap saling memahami, toleransi, dan kasih sayang antar sesama. Suasana bimbingan menjadi lebih hidup, dinamis, dan menyenangkan, serta memberi ruang bagi siswa untuk mengekspresikan diri dengan bebas.

Namun, di balik kelebihannya, teknik sosiodrama juga memiliki beberapa kekurangan. Pelaksanaannya membutuhkan waktu yang relatif lama; beberapa siswa sulit diarahkan untuk menjalankan peran dengan kesungguhan; tidak semua siswa bersedia atau nyaman memerankan tokoh tertentu; dan ada pula siswa yang belum memiliki kemampuan atau bakat dalam bermain peran, sehingga perlu perhatian dan pendekatan khusus dari guru BK.

Hasil penelitian ini selaras dengan temuan Prihatin (2018) yang menyatakan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berpengaruh positif dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik. Hal ini terlihat dari perubahan sikap siswa yang menjadi lebih percaya diri dalam proses pembelajaran setelah mengikuti layanan tersebut. Peningkatan kepercayaan diri siswa tampak jelas jika dibandingkan antara kondisi sebelum dan sesudah pelaksanaan sosiodrama. Temuan ini juga diperkuat oleh hasil penelitian Nurmila (2022) dan Khansa dkk. (2020), yang menunjukkan bahwa teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok mampu mendorong siswa lebih berani dalam mengungkapkan pendapat serta memiliki kontribusi positif terhadap pengembangan rasa percaya diri siswa secara keseluruhan. Dapat disimpulkan bahwa melalui bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas VIII.1 SMP Negeri 2 Palembang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIII.1 SMP Negeri 2 Palembang. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan setelah diberikan tindakan Indikator keyakinan dan kemampuan pada siklus 1 tingkat ketercapainnya 33% dan pada siklus 2 naik menjadi 100%. Pada aspek obektif dan optimis pada siklus 1 tingkat ketecapaiannya 33% dan pada siklus 2 naik menjadi 83%. Pada aspek tidak mudah putus asa pada siklus 1 67% dan pada siklus 2 naik menjadi 83%. Pada aspek berani tampil didepan umum pada siklus 1 17% dan pada siklus 2 menjadi 67%. Pada aspek Bertanggungjawab pada siklus 1 50% dan pada siklus 2 menjadi 83%.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, D. P. R. (2020). Pengaruh Penggunaan Aplikasi TikTok Terhadap Kepercayaan diri Remaja di Kabupaten Sampang. *Jurnal Komunikasi*, 14(2), 135-148.
- Adywibowo, I. P. 2010. Memperkuat Kepercayaan Diri Anak Melalui Percakapan Refrensial. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 15(9), 37-49.
- Afrina, (2013). Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Yang Berekonomi Rendah Kelas VII SMP N 1 Siak Hulu. Artikel: Universitas Riau.
- Aqib. (2011). Penelitian Tindakan Kelas Untuk Guru SD, SMP, SMA, SMK. Bandung: Yrama Widya.
- Arikunto, S.(2012). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Renika.Dewa, I. A. E. P. D. T., Karpika, I. P., Sapta, I. K., Suhardhita, K., & Aman, V. (2020). Pendekatan Konseling Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT) Dengan Teknik Dispute Kognitif Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas Vii.F Smp Negeri 12 Denpasar. *Indonesian Journal Of Educational Development*, 1(3), 429–436.
- Dinianty, A. (2009). Teori-Teori Konseling. *Daulat Riau Ajaran 2015/2016. KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 03(2), 303–316.
- Kartono, K. (1985). Bimbingan dan Dasar-dasar Pelaksanaannya. Jakarta: Rajawali.
- Kemendikbud, (2015). Panduan Penilaian Pencapaian Kompetensi Siswa Sekolah Menengah Pertama. Jakarta: Kemdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Khansa, dkk. (2020). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Tehnik Sosiodrama Terhadap Percaya Diri Peserta Didik Kelas XI MIPA SMA Negeri 1 Gubug. *Jurnal Pamomong*. 1(2), 81-99.
- Komara, I. B. (2016). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Frustrasi Belajar Pedagogia, dan Perencanaan Karir. *PSIKOPEDAGOGIA*. 5 (1), 33- 42.
- Lautser, P. (2012). Tes Kepribadian. Jakarta: Gaya Media Pratama Mastuti, I. (2008). Kiat Percaya Diri. Jakarta: Hi-Fest Publishing.
- Miller, Nuraini, N., Bakir, W. F., & Watini, S. (2023). Implementasi Reward Asyik Untuk Meningkatkan Percaya Diri Anak Usia 5-6 Tahun Di RA Hafniratunnisa Namlea. *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(3): 17-28.
- Nurmila, S. (2022). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Menggunakan Teknik Sosiodrama Pada Layanan Bimbingan Kelompok di SMA Negeri 4 Kota Jambi. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 8197-8202.
- Prayitno & Erman. (2013). Dasar-dasar Bimbingan & Konseling (ke-3). Perpustakaan Nasional RI
- Prayitno, (2017). *Konseling Profesional Yang Berhasil: Layanan dan Konseling*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Prayitno, (2019). *Panduan Kegiatan Pengawasan Bimbingan dan Konseling Disekolah*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Prihatin, S. (2018). *Layanan Konseling Kelompok Dengan Tehnik Sosisodrama Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 31 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019*. Undergraduate Thesis: UIN Raden Intan Lampung.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.