

**PENGARUH TEKNIK *ROLE PLAYING* TERHADAP
KEPERCAYAAN DIRI SISWA**

(Studi Pra-Eksperimen Kelas IX SMPN 10 Kota Serang
Tahun Ajaran 2018/2019)

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Bidang Bimbingan dan Konseling



Oleh

NINIS SOLIHAH

NIM. 2285142597

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SULTAN AGENG TIRTAYASA
SERANG**

2018

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya sebagai penulis Skripsi berikut:

Judul Pengaruh Teknik *Role Playing* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa

Nama Mahasiswa Nims Solihah

NIM 2285142597

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi tersebut di atas adalah benar-benar hasil karya asli saya dan tidak memuat hasil karya orang lain, kecuali dinyatakan melalui rujukan yang benar dan dapat dipertanggungjawabkan. Apabila dikemudian hari ditemukan hal-hal yang menunjukkan bahwa sebagian atau seluruh karya ini bukan karya saya, maka saya akan bersedia dimintai melalui hukum yang berlaku. Saya juga bersedia menanggung segala akibat hukum yang timbul dari pernyataan yang secara sadar dan sengaja saya nyatakan melalui lembar ini.

Sarang, 24 September 2018



Nims Solihah

NIM: 2285142597

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

LEMBAR PENGESAHAN

Dengan ini ditetapkan bahwa Tugas Akhir/Skripsi/Tesis berikut

Judul : Pengaruh Teknik *Role Playing* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa
(Studi Pra-Eksperimen Siswa Kelas IX SMPN 10 Kota Serang
Tahun Ajaran 2018/2019)

Nama Mahasiswa : Nini Solihah
NIM : 2285142597
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Telah diuji dan dipertahankan pada tanggal 26 Oktober 2018 melalui Sidang Tugas Akhir/
Skripsi dinyatakan LULUS

Pembimbing I

Rahmawati, S.Psi., MA
NIDN. 0011108103

Pembimbing II

Deasy Yulika Khairun, M.Pd
NIP. 198812072018032002

Ketua Penguji

Rechani, S.Pd., M.Pd
NIP. 196606052002121001

Penguji I

Deasy Yulika Khairun, M.Pd
NIP. 198812072018032002

Penguji II

Rangun Yoga Wibowo, M.Pd
NIDN. 0007028804

Mengetahui,

Dekan FKIP

Dr. H. Acang Hasanah, M.Pd
NIP. 196708201998021003

Ketua Jurusan BK,

Rechani, S.Pd., M.Pd
NIP. 196606052002121001

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Alla SWT atas segala limpahan Rahmat, Taufik dan Hidayahnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh Teknik *Role Playing* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa”. Saya ucapkan terima kasih kepada kedua orang tua saya bapak Baning Syobani S.P dan ibu Imas yang selalu mendukung selama menyelesaikan skripsi, baik dalam bentuk moral maupun dalam bentuk material. Tak lupa saya ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam pembuatan skripsi ini, terutama kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kelancaran dalam proses pembuatan skripsi;
2. Bapak Prof. Dr. H Soleh Hidayat, M.Pd selaku Rektor Universitas Sultan Agen Tirtayasa beserta jajarannya;
3. Bapak Aceng Hasani, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sultan Agen Tirtayasa beserta jajarannya;
4. Bapak Rochani, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Sultan Agen Tirtayasa;
5. Ibu Rahmawati, S.Psi, MA selaku dosen pembimbing I;
6. Ibu Deasy Yunika Khairun, M.Pd selaku dosen pembimbing II;
7. Bapak Dr. H. Solih, M.Pd selaku dosen pembimbing Akademik;
8. Ibu Raudah Zaimah Dalimunthe M.Pd selaku Validator Angket;
9. Ibu Putri Dian Dia Conia, M.Psi selaku Validator Angket;
10. Para Dosen Bimbingan dan Konseling Universitas Sultan Agen Tirtayasa beserta;
11. Kepala Sekolah SMPN 10 Kota Serang yang telah memberikan izin Penelitian;
12. Siswa-siswi SMPN 10 Kota Serang yang telah membantu menjadi subjek penelitian;
13. Adik saya Muhamad Muhtadi Fadlan yang selalu memberikan dukungan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi;

PERINGATAN !!!

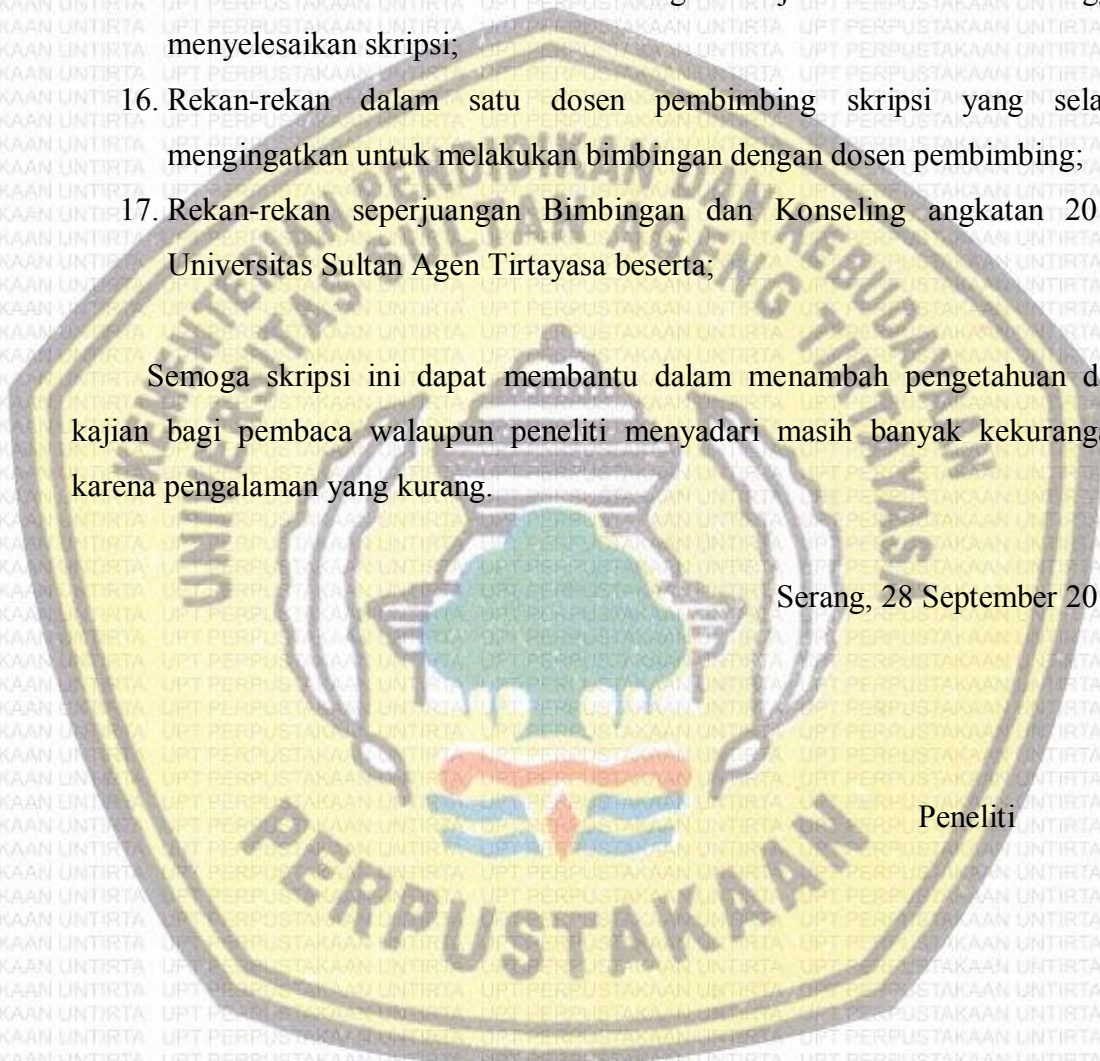
1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

14. Drh. Wiwit Widiawati yang selalu memberikan *Support* dan Materi dalam menyelesaikan skripsi;
15. *Peer Group* kuliah, *Peer Group* kosan, dan *Peer Group* SMA yang selalu memberikan motivasi serta kebahagiaan sejak awal kuliah hingga menyelesaikan skripsi;
16. Rekan-rekan dalam satu dosen pembimbing skripsi yang selalu mengingatkan untuk melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing;
17. Rekan-rekan seperjuangan Bimbingan dan Konseling angkatan 2014 Universitas Sultan Agen Tirtayasa beserta;

Semoga skripsi ini dapat membantu dalam menambah pengetahuan dan kajian bagi pembaca walaupun peneliti menyadari masih banyak kekurangan karena pengalaman yang kurang.

Serang, 28 September 2018

Peneliti



PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

ABSTRAK

PENGARUH TEKNIK *ROLE PLAYING* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWA

(Studi Pra-Eksperimen Kelas IX SMPN 10 Kota Serang
Tahun Ajaran 2018-2019)

Ninis Solihah

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh dari teknik *role playing* terhadap kepercayaan diri siswa. Penelitian ini menggunakan metode pra-eksperimen dengan desain *one group pre-post test design*. Populasi penelitian sebanyak 173 siswa dan pengambilan sampel penelitian menggunakan *purposive sampling*, yaitu sebanyak 12 siswa dari kelas IX SMPN 10 Kota Serang. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen kepercayaan diri siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik *role playing* dapat berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas IX SMPN 10 Kota Serang. Dengan nilai t hitung sebesar 11,671 dengan $df=N-1=11$, sehingga t tabel = 2,2010 pada taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$). Hasil perhitungan menunjukkan $t_{hitung} \geq t_{tabel}$, yaitu $11,671 \geq 2,2010$. Berdasarkan hal tersebut, maka H_0 diterima, yang artinya teknik *role playing* berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa.

Kata kunci: Teknik *Role Playing* dan Kepercayaan Diri

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

ABSTRACT

ROLE PLAYING TECHNIQUES EFFECT ON STUDENTS CONFIDENCE

*(Pre-Experiment Study of Class IX of SMPN 10 Serang City
2018-2019 Academic Year)*

Ninis Solihah

The purpose of this research was to saw the influenced of role playing techniques on students' self-confidence. This study used a pre-experimental method with one group pre-post test design. The study population was 173 students and the research sample was taken using purposive sampling, in which as many as 12 students from class IX of SMPN 10 Serang City. Data collection techniques use student confidence instruments. The results of the study show that role playing techniques could have an effect on increasing the confidence of IX grade students of SMPN 10 Serang City. With the t count value of 11.671 with $df = N-1 = 11$, so that t table = 2.2010 at a significant level ($\alpha = 0.05$). The calculation results show $t_{count} \geq t$ table, which is $11.671 \geq 2.2010$. Based on this, H_a was accepted, which means role playing techniques have an effect on increasing student confidence.

Keywords: Role Playing Technique and Self Confidence

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/ seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/ seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
ABSTRAK.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Kajian dan Temuan Penelitian yang Relevan.....	4
C. Identifikasi Masalah.....	5
D. Pembatasan Masalah.....	7
E. Rumusan Masalah.....	7
F. Tujuan Penelitian.....	7
G. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	9
A. Kajian Teori.....	9
1. Siswa.....	9
2. Kepercayaan Diri.....	10
a. Pengertian Kepercayaan Diri.....	10
b. Tujuan Percaya Diri.....	11

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

c.	Kebutuhan Manusia Akan Kepercayaan Diri.....	11
d.	Jenis-jenis Kepercayaan Diri.....	12
e.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	16
f.	Ciri-ciri Kepercayaan Diri.....	17
3.	<i>Cognitive Behavior Therapy</i>	20
a.	Pengertian <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	20
b.	Tujuan <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	21
c.	Prinsip-prinsip <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	21
d.	Teknik-teknik <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	25
e.	Karakteristik <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	26
4.	Teknik <i>Role Playing</i>	28
a.	Pengertian Teknik <i>Role Playing</i>	28
b.	Manfaat Teknik <i>Role Playing</i>	30
c.	Jenis-jenis Teknik <i>Role Playing</i>	31
d.	Tahapan Teknik <i>Role Playing</i>	32
5.	Teknik <i>Role Playing</i> dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri.....	33
B.	Kerangka Pemikiran.....	36
C.	Hipotesis Penelitian	36
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		37
A.	Metode Penelitian	37
B.	Lokasi dan Waktu Penelitian	38
C.	Definisi Operasional	38
D.	Variabel dan Indikator Penelitian.....	39
E.	Prosedur Penelitian.....	40
F.	Populasi dan Sampel.....	50
G.	Teknik Penelitian.....	52
H.	Instrumen Penelitian.....	54
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		63
A.	Hasil Penelitian.....	63

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

1. Deskripsi Data	63
2. Pengujian Persyaratan Analisis	106
3. Pengujian Hipotesis	107
B. Pembahasan	109
C. Keterbacaan Penelitian	118
BAB V SIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN	119
A. Simpulan	119
B. Implikasi	119
C. Saran	119
DAFTAR PUSTAKA	121
LAMPIRAN	
RIWAYAT HIDUP	



PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi Penelitian	50
Tabel 3.2 Skor Skala Likert.....	55
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri Siswa.....	55
Tabel 3.4 Item Instrumen Valid dan Gugur Setelah Uji Coba.....	58
Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrumen Setelah Uji Coba.....	59
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas.....	60
Tabel 3.7 Kriteria Acuan Reliabilitas	60
Tabel 3.8 Hasil Analisis Statistik Skor Hipotetik dan Empirik.....	61
Tabel 3.9 Kategori Hasil Kepercayaan Diri.....	62
Tabel 4.1 Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX SMPN 10 Kota Serang Tahun Ajaran 2018/2019.....	64
Tabel 4.2 Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Aspek Kepercayaan DiriBatin.....	65
Tabel 4.3 Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Indikator Cinta Diri.....	65
Tabel 4.4 Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Indikator Pemahaman Diri.....	66
Tabel 4.5 Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Pada Indikator Tujuan yang Jelas.....	67

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Tabel 4.6 Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Indikator Berfikir Positif.....	67
Tabel 4.7 Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Aspek Kepercayaan Lahir.....	68
Tabel 4.8 Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Indikator Komunikasi.....	69
Tabel 4.9 Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Indikator Ketegasan.....	69
Tabel 4.10 Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Indikator Penampilan Diri.....	70
Tabel 4.11 Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Indikator Pengendalian Perasaan.....	71
Tabel 4.12 Profil Aspek dan Indikator Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX SMPN 10 Kota Serang yang Rendah.....	71
Tabel 4.13 Rancangan Teknik <i>role Playing</i> untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa.....	73
Tabel 4.14 Hasil Perhitungan Uji T Selisih <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelas IX SMPN 10 Kota Serang Tahun Ajaran 2018/2019.....	107
Tabel 4.15 Perbandingan Skor Kepercayaan Diri Sebelum dan Setelah <i>Treatment</i>	108
Tabel 4.16 Perbedaan Tingkat Kepercayaan Diri Sebelum dan Setelah <i>Treatment</i>	108

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.



PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir	36
Gambar 3.1 Diagram Kepercayaan Diri Siswa	62
Gambar 4.1 Uji Normalitas.....	107



PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah Penelitian

Pendidikan merupakan usaha membantu siswa untuk menuju perkembangan optimal baik secara fisik, mental maupun sosial. Selain itu dalam pasal 1 Ayat (1) UU No.20/2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa: Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta ketrampilan yang diperlukan dirinya di masyarakat, dan di sekolah. Pendidikan mempunyai peranan penting dalam membimbing, mendidik, melatih dan mengajar siswa menuju manusia seutuhnya. Tujuan inti dari pendidikan adalah perkembangan kepribadian secara optimal dari setiap siswa sebagai pribadi yang mandiri dan mampu menjalankan tugas-tugasnya agar mendapatkan hasil yang baik. Melalui pendidikan yang diselenggarakan di sekolah, siswa diajarkan untuk memiliki keyakinan terhadap dirinya sendiri, sehingga mereka dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Hal ini sejalan dengan pendapat Hakim (2005: 6) yang menyatakan suatu keyakinan seseorang atau individu terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuat individu merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya. Keyakinan tersebut akan mencapai tujuan apabila mereka memiliki rasa percaya diri atau kepercayaan diri.

Syaifullah (2010: 49) menyatakan bahwa percaya diri merupakan keyakinan yang kuat dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga memungkinkan siswa tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan. Siswa yang percaya diri akan merasa optimis di dalam melakukan semua aktifitasnya, serta mempunyai tujuan hidup yang realistik. Menurut Sarastika (Muslihin, 2014:14) rasa percaya diri adalah sebuah ukuran mengenai seberapa besar anda menghargai diri sendiri.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Berdasarkan hasil penelitian Kristanti (2007: 3) ada beberapa gejala siswa yang kurang percaya diri, diantaranya: siswa mengeluh pada saat guru memberi informasi tentang jadwal tes ulangan dalam waktu dekat, siswa tidak berani menatap teman-temannya ketika tampil di depan kelas, tidak berani menyatakan pendapat ketika guru memberikan kesempatan untuk menyampaikan pendapat, siswa membuat contekan untuk dibuka pada saat ulangan, dalam proses belajar mengajar siswa sering melamun tidak memperhatikan materi pelajaran yang disampaikan oleh guru. Menurut Supriyo (2008: 47) bahwa krisis kepercayaan diri yang tidak segera diatasi akan menimbulkan: 1) tidak dapat bergaul dengan teman-teman lain secara wajar, 2) proses belajar menjadi terhambat, 3) kesulitan berkomunikasi, 4) pencapaian tugas perkembangan jadi terhambat, 5) terkucil dari lingkungan sosial, 6) mengalami depresi, dan 7) tidak berani melakukan perubahan.

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan adalah observasi langsung dan wawancara dengan siswa serta dengan guru bimbingan konseling. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 10 Kota Serang menyatakan bahwa “terdapat 30% siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah”. Hal ini diperkuat oleh bukti laporan tahunan bimbingan dan konseling yang menunjukkan gejala-gejala yang tampak pada tingkah laku siswa, antara lain adanya sikap pesimis, takut atau malu-malu untuk mengungkapkan pendapat, tidak berani saat berbicara di depan umum, lebih memilih diam dan bersifat pasif dalam kegiatan belajar mengajar, tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, murung dan menarik diri dari kehidupan sosial. Adapun hasil wawancara dengan beberapa siswa di SMP 10 Kota Serang menunjukkan bahwa sebanyak 40% siswa menyatakan belum mengenal dirinya dengan baik, 27% siswa menyatakan bahwa mereka sulit untuk bergaul dengan teman, 47% siswa menyatakan bahwa mereka mudah putus asa ataupun pesimis, 62% siswa menyatakan belum mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, dan 87% siswa menyatakan bahwa mereka merasa khawatir ketika ingin menghadapi ujian (studi lapangan, Februari 2018).

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Upaya untuk membangun kepercayaan diri siswa yang rendah seperti yang telah dipaparkan di atas, dapat dikemas dalam suatu bentuk kegiatan layanan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling merupakan usaha membantu siswa-siswa agar dapat memahami dirinya, yaitu potensi dan kelemahan-kelemahan diri (Willis, 2013: 9). Adapun beberapa upaya yang dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa tersebut sebagaimana merujuk pada jurnal hasil penelitian terdahulu, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Pinasti (2011: 116) menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa dapat meningkat setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok. Menurut hasil penelitian sebuah tesis karya mahasiswa Universitas Sebelas Maret, Ningsih (2012: 179) menunjukkan bahwa teknik sosiodrama dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa secara efektif. Sedangkan menurut hasil penelitian Farida (2014: 113) menyatakan bahwa kepercayaan diri remaja putri pubertas awal dapat meningkat setelah diberikan *treatment* berupa teknik *role playing*.

Berdasarkan pemaparan di atas, dalam penelitian ini peneliti akan memberikan layanan bimbingan konseling dengan teknik *role playing* kepada siswa yang kepercayaan dirinya rendah. Teknik ini melatih seseorang untuk mampu berkomunikasi interpersonal dan melatih seseorang untuk mengatasi rasa malu. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Roemlah (Farida, 2014: 4) bahwa teknik ini dapat digunakan sebagai media pengajaran, melalui proses modeling para anggota kelompok mempelajari ketrampilan-ketrampilan hubungan antar pribadi. Selain itu, Moreno (Corey, 2005: 50) berpendapat bahwa bermain peran menyediakan kondisi yang dapat menghilangkan rasa takut atau cemas, karena dalam bermain peran individu dapat mengekspresikan dirinya secara bebas tanpa takut kena sanksi sosial terhadap perbuatannya. Hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 10 Kota Serang, menyatakan bahwa di sekolah tersebut belum melaksanakan teknik *role playing* secara optimal. Bimbingan yang diberikan oleh guru pembimbing di SMP Negeri 10 Kota Serang berupa bimbingan pengajaran dengan metode ceramah untuk menyampaikan materi bimbingan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

seperti, materi tentang bahaya merokok, narkoba, cara bergaul yang baik, kedisiplinan dan lain sebagainya.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka peneliti ingin meneliti lebih lanjut tentang “Pengaruh Teknik *Role Playing* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang”.

B. Kajian dan Temuan Penelitian yang Relevan

Untuk memperkuat penelitian ini, peneliti akan mengemukakan hasil-hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan peneliti laksanakan. Adapun pokok bahasan yang akan diuraikan dalam penelian terdahulu adalah sebagai berikut:

1. Hasil penelitian Ningsih (2012: 179) menunjukkan bahwa teknik sosiodrama dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta Tahun pelajaran 2011/2012 secara efektif.
2. Hasil penelitian Marta (2012: 1) yang berjudul “*The Effect Of Role Playing Technique Applied On Students Speaking Competence*”, menunjukkan bahwa adanya peningkatan pada kemampuan berbicara siswa setelah diberikan *treatment* berupa *role palying*.
3. Hasil penelitian Milani, *et all.*, (2016: 11) yang berjudul “*The Effect of Teaching the Social Stories by Role Playing on the Adaptive Behavior and Self-esteem of Educable Mentally Retarded Children*”, menunjukkan bahwa hasil penelitian sebuah cerita sosial pelatihan dengan bermain peran untuk meningkatkan *self esteem* anak keterbelakangan mental ($p < 0,001$) adalah signifikan.
4. Hasil penelitian Farida (2014: 113) menyatakan bahwa kepercayaan diri remaja putri pubertas awal kelas VII SMPN 13 Semarang tahun ajaran 2013/2014 mengalami peningkatan setelah mendapatkan *treatment* berupa teknik *role playing*. Peningkatan yang signifikan terlihat dari hasil uji *wilcoxon*. Hasil uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa Z_{hitung} lebih kecil dari Z_{tabel} sehingga hipotesis diterima.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Berdasarkan keempat penelitian terdahulu tersebut menunjukkan bahwa kemampuan rasa percaya diri dapat ditingkatkan menggunakan teknik *role playing* dan dirasa cukup efektif untuk dilaksanakan. Sehingga hasil-hasil penelitian tersebut dapat mendukung dan memperkuat penelitian yang akan peneliti laksanakan.

C. Identifikasi Masalah

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan, terdapat beberapa masalah kurangnya kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang, yang ditandai dengan sebagai berikut:

1. Siswa belum mengenal dirinya dengan baik
2. Siswa mengalami kesulitan untuk bersosialisasi dengan teman
3. Siswa merasa khawatir ketika menghadapi ujian
4. Siswa malu untuk mengungkapkan pendapatnya di depan umum
5. Siswa mudah putus asa.

D. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan sebelumnya dan mengingat luasnya permasalahan dalam penelitian ini, maka ruang lingkup penelitian dibatasi dengan memfokuskan penelitian pada faktor yang dianggap dapat mempengaruhi kepercayaan diri, yaitu teknik *role playing*.

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimanakah profil kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang?
2. Bagaimana rancangan program teknik *role playing* terhadap kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang?
3. Apakah teknik *role playing* dapat berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang?

F. Tujuan Penelitian

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

1. Untuk mengetahui profil kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang.
2. Untuk mengetahui rancangan program teknik *role playing* terhadap kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang.
3. Untuk mengetahui teknik *role playing* dapat berpengaruh atau tidak terhadap kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang.

G. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian terbagi menjadi dua yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan di bidang bimbingan dan konseling, khususnya bagi pengembangan teori tentang teknik *role playing* untuk meningkatkan rasa percaya diri.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi sekolah, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi pengelolaan pendidikan dan pengajaran di sekolah khususnya SMP Negeri 10 Kota Serang agar lebih mengerti dan memahami faktor-faktor yang berkenaan dengan kepercayaan diri.
- b. Bagi guru BK, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam rangka meningkatkan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di lingkungan pendidikan, khususnya di SMP Negeri 10 Kota Serang.
- c. Bagi program studi bimbingan dan konseling, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi pengelolaan pendidikan dan pengajaran agar lebih mengerti dan memahami faktor-faktor yang berkenaan dengan kepercayaan diri.
- d. Serta bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pengaruh teknik *role playing* terhadap kepercayaan diri untuk selanjutnya menentukan tema penelitian lainnya serta dapat sebagai acuan penelitian yang relevan.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teoritis

1. Siswa

Menurut kamus besar bahasa Indonesia pengertian siswa berarti orang, anak yang sedang berguru (belajar, bersekolah). Menurut pasal 1 ayat 4 UU RI No. 20 tahun 2013, mengenai sistem pendidikan nasional, dimana siswa adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan diri mereka melalui proses pendidikan pada jalur dan jenjang dan jenis pendidikan tertentu. Pada umumnya siswa SMP berada pada usia belasan, dimana siswa ada pada masa-masa remaja. Secara umum masa remaja dibagi menjadi dua bagian, yaitu awal masa dan akhir masa remaja. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 tahun sampai 16 tahun atau tujuh belas tahun, dan akhir remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun, yaitu usia matang secara hukum (Hurlock, 2011: 206).

Menurut Hurlock (2011: 206) lazimnya masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum. Namun, penelitian tentang perubahan perilaku, sikap dan nilai-nilai sepanjang masa remaja tidak hanya menunjukkan bahwa setiap perubahan terjadi lebih cepat pada awal masa remaja dari pada tahap akhir masa remaja, tetapi juga menunjukkan bahwa perilaku, sikap dan nilai-nilai pada awal masa remaja berbeda dengan pada akhir masa remaja. Sedangkan Menurut Piaget (Suparno, 2006: 11) tugas perkembangan siswa SMP kelas IX berada pada tahap formal operasional. Tahap ini mulai dialami siswa pada usia 11 tahun (saat pubertas) dan terus berlanjut sampai dewasa. Karakteristik tahap ini adalah diperolehnya kemampuan untuk berpikir secara abstrak, menalar secara logis, dan menarik kesimpulan dari informasi yang tersedia. Selain itu, ada peningkatan fungsi intelektual, kapabilitas memori dalam bahasa dan perkembangan konseptual.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

2. Kepercayaan Diri

a. Pengertian Kepercayaan diri

Menurut Lindenfield (Pinasti, 2011: 14) menyatakan bahwa siswa yang percaya diri ialah siswa yang merasa puas dengan dirinya. Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri lahir dari kesadaran jika siswa memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran siswa bahwa ia memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang diinginkan tercapai. Syaifullah (2010: 49) menyatakan bahwa percaya diri merupakan keyakinan yang kuat dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga memungkinkan siswa tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan. Siswa yang percaya diri akan merasa optimis di dalam melakukan semua aktifitasnya, serta mempunyai tujuan hidup yang realistik.

Menurut Sarastika (Muslih, 2014: 14) rasa percaya diri adalah sebuah ukuran mengenai seberapa besar anda menghargai diri sendiri. Sedangkan menurut Angelis (2003: 11) memandang kepercayaan diri sebagai suatu keyakinan dalam jiwa manusia untuk menghadapi tantangan hidup apapun dengan berbuat sesuatu, sebagaimana dikemukakannya bahwa:

True confidence has nothing to do with a whats happening in your outer life. True confidence isn't created because of what you do, but because of your belief in the ability you have within to do anything you set out to do.

Setiap siswa mempunyai hak untuk menikmati kebahagiaan dan kepuasan atas apa yang telah diperolehnya, tetapi itu akan sulit dirasakan apabila siswa tersebut memiliki kepercayaan diri yang rendah. Bukan hanya ketidakmampuan dalam melakukan suatu pekerjaan, tetapi juga ketidakmampuan dalam menikmati pekerjaan tersebut. Kepercayaan diri pada siswa tidak selalu sama, pada saat tertentu siswa merasa yakin atau

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

mungkin tidak, ada situasi dimana siswa merasa yakin dan situasi di mana siswa tidak merasa demikian.

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri baik yang bersifat lahir maupun batin dalam menghadapi tantangan hidup apapun, kapanpun dan dimanapun dengan melakukan suatu tindakan berbuat sesuatu untuk mencapai berbagai tujuan realistik dalam hidupnya.

b. Tujuan Percaya Diri

Menurut Lindenfield (Sa'adah, 2016: 23) siswa yang percaya diri selalu tahu tujuan hidupnya. Ini disebabkan karena mereka punya pikiran yang jelas mengapa mereka melakukan tindakan tertentu dan mereka tahu hasil apa yang bisa diharapkan. Berdasarkan unsur ini yang memperkuat rasa percaya diri adalah:

- 1) Terbiasa menentukan sendiri tujuan yang biasa dicapai tidak selalu harus bergantung pada orang lain untuk melakukan kegiatannya.
- 2) Punya lebih banyak energi dan semangat karena mereka mempunyai motivasi.
- 3) Lebih tekun karena menyadari bahwa langkah-langkah yang kecil dan kadang-kadang membosankan sekalipun mempunyai tujuan.
- 4) Belajar menilai diri sendiri karena mereka bisa memantau kemajuannya dilihat dari tujuan yang mereka tentukan sendiri.
- 5) Mudah membuat keputusan karena mereka tahu betul apa yang mereka inginkan dan butuhkan dari hasilnya.

c. Kebutuhan Manusia akan Kepercayaan Diri

Setiap manusia sangat membutuhkan kepercayaan diri. Seperti yang telah dikatakan oleh Adler (1991: 13) bahwa kebutuhan manusia yang paling penting adalah kebutuhan akan kepercayaan diri. Jannah (Kristanti, 2007: 13) menjelaskan bahwa ternyata kepercayaan diri itu sangat erat dengan keimanan. Semakin tinggi keimanan seseorang maka semakin tinggi pula tingkat percaya dirinya.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Berdasarkan uraian di atas, jelas bahwa setiap manusia pasti membutuhkan kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan kebutuhan dasar manusia untuk dapat mencapai aktualisasi dirinya. Siswa tidak akan dapat mengaktualisasikan dirinya kalau kebutuhan akan kepercayaan diri belum terpuaskan.

d. Jenis-jenis Kepercayaan Diri

Menurut Lindenfield (Apriliyani, 2015: 14) mengemukakan bahwa kepercayaan diri terdiri dari dua jenis percaya diri yaitu percaya diri batin dan percaya diri lahir.

1) Kepercayaan diri batin

Ada empat ciri utama yang khas pada orang yang mempunyai percaya diri batin yang sehat, yaitu:

a) *Cinta diri*: Orang yang percaya diri peduli tentang diri mereka sendiri sehingga perilaku dan gaya hidup yang mereka tampilkan untuk memelihara diri. Jadi cinta diri setiap siswa sangat diperlukan dalam menumbuhkan kepercayaan diri karena setiap siswa akan menghargai dengan baik kebutuhan jasmani maupun rohaninya, sehingga siswa akan: (1) mampu memelihara diri sehingga mampu menghargai baik kebutuhan jasmani maupun rohaninya, dan menempatkannya pada pijakan yang setara dengan kebutuhan orang lain, (2) bangga akan sifat-sifat mereka yang baik dan memusatkan diri untuk memanfaatkannya sebaik mungkin, tidak mau membuang waktu, tenaga atau uang untuk memikirkan kekurangan diri sendiri, (3) merasa senang bila diperhatikan. Secara terbuka menunjukkan keinginan untuk dipuji, ditentramkan dan mendapat ganjaran, dan mereka tidak akan mencoba memanfaatkan siapapun untuk memenuhi itu secara tidak langsung.

b) *Pemahaman diri*: Orang yang percaya diri batin sangat sadar diri. Mereka tidak terus-menerus merenungi diri sendiri, tetapi secara teratur mereka memikirkan perasaan, pikiran, perilaku dan mereka

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

selalu ingin tahu bagaimana pendapat orang lain tentang diri mereka. Maka pemahaman diri yang baik, siswa akan dapat: (1) menyadari potensi diri yang dimilikinya sehingga kecil kemungkinan akan mengalami kegagalan berulang kali, cenderung menjadi pribadi yang mantap tidak begitu saja mengikuti orang lain, mempunyai sahabat yang dapat memberi dan menerima, (2) tahu diri dalam arti serta terbuka untuk menerima kritik dan bantuan.

c) *Tujuan yang jelas*: Orang yang percaya diri selalu tahu tujuan hidupnya. Ini disebabkan karena mereka punya pikiran yang jelas mengapa mereka melakukan tindakan tertentu dan mereka tahu hasil apa yang bisa diharapkan. Seseorang yang memiliki tujuan yang jelas akan dapat: (1) mampu menentukan tujuan sendiri. Mereka akan terbiasa mandiri dan tidak bergantung pada orang lain, (2) mempunyai motivasi yang tinggi, lebih menilai kemajuan dirinya dari tujuan yang telah ditetapkan, (3) mampu membuat keputusan karena seseorang tahu betul apa yang diinginkan dan dibutuhkan dari hasilnya.

d) *Berpikir positif*: Orang yang percaya diri biasanya merupakan teman yang menyenangkan, salah satu sebabnya ialah karena mereka biasa melihat kehidupan yang cerah dan mereka mengharap serta mencari pengalaman dan hasil yang bagus. Seseorang yang mampu berfikir positif akan dapat: (1) memiliki harapan dalam hidupnya. Jadi orang yang berfikir positif selalu mempunyai keinginan dan cita-cita dalam hidupnya, (2) memiliki potensi motivasi dalam hidupnya. Jadi apa yang diinginkan dan di cita-citakan akan diwujudkan, (3) memiliki kepercayaan bahwa ini masalah dapat diselesaikan, percaya bahwa masa datang akan lebih baik dari masa sekarang, mau bekerja walau dengan tantangan, dan melakukan tugasnya, karena seseorang percaya bahwa tujuannya akan tercapai.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

2) Kepercayaan diri lahir

Untuk memberikan kesan percaya diri pada dunia luar, maka kita perlu mengembangkan ketrampilan dalam empat bidang yang berkaitan dengan kepercayaan diri lahir, yaitu:

a) *Komunikasi*: Dengan memiliki dasar yang baik dalam ketrampilan berkomunikasi, maka dapat mendengarkan orang lain dengan tepat, tenang dan penuh perhatian, bisa berbincang-bincang dengan orang dari segala jenis latar belakang, tahu kapan dan bagaimana berganti pokok pembicaraan dari percakapan biasa ke yang lebih mendalam, dan bicara di depan umum tanpa rasa takut.

Ketika berkomunikasi orang yang kurang percaya diri, biasanya bicara gagap, sulit dimengerti oleh orang lain. Orang yang memilki kepercayaan diri tinggi tidak akan menemui kendala-kendala apabila harus berkomunikasi dengan orang lain. Walaupun mampu berkomunikasi secara baik, tetapi orang yang diajak berbicara juga merasa nyaman.

b) *Ketegasan*: Dengan memilki sikap tegas tidak akan menunjukkan sikap agresif dan pasif dalam mencapai keberhasilan dalam hidupnya dan hubungan sosialnya, sehingga memungkinkan rasa percaya diri bertambah. Orang yang memiliki ketegasan akan dapat: (1) bersikap dan berperilaku asertif. Sikap tegas artinya menuntut hak pribadi dan menyatakan pikiran, perasaan dan keyakinan dengan cara langsung, jujur dan tepat. Sikap tegas meliputi setiap tindakan benar yang perlu diungkapkan. Misalnya: bertanya kepada guru mengenai materi pelajaran yang kurang dimengerti. Menjadi orang yang tegas pastinya memiliki kepercayaan diri tinggi. (2) berkompromi dengan siapa saja secara baik. (3) menerima pujian dari orang lain secara wajar. (4) menerima kritikan yang membangun dari orang lain secara wajar.

c) *Penampilan diri*: Dalam kehidupan sehari-hari setiap orang pasti tampil diri. Untuk dapat tampil diri membutuhkan gaya hidup

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

yang dapat diterima orang lain dan mencerminkan tampil adanya, sopan dan berbusana dengan model maupun warna yang cocok sehingga orang tersebut bisa tampil diri sebagai orang yang penuh percaya diri. Maka berpenampilan diri yang secara baik mencerminkan memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Ini ditujukan dari memilih gaya pakaian dan warna yang paling cocok dengan kepribadiannya dan kondisi fisiknya, cepat mendapat pengakuan karena penampilan pertama yang bagus, dan menyadari dampak gaya hidupnya terhadap pendapat orang lain mengenai diri mereka, tanpa terbatas pada keinginan untuk selalu ingin menyenangkan.

- d) *Pengendalian Perasaan:* Pengendalian perasaan sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Perasaan kita perlu dikelola secara baik. Apabila tidak dikelola secara baik bisa membentuk kekuatan besar yang tidak terduga yang bisa membuat seseorang lepas kendali. Untuk itu ketika harus mampu mengendalikan perasaan, mempunyai keberanian dalam menghadapi tantangan, ketabahan dalam menghadapi masalah dan pengendalian dalam bertindak agar tidak mudah terbenam dalam emosi.

Pendapat lain tentang jenis-jenis percaya diri menurut Angelis (2003: 58) yang membagi percaya diri menjadi tiga bagian:

- 1) Percaya diri berkenaan dengan tingkah laku

Merupakan percaya diri dalam bertindak dan dalam menyelesaikan tugas-tugas. Tugas-tugas tersebut baik tugas sederhana maupun yang kompleks akan dilakukan dengan penuh keyakinan atau kepercayaan diri.

- 2) Percaya diri berkenaan dengan emosi

Merupakan kepercayaan diri seseorang untuk dapat mengendalikan maupun menguasai sisi emosi mereka. Mereka akan menggunakan emosi dalam melakukan segala tindakannya atau membuat suatu pilihan yang tepat.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

3) Percaya diri berkenaan dengan kerohanian (spiritualitas)

Percaya diri berkenaan dengan kerohanian ini merupakan kepercayaan diri yang paling penting. Kepercayaan diri kerohanian ini dapat dijadikan dasar dalam mengembangkan kedua jenis kepercayaan diri yang lain.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dalam penelitian ini memakai pendapat Lindenfield (Apriliyani, 2015: 14) sebagai bahan untuk pembuatan instrumen skala percaya diri. Sebagai mana disebutkan di atas bahwa percaya diri terdiri dari dua jenis yaitu percaya diri lahir dan percaya diri batin.

e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Gejala rasa tidak percaya diri dimulai dari adanya kelemahan-kelemahan tertentu di dalam berbagai aspek kepribadian seseorang, sehingga orang tersebut mengalami gejala tidak percaya diri. Menurut Hakim (2005: 12) menyatakan bahwa berbagai kelemahan pribadi yang menjadi penyebab timbulnya rasa tidak percaya diri adalah cacat atau kelainan fisik, buruk rupa, ekonomi lemah, status sosial, status perkawinan, sering gagal, kalah bersaing, pendidikan rendah, sulit menyesuaikan diri. Faktor-faktor penyebab rasa tidak percaya diri tersebut adalah:

- 1) Perlakuan keluarga yang keras, keluarga lebih banyak mencela daripada memuji. Dan lingkungan yang kurang memberikan kasih sayang dan penghargaan, terutama pada masa kanak-kanak dan pada masa remaja.
- 2) Kurangnya komunikasi dalam berinteraksi dengan lingkungan.
- 3) Kekurangan jasmani.
- 4) Kegagalan yang berulang kali tanpa diimbangi dengan optimisme yang memadai.
- 5) Keinginan untuk mencapai kesempurnaan dalam segala hal (Idealisme yang tidak realistis).
- 6) Kurang memahami nilai dan peranan Iman dalam hidup.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

7) Anak tidak meyakini fungsi diri: anak tidak yakin bahwa keseluruhan dirinya akan berfungsi dengan baik. Sehingga tidak mampu mendorong dirinya untuk berkembang total, maksimal dan optimal. Dengan semua itu, maka anak tersebut tidak dapat mencapai kemandirian.

8) Belum dapat mengontrol *temperament* yang lebih baik.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor yang menyebabkan anak tidak percaya diri berasal dari faktor internal yaitu diri sendiri, faktor eksternal yaitu keluarga dan lingkungan yang meliputi lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan dalam masyarakat. Kedua unsur tersebut yang dapat menyebabkan anak merasa kurang percaya diri.

f. Ciri-ciri Kepercayaan Diri

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan terlihat dalam setiap tindakan dan sikap yang ia lakukan. Fatimah (Farida, 2014: 13) menyebutkan beberapa karakteristik siswa yang percaya diri sebagai berikut:

- 1) Percaya akan kompetensi/kemampuan diri, sehingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan ataupun hormat orang lain.
- 2) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
- 3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
- 4) Punya pengendalian diri yang baik.
- 5) Memiliki *internal locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, bergantung pada usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung/mengharapkan bantuan orang lain mempunyai cara pandang positif terhadap diri sendiri dan orang lain dan situasi di luar dirinya).

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

6) Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.

Sedangkan menurut Schwartz (Farida, 2014: 13) menyampaikan beberapa ciri orang yang bertindak dan berpikir dengan penuh percaya diri adalah (a) berani duduk di kursi terdepan, (b) mampu mengadakan kontak mata, (c) berjalan 25% lebih cepat, (d) berani menyampaikan pendapat dalam rapat atau forum lain, dan (e) menampilkan rasa percaya diri dengan tersenyum. Berdasarkan pendapat di atas dapat dilihat bahwa siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi memiliki ciri-ciri (a) meyakini kemampuan diri dan mampu memanfaatkannya, (b) berani menghadapi permasalahan dan tidak takut untuk gagal, (c) berani menerima penolakan, (d) tidak mudah menyerah, (e) mampu mengendalikan diri, (f) memiliki harapan yang realistis terhadap dirinya sendiri, (g) mampu menyampaikan pendapat ketika dalam diskusi atau rapat, dan (h) memiliki penampilan yang penuh keyakinan.

Ciri-ciri di atas akan dimiliki oleh siswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Sebaliknya, siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan memperlihatkan keadaan yang berkebalikan dengan ciri-ciri tersebut. Berikut akan diuraikan mengenai ciri-ciri siswa yang kepercayaan dirinya rendah. Menurut Hakim (2005: 8), orang yang mengalami gejala tidak percaya diri mempunyai ciri-ciri yang tampak, antara lain:

- 1) Mudah cemas dalam menghadapi persoalan
- 2) Gugup dan terkadang bicara gagap
- 3) Tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu
- 4) Sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya
- 5) Mudah putus asa
- 6) Cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

- 7) Sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah, misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri, yang menyebabkan rasa tidak percaya dirinya semakin buruk.

Fatimah (Farida, 2014: 14) menguraikan beberapa karakteristik siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, antara lain:

- 1) Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok
- 2) Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan
- 3) Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri
- 4) Pesimis, mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif
- 5) Takut gagal sehingga menghindari risiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil
- 6) Cenderung menolak pujian yang ditujukan secara serius karena *undervalue* diri sendiri
- 7) Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir karena menilai dirinya tidak mampu
- 8) Memiliki *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat bergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain).

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa anak yang selalu ragu atau kurang percaya diri biasanya selalu memandang negatif tentang dirinya sendiri. Selalu ada kekurangan di dalam dirinya dibandingkan dengan orang lain. Anak yang ragu terhadap kemampuan diri sendiri atau tidak percaya diri biasanya kurang dapat berbicara atau menyampaikan pesan kepada orang lain karena salah satu faktor penyebab tidak percaya diri datang dari kemampuan berkomunikasi secara verbal, dengan berbicara.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

3. *Cognitive Behavior Therapy*

a. *Pengertian Cognitive Behavior Therapy*

Matson & Ollendick (1988: 44) mengungkapkan definisi *cognitive-behavior therapy* yaitu pendekatan dengan sejumlah prosedur yang secara spesifik menggunakan kognisi sebagai bagian utama terapi. Fokus terapi yaitu persepsi, kepercayaan dan pikiran. Beck (Muqodas, 2011: 4) mendefinisikan CBT sebagai pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan konseli pada saat ini dengan cara melakukan restrukturisasi kognitif dan perilaku yang menyimpang. Pendekatan CBT didasarkan pada formulasi kognitif, keyakinan dan strategi perilaku yang mengganggu. Proses konseling didasarkan pada konseptualisasi atau pemahaman konseli atas keyakinan khusus dan pola perilaku konseli. Harapan dari CBT yaitu munculnya restrukturisasi kognitif yang menyimpang dan sistem kepercayaan untuk membawa perubahan emosi dan perilaku ke arah yang lebih baik. Menurut Mirza & Sulistyaningsih (2013: 56) mengungkapkan CBT yaitu pendekatan dengan sejumlah prosedur yang secara spesifik menggunakan kognisi sebagai bagian utama terapi. Fokus terapi yaitu persepsi, kepercayaan dan pikiran. Pada CBT terapis berupaya membantu konseli untuk merubah pikiran dan pernyataan negatif serta keyakinan tidak rasional yang dialaminya.

Berdasarkan paparan definisi di atas, maka *Cognitive behavior therapy* adalah suatu pendekatan konseling yang memfokuskan pada perubahan pola pikir dan tindakan individu, dengan diarahkan kepada modifikasi fungsi berpikir, merasa dan bertindak. CBT menekankan otak sebagai penganalisa, pengambil keputusan, bertanya, bertindak, dan memutuskan kembali. Sedangkan, pendekatan pada aspek *behavior* diarahkan untuk membangun hubungan yang baik antara situasi permasalahan dengan kebiasaan mereaksi permasalahan.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

b. Tujuan *Cognitive Behavior Therapy*

Tujuan CBT menurut Oemarjoedi (2003: 9) adalah mengajak konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi. Konselor diharapkan mampu menolong konseli untuk mencari keyakinan yang sifatnya dogmatis dalam diri konseli dan secara kuat mencoba mengurangnya. Pada proses konseling, beberapa ahli CBT salah satunya adalah NACBT (Muqodas, 2011: 6) berasumsi bahwa masa lalu tidak perlu menjadi fokus penting dalam konseling. Oleh sebab itu CBT dalam pelaksanaan konseling lebih menekankan kepada masa kini dari pada masa lalu, akan tetapi bukan berarti mengabaikan masa lalu. CBT tetap menghargai masa lalu sebagai bagian dari hidup konseli dan mencoba membuat konseli menerima masa lalunya, untuk tetap melakukan perubahan pada pola pikir masa kini untuk mencapai perubahan di waktu yang akan datang. Oleh sebab itu, CBT lebih banyak bekerja pada status kognitif saat ini untuk dirubah dari status kognitif negatif menjadi status kognitif positif.

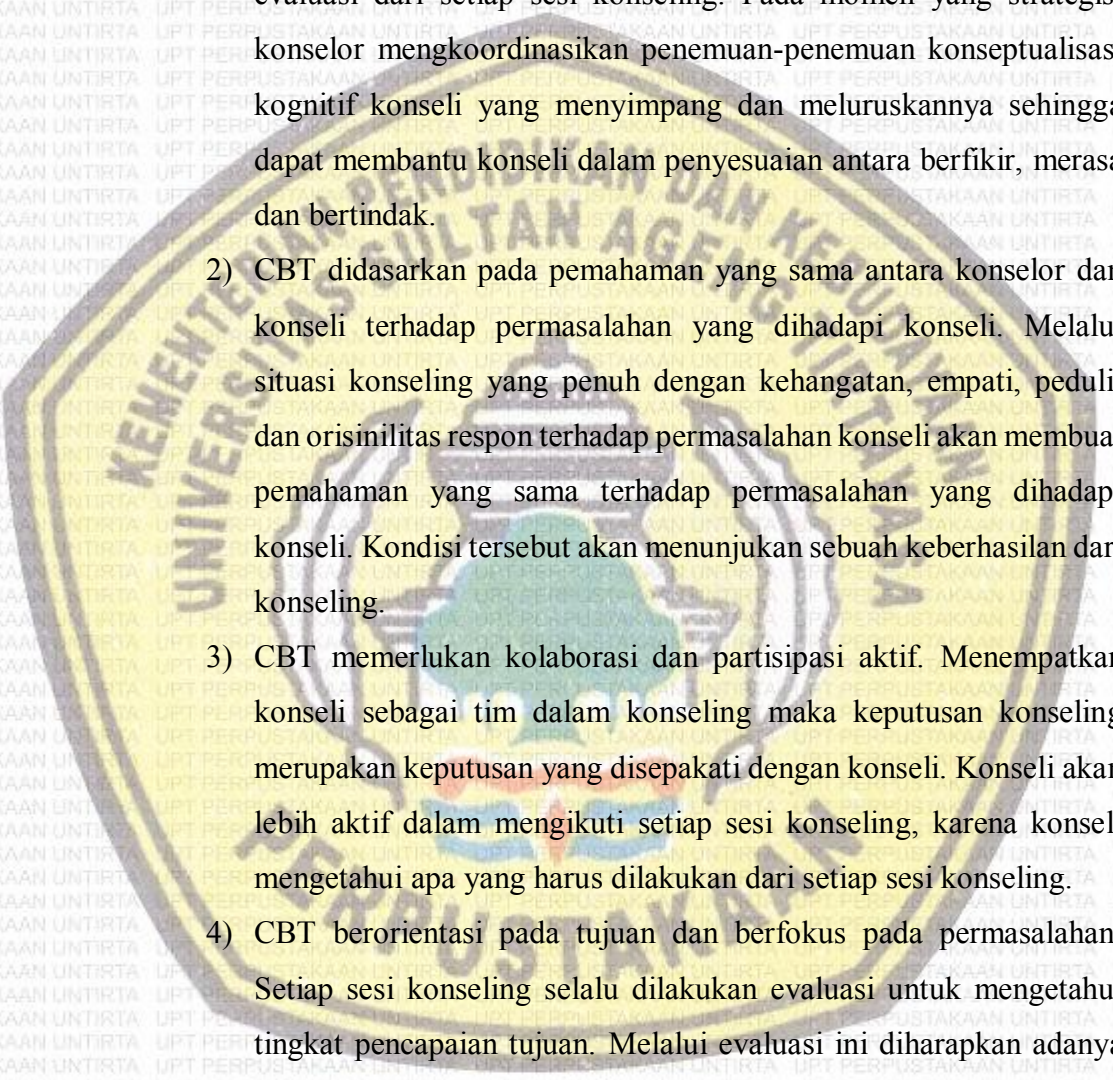
Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat disimpulkan tujuan dari CBT adalah mengajak individu untuk belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat. Hingga pada akhirnya dengan CBT diharapkan dapat membantu konseli dalam menyelaraskan berpikir, merasa dan bertindak.

c. Prinsip-prinsip *Cognitive Behavior Therapy*

Walaupun konseling harus disesuaikan dengan karakteristik atau permasalahan konseli, tentunya konselor harus memahami prinsip-prinsip yang mendasari CBT. Pemahaman terhadap prinsip-prinsip ini diharapkan dapat mempermudah konselor dalam memahami konsep, strategi dalam merencanakan proses konseling dari setiap sesi, serta penerapan teknik-teknik CBT. Menurut Beck (Muqodas, 2011:7) prinsip-prinsip dasar dari CBT adalah:

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

- 
- 1) CBT didasarkan pada formulasi yang terus berkembang dari permasalahan konseli dan konseptualisasi kognitif konseli. Formulasi konseling terus diperbaiki seiring dengan perkembangan evaluasi dari setiap sesi konseling. Pada momen yang strategis, konselor mengkoordinasikan penemuan-penemuan konseptualisasi kognitif konseli yang menyimpang dan meluruskannya sehingga dapat membantu konseli dalam penyesuaian antara berfikir, merasa dan bertindak.
 - 2) CBT didasarkan pada pemahaman yang sama antara konselor dan konseli terhadap permasalahan yang dihadapi konseli. Melalui situasi konseling yang penuh dengan kehangatan, empati, peduli, dan orisinalitas respon terhadap permasalahan konseli akan membuat pemahaman yang sama terhadap permasalahan yang dihadapi konseli. Kondisi tersebut akan menunjukkan sebuah keberhasilan dari konseling.
 - 3) CBT memerlukan kolaborasi dan partisipasi aktif. Menempatkan konseli sebagai tim dalam konseling maka keputusan konseling merupakan keputusan yang disepakati dengan konseli. Konseli akan lebih aktif dalam mengikuti setiap sesi konseling, karena konseli mengetahui apa yang harus dilakukan dari setiap sesi konseling.
 - 4) CBT berorientasi pada tujuan dan berfokus pada permasalahan. Setiap sesi konseling selalu dilakukan evaluasi untuk mengetahui tingkat pencapaian tujuan. Melalui evaluasi ini diharapkan adanya respon konseli terhadap pikiran-pikiran yang mengganggu tujuannya, dengan kata lain tetap berfokus pada permasalahan konseli.
 - 5) CBT berfokus pada kejadian saat ini. Konseling dimulai dari menganalisis permasalahan konseli pada saat ini dan di sini (*here and now*). Perhatian konseling beralih pada dua keadaan. Pertama, ketika konseli mengungkapkan sumber kekuatan dalam melakukan kesalahannya. Kedua, ketika konseli terjebak pada proses berfikir

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

yang menyimpang dan keyakinan konseli dimasa lalunya yang berpotensi merubah kepercayaan dan tingkahlaku ke arah yang lebih baik.

6) CBT merupakan edukasi, bertujuan mengajarkan konseli untuk menjadi terapis bagi dirinya sendiri, dan menekankan pada pencegahan. Sesi pertama CBT mengarahkan konseli untuk mempelajari sifat dan permasalahan yang dihadapinya termasuk proses konseling *cognitive-behavior* serta model kognitifnya karena CBT meyakini bahwa pikiran mempengaruhi emosi dan perilaku.

Konselor membantu menetapkan tujuan konseli, mengidentifikasi dan mengevaluasi proses berfikir serta keyakinan konseli. Kemudian merencanakan rancangan pelatihan untuk perubahan tingkah lakunya.

7) CBT berlangsung pada waktu yang terbatas. Pada kasus-kasus tertentu, konseling membutuhkan pertemuan antara 6 sampai 14 sesi. Agar proses konseling tidak membutuhkan waktu yang panjang, diharapkan secara kontinyu konselor dapat membantu dan melatih konseli untuk melakukan *self-help*.

8) CBT yang terstruktur. Struktur ini terdiri dari tiga bagian konseling. Bagian awal, menganalisis perasaan dan emosi konseli, menganalisis kejadian yang terjadi dalam satu minggu kebelakang, kemudian menetapkan agenda untuk setiap sesi konseling. Bagian tengah, meninjau pelaksanaan tugas rumah (*homework asigment*), membahas permasalahan yang muncul dari setiap sesi yang telah berlangsung, serta merancang pekerjaan rumah baru yang akan dilakukan. Bagian akhir, melakukan umpan balik terhadap perkembangan dari setiap sesi konseling. Sesi konseling yang terstruktur ini membuat proses konseling lebih dipahami oleh konseli dan meningkatkan kemungkinan mereka mampu melakukan *self-help* di akhir sesi konseling.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

9) CBT mengajarkan konseli untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan menanggapi pemikiran disfungsional dan keyakinan mereka. Setiap hari konseli memiliki kesempatan dalam pikiran-pikiran otomatisnya yang akan mempengaruhi suasana hati, emosi dan tingkah laku mereka. Konselor membantu konseli dalam mengidentifikasi pikirannya serta menyesuaikan dengan kondisi realita serta perspektif adaptif yang mengarahkan konseli untuk merasa lebih baik secara emosional, tingkahlaku dan mengurangi kondisi psikologis negatif. Konselor juga menciptakan pengalaman baru yang disebut dengan eksperimen perilaku. Konseli dilatih untuk menciptakan pengalaman barunya dengan cara menguji pemikiran mereka (misalnya: jika saya melihat gambar labalaba, maka akan saya merasa sangat cemas, namun saya pasti bisa menghilangkan perasaan cemas tersebut dan dapat melaluinya dengan baik). Dengan cara ini, konselor terlibat dalam eksperimen kolaboratif. Konselor dan konseli bersama-sama menguji pemikiran konseli untuk mengembangkan respon yang lebih bermanfaat dan akurat.

10) CBT menggunakan berbagai teknik untuk merubah pemikiran, perasaan, dan tingkah laku. Pertanyaan-pertanyaan yang berbentuk sokratik memudahkan konselor dalam melakukan konseling *cognitive-behavior*. Pertanyaan dalam bentuk sokratik merupakan inti atau kunci dari proses evaluasi konseling. Dalam proses konseling, CBT tidak mempermasalahkan konselor menggunakan teknik-teknik dalam konseling lain seperti teknik Gestalt, Psikodinamik, Psikoanalisis, selama teknik tersebut membantu proses konseling yang lebih singkat dan memudahkan konselor dalam membantu konseli. Jenis teknik yang dipilih akan dipengaruhi oleh konseptualisasi konselor terhadap konseli, masalah yang sedang ditangani, dan tujuan konselor dalam sesi konseling tersebut.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

d. Teknik-teknik *Cognitive Behavior Therapy*

CBT adalah pendekatan psikoterapeutik yang digunakan oleh konselor untuk membantu individu ke arah yang positif. Berbagai variasi teknik perubahan kognisi, emosi dan tingkah laku menjadi bagian yang terpenting dalam *Cognitive-Behavior Therapy*. Metode ini berkembang sesuai dengan kebutuhan konseli, di mana konselor bersifat aktif, direktif, terbatas waktu, berstruktur, dan berpusat pada konseli. Konselor atau terapis *cognitive behavior* biasanya menggunakan berbagai teknik intervensi untuk mendapatkan kesepakatan perilaku sasaran dengan konseli. Menurut McLeod (2006: 157) teknik-teknik CBT yang biasa dipergunakan oleh para ahli dalam CBT yaitu:

- 1) Manata keyakinan irasional.
- 2) Bibliotherapy, menerima kondisi emosional internal sebagai sesuatu yang menarik ketimbang sesuatu yang menakutkan.
- 3) Mengulang kembali penggunaan beragam pernyataan diri dalam *role play* dengan konselor.
- 4) Mencoba penggunaan berbagai pernyataan diri yang berbeda dalam situasi ril.
- 5) Mengukur perasaan, misalnya dengan mengukur perasaan cemas yang dialami pada saat ini dengan skala 0-100.
- 6) Menghentikan pikiran. Konseli belajar untuk menghentikan pikiran negatif dan mengubahnya menjadi pikiran positif.
- 7) *Desensitization systematic*. Digantinya respons takut dan cemas dengan respon relaksasi dengan cara mengemukakan permasalahan secara berulang-ulang dan berurutan dari respon takut terberat sampai yang ringan untuk mengurangi intensitas emosional konseli.
- 8) Pelatihan keterampilan sosial. Melatih konseli untuk dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sosialnya.
- 9) *Assertiveness skill training* atau pelatihan keterampilan supaya bisa bertindak tegas.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

10) Penugasan rumah. Memperaktikan perilaku baru dan strategi kognitif antara sesi konseling.

11) *In vivo exposure*. Mengatasi situasi yang menyebabkan masalah dengan memasuki situasi tersebut.

12) *Covert conditioning*, upaya pengkondisian tersembunyi dengan menekankan kepada proses psikologis yang terjadi di dalam diri individu. Perannya di dalam mengontrol perilaku berdasarkan kepada imajinasi, perasaan dan persepsi.

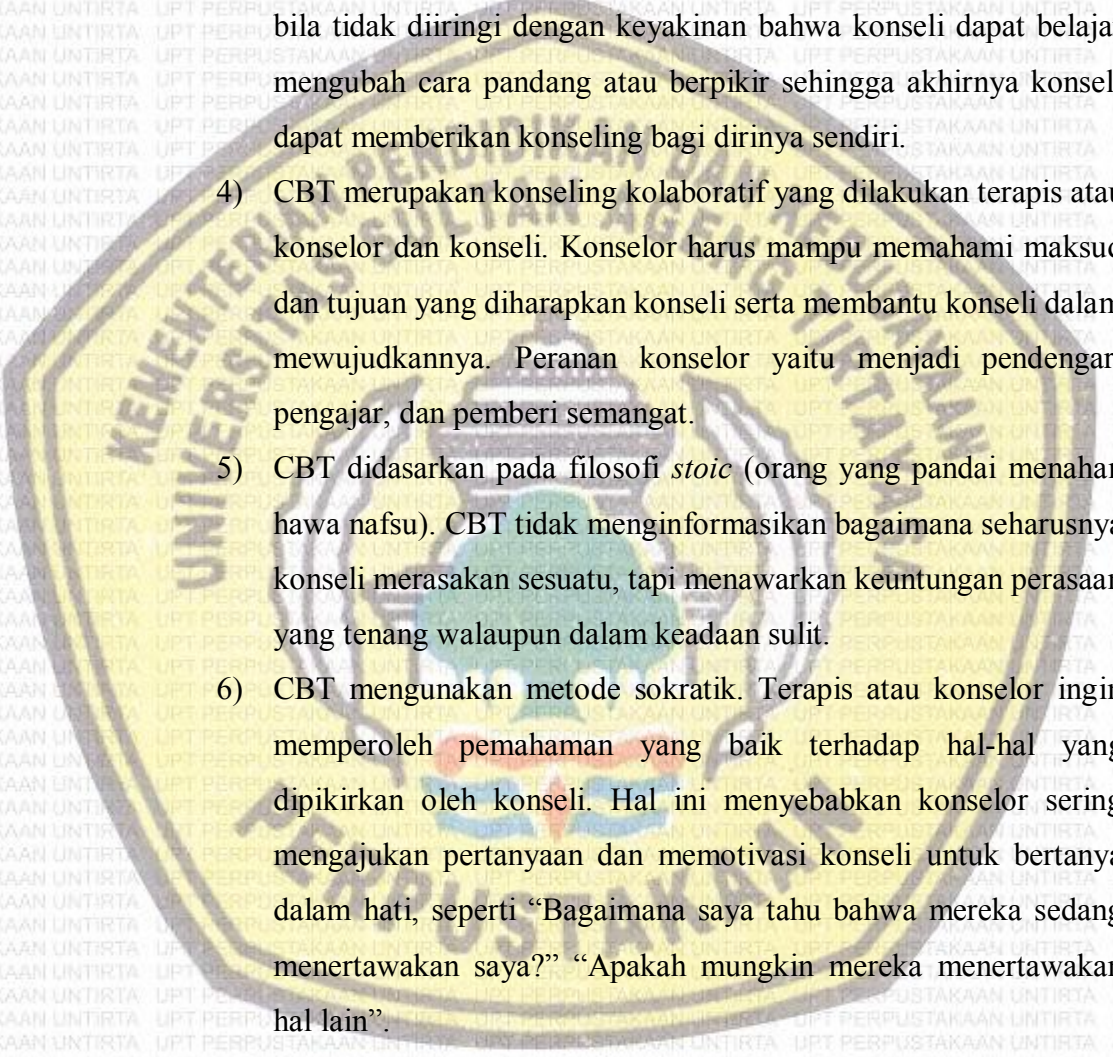
e. Karakteristik *Cognitive Behavior Therapy*

CBT merupakan bentuk psikoterapi yang sangat memperhatikan aspek peran dalam berpikir, merasa, dan bertindak. Terdapat beberapa pendekatan dalam psikoterapi CBT termasuk didalamnya pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*, *Rational Behavior Therapy*, *Rational Living Therapy*, *Cognitive Therapy*, dan *Dialectic Behavior Therapy*. Akan tetapi CBT memiliki karakteristik tersendiri yang membuat CBT lebih khas dari pendekatan lainnya. Menurut NACBT, (Muqodas, 2011: 12) karakteristik CBT sebagai berikut:

- 1) CBT didasarkan pada model kognitif dari respon emosional. CBT didasarkan pada fakta ilmiah yang menyebabkan munculnya perasaan dan perilaku, situasi dan peristiwa. Keuntungan dari fakta ini adalah seseorang dapat mengubah cara berpikir, cara merasa, dan cara berperilaku dengan lebih baik walaupun situasi tidak berubah.
- 2) CBT lebih cepat dan dibatasi waktu. CBT merupakan konseling yang memberikan bantuan dalam waktu yang relative lebih singkat dibandingkan dengan pendekatan lainnya. Rata-rata sesi terbanyak yang diberikan kepada konseli hanya 16 sesi. Berbeda dengan bentuk konseling lainnya, seperti psikoanalisa yang membutuhkan waktu satu tahun. Sehingga CBT memungkinkan konseling yang lebih singkat dalam penanganannya.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

- 
- 3) Hubungan antara konseli dengan terapis atau konselor terjalin dengan baik. Hubungan ini bertujuan agar konseling dapat berjalan dengan baik. Konselor meyakini bahwa sangat penting untuk mendapatkan kepercayaan dari konseli. Namun, hal ini tidak cukup bila tidak diiringi dengan keyakinan bahwa konseli dapat belajar mengubah cara pandang atau berpikir sehingga akhirnya konseli dapat memberikan konseling bagi dirinya sendiri.
 - 4) CBT merupakan konseling kolaboratif yang dilakukan terapis atau konselor dan konseli. Konselor harus mampu memahami maksud dan tujuan yang diharapkan konseli serta membantu konseli dalam mewujudkannya. Peranan konselor yaitu menjadi pendengar, pengajar, dan pemberi semangat.
 - 5) CBT didasarkan pada filosofi *stoic* (orang yang pandai menahan hawa nafsu). CBT tidak menginformasikan bagaimana seharusnya konseli merasakan sesuatu, tapi menawarkan keuntungan perasaan yang tenang walaupun dalam keadaan sulit.
 - 6) CBT menggunakan metode sokratik. Terapis atau konselor ingin memperoleh pemahaman yang baik terhadap hal-hal yang dipikirkan oleh konseli. Hal ini menyebabkan konselor sering mengajukan pertanyaan dan memotivasi konseli untuk bertanya dalam hati, seperti “Bagaimana saya tahu bahwa mereka sedang menertawakan saya?” “Apakah mungkin mereka menertawakan hal lain”.
 - 7) CBT memiliki program terstruktur dan terarah. Konselor CBT memiliki agenda khusus untuk setiap sesi atau pertemuan. CBT memfokuskan pada pemberian bantuan kepada konseli untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya. Konselor CBT tidak hanya mengajarkan apa yang harus dilakukan oleh konseli, tetapi bagaimana cara konseli melakukannya.
 - 8) CBT didasarkan pada model pendidikan. CBT didasarkan atas dukungan secara ilmiah terhadap asumsi tingkah laku dan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

emosional yang dipelajari. Oleh sebab itu, tujuan konseling yaitu untuk membantu konseli belajar meninggalkan reaksi yang tidak dikehendaki dan untuk belajar sebuah reaksi yang baru. Penekanan bidang pendidikan dalam CBT mempunyai nilai tambah yang bermanfaat untuk hasil tujuan jangka panjang.

- 9) CBT merupakan teori dan teknik didasarkan atas metode induktif. Metode induktif mendorong konseli untuk memperhatikan pemikirannya sebagai sebuah jawaban sementara yang dapat dipertanyakan dan diuji kebenarannya. Jika jawaban sementara salah (disebabkan oleh informasi baru), maka konseli dapat mengubah pikirannya sesuai dengan situasi yang sesungguhnya.
- 10) Tugas rumah merupakan bagian terpenting dari teknik CBT, karena dengan pemberian tugas, konselor memiliki informasi yang memadai tentang perkembangan konseling yang akan dijalani konseli. Selain itu, dengan tugas rumah konseli terus melakukan proses konselingnya walaupun tanpa dibantu konselor. Penugasan rumah inilah yang membuat CBT lebih cepat dalam proses konselingnya.

4. Teknik *Role Playing*

a. Pengertian Teknik *Role Playing*

Role playing dari sisi bahasa terdiri dari dua suku kata, *role* (peran) dan *playing* (permainan). Konsep *role* dapat diartikan sebagai peran atau tindakan yang ditunjukkan/diperformasikan oleh seseorang dalam berhubungan dengan orang lain. Sedangkan *playing* dapat diartikan sebagai kegiatan bermain. Menurut Moreno (Jigau, 2007: 543) *role playing* merupakan simulasi realitas melalui permainan, tanpa konsekuensi dalam kenyataan, menawarkan "pemain" kemungkinan untuk memainkan bagian-bagian tertentu atau mempraktekkan perilaku tertentu. *Role playing* mengandaikan membangun hubungan interpersonal timbal balik, adaptasi terhadap perilaku mitra bermain peran untuk mencapai tujuan mengatur, mengembangkan empati dengan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

memahami orang lain, terkadang dengan menempatkan diri. Hitchen dan Drachen (Harviainen, 2009: 5) menyebutkan pengertian *role playing* merupakan sebuah permainan dimana pemain bebas mengeksplorasi bagaimana jalannya permainan dan mengambil bagian peran masing-masing, sebagaimana dikemukakannya bahwa:

A role-playing game is a game set in an imaginary world. Players are free to choose how to explore the game world, in terms of the path through the world they take, and may revisit areas previously explored. The amount of the game world potentially available for exploration is typically large.

Pendapat selanjutnya disampaikan oleh Montola (Harviainen, 2009:5) menjelaskan *role playing* merupakan proses interaktif tentang memberikan definisi baru dan definisi ulang tentang dunia permainan imajinatif yang dilakukan oleh kelompok pemain untuk mengenali kekuatan diri dimana satu atau lebih pemain akan memainkan karakter tertentu untuk mendefinisikan kekuatan yang dimilikinya, sebagaimana dikemukakannya bahwa:

I see role-playing as an interactive process of defining and re-defining an imaginary game world, done by a group of participants according to a recognised structure of power. One or more or participants are players, who portray anthropomorphic characters that delimit the players' power to define.

Moreno (Corey, 2005: 50) menyatakan bahwa sangat pentingnya untuk belajar secara spontan dan kreatif. Spontanitas merupakan respons yang tepat untuk menghadapi situasi baru atau respons baru dan tepat untuk menghadapi situasi lama. Secara analogi, bermain peran dalam hubungannya antar pribadi berusaha untuk menciptakan suasana spontanitas dan kreativitas untuk menghilangkan tekanan-tekanan yang menghambat individu mendapat kesempatan untuk belajar yang bebas tanpa hambatan. Moreno (Corey, 2005: 50) berpendapat bahwa salah satu faktor yang penting dalam menentukan bermain peran yang akan menghasilkan perubahan perilaku adalah pengurangan hambatan-hambatan. Hambatan-hambatan yang biasa muncul adalah perasaan takut dikritik, takut dihukum, atau ditertawakan. Hambatan-hambatan ini

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

harus dihilangkan agar perubahan dapat terjadi, sehingga individu dapat mengadakan eksplorasi perilaku. Sebagai hasilnya timbulah perasaan-perasaan baru dan perasaan-perasaan lama yang dihayati dalam konteks yang baru. Bermain peran menyediakan kondisi yang dapat menghilangkan rasa takut atau cemas, karena dalam bermain peran individu dapat mengekspresikan dirinya secara bebas tanpa takut kena sanksi sosial terhadap perbuatannya.

Berdasarkan pengertian-pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa *role playing* merupakan kegiatan permainan yang dilakukan secara kelompok dan masing-masing anggota akan memerankan peran tertentu sehingga ia mendapatkan pengalaman baru atau memperbaiki pengalaman lama untuk meningkatkan kemampuan-kemampuan sosial dan intelektualnya. Melalui kegiatan *role playing*, hambatan-hambatan yang dialami individu dikurangi sehingga individu dapat mengadakan eksplorasi perilaku. Sebagai hasilnya timbulah perasaan-perasaan baru dan perasaan-perasaan lama dihayati di dalam konteks baru. *Role playing* menyediakan kondisi bagi siswa untuk mengekspresikan dirinya secara bebas tanpa dikenakan sanksi sosial terhadap perbuatannya.

b. Manfaat Teknik *Role Playing*

Menurut Jarvis, *et al.*, (2002: 4) bahwa manfaat dari *role playing* adalah:

It encourages individuals, individuals are required to use appropriate concepts and arguments as defined by their role, participation helps embed concepts, it gives life and immediacy to academic material that can be largely descriptive and/or theoretical, it can encourage students to empathize with the position and feelings of others-something that in the normal process of teaching, is likely to be missed.

Role playing akan membantu siswa untuk menggunakan konsep dan pendapat yang tepat sesuai dengan pengalaman yang ia peroleh dari peran yang dimainkan. Melalui keterlibatannya, siswa mampu menanamkan sikap menolong, memperoleh pengalaman langsung, siswa berlatih untuk berempati dan memahami temannya serta sesuatu yang

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

merupakan proses normal dalam pembelajaran tidak dihilangkan. Melalui kegiatan *role playing*, para pemain akan merasakan secara langsung pengalaman-pengalaman dari permasalahan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, para pemain juga akan memperoleh pengalaman baru tentang bagaimana bersikap dan berinteraksi secara efektif dalam kehidupan sehari-hari, karena dalam kegiatan *role playing* siswa akan berlatih berkomunikasi dan berempati terhadap lawan mainnya.

c. Jenis-jenis Teknik *Role Playing*

Menurut Roemlah (1994: 48) jenis-jenis *role playing* ada dua, yaitu:

1) Teknik *role playing* tidak terstruktur

Teknik ini merupakan teknik *role playing* dimana hubungan antara peran utama dengan pemeran-pemeran lain tidak ditentukan oleh fasilitator tetapi oleh para anggota kelompok. Peserta permainan tidak diberi petunjuk, tidak disediakan deskripsi peran dan pedoman observasi. Peranan fasilitator ialah membantu anggota kelompok merumuskan ciri-ciri penting dari situasi atau masalah yang dimainkan dan menciptakan interaksi yang akan membantu memperluas wawasan anggota terhadap masalah yang dimainkan. Fasilitator juga membantu anggota kelompok merasa aman dan bebas berekspresi serta mengadakan intervensi dengan menggunakan berbagai teknik untuk mendorong kelompok agar memberi balikan terhadap pemeran utama.

2) Teknik *role playing* terstruktur

Teknik *role playing* ini, fasilitator menentukan struktur permainan dan menjelaskannya kepada pemain. Peserta diberi instruksi mengenai hubungan para pemain utama dengan pemeran-pemeran lain, sifat pemain, situasi yang dimainkan dan hal-hal lain. Selain itu juga diinformasikan tentang tujuan dan masalah-masalah yang akan dipresentasikan di dalam permainan. Para pemain masih memiliki kebebasan untuk mencoba perilaku baru, mencoba berbagai

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

cara dan menentukan perilaku-perilaku yang mereka anggap penting. Di dalam *role playing* terstruktur, kelompok merespon situasi, isu-isu dan bahan-bahan yang sudah dirancang oleh fasilitator. Bahan-bahan tersebut hendaknya didasarkan pada penelitian yang seksama mengenai minat dan kebutuhan anggota kelompok.

Berdasarkan jenis teknik *role playing* di atas, dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik *role playing* terstruktur. Alasan pemilihan teknik ini adalah bahwa dengan teknik *role playing* terstruktur peneliti dapat melakukan *role playing* secara tersistematis dengan langkah-langkah yang dapat diamati dan mudah dianalisis pelaksanaannya, mulai dari persiapan sampai ulangan permainan.

d. Tahapan Teknik *Role Playing*

Tahap-tahap *role playing* menurut Moreno (Jigau, 2007: 532) mengikuti tahapan di bawah ini:

1) Pembukaan

Guru pembimbing sebagai moderator yang menggambarkan topik, situasi yang diusulkan. Di tahap ini diperkenalkan pengaturan, lokasi, waktu, kondisi, tujuan, skenario, status dan peran, hubungan antara karakter yang terlibat.

2) Motivasi anggota kelompok

Moderator mencoba memotivasi anggota kelompok dengan melakukan “*ice breaking*” agar dapat memicu sikap positif. Selain itu fungsi moderator membuat anggota kelompok tertarik dengan menjelaskan beberapa manfaat dari kegiatan ini. Pada tahap ini, moderator membuat kesepakatan siapa yang menjadi aktor dan siapa yang menjadi pengamat.

3) Pelaksanaan *role playing*

Setelah aktor dan pengamat telah ditentukan, maka permainan akan dimulai. Aktor mendalami perannya dengan melihat deskripsi situasi. Sementara pengamat menyiapkan beberapa aspek yang akan dinilai. Selain itu pelaksanaan *role playing* dapat menumbuhkan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

pengembangan spontanitas dan kreativitas para pemainnya. Durasi dalam kegiatan ini bervariasi dan dapat di sesuaikan.

4) Evaluasi dan analisis

Mengevaluasi serta menganalisis peran yang telah dimainkan. Adanya pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh pengamat kepada para pemain. Adanya evaluasi selama kegiatan *role playing* berlangsung. Kemudian ditutup dengan diskusi serta kesimpulan dari kegiatan *role playing* tersebut.

Sedangkan menurut Roemlah (1994: 57), beberapa tahapan yang perlu diperhatikan dalam *role playing* adalah:

- 1) Merumuskan tujuan khusus yang berupa perilaku yang didasarkan pada hasil pengamatan, wawancara, analisis data yang ada, analisis kebutuhan-kebutuhan kelompok secara umum.
- 2) Mengidentifikasi masalah-masalah yang ada hubungannya dengan tujuan yang ingin dicapai.
- 3) Membuat petunjuk untuk pemegang peran, pengamat, peserta permainan lain.
- 4) Membuat format untuk bahan diskusi tentang masalah-masalah pokok yang dihadapi kelompok.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dalam penelitian ini peneliti mengikuti tahapan teknik *role playing* menurut Moreno (Jigau, 2007: 532) yaitu secara garis besar sebagai berikut: pembukaan, motivasi anggota kelompok, pelaksanaan *role playing*, evaluasi dan analisis.

5. Teknik *Role Playing* dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri

Rasa percaya diri merupakan kebutuhan bagi para siswa. Menurut Farida (2014: 46) rasa percaya diri dapat mendorong siswa untuk mampu mengoptimalkan ketrampilan dan potensi yang dimiliki. Perasaan ini memberikan keyakinan kepada siswa untuk bertindak dengan rencana yang matang dan melaksanakan rencana tersebut serta menerima konsekuensinya. Selain itu, rasa percaya diri juga memberikan kekuatan pada siswa untuk tampil dalam kelompok dan di depan orang banyak. Siswa

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

yang memiliki konsep diri positif akan memiliki pandangan tentang bahwa ia memiliki potensi-potensi yang mampu ia kembangkan. Hal itu sesuai dengan pendapat Desmita (2009:169) bahwa konsep diri mempunyai peranan penting bagi individu untuk memandang dirinya sendiri. Sebaliknya, siswa yang memiliki konsep diri negatif cenderung takut, cemas, tidak percaya diri, menutup diri dan menarik diri dari lingkungan. Sehingga siswa yang mengembangkan konsep diri negatif selama perkembangannya akan berdampak pada tertanamnya kepercayaan diri yang rendah pada dirinya dengan memunculkan sikap merasa tidak mampu, perasaan takut dan cemas menghadapi permasalahan, merasa tidak berharga dan menilai diri sendiri dari sisi negatif, mudah menyerah, gugup ketika di depan umum, suka menyendiri, dan merasa banyak kekurangan.

Teknik *role playing* merupakan salah satu cara yang efektif untuk mengatasi kepercayaan diri siswa. Teknik *role playing* ini merupakan teknik yang ada dalam layanan bimbingan kelompok. Dimana layanan bimbingan kelompok merupakan proses bantuan kepada individu yang mempunyai masalah dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Menurut Prayitno dan Amti (2013: 309) menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Gazda (Prayitno dan Amti, 2013: 309) mengemukakan bimbingan kelompok merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu merekamenyusun rencana dan keputusan yang tepat, juga diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial. Secara khusus, bimbingan kelompok bertujuan untuk:

- a. Melatih murid-murid untuk berani mengungkapkan pendapat di hadapan teman-temannya.
- b. Melatih murid-murid untuk dapat bersikap terbuka dalam kelompok.
- c. Melatih murid-murid untuk dapat membina keakraban bersama teman-temannya dan dengan teman lain di luar kelompok pada umumnya.
- d. Melatih murid-murid untuk bersikap tenggang rasa dengan orang lain.
- e. Melatih murid-murid untuk memperoleh keterampilan sosial.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

f. Membantu murid-murid untuk mengenal dan memahami dirinya.

Teknik *role playing* ini juga merupakan teknik dari pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Muqodas (2011: 6) menyatakan bahwa CBT adalah pendekatan konseling yang menitik beratkan pada restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis. Menurut Oemarjoedi (2003: 9) tujuan *Cognitive Behavior Therapy* adalah mengajak konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi.

Role playing merupakan teknik yang dapat membantu siswa memahami diri sendiri, meningkatkan ketrampilan-ketrampilan perilaku, menganalisis perilaku atau menunjukkan kepada orang lain bagaimana perilaku seseorang atau bagaimana seseorang harus berperilaku (Farida, 2014: 48). Maka teknik *role playing* dapat digunakan sebagai alternatif bagi siswa untuk meningkatkan kemampuan mereka bergabung dalam kelompok dan tampil dalam suasana kelompok. Sesuai dengan fungsi teknik *role playing*, siswa remaja memiliki kepercayaan diri rendah yang disebabkan oleh konsep diri negatif dapat berlatih tentang berempati, memahami diri dari perspektif lain, mendapatkan dukungan dari orang lain, mendapatkan konsep baru dari peran yang dimainkan, memperoleh pengalaman baru, terlibat dalam kelompok dan melihat bagaimana orang lain berperilaku efektif. Berdasarkan fungsi tersebut, siswa akan melatih diri untuk mengembangkan konsep diri yang positif sehingga mampu meningkatkan kepercayaan dirinya.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti akan melakukan teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Prosedur pelaksanaan *role playing* adalah persiapan, pelaksanaan, evaluasi dan diskusi serta ulangan. Siswa akan berlatih ketrampilan-ketrampilan dan konten yang berkaitan dengan upaya meningkatkan kepercayaan diri. Adapun konten yang akan dilatihkan meliputi keyakinan terhadap

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

kemampuan diri, menumbuhkan sikap optimis, menghadapi kegagalan, membuat rencana masa depan, keberanian tampil di depan umum, dan keberanian dalam mengungkapkan pendapatnya.

B. Kerangka Pemikiran

Teknik *role playing* ada hubungannya dalam peningkatan kepercayaan diri siswa. Berdasarkan berbagai gagasan teori dan hasil penelitian maka kerangka berpikir penelitian ini dapat dilihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 2.1. Kerangka Berpikir

Berdasarkan gambar 1 dapat diketahui bahwa penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel bebas adalah teknik *role playing*, sedangkan variabel terikat adalah kepercayaan diri siswa. Penelitian dilakukan untuk mengetahui teknik *role playing* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan teori dan kerangka pemikiran yang dikemukakan, maka hipotesis penelitian sebagai berikut:

1. Hipotesis Kerja (H_a) = Teknik *role playing* berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa kelas IX di SMP Negeri 10 Kota Serang.
2. Hipotesis Nol (H_0) = Teknik *role playing* tidak berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa kelas IX di SMP Negeri 10 Kota Serang.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

BAB III

METODOLOGI TEKNIK PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, dengan pendekatan penelitian eksperimen. Yusuf (2013: 42) menyatakan bahwa pendekatan kuantitatif adalah apabila data yang dikumpulkan berupa data kuantitatif atau jenis data lain yang dapat dikuantitatifkan, dan diolah dengan menggunakan teknik statistik. Pendapat yang sama dikemukakan Sugiyono (2017: 8) menyatakan bahwa, metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Yusuf (2013: 76) menyatakan bahwa penelitian eksperimen merupakan suatu penyelidikan yang dirancang sedemikian rupa sehingga fenomena atau kejadian itu dapat diisolasi dari pengaruh-pengaruh lain. Penelitian eksperimen merupakan satu-satunya tipe penelitian yang lebih akurat/teliti dibandingkan dengan tipe penelitian yang lain, dalam menentukan relasi hubungan sebab akibat. Hal itu dimungkinkan karena dalam penelitian eksperimen, peneliti berdaya dan dapat melakukan pengawasan (kontrol) terhadap variabel bebas baik sebelum penelitian maupun sesudah penelitian. Menurut Sugiyono (2012: 107) menyatakan bahwa metode eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap orang lain dalam kondisi yang terkendali. Berdasarkan beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen merupakan suatu penelitian yang memberikan kesempatan kepada peneliti untuk secara langsung dapat mempengaruhi variabel penelitian dengan memberikan suatu perlakuan atau tindakan yang telah dirancang dalam penelitiannya.

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen. Menurut Yusuf (2013: 77) Pra-eksperimen yaitu penelitian eksperimen yang pada prinsipnya hanya menggunakan satu kelompok saja. Ini berarti bahwa dalam tipe penelitian ini

tidak ada kelompok kontrol. Desain penelitian ini menggunakan desain *One Group Pre test-Post test Design* (Satu Kelompok *Pre tes-Post test*) karena pengukuran dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum eksperimen (O_1) disebut *pre test* dan pengukuran sesudah eksperimen (O_2) disebut *post test*.



Penelitian ini menggunakan metode pra-eksperimen untuk mengungkapkan berpengaruh atau tidaknya variabel X terhadap variabel Y yang telah dipilih untuk dijadikan penelitian. Peneliti memberikan *treatment* terhadap subyek penelitian yang berupa teknik *role playing*, bertujuan untuk mengetahui apakah berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan berupa teknik *role playing*.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 10 Kota Serang, yang terletak di Jalan Ki Ajarum Cipocok Jaya Serang No. 64, Cipocok Jaya, Kecamatan Cipocok Jaya, Kota Serang Provinsi Banten, kode pos 42121. Penelitian ini dilaksanakan selama kurang lebih dua bulan, yaitu pada tanggal 15 Mei – 31 Agustus 2018.

C. Definisi Operasional

Untuk mempermudah memahami maksud keseluruhan penelitian ini, maka peneliti perlu memberikan definisi operasional dari beberapa istilah yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. *Role playing* adalah sebagai salah satu teknik dari *Cognitive Behavior Therapy* dengan strategi bimbingan kelompok yang diimplementasikan melalui kegiatan bermain peran yang di dalamnya ada aturan dan tujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas IX di SMP Negeri 10 Kota Serang, dengan menggunakan tahapan teknik *role playing* yaitu:
 - a. Tahapan pertama : Pembukaan
 - b. Tahapan kedua : Motivasi anggota kelompok

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

c. Tahapan ketiga : Pelaksaaan *role playing*

d. Tahapan keempat : Evaluasi dan analisis.

2. Percaya diri adalah suatu keyakinan dan perasaan kuat dalam diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang, bahwa ia memiliki potensi diri, kelebihan dan kekurangan diri, serta kemampuan untuk mengaktualisasikan diri. Kepercayaan diri terdiri dari dua aspek yaitu:

a. Kepercayaan diri batin, yang terdiri dari empat indikator yaitu: 1) cinta diri, 2) pemahaman diri, 3) tujuan yang jelas, dan 4) berpikir positif.

b. Kepercayaan diri lahir, yang terdiri dari empat indikator yaitu: 1) komunikasi, 2) ketegasan, 3) penampilan diri, dan 4) pengendalian perasaan.

Pada penelitian ini kepercayaan diri diukur menggunakan skala kepercayaan diri. Instrumen yang digunakan sebanyak 56 item sebelum dilakukan uji validitas. Setelah dilakukan uji validitas instrumen, terdapat 46 item yang valid dan 10 item yang tidak valid (gugur).

D. Variabel dan Indikator Penelitian

1. Variabel penelitian

Menurut Idrus (2009: 78) menyatakan bahwa dalam penelitian eksperimen terdapat beberapa variabel yang diposisikan sesuai dengan konsep teoretis yang dimiliki oleh peneliti, antara lain *variable independen*, *variable dependen*, *variable moderator*, *variable intervening*, dan *variable kontrol*. Berdasarkan pengertian tersebut dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu *variable independen* (bebas) dan *variable dependen* (terikat).

Idrus (2009: 79) mengemukakan bahwa variabel bebas merupakan variabel yang menjadi sebab berubahnya atau timbulnya variabel terikat, sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah teknik *role playing*, sedangkan variabel terikat adalah kepercayaan diri siswa.

2. Indikator Penelitian

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.

2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.

3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh teknik *role playing* terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Adapun indikator yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada aspek dalam jenis-jenis kepercayaan diri menurut Lindenfield (Apriliyani, 2015: 14) sebagai berikut: 1) cinta diri, 2) pemahaman diri, 3) tujuan yang jelas, 4) berpikir positif, 5) komunikasi, 6) ketegasan, 7) penampilan diri, dan 8) pengendalian perasaan. Aspek tersebut akan menjadi dasar dalam pembuatan instrumen kepercayaan diri.

E. Prosedur Penelitian

Ada beberapa tahapan yang dilakukan oleh peneliti dalam prosedur penelitian ini, yaitu:

1. Tahap Persiapan Penelitian

- a. Studi pendahuluan
- b. Melakukan identifikasi permasalahan di sekolah yang akan menjadi tempat penelitian.
- c. Melakukan studi kepustakaan mengenai peningkatan kepercayaan diri siswa melalui teknik *role playing*.
- d. Menyusun proposal, seminar proposal, dan perbaikan proposal penelitian.
- e. Menyusun instrumen kepercayaan diri yang disertai dengan proses bimbingan dengan dosen pembimbing.
- f. *Menjudgment* instrumen kepercayaan diri pada dosen ahli.
- g. Melakukan uji coba instrumen penelitian untuk mengetahui validitas, reliabilitas, indeks kesukaran.
- h. Menganalisis hasil uji coba instrumen kepercayaan diri untuk mengetahui layak atau tidaknya instrumen tersebut untuk digunakan.
- i. Membuat pedoman wawancara, lembar persetujuan subjek, dan lembar kepuasan konseli terhadap kegiatan *role playing*.

2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Menurut Yusuf (2013: 77) pra-eksperimen yaitu penelitian eksperimen yang pada prinsipnya hanya menggunakan satu kelompok saja. Ini berarti

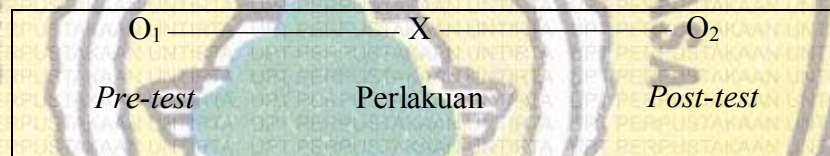
PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

bahwa dalam tipe penelitian ini tidak ada kelompok kontrol. Desain penelitian ini menggunakan desain *One Group Pre test-Post test Design* (Satu Kelompok *Pretest - Posttest*). Menurut Yusuf (2013:180) rancangan ini terdiri dari satu kelompok (tidak ada kelompok kontrol), sedangkan proses penelitiannya dilaksanakan dalam tiga tahap, yaitu

- Menyusun rancangan program.
- Melaksanakan pengisian lembar persetujuan subjek penelitian.
- Melaksanakan *pre-test* untuk mengukur tingkat kepercayaan diri siswa sebelum diberikan perlakuan dengan teknik *role playing*.
- Memberikan perlakuan (X) dengan teknik *role playing*.
- Melakukan *post-test* untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa sesudah diberikan perlakuan dengan teknik *role playing*.

Rancangan ini dapat digambarkan sebagai berikut:



PROGRAM TEKNIK *ROLE PLAYING* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA

1. Rasional

Pada umumnya siswa SMP berada pada usia belasan, dimana siswa ada pada masa-masa remaja. Secara umum masa remaja dibagi menjadi dua bagian, yaitu awal masa dan akhir masa remaja. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 tahun sampai 16 tahun atau tujuh belas tahun, dan akhir remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun, yaitu usia matang secara hukum. Lazimnya masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum. Namun, penelitian tentang perubahan perilaku, sikap dan nilai-nilai sepanjang masa remaja tidak hanya menunjukkan bahwa setiap perubahan terjadi lebih cepat pada awal masa remaja dari pada tahap akhir masa remaja, tetapi

PERINGATAN !!!

- Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
- Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

juga menunjukkan bahwa perilaku, sikap dan nilai-nilai pada awal masa remaja berbeda dengan pada akhir masa remaja (Hurlock, 2011: 206).

Sedangkan Menurut Piaget (Suparno, 2006: 11) tugas perkembangan siswa SMP kelas IX berada pada tahap formal operasional. Tahap ini mulai dialami siswa pada usia 11 tahun (saat pubertas) dan terus berlanjut sampai dewasa. Karakteristik tahap ini adalah diperolehnya kemampuan untuk berpikir secara abstrak, menalar secara logis, dan menarik kesimpulan dari informasi yang tersedia. Selain itu, ada peningkatan fungsi intelektual, kapabilitas memori dalam bahasa dan perkembangan konseptual.

Tidak dapat dipungkiri masa remaja biasanya sebagai masa pencarian jati diri, karena banyak dihadapkan dengan masalah psikologis dan sosiologis. Pada masa remaja juga akan dihadapkan pada fase penyesuaian diri antar pribadi dan lingkungan sosial yang lebih luas. Terkait hal itu, terdapat beberapa masalah yang terjadi, salah satunya adalah masalah kepercayaan diri. Menurut Supriyo (2008: 47) bahwa krisis kepercayaan diri yang tidak segera diatasi akan menimbulkan: 1) tidak dapat bergaul dengan teman-teman lain secara wajar, 2) proses belajar menjadi terhambat, 3) kesulitan berkomunikasi, 4) pencapaian tugas perkembangan jadi terhambat, 5) terkucil dari lingkungan sosial, 6) mengalami depresi, dan 7) tidak berani melakukan perubahan.

Hasil penelitian terhadap kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang menunjukkan jumlah siswa dengan kategori kepercayaan diri sebanyak 13,9% termasuk dalam kategori rendah, 45,1% termasuk dalam kategori sedang, dan 41% termasuk dalam kategori tinggi.

Berdasarkan hasil analisis kepercayaan diri siswa yang rendah berjumlah 13,9%, yaitu meliputi aspek kepercayaan diri batin yang berjumlah 41,7% pada kategori rendah, 58,3% berada pada kategori sedang, dan tidak ada siswa yang termasuk ke dalam kategori tinggi. Pada aspek kepercayaan diri batin terdapat empat indikator, yaitu: cinta

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

diri, pemahaman diri, tujuan yang jelas, dan berfikir positif. Indikator cinta diri terdapat 29,2% termasuk dalam kategori rendah, 70,8% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Indikator pemahaman diri terdapat 33,3% termasuk dalam kategori rendah, 66,7% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Indikator tujuan yang jelas terdapat 33,3% termasuk dalam kategori rendah, 66,7% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Indikator berfikir positif terdapat 37,5% termasuk dalam kategori rendah, 62,5% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator berfikir positif ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi.

Sedangkan pada kategori aspek kepercayaan diri lahir siswa terdapat 62,5% termasuk dalam kategori rendah, 37,5% termasuk dalam kategori sedang, dan aspek kepercayaan diri lahir ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Aspek kepercayaan diri lahir terdapat empat indikator yaitu: komunikasi, ketegasan, penampilan diri, dan pengendalian perasaan. Indikator komunikasi terdapat 29,2% termasuk dalam kategori rendah, 70,8% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator komunikasi ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Indikator ketegasan terdapat 66,7% termasuk dalam kategori rendah, 33,3% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator ketegasan ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Indikator penampilan diri terdapat 79,2% termasuk dalam kategori rendah, 20,8% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator penampilan diri ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Indikator pengendalian perasaan terdapat 25% termasuk dalam kategori rendah, 75% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator pengendalian perasaan ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

skor kepercayaan diri yang telah dipaparkan maka rendahnya tingkat kepercayaan diri pada siswa tidak dapat didiamkan begitu saja sebab masalah ini akan berakibat buruk bagi siswa di masa depan.

Berdasarkan fakta dan gambaran fenomena, diperlukan suatu pemberian yang kuratif untuk meningkatkan rasa percaya dirinya. Remaja yang tidak bisa mengolah diri dengan baik maka akan berdampak buruk dimasa yang akan datang. Salah satunya adalah masalah individu dalam diri yang termasuk ke dalam masalah pribadi siswa. Masalah pribadi siswa dapat ditangani melalui layanan bimbingan konseling.

Adapun beberapa layanan yang dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Salah satunya adalah teknik *role playing*. Teknik *role playing* merupakan teknik dari pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Muqodas (2011: 6) menyatakan bahwa CBT adalah pendekatan konseling yang menitik beratkan pada restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis. Menurut Oemarjoedi (2003: 9) tujuan *Cognitive Behavior Therapy* adalah mengajak konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi.

Role playing merupakan teknik yang dapat membantu siswa memahami diri sendiri, meningkatkan ketrampilan-ketrampilan perilaku, menganalisis perilaku atau menunjukkan kepada orang lain bagaimana perilaku seseorang atau bagaimana seseorang harus berperilaku (Farida, 2014: 48). Maka teknik *role playing* dapat digunakan sebagai alternatif bagi siswa untuk meningkatkan kemampuan mereka bergabung dalam kelompok dan tampil dalam suasana kelompok. Sesuai dengan fungsi teknik *role playing*, siswa remaja memiliki kepercayaan diri rendah yang disebabkan oleh konsep diri negatif dapat berlatih tentang berempati, memahami diri dari perspektif lain, mendapatkan dukungan dari orang lain, mendapatkan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

konsep baru dari peran yang dimainkan, memperoleh pengalaman baru, terlibat dalam kelompok dan melihat bagaimana orang lain berperilaku efektif. Berdasarkan fungsi tersebut, siswa akan melatih diri untuk mengembangkan konsep diri yang positif sehingga mampu meningkatkan kepercayaan dirinya.

2. Tujuan

Secara umum tujuan dari teknik role playing adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang. Secara khusus tujuan intervensi adalah mengembangkan keterampilan siswa dalam:

- a. Menyesuaikan penampilan dengan warna kulit atau kondisi tubuh agar lebih percaya diri.
- b. Memiliki rasa percaya diri akan kemampuan yang dimilikinya.
- c. Memiliki pikiran-pikiran positif dalam situasi malu.
- d. Memiliki keberanian untuk bertanya kepada guru tentang materi pelajaran yang tidak dimengerti.
- e. Memiliki keberanian untuk mengungkapkan pendapatnya di depan umum walaupun berbeda pendapat dengan teman lain.
- f. Mampu bersosialisasi dan dapat berdiskusi dengan siapa saja.
- g. Memiliki sifat optimis dalam melakukan apapun dan mengendalikan rasa minder terhadap orang lain.
- h. Mampu optimis dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi dan tidak menghindarinya.

3. Prosedur Teknik *Role Playing*

Tahap-tahap *role playing* menurut Moreno (Jigau, 2007: 532) mengikuti tahapan di bawah ini:

1) Pembukaan

Guru pembimbing sebagai moderator yang menggambarkan topik, situasi yang diusulkan. Di tahap ini diperkenalkan pengaturan, lokasi, waktu, kondisi, tujuan, skenario, status dan peran, hubungan antara karakter yang terlibat.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

2) Motivasi anggota kelompok

Moderator mencoba memotivasi anggota kelompok dengan melakukan “ice breaking” agar dapat memicu sikap positif. Selain itu fungsi moderator membuat anggota kelompok tertarik dengan menjelaskan beberapa manfaat dari kegiatan ini. Pada tahap ini, moderator membuat kesepakatan siapa yang menjadi aktor dan siapa yang menjadi pengamat.

3) Pelaksanaan *role playing*

Setelah aktor dan pengamat telah ditentukan, maka permainan akan dimulai. Aktor mendalami perannya dengan melihat deskripsi situasi. Sementara pengamat menyiapkan beberapa aspek yang akan dinilai. Selain itu pelaksanaan *role playing* dapat menumbuhkan pengembangan spontanitas dan kreativitas para pemainnya. Durasi dalam kegiatan ini bervariasi dan dapat disesuaikan.

4) Evaluasi dan analisis

Mengevaluasi serta menganalisis peran yang telah dimainkan. Adanya pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh pengamat kepada para pemain. Adanya evaluasi selama kegiatan *role playing* berlangsung. Kemudian ditutup dengan diskusi serta kesimpulan dari kegiatan *role playing* tersebut.

4. Asumsi Intervensi

Asumsi berikut ini menjadi acuan pokok dalam merancang program teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa:

- a. Percaya diri merupakan keyakinan yang kuat dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga memungkinkan siswa tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan, (Syaifullah, 2010: 49).

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

- b. Menurut Lindenfield (Apriliaini, 2015: 14) mengemukakan bahwa kepercayaan diri terdiri dari dua jenis percaya diri yaitu percaya diri batin yang di dalamnya terdapat empat ciri: 1) cinta diri, 2) pemahaman diri, 3) tujuan yang jelas, 4) berpikir positif; dan percaya diri lahir yang di dalamnya terdapat empat ciri: 1) komunikasi, 2) ketegasan, 3) penampilan diri, 4) pengendalian perasaan.
- c. Moreno (Jigau, 2007: 543) menyatakan bahwa *role playing* merupakan simulasi realitas melalui permainan, tanpa konsekuensi dalam kenyataan, menawarkan "pemain" kemungkinan untuk memainkan bagian-bagian tertentu atau mempraktekkan perilaku tertentu.
- d. *Role playing* merupakan teknik yang dapat membantu siswa memahami diri sendiri, meningkatkan ketrampilan-ketrampilan perilaku, menganalisis perilaku atau menunjukkan kepada orang lain bagaimana perilaku seseorang atau bagaimana seseorang harus berperilaku (Farida, 2014: 48).

5. Sasaran Intervensi

Intervensi dilakukan terhadap siswa yang tingkat kepercayaan dirinya rendah, yang memiliki karakteristik rendah pada beberapa indikator yaitu: ketegasan, berfikir positif dan penampilan diri.

6. Sesi Intervensi

Program intervensi teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dilakukan selama 8 pertemuan. Sesi intervensi yang dirancang berdasarkan hasil pertimbangan fenomena kepercayaan diri siswa kelas IX di SMP Negeri 10 Kota Serang. Penentuan jadwal intervensi berdasarkan kesepakatan antara konselor dan siswa. Berikut gambaran setiap pertemuan sebagai berikut:

Treatment 1

Treatment pada pertemuan pertama ini berjudul “*Change*”, yang bertujuan membantu konseli untuk menyesuaikan penampilan diri

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

dengan kondisi dirinya misal warna kulit, agar konseli merasa percaya diri dengan penampilannya tersebut.

Treatment 2

Treatment pada pertemuan ke dua ini berjudul “*Be Your Self*”, yang bertujuan membantu konseli untuk lebih percaya diri akan kemampuan yang dimiliki agar mampu tampil diri.

Treatment 3

Treatment pada pertemuan ke tiga ini berjudul “*This Is Me*”, yang bertujuan membantu konseli agar dapat berkomitmen untuk memiliki pikiran-pikiran positif dalam situasi malu, supaya dapat lebih tampil diri.

Treatment 4

Treatment pada pertemuan ke empat ini berjudul “*Find a way*”, yang bertujuan membantu konseli mengendalikan rasa gugup dan membantu menumbuhkan keberanian untuk bertanya kepada guru tentang materi pelajaran yang belum dimengerti.

Treatment 5

Treatment pada pertemuan ke lima ini berjudul “*Don't Worry Be Confident*”, yang bertujuan untuk membantu konseli memiliki keberanian untuk mengungkapkan pendapatnya tanpa harus takut salah dan malu, walaupun pendapatnya berbeda dengan teman lain.

Treatment 6

Treatment pada pertemuan ke enam ini berjudul “*Sociable*”, yang bertujuan membantu konseli agar mampu bersosialisasi dan berdiskusi dengan siapa saja tidak hanya teman dekatnya.

Treatment 7

Treatment pada pertemuan ke tujuh ini berjudul “Apakah Aku Bisa?”, yang bertujuan membantu konseli agar selalu optimis dalam situasi apapun dan membantu konseli untuk mengendalikan perasaan minder terhadap orang lain.

Treatment 8

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Treatment pada pertemuan ke delapan ini berjudul “Hadapilah”, yang bertujuan membantu konseli agar dapat menghadapi masalahnya dan selalu optimis bahwa ia bisa menyelesaikan masalahnya dengan baik.

7. Indikator Keberhasilan

Intervensi dikatakan berhasil apabila siswa mampu: (1) dapat menyesuaikan penampilan dengan warna kulit; (2) dapat percaya diri akan kemampuannya; (3) dapat berkomitmen untuk memiliki pikiran-pikiran positif dalam situasi malu; (4) mempunyai keberanian untuk bertanya kepada guru tentang materi pelajaran yang tidak dimengerti; (5) mampu berdiskusi dengan siapa saja; (6) mampu mengungkapkan pendapatnya walaupun berbeda dengan pendapat orang lain; (7) berpikir positif pada diri sendiri dan tidak merasa minder dengan orang lain; (8) mampu optimis dalam menyelesaikan masalah dan tidak menghindar dari masalah yang sedang dihadapi.

Konseli yang berhasil mengikuti kegiatan intervensi adalah konseli yang mampu merubah pikiran-pikiran negatif menjadi pikiran-pikiran positif dan dapat mengimplementasikan pada tindakan dalam setiap sesi intervensi. Sumber utama untuk evaluasi adalah analisis *homework* dijadikan ukuran untuk mengetahui perubahan pernyataan diri konseli yang menjadi indikator keberhasilan dari setiap sesi intervensi.

Indikator keberhasilan program intervensi secara keseluruhan adalah dengan bertambahnya skor kepercayaan diri siswa. Teknik yang digunakan untuk mengetahui bertambahnya skor kepercayaan diri adalah melalui *pre-post test desain*.

8. Langkah-Langkah Implementasi Pelaksanaan Teknik *Role Playing* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri

Pelaksanaan penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

- a. Pelaksanaan *pre-test* dikelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

- b. Penentuan sampel konseli yang memiliki tingkat kepercayaan diri pada kategori rendah.
- c. Penanganan intervensi teknik *role playing* dalam meningkatkan kepercayaan diri selama enam sesi intervensi dan enam sesi pengendapan informasi.
- d. Melaksanakan *post-test* setelah sesi intervensi dilaksanakan.
- e. Penyajian laporan tentang pelaksanaan teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

3. Tahap Akhir Penelitian

- a. Mengolah data hasil *pre test* dan *post test* serta menganalisis instrumen kepercayaan diri.
- b. Menganalisis data hasil penelitian.
- c. Memberikan kesimpulan berdasarkan hasil pengolahan data.

F. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Yusuf (2013: 146) menyatakan bahwa populasi merupakan totalitas semua nilai-nilai yang mungkin dari pada karakteristik tertentu sejumlah objek yang ingin dipelajari sifat-sifatnya. Sedangkan Sugiyono (2017: 80) menyatakan bahwa 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 yang diambil dalam penelitian ini berdasarkan rekomendasi dari guru bimbingan dan konseling di sekolah yaitu peserta didik kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang, yang terdiri dari 6 kelas dengan berjumlah 173 peserta didik. Adapun rincian populasi penelitian terdapat pada tabel berikut.

Tabel 3.1
Jumlah populasi penelitian

No	Kelas	Jenis Kelamin	Jumlah siswa
		LK	PR

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

1	IX A	15	16	31
2	IX B	14	15	29
3	IX D	14	14	28
4	IX E	15	13	28
5	IX F	14	16	30
6	IX J	13	14	27
Total		85	88	173

2. Sampel Penelitian

Menurut Yusuf (2013: 149) secara sederhana dapat dikatakan bahwa sampel adalah sebagian dari populasi yang terpilih dan mewakili populasi tersebut. Sedangkan Sugiyono (2017: 81) menyatakan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa sampel merupakan sebagian dari populasi yang diambil untuk dijadikan penelitian dan dipilih untuk mewakili keseluruhan atau populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2017: 85) mengemukakan bahwa *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Maka sampel yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan beberapa karakteristik yaitu siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah pada kelas IX dan siswa yang bersedia untuk mengikuti *treatment*.

Sampel penelitian akan dipilih berdasarkan tahapan dan kriteria siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah yaitu sebagai berikut:

a. Pendahuluan pengambilan sampel

- 1) Studi Pendahuluan terkait permasalahan penelitian yaitu siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah sesuai kriteria penelitian di SMP Negeri 10 Kota Serang.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

2) Mengumpulkan informasi dan data terkait permasalahan penelitian dengan *stakeholder* dan guru bimbingan dan konseling.

b. Tahapan pengambilan sampel

1) Kriteria siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah

- a) Mudah cemas dalam menghadapi persoalan
- b) Gugup dan terkadang bicara gagap
- c) Tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu
- d) Sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya
- e) Mudah putus asa
- f) Cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah
- g) Sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah, misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri, yang menyebabkan rasa tidak percaya dirinya semakin buruk.

2) Penentuan jumlah

Penentuan jumlah dalam penelitian ini dapat dilakukan berdasarkan hasil *pretest* serta hasil pengamatan yang peneliti amati.

G. Teknik Penelitian

1. Teknik Pengumpulan Data

Cara yang digunakan dalam teknik pengumpulan data adalah menggunakan bentuk instrumen *non tes*, dan instrumen *non tes* yang digunakan berupa angket. Idrus (2009: 100) berpendapat bahwa angket merupakan daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain dengan maksud agar orang yang diberi angket tersebut bersedia memberikan respon sesuai dengan permintaan. Menurut Sugiyono (2017: 142) angket atau kuisisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan tertulis kepada siswa untuk dijawabnya. Angket ini digunakan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

untuk mendapatkan data mengenai kepercayaan diri siswa kelas IX di SMP Negeri 10 Kota Serang.

2. Teknik Analisis Data

Data penelitian yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif, menguji persyaratan analisis, dan menguji hipotesis penelitian dengan menggunakan teknik eksperimen, serta dilanjutkan dengan analisis *paired t test* dengan bantuan program *SPSS* versi 20.00. kemudian dilakukan pembahasan. Berikut langkah-langkah analisis yang dilakukan yaitu:

a. Deskripsi data

Deskripsi data dianalisis dengan menggunakan rumus persentase berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100$$

Keterangan:

P : Persentase

f : Frekuensi jawaban

N : Jumlah responden. (Yusuf, 2013: 259)

b. Pengujian persyaratan analisis

Sebelum analisis dilakukan, terlebih dulu perlu dilakukan pengujian persyaratan analisis sebagai berikut:

1) Pengujian normalitas

Sugiyono (2017: 171) menyatakan bahwa hipotesis yang telah dirumuskan akan diuji dengan statistik parametris, antara lain dengan menggunakan *t-test* untuk satu sampel, korelasi, dan regresi, analisis varian dan *t-test* untuk dua sampel. Penggunaan statistik parametris mensyaratkan bahwa data setiap variabel yang akan dianalisis harus didistribusi normal. Oleh karena itu sebelum pengujian hipotesis dilakukan, maka terlebih dahulu akan dilakukan pengujian normalitas data. Terdapat beberapa teknik yang dapat digunakan untuk menguji normalitas data antara lain dengan *Kolmogorov-Smirnov* yaitu

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

membandingkan koefisien *Asymp. Sig.* Atau *P-Value* dengan 0,05 taraf signifikansi, maka:

- i. Jika *Asymp. Sig.* Atau *P-Value* $\geq 0,05$ maka data berasal dari populasi yang berdistribusi normal.
- ii. Jika *Asymp. Sig.* Atau *P-Value* $<$ dari 0,05 maka data berasal dari populasi yang berdistribusi tidak normal.

2) Pengujian hipotesis

Menurut Sugiyono (2017: 163) terdapat tiga macam bentuk pengujian hipotesis, yaitu uji dua pihak (*two tail*), pihak kanan, dan pihak kiri.

a) Uji dua pihak (*two tail*)

Uji dua pihak digunakan bila hipotesis nol (H_0) berbunyi “sama dengan” dan hipotesis alternatifnya (H_a) berbunyi “tidak sama dengan” ($H_0 = : H_a \neq$).

b) Uji pihak kiri

Uji pihak kiri digunakan apabila hipotesis nol (H_0) berbunyi “lebih besar atau sama dengan” (\geq) dan hipotesis alternatifnya (H_a) berbunyi “lebih kecil” ($<$), kata lebih kecil atau sama dengan sinonim “kata paling sedikit atau paling kecil”.

c) Uji pihak kanan

Uji pihak kanan digunakan apabila hipotesis nol (H_0) berbunyi “lebih kecil atau sama dengan” (\leq) dan hipotesis alternatifnya (H_a) berbunyi “lebih besar” ($>$). Kalimat lebih kecil atau sama dengan sinonim dengan kata “paling besar”.

H. Instrumen Penelitian

1. Jenis Instrumen

Jenis instrumen dalam penelitian ini yaitu menggunakan bentuk instrumen non tes, dan instrumen non tes yang digunakan berupa angket. Butir pernyataan untuk angket memakai skala *likert* yang telah dimodifikasi dengan empat alternatif pilihan jawaban menurut Sugiyono (2017: 93) yaitu: Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-Kadang (KD), dan Tidak Pernah (TP). Skala *Likert*

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2017: 93). Instrumen yang digunakan dengan metode angket yang menggunakan daftar pertanyaan tertulis. Pada penelitian ini, responden hanya memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom jawaban yang tersedia di lembar instrumen sesuai dengan keadaan dirinya. Skor skala Likert berkisar antara 1-4 yang dapat digambarkan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3.2
Skor Skala Likert

No.	Jawaban Responden	Skor	
		Fav (+)	Unfav (-)
1.	Selalu	4	1
2.	Sering	3	2
3.	Jarang	2	3
4.	Tidak Pernah	1	4

2. Kisi-kisi Instrumen

Adapun kisi-kisi instrumen yang digunakan mengacu pada aspek dalam jenis-jenis kepercayaan diri menurut Lindenfield (Apriliyani, 2015: 14), berikut kisi-kisi instrumen dalam penelitian ini diuraikan dalam tabel 3 di bawah ini.

Tabel 3.3
Kisi-Kisi Instrumen Kepercayaan Diri Siswa

Variabel	Aspek	Indikator	No Item		Jumlah Item
			(+)	(-)	
Kepercayaan diri	Kepercayaan diri batin	Cinta diri	1, 10, 28, 39, 43, 45	12, 27, 52	9
		Pemahaman diri	2, 29, 44, 51	11, 26	6
		Tujuan yang jelas	3, 14, 30, 32, 53, 55	4, 13, 24, 25, 50	11
		Berfikir positif	15, 23, 42	5, 31, 33	6

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

	Komunikasi	6, 49, 56	16, 22, 34	6
Kepercayaan diri lahir	Ketegasan	7, 17, 20, 38	35, 41, 48	7
	Penampilan diri	8, 18, 21, 36, 54	40, 47	7
	Pengendalian perasaan	9, 46	9, 37	4
Jumlah		33	23	56

3. Uji coba instrumen

Sebelum instrumen digunakan dalam penelitian, terlebih dahulu instrumen yang telah dibuat diuji cobakan. Setelah instrumen diuji cobakan kemudian diolah dan dianalisis. Berikut dipaparkan analisis- analisis yang digunakan untuk mengetahui layak atau tidaknya instrumen tes penelitian.

a. Uji validitas

Menurut Idrus (2009: 123) menyatakan bahwa suatu instrumen yang dinyatakan valid (sah) apabila instrumen tersebut benar mengukur apa yang seharusnya diukur. Sedangkan Sugiyono (2017: 121) mengemukakan instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa perlu adanya uji validitas dalam suatu instrumen agar dapat dinyatakan valid (sah). Menurut Idrus (2009: 125) menyatakan konsep uji validitas adalah kemampuan instrumen secara keseluruhan.

1) Validitas konstruk

Menurut Idrus (2009:126) validitas konstruk akan mengacu pada teori apa yang digunakan oleh seorang peneliti, bukan pada banyaknya pendapat ahli tentang atribut atau variabel yang lain. Sugiyono (2017:125) mengatakan bahwa pengujian validitas konstruksi dapat menggunakan pendapat para ahli (*judgement experts*). Setelah instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan ahli. Konsultasi dilakukan kepada para ahli yaitu Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Sultan Ageng Tirtayasa yang sesuai dengan bidangnya, selanjutnya hasil dari konsultasi dengan pakar ahli tersebut dijadikan acuan untuk menyempurnakan instrumen sehingga layak digunakan untuk mengambil data penelitian. Validitas konstruk dilakukan oleh dua dosen bidang Bimbingan Konseling, yang ahli dalam bidang BK dan psikologi yaitu Raudah Zaimah Dalimunthe, M.Pd dan Putri Dian Dia Conia, M.Psi untuk melakukan *judgement* keterbacaan angket. Saat melakukan judgment kepada ahli ada beberapa masukan yang diberikan oleh kedua ahli. Adapun masukan dari dosen Raudah Zaimah Dalimunthe, M.Pd, sebagai berikut:

- a) Angket jangan tumpang tindih
- b) Pernyataan sesuaikan dengan penulisan EYD
- c) Petunjuk pengisian kurang lengkap

Adapun masukan dari dosen Putri Dian Dia Conia, M.Psi, sebagai berikut:

- a) Penulisan pernyataan sesuaikan dengan EYD
- b) Kalimat dalam pernyataan sesuaikan dengan tugas perkembangan siswa SMP
- c) Kalimat mengandung makna yang ambigu
- d) Konsistensi penulisan

2) Validitas isi

Idrus (2009: 125) menyatakan bahwa validitas isi menunjuk kepada sejauh mana isi sebuah tes/skala/instrumen dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Biasanya validitas isi ditentukan melalui metode profesional judgment, yaitu pendapat ahli. Sedangkan Yusuf (2013: 235) menyatakan bahwa validitas isi merupakan modal dasar dalam suatu instrumen penelitian, sebab kesahihan/validitas isi akan menyatakan keterwakilan aspek yang diukur dalam instrumen. Validitas isi ini lebih menekankan pada keabsahan instrumen yang

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

disusun dikaitkan dengan domain yang ingin diukur. Maka setelah dikonsultasikan dengan ahli, selanjutnya diuji cobakan dan dianalisis.

Instrumen diujicobakan pada tanggal 17 Mei 2018 kepada 31 orang siswa SMP Negeri 10 Kota Serang yang memiliki karakteristik relatif sama dengan sampel penelitian sebenarnya, namun bukan merupakan sampel penelitian. Hasil uji coba kemudian dianalisis untuk mengetahui tingkat validitas atau benar-benar dapat mengukur apa yang hendak diukur, dengan melakukan analisis butir (*item*) pernyataan digunakan untuk mengukur tingkat kepercayaan diri siswa. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Package for The Social Science*) versi 20.00 *for Windows* untuk menguji validitas data penelitian. Untuk mengetahui validitas instrumen pada penelitian ini digunakan rumus kolerasi *Product Moment* dari Pearson ketentuan untuk uji validitas adalah bila $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka instrumen valid dan apabila sebaliknya tidak valid.

Item dikatakan valid jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, r_{tabel} dari penelitian dengan jumlah sampel uji coba sebanyak 31 siswa dan taraf signifikan 5% menurut Sugiyono (2017:333) adalah 0,355. Setelah dihitung menggunakan aplikasi SPSS, terdapat beberapa item yang gugur, berikut ini adalah keterangan item yang valid dan gugur setelah uji coba dilakukan adalah:

Tabel 3.4
Item Instrumen Valid dan Gugur Setelah Uji Coba

Indikator	No Item Semula	No Item Valid	No Item Gugur
Cinta diri	1, 10, 12, 27, 28, 39, 43, 45, 52	1, 10, 27, 28, 39, 43, 45, 52	12
Pemahaman diri	2, 11, 26, 29, 44, 51	2, 11, 26, 29, 44, 51	-
Tujuan yang jelas	3, 4, 13, 14, 24, 25, 30, 32, 50, 53, 55	3, 4, 13, 25, 32, 50, 53, 55	14, 24, 30
Berfikir positif	5, 15, 23, 31, 33, 42	5, 15, 31, 33, 42	23

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Komunikasi	6, 16, 22, 34, 49, 56	6, 16, 22, 34, 49, 56	-
Ketegasan	7, 17, 20, 35, 38, 41, 48	7, 17, 20, 35, 41	38, 48
Penampilan diri	8, 18, 21, 36, 40, 47, 54	8, 18, 21, 36, 54	40, 47
Pengendalian perasaan	9, 19, 37, 46	19, 37, 46	9
Total	56	46	10

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat nomor item yang gugur pada beberapa indikator tersebut, yaitu: (1) satu item yang gugur pada indikator cinta diri, berfikir positif, dan pengendalian perasaan; (2) tiga item gugur pada indikator tujuan yang jelas; (3) dua item yang gugur pada indikator ketegasan dan penampilan diri. sedangkan indikator pemahaman diri dan komunikasi tidak ada nomor item yang gugur sehingga item angket yang semula berjumlah 56 item, berubah menjadi 46 item untuk diberikan kepada sampel penelitian karena menunjukkan hasil valid dan layak dijadikan instrumen. Adapun kisi-kisi instrumen setelah uji coba adalah sebagai berikut:

Tabel 3.5
Kisi-kisi Instrumen Setelah Uji Coba

Variabel	Aspek	Indikator	No Item		Jumlah Item
			(+)	(-)	
Kepercayaan diri	Kepercayaan diri batin	Cinta diri	1, 10, 28, 39, 43, 45	27, 52	8
		Pemahaman diri	2, 29, 44, 51	11, 26	6
		Tujuan yang jelas	3, 32, 53, 55	4, 13, 25, 50	8
		Berfikir positif	15, 42	5, 31, 33	5
		Komunikasi	6, 49, 56	16, 22, 34	6
Kepercayaan diri lahir	Kepercayaan diri lahir	Ketegasan	7, 17, 20	35, 41	5

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Penampilan diri	8, 18, 21, 36, 54	-	5
Pengendalian perasaan	46	9, 37	3
Jumlah	28	18	46

3) Uji reliabilitas

Sugiyono (2017: 173) mendefinisikan instrumen atau alat ukur reliabilitas adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama akan menghasilkan yang sama. Instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya. Menurut Idrus (2009: 130) reliabilitas merupakan ketepatan atau konsistensi, artinya instrumen yang akan digunakan dalam penelitian tersebut akan memberikan hasil yang sama meskipun diulang-ulang dan dilakukan oleh siapa saja dan kapan saja.

Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan bantuan program *spss 20 for windows*. Dikarenakan metode pengumpulan datanya berupa angket dan merupakan skala bertingkat. Adapun rumus yang digunakan untuk menguji reliabilitas instrumen pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$r_i = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

- r_i = reliabilitas instrumen
- k = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal
- $\sum \sigma_b^2$ = jumlah varians butir
- σ_t^2 = varians total

Adapun hasil yang didapatkan dari uji realibilitas adalah sebagai berikut:

Tabel 3.6
Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Cronbach's Alpha	N of Items
,918	46

Berdasarkan perhitungan reliabilitas tersebut diperoleh hasil 0,903 dari 46 instrumen kepercayaan diri. Adapun kriteria acuan reliabilitas menurut Arikunto (2006: 260) yang menyatakan klasifikasi interpretasi r adalah sebagai berikut:

Tabel 3.7
Kriteria Acuan Reliabilitas

Kriteria	Keterangan
0,80 - 1,00	Sangat Tinggi
0,60 - 0,79	Tinggi
0,40 - 0,59	Sedang
0,20 - 0,39	Cukup Tinggi
0,00 - 0,19	Sangat Rendah

Berdasarkan tabel kriteria acuan reliabilitas di atas, hasil perhitungan reliabilitas dengan menggunakan SPSS 20 sebesar 0,903. Maka hasil perhitungan reliabilitas tersebut termasuk ke dalam kriteria sangat tinggi.

4. Kategorisasi Penskoran Instrumen

a. Deskripsi data kepercayaan diri

Tabel berikut ini menyajikan gambaran umum atau deskripsi singkat mengenai penelitian yang berisikan fungsi-fungsi statistik dasar, diantaranya adalah skor minimum, skor maksimum, mean dan standar deviasi yang terbagi menjadi skor empirik (didapatkan dari subjek penelitian) dan skor hipotetik (yang memungkinkan).

Tabel 3.8
Hasil Analisis Statistik Skor Hipotetik dan Empirik

Skala ukur	Skor hipotetik	Skor empirik
------------	----------------	--------------

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

	Max	Min	Mean	SD	Max	Min	Mean	SD
Keseluruhan	184	46	115	23	165	89	131,03	19,44

Setelah memperoleh hasil dari deskripsi data penelitian, maka dapat dilakukan pengkategorisasi didasarkan pada nilai mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik pada masing-masing subyek dengan rumus sebagai berikut:

$X < (\mu - 1,0\sigma)$	Rendah
$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$	Sedang
$(\mu + 1,0\sigma) \leq X$	Tinggi

Keterangan: X = skor nilai skala

μ = mean

σ = satuan standar deviasi

Peneliti mengklasifikasikan perolehan skor kepercayaan diri siswa menjadi tiga kategorisasi yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Kategorisasi yang digunakan oleh peneliti berdasarkan rumus model distribusi normal menurut Azwar (Dharmayana dan Syahrman, 2014: 56). Kepercayaan diri di dalam penelitian memiliki batasan skor atau rentang untuk menggolongkan kategori sebagai berikut:

Tabel 3.9
Kategorisasi Hasil Skala Kepercayaan Diri

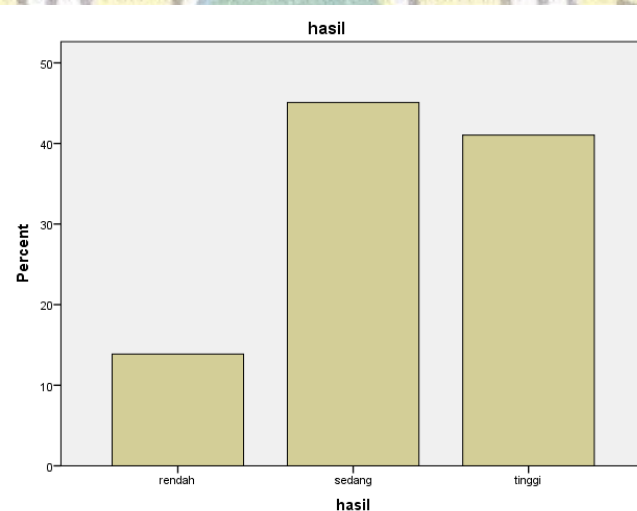
Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 92$	24	13,9 %
Sedang	$92 \leq X < 138$	78	45,1 %
Tinggi	$138 \geq X$	71	41 %
Jumlah		173	100 %

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa kategori kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang terdapat pada kategori tinggi dengan ciri sebagai berikut: 1) siswa tidak mudah putus asa, 2) siswa dapat belajar dari pengalaman supaya tidak gagal dalam melakukan sesuatu, 3) siswa merasa nyaman dengan penampilan diri. Pada kategori kepercayaan diri sedang terdapat ciri sebagai berikut: 1) siswa dapat bergaul dengan teman yang berbeda budaya, 2) siswa mampu bekerja secara mandiri, 3) siswa tidak termasuk orang yang mudah marah. Pada kategori kepercayaan diri rendah terdapat ciri sebagai berikut: 1) Siswa menyetujui pendapat siswa lain, walaupun sebenarnya berbeda pendapat, 2) siswa hanya berdiskusi dengan teman dekatnya, 3) siswa tidak dapat memilih pakaian yang sesuai dengan kondisi tubuh.

Data tersebut jika dijadikan dalam bentuk diagram batang adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1 Diagram Kepercayaan Diri Siswa

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Pada bab ini diuraikan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh teknik *role playing* terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa SMP Negeri 10 Kota Serang Tahun Ajaran 2018/2019. Hasil penelitian yang meliputi gambaran kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan teknik *role playing* dan peningkatan kepercayaan diri siswa setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*.

1. Deskripsi Data

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 10 Kota Serang pada semester ganjil tahun ajaran 2018/2019. Penelitian ini mulai dilakukan pada tanggal 1 Agustus – 29 Agustus 2018. Populasi dari penelitian adalah siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang dengan jumlah 173 siswa dari berbagai kelas. Teknik *sampling* dalam penelitian adalah *purposive sampling*. Berdasarkan hasil *pretest* dari beberapa kelas tersebut didapatkan siswa yang memiliki karakteristik kepercayaan diri rendah berjumlah 24 siswa. Siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah dari hasil *pretest* tersebut diberikan surat kesediaan menjadi responden peneliti. Terdapat 16 siswa yang menandatangani surat kesediaan dan menyetujui untuk mengikuti *treatment*. Namun terdapat 4 siswa yang tidak mengikuti kegiatan *treatment* sampai akhir, maka yang menjadi sampel sesungguhnya pada penelitian ini sebanyak 12 siswa.

a. Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk memperoleh gambaran tingkat kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang. Data hasil penelitian yang diperoleh adalah hasil pengisian instrumen kepercayaan diri siswa. Setelah semua data mentah pada penelitian terkumpul, terlebih dahulu data diolah dalam bentuk nilai selanjutnya melakukan perhitungan yang bertujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian.

Berikut adalah gambaran umum kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang yang diperoleh dari hasil pengumpulan data terhadap 173 siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang tersaji pada tabel 4.1.

Tabel 4.1
Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX SMPN 10 Kota Serang

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 92$	24	13,9 %
Sedang	$92 \leq X < 138$	78	45,1 %
Tinggi	$138 \geq X$	71	41 %
Jumlah		173	100 %

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa kategori kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang terdapat pada kategori tinggi dengan ciri sebagai berikut: 1) siswa tidak mudah putus asa, 2) siswa dapat belajar dari pengalaman supaya tidak gagal dalam melakukan sesuatu, 3) siswa merasa nyaman dengan penampilan diri. Pada kategori kepercayaan diri sedang terdapat ciri sebagai berikut: 1) siswa dapat bergaul dengan teman yang berbeda budaya, 2) siswa mampu bekerja secara mandiri, 3) siswa tidak termasuk orang yang mudah marah. Pada kategori kepercayaan diri rendah terdapat ciri sebagai berikut: 1) Siswa menyetujui pendapat siswa lain, walaupun sebenarnya berbeda pendapat, 2) siswa hanya berdiskusi dengan teman dekatnya, 3) siswa tidak dapat memilih pakaian yang sesuai dengan kondisi tubuh.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Selanjutnya gambaran umum kepercayaan diri siswa berdasarkan aspek kepercayaan diri batin dan kepercayaan diri lahir yang dideskripsikan sebagai berikut:

1) Aspek kepercayaan diri batin

Berikut gambaran umum pada aspek kepercayaan diri batin disajikan pada tabel 4.2.

Tabel 4.2
Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Aspek Kepercayaan Diri Batin

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 54$	10	5,8%
Sedang	$54 \leq X < 81$	76	43,9%
Tinggi	$81 \leq X$	87	50,3%
Jumlah		173	100 %

Berdasarkan tabel 4.2 dapat disimpulkan bahwa kategori kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang pada aspek kepercayaan diri batin yang mempunyai kategori tinggi terdapat ciri sebagai berikut: 1) siswa merasa nyaman dengan penampilan diri, 2) siswa dapat belajar dari pengalaman supaya tidak gagal dalam melakukan sesuatu, 3) siswa mempersiapkan diri untuk melanjutkan studi. Pada aspek kepercayaan diri batin sedang, siswa mempunyai ciri sebagai berikut: 1) siswa mampu membuat keputusan, 2) siswa tidak merasa bingung ketika memilih kelanjutan studi, 3) siswa sudah menentukan cita-citanya. Sedangkan pada kepercayaan diri batin rendah, siswa mempunyai ciri sebagai berikut: 1) siswa belum mampu bekerja secara mandiri, 2) siswa ingin melanjutkan studi yang sesuai dengan teman-temannya 3) siswa merasa orang lain lebih mampu.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Adapun deskripsi umum empat indikator dalam aspek kepercayaan diri batin yaitu sebagai berikut:

a) Indikator cinta diri

Berikut gambaran umum kepercayaan diri pada indikator cinta diri disajikan pada tabel 4.3.

Tabel 4.3
Gambaran Kepercayaan Diri Siswa Pada Indikator Cinta Diri

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 16$	7	4%
Sedang	$16 \leq X < 24$	77	44,5%
Tinggi	$24 \leq X$	89	51,4%
Jumlah		173	100 %

Berdasarkan tabel 4.3 dapat disimpulkan bahwa kategori kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang pada indikator cinta diri yang mempunyai kategori tinggi terdapat ciri sebagai berikut: 1) siswa merasa nyaman dengan penampilan diri, 2) siswa puas dengan bakat yang dimiliki. Pada indikator cinta diri sedang, siswa mempunyai ciri sebagai berikut: 1) siswa memiliki hobi yang dapat dibanggakan, 2) siswa tidak membuang-buang waktu dengan memikirkan kekurangan diri sendiri. Sedangkan pada indikator cinta diri rendah, siswa mempunyai ciri sebagai berikut: 1) siswa tidak suka berolahraga, 2) siswa tidak mendapatkan perhatian dari teman.

b) Indikator pemahaman diri

Berikut gambaran umum kepercayaan diri pada indikator pemahaman diri dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 4.4
Gambaran Kepercayaan Diri Siswa Pada Indikator Pemahaman Diri

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
----------	----------	-----------	----------------

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Rendah	$X < 12$	8	4,6%
Sedang	$12 \leq X < 18$	83	48%
Tinggi	$18 \leq X$	82	47,4%
Jumlah		173	100 %

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa kategori kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang pada indikator pemahaman diri yang mempunyai kategori tinggi terdapat ciri sebagai berikut: 1) siswa dapat belajar dari pengalaman supaya tidak gagal dalam melakukan sesuatu, 2) siswa merasa teman dapat menerima dirinya dengan apa adanya. Pada indikator pemahaman diri sedang, siswa mempunyai ciri sebagai berikut: 1) ketika siswa berbuat salah, ia dapat menerima teguran dari teman 2) siswa mengetahui kekurangan diri. Sedangkan pada indikator pemahaman diri rendah, siswa mempunyai ciri tidak mampu mengembangkan kelebihan yang dimiliki.

c) Indikator tujuan yang jelas

Berikut gambaran umum kepercayaan diri pada indikator tujuan yang jelas disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.5
Gambaran Kepercayaan Diri Siswa pada Indikator Tujuan yang Jelas

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 16$	8	4,6%
Sedang	$16 \leq X < 24$	86	49,7%
Tinggi	$24 \leq X$	79	45,7%
Jumlah		173	100 %

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa kategori kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang pada indikator tujuan yang jelas pada kategori tinggi terdapat ciri sebagai

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

berikut: 1) siswa peduli dengan apa yang akan terjadi pada masa depan, 2) siswa tidak mudah merasa putus asa, 3) siswa mempersiapkan diri untuk melanjutkan studi. Pada indikator tujuan yang jelas pada kategori sedang, siswa mempunyai ciri sebagai berikut: 1) siswa mengerjakan PR sendiri, 2) siswa tidak bingung dalam memilih kelanjutan studi, 3) siswa mampu membuat keputusan. Sedangkan pada indikator tujuan yang jelas pada kategori rendah, siswa mempunyai ciri bahwa ia belum mampu bekerja secara mandiri.

d) Indikator berpikir positif

Berikut gambaran umum kepercayaan diri siswa pada indikator berpikir positif dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 4.6
Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Indikator Berpikir Positif

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 10$	10	5,8%
Sedang	$10 \leq X < 15$	102	59%
Tinggi	$15 \leq X$	61	35,3%
Jumlah		173	100 %

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa kategori kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang pada indikator berpikir positif kategori terdapat ciri bahwa siswa mampu menyelesaikan masalah dengan teman. Pada indikator berpikir positif pada kategori sedang, ditunjukkan bahwa siswa tidak merasa bingung dalam menentukan cita-cita. Sedangkan pada indikator tujuan yang jelas pada kategori rendah ditunjukkan bahwa siswa merasa orang lain lebih mampu.

2) Aspek kepercayaan diri lahir

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Berikut gambaran umum kepercayaan diri siswa pada aspek kepercayaan diri lahir dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 4.7
Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Aspek Kepercayaan Diri Lahir

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 38$	16	9,2%
Sedang	$38 \leq X < 57$	117	67,6%
Tinggi	$57 \leq X$	40	23,1%
Jumlah		173	100 %

Berdasarkan tabel 4.7 dapat disimpulkan bahwa kategori aspek kepercayaan diri lahir yang termasuk dalam kategori tinggi, ditandai dengan ciri sebagai berikut: 1) siswa mendengarkan teman saat berbicara dengan penuh perhatian, 2) siswa senang mendapatkan saran dari teman-teman, 3) siswa berbincang dengan teman yang berbeda agama. Pada kategori sedang ditandai dengan: 1) siswa dapat bergaul dengan teman yang berbeda budaya, 2) siswa memakai minyak wangi bila berpergian, 3) siswa tidak termasuk pada orang yang mudah marah. Pada kategori rendah ditandai dengan: 1) siswa belum mampu memilih pakaian yang sesuai dengan kondisi tubuh, 2) siswa menyetujui pendapat teman, walaupun sebenarnya berbeda pendapat, 3) siswa berdiskusi dengan teman dekat saja.

Adapun deskripsi empat indikator dalam aspek kepercayaan diri lahir yaitu sebagai berikut:

a) Indikator komunikasi

Berikut gambaran umum kepercayaan diri siswa pada indikator komunikasi dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 4.8
Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Indikator Komunikasi

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
----------	----------	-----------	----------------

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Rendah	$X < 12$	7	4%
Sedang	$12 \leq X < 18$	87	50,3%
Tinggi	$18 \leq X$	79	45,7%
Jumlah		173	100 %

Berdasarkan tabel 4.8 dapat disimpulkan bahwa kategori kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang pada indikator komunikasi kategori tinggi terdapat ciri sebagai berikut: 1) siswa merasa nyaman berbincang dengan teman yang berbeda agama, 2) siswa mendengarkan teman saat berbicara dengan penuh perhatian. Pada indikator berpikir positif pada kategori sedang, ditunjukkan bahwa siswa tidak merasa gugup bila berbicara dengan banyak teman. Sedangkan pada indikator tujuan yang jelas pada kategori rendah ditunjukkan bahwa siswa merasa tidak mampu mengerjakan soal di depan kelas.

b) Indikator ketegasan

Berikut gambaran umum kepercayaan diri siswa pada indikator ketegasan dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 4.9
Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa Pada Indikator Ketegasan

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 10$	20	11,6%
Sedang	$10 \leq X < 15$	129	74,6%
Tinggi	$15 \leq X$	24	13,9%
Jumlah		173	100 %

Berdasarkan tabel 4.9 dapat disimpulkan bahwa kategori kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang pada indikator ketegasan kategori tinggi ditunjukkan bahwa siswa senang mendapatkan saran dari teman-teman. Pada kategori sedang

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

menunjukkan bahwa siswa dapat berdiskusi dengan siapa saja. Sedangkan kategori rendah pada indikator ini menunjukkan bahwa siswa menyetujui pendapat teman, walaupun sebenarnya berbeda pendapat.

c) Indikator penampilan diri

Berikut gambaran umum kepercayaan diri siswa pada indikator penampilan diri dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 4.10
Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa pada Indikator Penampilan Diri

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 10$	27	15,6%
Sedang	$10 \leq X < 15$	120	69,4%
Tinggi	$15 \leq X$	26	15%
Jumlah		173	100 %

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa kategori kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang pada indikator penampilan diri kategori tinggi menunjukkan bahwa siswa menggunakan pakaian sesuai situasi yang dibutuhkan. Pada kategori sedang menunjukkan bahwa siswa memakai minyak wangi berpergian. Sedangkan kategori rendah pada indikator ini menunjukkan bahwa: 1) siswa tidak dapat memilih warna pakaian yang sesuai dengan warna kulit, 2) siswa tidak mampu memilih pakaian yang dapat menutupi kekurangan tubuh.

d) Indikator pengendalian perasaan

Berikut gambaran umum kepercayaan diri siswa pada indikator pengendalian perasaan dijelaskan pada tabel berikut:

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Tabel 4.11
Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa Pada Indikator
Pengendalian Perasaan

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 6$	8	4,6%
Sedang	$6 \leq X < 9$	101	58,4%
Tinggi	$9 \leq X$	64	37%
Jumlah		173	100 %

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa kategori kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang pada indikator pengendalian perasaan kategori tinggi menunjukkan bahwa siswa berusaha tenang ketika merasa gugup saat berbicara di depan kelas dan siswa bukan termasuk orang yang mudah dipengaruhi oleh orang lain. Pada kategori sedang menunjukkan siswa bukan termasuk orang yang mudah marah.

b. Analisis Kebutuhan Layanan Bimbingan dan Konseling bagi Siswa yang Kurang Percaya Diri

Analisis kebutuhan layanan bimbingan dan konseling bagi siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang pada tahun ajaran 2018/2019 adalah siswa yang memiliki kategori rendah. Merujuk pada tabel 4.1 hasil menunjukkan terdapat 24 siswa yang tergolong dalam kategori kepercayaan diri yang rendah. Secara lengkap disajikan profil kepercayaan diri yang memiliki kategori rendah berdasarkan pada indikator dibawah ini.

Tabel 4.12
Profil Aspek dan Indikator Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX SMP
Negeri 10 Kota Serang yang Rendah

Aspek	Kategori (%)	Indikator	Kategori (%)
	Tinggi : 0%	1. Cinta diri	T: 0%

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Kepercayaan diri Batin Sedang : 41,7% S: 70,8%
 Rendah : 58,3% R: 29,2%

2. Pemahaman diri T: 0%
 S: 66,7%
 R: 33,3%

3. Tujuan yang jelas T: 0%
 S: 66,7%
 R: 33,3%

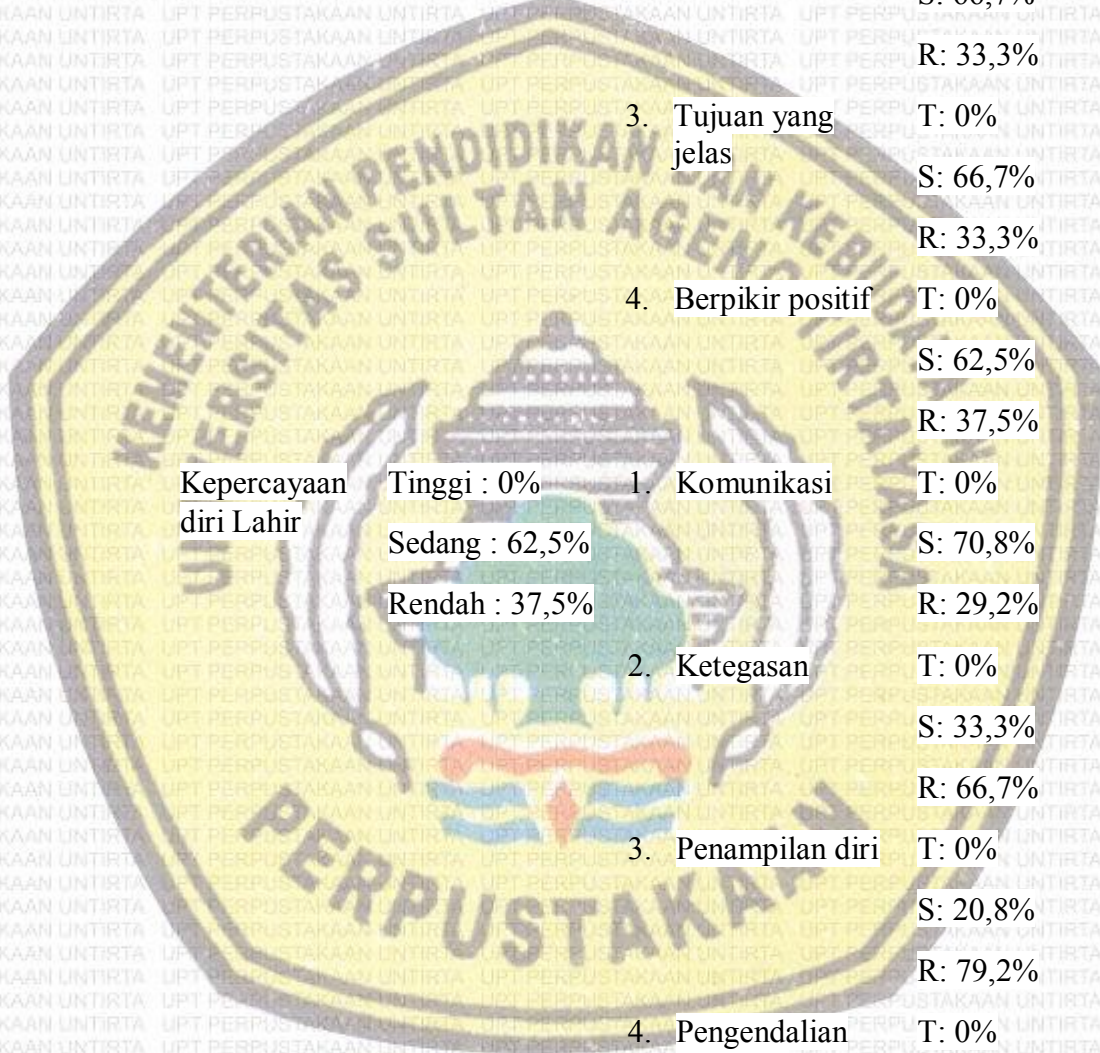
4. Berpikir positif T: 0%
 S: 62,5%
 R: 37,5%

Kepercayaan diri Lahir Tinggi : 0% 1. Komunikasi T: 0%
 Sedang : 62,5% S: 70,8%
 Rendah : 37,5% R: 29,2%

2. Ketegasan T: 0%
 S: 33,3%
 R: 66,7%

3. Penampilan diri T: 0%
 S: 20,8%
 R: 79,2%

4. Pengendalian perasaan T: 0%
 S: 75%
 R: 25%



Merujuk pada tabel 4.12, hasil penelitian menunjukkan kriteria kepercayaan diri rendah yang terdapat pada tiga indikator terendah, yaitu: indikator penampilan diri sebesar 79,2%, indikator ketegasan sebesar 66,7%, indikator berpikir positif sebesar 37,5%.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Upaya bantuan yang dibutuhkan untuk mengintervensi indikator penampilan diri adalah: 1) Membantu siswa menyesuaikan penampilannya dengan warna kulitnya agar lebih percaya diri. 2) Membantu siswa agar percaya diri akan kemampuannya. 3) Membantu siswa berkomitmen untuk memiliki pikiran-pikiran positif dalam situasi malu.

Upaya bantuan yang dibutuhkan untuk mengintervensi indikator ketegasan adalah: 1) Membantu siswa agar memiliki keberanian untuk bertanya kepada guru tentang materi pelajaran yang tidak dimengerti. 2) Membantu siswa untuk belajar mengungkapkan pendapatnya walaupun berbeda pendapat dengan teman lain. 3) Membantu siswa agar mampu berdiskusi atau bekerjasama dengan siapa saja.

Upaya bantuan yang dibutuhkan untuk mengintervensi indikator berpikir positif adalah: 1) Membantu siswa agar memiliki sifat optimis dalam melakukan apapun dan mengendalikan rasa minder terhadap orang lain. 2) Membantu siswa agar mempunyai pikiran positif dalam menyelesaikan masalah dan tidak menghindari masalah yang sedang dihadapi.

c. Rancangan Intervensi Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang yang rendah terdapat pada indikator penampilan diri, ketegasan, dan berpikir positif. Sesuai dengan kebutuhan layanan, maka rancangan teknik *role playing* disusun berdasarkan indikator-indikator terendah pada instrumen kepercayaan diri. Program intervensi teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri secara rinci terdapat pada BAB III halaman 41 sampai dengan 49. Gambaran rancangan teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa terdapat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.13

Rancangan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Bantuan layanan	Tujuan	Materi	Indikator keberhasilan	Waktu
Memfasilitasi siswa dalam membantunya menyesuaikan pakaian dengan warna kulitnya	Agar siswa merasa percaya diri berpakaian dengan penampilannya sesuai warna kulitnya	“Change”	Treatment satu dinilai berhasil jika siswa mampu menyesuaikan penampilan maupun pakaian dengan warna kulitnya	1 x 60 menit
Memfasilitasi siswa dalam membantunya percaya diri dengan kemampuannya	Agar siswa merasa percaya diri dengan kemampuannya	“Be Your Self!”	Treatment dua dinilai berhasil jika siswa mampu menyadari kemampuannya dan merasa percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki	1 x 60 menit
Memfasilitasi siswa dalam membantunya berkomitmen untuk memiliki pikiran positif dalam situasi malu	Agar siswa mampu berkomitmen memiliki pikiran positif dalam situasi malu	“This Is Me”	Treatment tiga dinilai berhasil jika siswa mampu berkomitmen untuk memiliki pikiran positif dalam situasi malu	1 x 60 menit
Memfasilitasi siswa dengan memberikan semangat agar memiliki keberanian untuk bertanya bila ada yang tidak dimengerti	Agar siswa dapat bertanya kepada guru tentang materi pelajaran yang tidak dimengerti	“Find A Way”	Treatment empat dinilai berhasil jika siswa mampu menyadari perlunya bertanya bila ada materi pelajaran yang tidak dimengerti	1 x 60 menit
Memfasilitasi siswa dalam membantunya agar mampu mengungkapkan	Agar siswa dapat lebih berani untuk mengungkapkan pendapatnya walau berbeda	“Don’t Worry Be Confident”	Treatment lima dinilai berhasil jika siswa mampu menjadi lebih aktif dan mampu mengungkapkan	1 x 60 menit

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

pendapat walaupun berbeda dengan temannya	dan dapat lebih aktif di dalam kelompok ataupun di kelas	pendapatnya di dalam kelompok ataupun di kelas
Memfasilitasi siswa dalam membantunya agar menjadi profesional dalam berdiskusi atau bekerja kelompok	Agar siswa dapat berdiskusi ataupun bekerjasama dengan siapa saja tanpa terkecuali	“Sociable” Treatment enam 1 x 60 menit dinilai berhasil jika siswa mampu berdiskusi ataupun bekerjasama dengan siapa saja tanpa terkecuali
Memfasilitasi siswa dalam membantunya agar memiliki sifat optimis dalam hal apapun	Agar siswa dapat memiliki sifat optimis dalam hal apapun dan dapat mengendalikan perasaan minder terhadap orang lain	“Apakah Aku Bisa” Treatment tujuh 1 x 60 menit dinilai berhasil jika siswa mampu belajar dengan bersungguh-sungguh, dan optimis dalam melakukan apapun, serta tidak merasa minder terhadap orang lain
Memfasilitasi siswa dalam membantunya agar mempunyai pikiran positif dan tidak menghindar dari masalah yang sedang dihadapi	Agar siswa mampu berpikir positif dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi	“Hadapilah” Treatment delapan 1 x 60 menit dinilai berhasil jika siswa mampu menghadapi dan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi

d. Hasil Implementasi Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa

Kegiatan *treatment* melalui teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dilaksanakan selama tiga hari sekali. Diantara waktu melakukan *treatment* terdapat waktu untuk melaksanakan sesi refleksi.

Kemudian diberikan *homework* sebagai penguatan untuk melakukan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

peningkatan kepercayaan diri, *homework* berfungsi sebagai alat evaluasi untuk meninjau keberhasilan setiap *treatment*.

Proses pelaksanaan kegiatan intervensi teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dideskripsikan sebagai berikut:

1) Rangkaian *treatment* satu

a) *Treatment* satu

Pada pertemuan satu ini guru BK akan membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator penampilan diri dengan tema “*Change*”. Pelaksanaan *treatment* satu dilaksanakan pada tanggal 1 Agustus 2018 dihadiri oleh 16 siswa yaitu: BGS, FH, FD, IQ, BNG, GG, RF, EL, KL, EM, IN, ZK, HF, MM, TZ, dan AF. Mereka merupakan siswa yang terpilih sebagai konseli yang memiliki kepercayaan diri rendah berdasarkan hasil *pre-test* dan berdasarkan persetujuan kesanggupan siswa untuk mengikuti *treatment*.

Kegiatan *treatment* dilaksanakan pada pukul 14.00 – 15.00 WIB. Kegiatan dibuka dengan berdo’a bersama, dilanjutkan dengan absen kehadiran siswa. Guru BK pun menanyakan kabar semua siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Selanjutnya guru BK menjelaskan tujuan kegiatan adalah untuk membantu siswa agar dapat meningkatkan rasa kepercayaan dirinya. Sebelum memulai kegiatan *role playing*, guru BK melakukan kegiatan “*ice breaking*” terlebih dahulu sebagai penyemangat bagi siswa.

Ice breaking pada *treatment* satu adalah “kelipatan tiga”, aturannya semua siswa harus menyebutkan kata “bom” di angka kelipatan tiga, dengan perjanjian bila siswa salah dalam permainan ini maka harus menjadi aktor pada kegiatan *role playing* ini. *Ice breaking* pun dimulai sampai akhirnya mendapatkan beberapa siswa yang salah dalam melakukan permainan tersebut. Suasana pun menjadi cair dan hangat. Sesuai perjanjian sebelumnya, maka guru BK meminta siswa

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

yang salah dalam permainan untuk memerankan cerita yang sudah disediakan. Siswa yang memainkan peran adalah AF, RF, BNG, GG, KL, dan BGS, sedangkan siswa lain menjadi kelompok pengamat. Guru BK membagikan lembar garis besar cerita kepada para aktor yang akan mainkan peran dan memberi waktu kepada para pemain untuk mendiskusikannya. Tak lupa guru BK pun membagikan lembar penilaian pengamat kepada kelompok pengamat.

Setelah para pemain memahami cerita yang akan dimainkan, mereka pun memulai kegiatan *role playing* tersebut. AF menjadi tokoh utama dalam *treatment* kali ini, RF dan BNG sebagai teman main AF, GG sebagai teman kelasnya, BGS sebagai wali kelas, sedangkan KL sebagai narator. Permainan peran pun dimulai dengan membaca basmallah. AF, RF, dan BNG selalu bermain bersama baik di sekolah maupun di rumah. Mereka sangat dekat walupun berbeda-beda budaya. RF dan BNG mempunyai kulit yang bersih dan selalu rapih dalam hal berpakaian, namun AF mempunyai kulit sawo matang dan kurang begitu memperhatikan penampilannya. Pada hari senin pak BGS meminta kita untuk berbuka puasa bersama di sebuah tempat makan dengan tujuan agar terjalinnya kekompakan dan kebersamaan. Anak-anak pun senang dan menyetujui ide baik itu. Ketika buka puasa bersama dengan wali kelas, AF datang dengan penampilannya yang mencolok, yaitu dengan baju yang tidak sesuai atau senada dengan warna kulitnya dan berpenampilan terkesan asal-asalan. GG teman sekelasnya pun mengejeknya dan membuat AF murung dan tidak percaya diri. Acara buka bersama teman kelasnya pun selesai, namun AF masih saja murung. RF dan BNG pun tidak tinggal diam melihat temannya itu, mereka mencoba untuk menasehati baik-baik mengenai penampilan dan cara berpakaianya itu. AF pun mulai

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

mengerti dan bertekad untuk merubahnya. Keesokan harinya AF lebih memperhatikan pemilihan pakaian, dan mencoba untuk lebih memperhatikan penampilannya menjadi lebih rapih. AF datang ke sekolah dengan baju seragam yang bersih klinis tak lucek, tak lupa bajunya dimasukan ke dalam celana dan memakai gesper. GG yang melihat sontak kaget dan memuji penampilan AF. Ia merasa senang dan mulai percaya diri kembali.

Kegiatan *role playing* pun selesai, guru BK mendiskusikan bersama dengan semua siswa tentang kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Guru BK menanyakan kepada para pemain peran tentang “bagaimana perasaan kalian ketika memainkan peran dalam cerita?”. AF dan BNG menjelaskan bahwa mereka masih malu untuk memainkan perannya, RF menjelaskan bahwa ia masih bingung, sedangkan GG merasa deg-degan ketika memainkan peran. Guru BK menyimpulkan secara bersama-sama tentang maksud dan tujuan kegiatan *role playing* pada pertemuan satu ini. Kemudian guru BK meminta siswa mengisi lembar kepuasan konseli pada kegiatan *role playing* kali ini sesuai dengan kelompoknya yaitu kelompok aktor dan kelompok pengamat. Lembar penilaian pengamat dan lebar kepuasan konseli dikumpulkan dimeja depan setelah mereka selesai mengisinya.

Kemudian kegiatan *treatment* satu ditutup dengan do’a bersama. Sebelum ditutup guru BK mendiskusikan pekerjaan rumah (*homework*) yang harus dilakukan dalam mengendalikan sikap dan sebagai faktor penunjang untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator penampilan diri yang bertujuan untuk membantu siswa menyesuaikan penampilan dengan warna kulitnya.

b) Refleksi *treatment* satu

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Pada *treatment* satu kelompok aktor terdapat dua siswa masih malu-malu untuk memainkan peran di depan kelas dan satu siswa merasa deg-degan serta gugup (T_I_1-7). Satu siswa merasa bingung untuk berbicara dan melakukan apa ketika memainkan peran (T_I_8-17). Rasa bingung dan malu disebabkan oleh kurangnya kepercayaan diri siswa dalam memainkan peran. Satu siswa lainnya merasa takut salah (T_I_18-25). Sedangkan kelompok pengamat sebagian besar terlihat memperhatikan kelompok aktor yang sedang memainkan peran dan sesekali menulis penilaian dilembar yang sudah disediakan. Kelompok pengamat terlihat kondusif dengan tidak membuat kegaduhan ketika kegiatan *role playing* berlangsung.

Adapun pelajaran yang dapat diambil pada *treatment* satu menurut verbatim (T_I_36-45) yaitu harus memperhatikan dan menyesuaikan penampilan dengan kondisi tubuhnya. Menurut verbatim (T_I_46-49) siswa menyatakan bahwa ia akan lebih memperhatikan penampilan agar lebih percaya diri.

Hambatan yang terjadi pada *treatment* satu adalah peneliti sulit mempersatukan ataupun membaurkan siswa-siswa yang mengikuti *treatment*, dikarenakan siswa terdiri dari berbagai macam kelas yang berbeda. Upaya yang dilakukan peneliti adalah memberikan *ice breaking* kepada siswa agar siswa dapat berinteraksi satu sama lain sehingga menimbulkan kebersamaan dan suasana menjadi cair dan kondusif.

Secara keseluruhan *treatment* satu berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL). Semua siswa dapat memahami tujuan dari kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Mereka mulai menyadari pentingnya memperhatikan penampilan agar lebih percaya diri.

2) Rangkaian *treatment* dua

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

a) *Treatment* dua

Pada pertemuan dua ini guru BK akan membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator penampilan diri dengan tema “*Be Your Self!*”. Pelaksanaan *treatment* dua dilaksanakan pada tanggal 4 Agustus 2018 dihadiri oleh 14 siswa/konseli yaitu: BGS, FH, FD, BNG, GG, M. RF, EL, KL, IN, ZK, HF, MM, TZ dan AF.

Kegiatan *treatment* dilaksanakan pada pukul 14.00 – 15.00 WIB. Kegiatan dibuka dengan berdo’a bersama, dilanjutkan dengan absen kehadiran siswa. Guru BK pun menanyakan kabar semua siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Selanjutnya guru BK menjelaskan tujuan kegiatan adalah untuk membantu siswa agar dapat meningkatkan rasa kepercayaan dirinya. Sebelum memulai kegiatan *role playing*, guru BK melakukan kegiatan “*ice breaking*” terlebih dahulu sebagai penyemangat bagi siswa. *Ice breaking* pada *treatment* dua adalah “Pagi-Siang-Malam”. Aturan utamanya guru BK menyebutkan waktu pagi, siang dan malam. Bila menyebutkan pagi maka siswa harus tepuk tangan tiga kali, siang tepuk tangan dua kali, dan malam tepuk tangan satu kali. Adapun perjanjian yang dibuat adalah bila siswa salah dalam melakukan permainan maka harus menjadi aktor pada kegiatan *role playing* kali ini. *Ice breaking* pun dimulai sampai akhirnya mendapatkan beberapa siswa yang salah dalam melakukan permainan tersebut. Suasana pun menjadi cair dan hangat. Sesuai perjanjian sebelumnya, maka guru BK meminta siswa yang salah dalam permainan untuk memerankan cerita yang sudah disediakan. Pada pertemuan ini, siswa yang memainkan peran adalah FH, FD, GG, EL, HF, dan MM. Sedangkan siswa yang lainnya menjadi kelompok pengamat. Guru BK membagikan lembar garis besar cerita kepada para aktor yang akan mainkan peran dan memberi waktu kepada para

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

pemain untuk mendiskusikannya. Tak lupa guru BK pun membagikan lembar penilaian pengamat kepada kelompok pengamat.

Setelah para pemain memahami cerita yang akan dimainkan, mereka pun memulai kegiatan *role playing* tersebut. FH menjadi tokoh utama dalam *treatment* kali ini, FD, EL, dan HF sebagai teman kelas FH, MM sebagai guru kesenian, sedangkan GG sebagai narator. Permainan peran pun dimulai dengan membaca basmallah. FH adalah siswa biasa yang pendiam dan pemalu, ia tak banyak tingkah juga suka menyendiri. Sedangkan HF adalah siswa populer di kelasnya, ia periang dan juga ramah. Pak MM datang ke kelas dan memberi salam “Assalamu’alaikum Wr. Wb.” Siswa pun menjawab “Wa’alaikumsalam Wr. Wb.” Pak MM bertanya soal kabar, “Bagaimana kabar kalian hari ini?”. Siswa menjawab “Sehat, sehat yes!”. Kemudian pelajaran dimulai dan pak MM menyuruh siswa membagi menjadi dua kelompok untuk membuat hasta karya dari kertas. EL dan FD berebut ingin satu kelompok dengan HF, sedangkan FH hanya duduk terdiam. Pak MM pun meleraikan dan memutuskan EL yang akan sekelompok dengan HF yaitu kelompok satu dan FD dengan FH kelompok dua. Ke dua kelompok mendiskusikan hasta karya apa yang akan mereka buat. Terlihat FH yang mempunyai kemampuan dalam kerajinan tangan mengungkapkan idenya untuk membuat kapal-kapalan dari kertas tersebut, FD pun menyetujuinya dan mereka membuatnya bersama-sama. Sedangkan kelompok satu, HF dan EL masih mendiskusikan apa yang harus mereka buat karena HF dan EL tidak mempunyai keahlian dalam bidang itu. Setelah selesai, FH pun mengumpulkan hasil kerjanya ke pak guru dan mendapat pujian karena kelompoknya dapat menyelesaikan tugasnya dengan cepat dan hasilnya bagus. FD pun bangga dan memuji

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

teman kelompoknya itu, “Ternyata kamu hebat juga yah FH” FH pun tersenyum dan merasa lebih percaya akan kemampuannya itu.

Kegiatan *role playing* pun selesai, guru BK mendiskusikan bersama dengan semua siswa tentang kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Kemudian Guru BK menyimpulkan kembali kegiatan tersebut. Tak lupa Guru BK meminta siswa mengisi lembar kepuasan konseli pada kegiatan *role playing* kali ini sesuai dengan kelompoknya yaitu kelompok aktor dan kelompok pengamat. Lembar penilaian pengamat dan lembar kepuasan konseli dikumpulkan dimeja depan setelah mereka selesai mengisinya.

Kemudian kegiatan *treatment* enam ditutup dengan do’a bersama. Sebelum ditutup guru BK meminta siswa untuk mengumpulkan pekerjaan rumah (*homework*) yang sudah diberikan dipertemuan sebelumnya. Sebagian siswa mengumpulkan dan ada pula siswa yang tidak mengumpulkan dengan alasan kertasnya tertinggal di rumah. Guru BK pun memanggil salah satu siswa untuk membacakan tugasnya di depan kelas, dan mulai membahasnya bersama-sama. Setelah selesai membahas *homework* tersebut, guru BK pun membagikan kembali *homework* sebagai faktor penunjang untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator penampilan diri yang bertujuan untuk membantu siswa agar percaya diri akan kemampuan yang dimilikinya.

b) Refleksi *treatment* dua

Kegiatan *treatment* dua pada kelompok aktor terdapat dua siswa yang terlihat canggung (T_II_1-6), satu siswa terlihat masih deg-degan untuk memainkan peran di depan kelas (T_II_7-9). Dua siswa lainnya merasa canggung dan bingung karena belum pernah memainkan peran sebelumnya (T_II_10-

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

21). Satu siswa masih terlihat senyum-senyum ketika memainkan peran (T_II_22-28). Sedangkan kelompok pengamat sebagian besar terlihat memperhatikan kelompok aktor yang sedang memainkan peran dan sesekali menulis penilaian dilembar yang sudah disediakan. Adapun dua siswa lainnya mengipas-ngipas pakai buku, mungkin mereka gerah karena cuaca yang cukup panas. Namun, sejauh ini kelompok pengamat dapat dikatakan kondusif dengan tidak membuat kegaduhan ketika kegiatan *role playing* berlangsung. Adapun pengalaman yang siswa dapatkan adalah mengetahui bagaimana cara berbicara didepan orang banyak (T_II_29-34). Pembelajaran yang mereka dapatkan dapat disimpulkan bahwa tidak boleh minder dan harus percaya dengan kemampuan yang kita punya (T_II_35-44).

Hambatan yang terjadi pada *treatment* dua adalah peneliti sulit mempersatukan ataupun membaurkan siswa-siswa yang mengikuti *treatment*, dikarenakan siswa terdiri dari berbagai macam kelas yang berbeda. Mereka masih merasa malu dan canggung satu sama lain. Upaya yang dilakukan peneliti adalah memberikan *ice breaking* kepada siswa agar siswa dapat berinteraksi satu sama lain sehingga menimbulkan kebersamaan dan suasana menjadi cair dan kondusif.

Secara keseluruhan *treatment* dua berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL). Semua siswa dapat memahami tujuan dari kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Mereka mulai menyadari pentingnya memperhatikan penampilan dalam bukan hanya penampilan luar, seperti menunjukkan kemampuannya agar dapat lebih tampil diri.

3) Rangkaian *treatment* tiga

a) *Treatment* tiga

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/ seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/ seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Pada pertemuan tiga ini guru BK akan membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator penampilan diri dengan tema “*This Is Me*”. Pelaksanaan *treatment* tiga dilaksanakan pada tanggal 7 Agustus 2018 dihadiri oleh 13 siswa/konseli yaitu: BGS, FH, FD, BNG, GG, M. RF, EL, IN, ZK, HF, MM, TZ, dan AF.

Kegiatan *treatment* dilaksanakan pada pukul 14.00 – 15.00 WIB. Kegiatan dibuka dengan berdo’a bersama, dilanjutkan dengan absen kehadiran siswa. Guru BK pun menanyakan kabar semua siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Selanjutnya guru BK menjelaskan tujuan kegiatan adalah untuk membantu siswa agar dapat meningkatkan rasa kepercayaan dirinya. Sebelum memulai kegiatan *role playing*, guru BK melakukan kegiatan “*ice breaking*” terlebih dahulu sebagai penyemangat bagi siswa. *Ice breaking* pada *treatment* tiga adalah “Saya Berkata”. Aturan mainnya adalah ketika guru BK mengatakan “saya berkata” maka siswa harus mengikuti intruksi yang diberikan, namun jika guru BK tidak mengatakan “saya berkata” maka siswa tidak boleh mengikuti intruksinya. Contoh: guru BK mengatakan “saya berkata pegang hidung” namun tangan guru BK memegang kepala, maka siswa harus mengikuti intruksi yang diperintah bukan mengikuti gerakan guru BK. Dengan perjanjian bila siswa salah dalam melakukan permainan maka harus menjadi aktor pada kegiatan *role playing* kali ini. *Ice breaking* pun dimulai sampai akhirnya mendapatkan beberapa siswa yang salah dalam melakukan permainan tersebut. Suasana pun menjadi cair dan hangat. Sesuai perjanjian sebelumnya, maka guru BK meminta siswa yang salah dalam permainan untuk memerankan cerita yang sudah disediakan. Pada pertemuan ini, siswa yang memainkan peran adalah BNG, RF, EL, GG, dan ZK. Sedangkan siswa yang lainnya menjadi

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

kelompok pengamat. Guru BK membagikan lembar garis besar cerita kepada para aktor yang akan mainkan peran dan memberi waktu kepada para pemain untuk mendiskusikannya. Tak lupa guru BK pun membagikan lembar penilaian pengamat kepada kelompok pengamat.

Setelah para pemain memahami cerita yang akan dimainkan, mereka pun memulai kegiatan *role playing* tersebut. ZK menjadi tokoh utama dalam *treatment* kali ini, BNG, EL, dan GG sebagai teman kelas ZK, RF sebagai pak guru, sedangkan IN sebagai narator. Permainan peran pun dimulai dengan membaca basmallah. Ketika tahun ajaran baru dimulai, BNG, EL, dan GG datang ke sekolah dengan seragam, tas, dan sepatu yang baru. Mereka tersenyum bahagia menyambut hari masuk sekolah pertamanya. Berbeda dengan ZK, ia memasuki kelas dengan muka tertunduk dan murung. Ia merasa malu karena tak ada satupun benda baru yang ia pakai. GG pun menghampirinya dan bertanya, “Tas mu masih yang dulu Zak?”, “Ia GG, belum ada rezeki untuk beli yang baru” jawab ZK sambil tertunduk kembali. GG menguatkan, “Tak apa ZK, yang sabar yah”, ZK hanya tersenyum dan mengangguk. Ia pun duduk di bangkunya dan melihat ke sekeliling kelas, terdapat BNG dan EL sedang memperbincangkan tentang sepatu barunya itu. ZK semakin merasa minder untuk berbaur dengan teman-temannya. Tak lama pak RF datang dan memberikan beberapa soal yang harus diselesaikan sekarang. Semua lembar jawaban sudah terkumpul dan pak RF memeriksa semua jawaban serta mengumumkan nilai terbaik dikelasnya itu. “Nilai paling tinggi dikelas ini diraih oleh ZK”, teman sekelas pun terkejut mendengarnya dan ZK melangkah maju untuk mengambil hasil nilainya, “Nah, yang lain harus lebih semangat lagi biar bisa seperti ZK. Selamat yah ZK” ujar pak RF menambahkan, ZK pun tersenyum. GG, BNG

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

dan EL pun memuji dan ingin mengajaknya untuk belajar bersama. ZK pun senang mendengarnya, dan merasa lebih percaya diri serta tidak memikirkan soal penampilan ekonominya itu.

Kegiatan *role playing* pun selesai, guru BK mendiskusikan bersama dengan semua siswa tentang kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Lalu Guru BK menyimpulkan kembali kegiatan tersebut. Tak lupa Guru BK meminta siswa mengisi lembar kepuasan konseli pada kegiatan *role playing* kali ini sesuai dengan kelompoknya yaitu kelompok aktor dan kelompok pengamat. Lembar penilaian pengamat dan lembar kepuasan konseli dikumpulkan dimeja depan setelah mereka selesai mengisinya.

Kemudian kegiatan *treatment* enam ditutup dengan do'a bersama. Sebelum ditutup guru BK meminta siswa untuk mengumpulkan pekerjaan rumah (*homework*) yang sudah diberikan dipertemuan sebelumnya. Sebagian siswa mengumpulkan dan ada pula siswa yang tidak mengumpulkan dengan alasan kertasnya tertinggal di rumah. Guru BK pun memanggil salah satu siswa untuk membacakan tugasnya di depan kelas, dan mulai membahasnya bersama-sama. Setelah selesai membahas *homework* tersebut, guru BK pun membagikan kembali, *homework* sebagai faktor penunjang untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator penampilan diri yang bertujuan untuk membantu siswa agar mampu berkomitmen untuk memiliki pikiran-pikiran positif dalam situasi malu.

b) Refleksi *treatment* tiga

Kegiatan *treatment* tiga pada kelompok aktor terdapat dua siswa yang merasa senang (T_III_1-5), namun terdapat pula siswa yang masih malu dan masih terbata-bata dalam berdialog

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

atau gugup (T_III_6-7). Kesulitan yang terjadi pada siswa adalah siswa sulit untuk mengimprovisasi, masih suka pengen ketawa, dan takut salah (T_III_8-23). Sedangkan kelompok pengamat sebagian besar terlihat memperhatikan kelompok aktor yang sedang memainkan peran dan sesekali menulis penilaian dilembar yang sudah disediakan. Adapun dua siswa lainnya mengipas-ngipas pakai buku, mungkin mereka gerah karena cuaca yang cukup panas. Namun, sejauh ini kelompok pengamat dapat dikatakan kondusif dengan tidak membuat kegaduhan ketika kegiatan *role playing* berlangsung. Adapun pelajaran yang dapat diambil dapat disimpulkan berdasarkan (T_III_32-47) yaitu harus saling menghargai karena setiap orang mempunyai kekurangan dan kelebihan masing-masing yang berbeda-beda.

Hambatan yang terjadi pada *treatment* tiga adalah peneliti sulit mempersatukan ataupun membaurkan siswa-siswa yang mengikuti *treatment*, dikarenakan siswa terdiri dari berbagai macam kelas yang berbeda. Mereka masih merasa malu dan canggung walaupun mereka sudah sedikit mengenal satu sama lain. Upaya yang dilakukan peneliti adalah memberikan *ice breaking* kepada siswa agar siswa dapat berinteraksi satu sama lain sehingga menimbulkan kebersamaan dan suasana menjadi cair dan kondusif.

Secara keseluruhan *treatment* tiga berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL). Semua siswa dapat memahami tujuan dari kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Mereka mulai menyadari pentingnya memperhatikan penampilan dalam bukan hanya penampilan luar, seperti menunjukkan kemampuannya agar dapat lebih tampil diri.

4) Rangkaian *treatment* empat

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

a) *Treatment empat*

Pada pertemuan empat ini guru BK akan membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator ketegasan dengan tema “*Find A way*”. Pelaksanaan *treatment* empat dilaksanakan pada tanggal 9 Agustus 2018 dihadiri oleh 12 siswa/konseli yaitu: BGS, FH, FD, BNG, GG, M. RF, EL, IN, ZK, HF, TZ, dan AF.

Kegiatan *treatment* dilaksanakan pada pukul 14.00 – 15.00 WIB. Kegiatan dibuka dengan berdo’a bersama, dilanjutkan dengan absen kehadiran siswa. Guru BK pun menanyakan kabar semua siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Selanjutnya guru BK menjelaskan tujuan kegiatan adalah untuk membantu siswa agar dapat meningkatkan rasa kepercayaan dirinya. Sebelum memulai kegiatan *role playing*, guru BK melakukan kegiatan “*ice breaking*” terlebih dahulu sebagai penyemangat bagi siswa. *Ice breaking* pada *treatment* empat adalah “Sapa-Sapi-Sapu”. Aturannya bila guru BK menyebutkan kata “sapa” maka siswa harus duduk, bila menyebutkan kata “sapi” maka harus berdiri, dan kata “sapu” harus bergaya. Semua siswa harus mempraktekannya sesuai intruksi yang diberikan oleh guru BK, dengan perjanjian bila siswa salah dalam melakukan permainan maka harus menjadi aktor pada kegiatan *role playing* kali ini. *Ice breaking* pun dimulai sampai akhirnya mendapatkan beberapa siswa yang salah dalam melakukan permainan tersebut. Suasana pun menjadi cair dan hangat. Sesuai perjanjian sebelumnya, maka guru BK meminta siswa yang salah dalam permainan untuk memerankan cerita yang sudah disediakan. Pada pertemuan ini, siswa yang memainkan peran adalah GG, EL, RF, TZ, AF dan BNG. Sedangkan siswa yang lainnya menjadi kelompok pengamat. Guru BK membagikan lembar garis besar cerita kepada para aktor yang akan mainkan peran dan memberi

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

waktu kepada para pemain untuk mendiskusikannya. Tak lupa guru BK pun membagikan lembar penilaian pengamat kepada kelompok pengamat.

Setelah para pemain memahami cerita yang akan dimainkan, mereka pun memulai kegiatan *role playing* tersebut. BNG menjadi tokoh utama dalam *treatment* kali ini, EL, RF dan TZ sebagai teman kelas BNG, GG sebagai pak guru, sedangkan AF sebagai narator. Permainan peran pun dimulai dengan membaca basmallah. Pada hari senin, Pak GG menerangkan pelajaran matematika tentang rumus *pythagoras* di kelas IX A. Semua murid memperhatikan dengan baik dan mencoba memahaminya. Setelah menerangkan pak GG pun memberikan contoh soal latihan kepada siswa-siswinya. RF bergegas mengangkat tangannya untuk menjawab soal tersebut. Ia pun menjawab soal di depan papan tulis dengan benar. BNG masih merasa belum memahami/mengerti tentang pelajaran tersebut. Ia bertanya pada teman sebangkunya, yang bernama EL. Namun ia pun tetap belum mengerti apa yang sudah dijelaskan teman sebangkunya itu. BNG merasa kebingungan, ia ingin sekali mengajukan pertanyaan kepada pak GG ketika memberikan waktu luang untuk siswanya bertanya, namun terlalu malu dan ragu untuk bertanya dan akhirnya mengurungkan niatnya untuk bertanya. Tak lama pak GG pun memberikan beberapa soal untuk dikerjakan dibuku masing-masing, “Sekarang kerjakan soal yang ada di papan tulis, dan yang sudah selesai kumpulkan ke depan”. BNG merasa tambah bingung karena dia tidak bisa mengerjakan soal tersebut, akhirnya ia memberanikan diri untuk bertanya kepada pak guru apa yang ia tidak pahami. Pak GG pun menjelaskan kembali, dan memberikan masukan kepada BNG, “lain kali kalau ada yang tidak dimengerti langsung ditanyakan saja ya nak, jangan takut. Malu bertanya nanti sesat di jalan loh”.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

“Baik pak”, jawab BNG yang akhirnya menyadari pentingnya untuk bertanya bila tidak tahu.

Kegiatan *role playing* pun selesai, guru BK mendiskusikan bersama dengan semua siswa tentang kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Kemudian Guru BK menyimpulkan kembali kegiatan tersebut. Tak lupa Guru BK meminta siswa mengisi lembar kepuasan konseli pada kegiatan *role playing* kali ini sesuai dengan kelompoknya yaitu kelompok aktor dan kelompok pengamat. Lembar penilaian pengamat dan lembar kepuasan konseli dikumpulkan dimeja depan setelah mereka selesai mengisinya.

Kemudian kegiatan *treatment* enam ditutup dengan do'a bersama. Sebelum ditutup guru BK meminta siswa untuk mengumpulkan pekerjaan rumah (*homework*) yang sudah diberikan dipertemuan sebelumnya. Sebagian siswa mengumpulkan dan ada pula siswa yang tidak mengumpulkan dengan alasan kertasnya tertinggal di rumah. Guru BK pun memanggil salah satu siswa untuk membacakan tugasnya di depan kelas, dan mulai membahasnya bersama-sama. Setelah selesai membahas *homework* tersebut, guru BK pun membagikan kembali *homework* sebagai faktor penunjang untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator ketegasan yang bertujuan untuk membantu siswa agar memiliki keberanian untuk bertanya pada guru jika ada materi yang tidak dimengerti.

b) Refleksi *treatment* empat

Kegiatan *treatment* empat pada kelompok aktor terdapat dua siswa terlihat merasa deg-degan dan malu ketika memainkan peran di depan kelas (T_IV_1-5). Namun ada pula siswa yang merasa dirinya mulai berani, percaya diri dan merasa senang (T_IV_6-12). Sedangkan kelompok pengamat sebagian besar

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

terlihat memperhatikan kelompok aktor yang sedang memainkan peran dan sesekali menulis penilaian dilembar yang sudah disediakan. Namun, ada pula beberapa siswa yang terlihat mengantuk (T_IV_13-25). Se jauh ini kelompok pengamat dapat dikatakan kondusif dengan tidak membuat kegaduhan ketika kegiatan *role playing* berlangsung.

Pelajaran yang dapat diambil dari kegiatan *role playing* kali ini adalah jangan takut untuk bertanya jika tidak tau (T_IV_35-49). Adapun hambatan pada *treatment* kali ini yaitu terdapat sebagian siswa yang mengantuk ketika kegiatan berlangsung. Upaya yang dilakukan oleh peneliti adalah melakukan *ice breaking* untuk meningkatkan atau membangun semangat para siswanya, sehingga siswa tidak merasa mengantuk kembali. Secara keseluruhan *treatment* empat berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL). Semua siswa dapat memahami tujuan dari kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Mereka mulai menyadari pentingnya bertanya jika ada sesuatu yang tidak dimengerti.

5) Rangkaian *treatment* lima

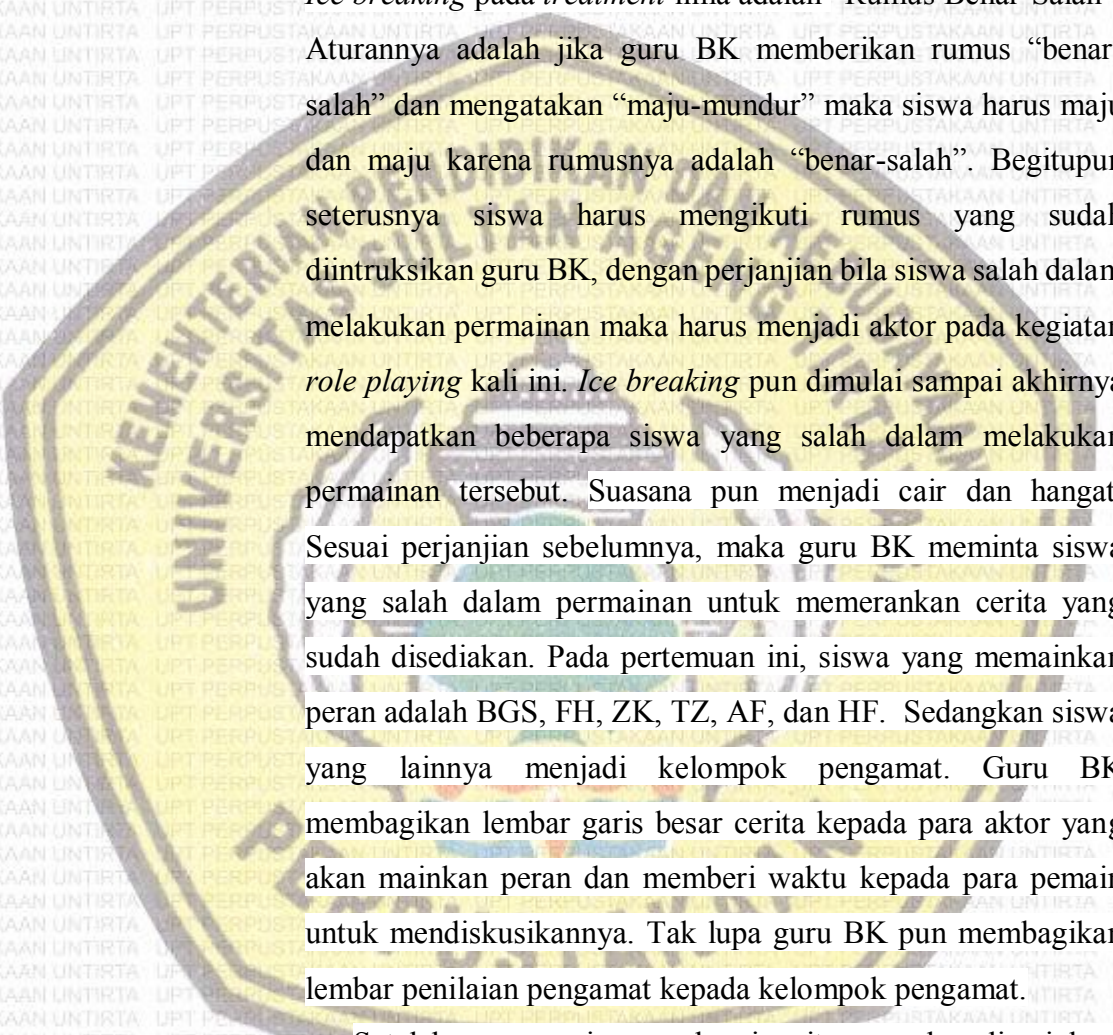
a) *Treatment* lima

Pada pertemuan lima ini guru BK akan membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator ketegasan dengan tema “*Don't Worry Be Confident*”. Pelaksanaan *treatment* lima dilaksanakan pada tanggal 13 Agustus 2018 dihadiri oleh 13 siswa/konseli yaitu: BGS, FH, FD, BNG, GG, M. RF, EL, IN, ZK, HF, MM, TZ, dan AF.

Kegiatan *treatment* dilaksanakan pada pukul 14.00 – 15.00 WIB. Kegiatan dibuka dengan berdo'a bersama, dilanjutkan dengan absen kehadiran siswa. Guru BK pun menanyakan kabar semua siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Selanjutnya guru BK menjelaskan tujuan kegiatan adalah untuk membantu siswa

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.



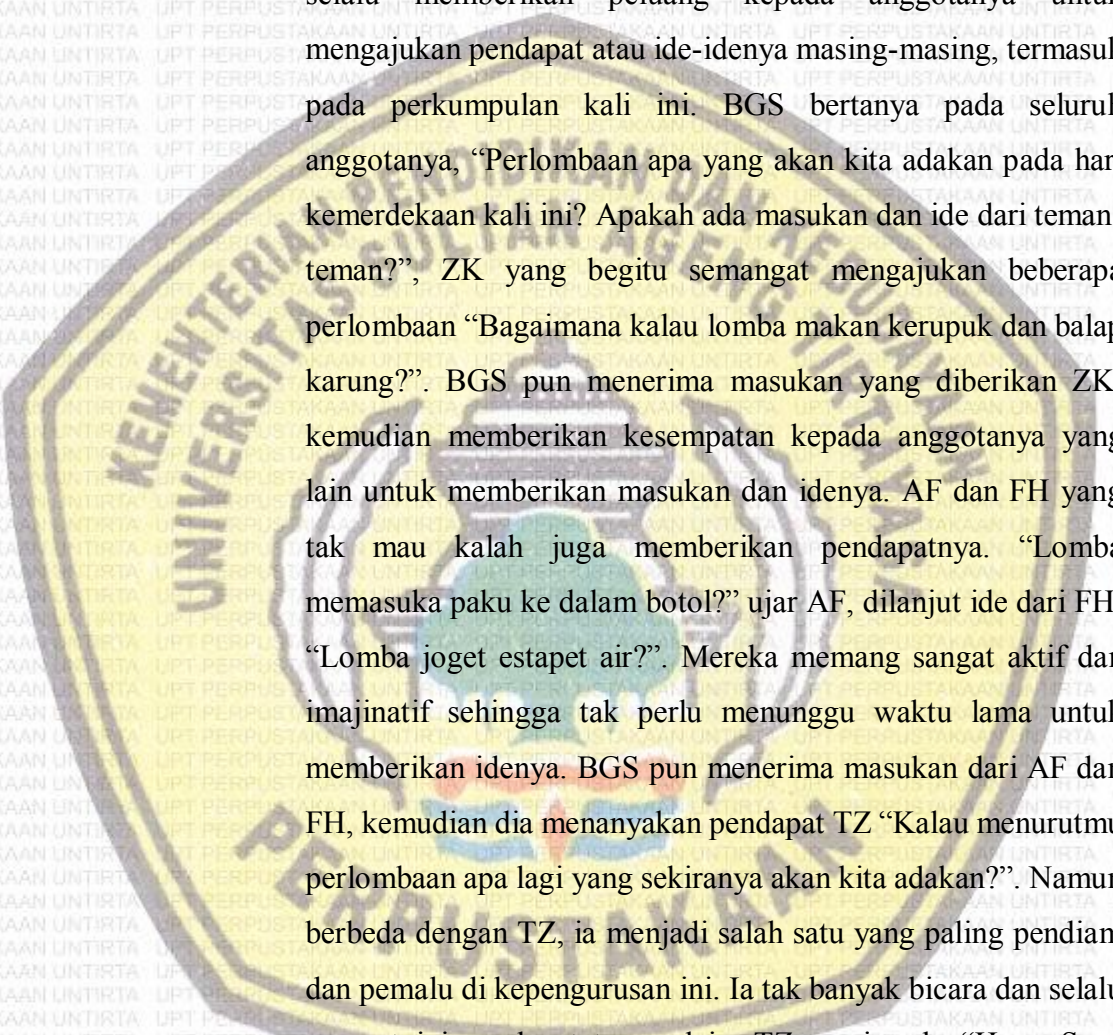
agar dapat meningkatkan rasa kepercayaan dirinya. Sebelum memulai kegiatan *role playing*, guru BK melakukan kegiatan “*ice breaking*” terlebih dahulu sebagai penyemangat bagi siswa. *Ice breaking* pada *treatment* lima adalah “Rumus Benar-Salah”. Aturannya adalah jika guru BK memberikan rumus “benar-salah” dan mengatakan “maju-mundur” maka siswa harus maju dan maju karena rumusnya adalah “benar-salah”. Begitupun seterusnya siswa harus mengikuti rumus yang sudah diinstruksikan guru BK, dengan perjanjian bila siswa salah dalam melakukan permainan maka harus menjadi aktor pada kegiatan *role playing* kali ini. *Ice breaking* pun dimulai sampai akhirnya mendapatkan beberapa siswa yang salah dalam melakukan permainan tersebut. Suasana pun menjadi cair dan hangat. Sesuai perjanjian sebelumnya, maka guru BK meminta siswa yang salah dalam permainan untuk memerankan cerita yang sudah disediakan. Pada pertemuan ini, siswa yang memainkan peran adalah BGS, FH, ZK, TZ, AF, dan HF. Sedangkan siswa yang lainnya menjadi kelompok pengamat. Guru BK membagikan lembar garis besar cerita kepada para aktor yang akan mainkan peran dan memberi waktu kepada para pemain untuk mendiskusikannya. Tak lupa guru BK pun membagikan lembar penilaian pengamat kepada kelompok pengamat.

Setelah para pemain memahami cerita yang akan dimainkan, mereka pun memulai kegiatan *role playing* tersebut. TZ menjadi tokoh utama dalam *treatment* kali ini, BGS sebagai ketua osis, FH, ZK, dan AF sebagai anggota osis lainnya. Sedangkan HF sebagai narator. Permainan peran pun dimulai dengan membaca basmallah.

BGS yang merupakan ketua osis selalu mengadakan perkumpulan dengan anggotanya untuk membahas program kerja selama masa jabatannya itu. Kali ini BGS mengumumkan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.



kepada para anggota osis untuk berkumpul membicarakan rangkaian acara pada hari kemerdekaan yaitu 17 Agustus, serta mendiskusikan perlombaan. Pada setiap perkumpulan, BGS selalu memberikan peluang kepada anggotanya untuk mengajukan pendapat atau ide-idenya masing-masing, termasuk pada perkumpulan kali ini. BGS bertanya pada seluruh anggotanya, “Perlombaan apa yang akan kita adakan pada hari kemerdekaan kali ini? Apakah ada masukan dan ide dari teman-teman?”, ZK yang begitu semangat mengajukan beberapa perlombaan “Bagaimana kalau lomba makan kerupuk dan balap karung?”. BGS pun menerima masukan yang diberikan ZK, kemudian memberikan kesempatan kepada anggotanya yang lain untuk memberikan masukan dan idenya. AF dan FH yang tak mau kalah juga memberikan pendapatnya. “Lomba memasuka paku ke dalam botol?” ujar AF, dilanjut ide dari FH, “Lomba joget estapet air?”. Mereka memang sangat aktif dan imajinatif sehingga tak perlu menunggu waktu lama untuk memberikan idenya. BGS pun menerima masukan dari AF dan FH, kemudian dia menanyakan pendapat TZ “Kalau menurutmu perlombaan apa lagi yang sekiranya akan kita adakan?”. Namun berbeda dengan TZ, ia menjadi salah satu yang paling pendiam dan pemalu di kepengurusan ini. Ia tak banyak bicara dan selalu menyetujui pendapat teman lain, TZ menjawab, “Hm... Saya ikut saja dengan masukan teman-teman”. BGS membalas, “Jika kamu ada masukan lain juga tak apa, katakan saja. Saya akan tampung semua masukan ko”. Sesungguhnya TZ mempunyai pendapat yang berbeda tapi ia enggan untuk mengungkapkannya dalam forum karena merasa malu dan takut pendapatnya tidak bisa diterima. Dorongan terus diberikan dari anggota osis lainnya kepada TZ, sehingga menguatkan TZ untuk mengungkapkan pendapat dan idenya itu, “Hm.. Kalau menurut

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

saya bagaimana jika kita mengadakan lomba cerdas cermat?”.

ZK sontak menjawab, “Wah ide bagus tuh”. Anggota osis yang lain pun sangat setuju dengan pendapat TZ tersebut, dan BGS sebagai ketua osis pun bangga karena anggotanya mempunyai ide-ide yang cemerlang. TZ pun tersenyum lega karena pendapatnya bisa diterima oleh teman-teman lain sehingga membuat TZ merasa lebih nyaman untuk memberikan masukan dan pendapatnya, walaupun pendapatnya berbeda dengan yang lain.

Kegiatan *role playing* pun selesai, guru BK mendiskusikan bersama dengan semua siswa tentang kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Kemudian Guru BK menyimpulkan kembali kegiatan tersebut. Tak lupa Guru BK meminta siswa mengisi lembar kepuasan konseli pada kegiatan *role playing* kali ini sesuai dengan kelompoknya yaitu kelompok aktor dan kelompok pengamat. Lembar penilaian pengamat dan lembar kepuasan konseli dikumpulkan dimeja depan setelah mereka selesai mengisinya.

Kemudian kegiatan *treatment* enam ditutup dengan do'a bersama. Sebelum ditutup guru BK meminta siswa untuk mengumpulkan pekerjaan rumah (*homework*) yang sudah diberikan dipertemuan sebelumnya. Sebagian siswa mengumpulkan dan ada pula siswa yang tidak mengumpulkan dengan alasan kertasnya tertinggal di rumah. Guru BK pun memanggil salah satu siswa untuk membacakan tugasnya di depan kelas, dan mulai membahasnya bersama-sama. Setelah selesai membahas *homework* tersebut, guru BK pun membagikan kembali *homework* sebagai faktor penunjang untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator ketegasan yang bertujuan untuk membantu siswa untuk belajar

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

mengungkapkan pendapatnya walaupun berbeda pendapat dengan teman lain.

b) Refleksi *treatment* lima

Kegiatan *treatment* lima pada kelompok aktor, semua siswa sudah cukup baik dalam memainkan peran, sudah sedikit lebih percaya diri (T_V_1-3). Walaupun masih ada satu orang yang merasa kebingungan (T_V_4-5). Satu siswa masih terlihat senyum-senyum ketika memainkan peran (T_V_6-12). Sedangkan kelompok pengamat dua orang terlihat mengobrol sesekali, sebagian besar terlihat memperhatikan kelompok aktor yang sedang memainkan peran dan sesekali menulis penilaian dilembar yang sudah disediakan. Namun, sejauh ini kelompok pengamat dapat dikatakan kondusif. Pelajaran yang dapat diambil pada kegiatan *role playing* kali ini adalah jangan takut untuk mengungkapkan pendapatnya walau berbeda dengan teman (T_V_22-37).

Pada *treatment* kali ini, tidak ada hambatan yang begitu menonjol dikarenakan semua siswa sudah mulai saling mengenal sehingga rasa malu sedikit terkikiskan. Sudah terlihat kekompakan dan kebersamaannya satu sama lain ketika memainkan peran di depan kelas. namun ada hambatan dari kelompok pengamat terdapat dua siswa yang mengobrol sehingga guru BK harus menegurnya agar memperhatikan para aktor dan tidak membuat kegaduhan saat kegiatan berlangsung. Maka secara keseluruhan *treatment* lima berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL). Semua siswa dapat memahami tujuan dari kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Mereka mulai menyadari perlunya mengungkapkan pendapatnya walaupun berbeda dengan pendapat teman.

6) Rangkaian *treatment* enam

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

a) *Treatment* enam

Pada pertemuan enam ini guru BK akan membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator ketegasan dengan tema “*Sociable*”. Pelaksanaan *treatment* enam dilaksanakan pada tanggal 15 Agustus 2018 dihadiri oleh 12 siswa/konseli yaitu: BGS, FH, FD, BNG, GG, RF, EL, IN, ZK, HF, TZ, dan AF.

Kegiatan *treatment* dilaksanakan pada pukul 14.00 – 15.00 WIB. Kegiatan dibuka dengan berdo’a bersama, dilanjutkan dengan absen kehadiran siswa. Guru BK pun menanyakan kabar semua siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Selanjutnya guru BK menjelaskan tujuan kegiatan adalah untuk membantu siswa agar dapat meningkatkan rasa kepercayaan dirinya. Sebelum memulai kegiatan *role playing*, guru BK melakukan kegiatan “*ice breaking*” terlebih dahulu sebagai penyemangat bagi siswa. *Ice breaking* pada *treatment* enam adalah “Harimau makan Harimau”. Aturannya: (1) Siswa harus membentuk lingkaran dan mengangkat kedua tangannya ke samping. (2) Tangan kanan terbuka lebar seperti meminta sesuatu dan tangan kiri dibuat seperti sedang menunjuk. Tangan kiri diletakkan pada tangan kanan teman disebelahnya dan seterusnya. (3) Kunci permainan ini adalah ketika guru BK menyebut kata “harimau” dalam cerita maka siswa harus menangkap jari telunjuk siswa lain yang ada di atas tangan kanannya. Disamping itu juga siswa harus secepat mungkin untuk menjauhkan tangan kirinya dari atas tangan kanan siswa lain agar tidak termakan.

Guru BK pun membuat perjanjian seperti biasa, bila siswa salah dalam melakukan permainan maka harus menjadi aktor pada kegiatan *role playing* kali ini. *Ice breaking* pun dimulai sampai akhirnya mendapatkan beberapa siswa yang salah dalam melakukan permainan tersebut. Suasana pun menjadi cair dan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

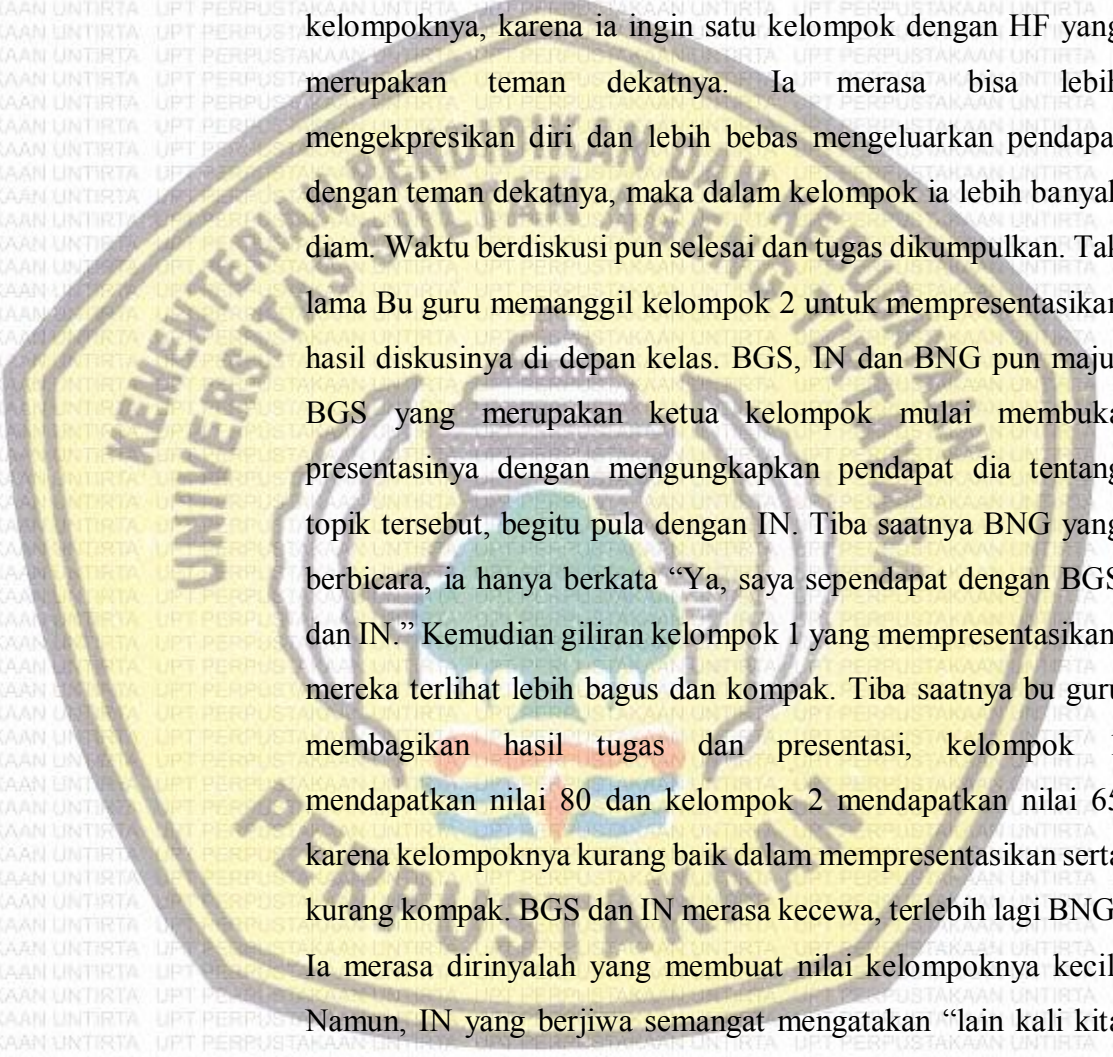
hangat. Sesuai perjanjian sebelumnya, maka guru BK meminta siswa yang salah dalam permainan untuk memerankan cerita yang sudah disediakan. Pada pertemuan ini, siswa yang memainkan peran adalah TZ, FD, BGS, HF, IN, BNG, dan EL. Sedangkan siswa yang lainnya menjadi kelompok pengamat. Guru BK membagikan lembar garis besar cerita kepada para aktor yang akan mainkan peran dan memberi waktu kepada para pemain untuk mendiskusikannya. Tak lupa guru BK pun membagikan lembar penilaian pengamat kepada kelompok pengamat.

Setelah para pemain memahami cerita yang akan dimainkan, mereka pun memulai kegiatan *role playing* tersebut. BNG menjadi tokoh utama dalam *treatment* kali ini, TZ, FD, HF, BGS dan IN sebagai teman kelasnya, dan EL sebagai Ibu guru. Sedangkan AF sebagai narator. Permainan peran pun dimulai dengan membaca basmallah.

Bu EL membagikan siswa-siswi ke dalam 2 kelompok secara *random*, yang berisikan 2 anggota perkelompoknya. Siswa-siswi pun bersorak meminta kelompoknya sesuai keinginan mereka yaitu dengan teman dekat mereka. Namun keputusan bu guru sudah bulat dan akan tetap menetapkan kelompok secara acak. Akhirnya siswa-siswi dengan terpaksa duduk dengan teman kelompok yang sudah ditentukan sebelumnya. Bu guru meminta siswa-siswi mendiskusikan tentang “penggunaan media sosial” dengan teman kelompoknya. Kelompok 1 terdiri dari TZ, HF dan FD yang mulai asik mendiskusikan materi tersebut dan kelompok 2 terdiri dari IN, BGS dan BNG. Setiap kelompok mulai membahas topik yang diberikan. Pada kelompok 1 TZ, HF dan FD mengungkapkan pendapatnya dan mulai mencatat di kertas untuk bahan persentasi. Begitu pula dengan kelompok 2, BGS dan IN mulai membahas penggunaan media sosial menurut

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.



pendapatnya masing-masing, BNG yang diam saja akhirnya diperintahkan untuk menuliskannya di kertas. BNG menulis tanpa mengungkapkan pendapatnya tentang topik tersebut. Ia merasa kurang nyaman untuk berdiskusi dengan teman kelompoknya, karena ia ingin satu kelompok dengan HF yang merupakan teman dekatnya. Ia merasa bisa lebih mengekspresikan diri dan lebih bebas mengeluarkan pendapat dengan teman dekatnya, maka dalam kelompok ia lebih banyak diam. Waktu berdiskusi pun selesai dan tugas dikumpulkan. Tak lama Bu guru memanggil kelompok 2 untuk mempresentasikan hasil diskusinya di depan kelas. BGS, IN dan BNG pun maju. BGS yang merupakan ketua kelompok mulai membuka presentasinya dengan mengungkapkan pendapat dia tentang topik tersebut, begitu pula dengan IN. Tiba saatnya BNG yang berbicara, ia hanya berkata “Ya, saya sependapat dengan BGS dan IN.” Kemudian giliran kelompok 1 yang mempresentasikan, mereka terlihat lebih bagus dan kompak. Tiba saatnya bu guru membagikan hasil tugas dan presentasi, kelompok 1 mendapatkan nilai 80 dan kelompok 2 mendapatkan nilai 65 karena kelompoknya kurang baik dalam mempresentasikan serta kurang kompak. BGS dan IN merasa kecewa, terlebih lagi BNG. Ia merasa dirinyalah yang membuat nilai kelompoknya kecil. Namun, IN yang berjiwa semangat mengatakan “lain kali kita harus lebih baik dari ini ya teman-teman, tetap semangat”, dengan tersenyum lembut tanpa menyalahkan siapa-siapa. Akhirnya BNG tersadar dan ingin mengubah perilakunya itu, dan ia menjawab “iya siap, saya akan berusaha lebih baik lagi”.

Kegiatan *role playing* pun selesai, guru BK mendiskusikan bersama dengan semua siswa tentang kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Kemudian Guru BK menyimpulkan kembali kegiatan tersebut. Tak lupa Guru BK meminta siswa mengisi

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

lembar kepuasan konseli pada kegiatan *role playing* kali ini sesuai dengan kelompoknya yaitu kelompok aktor dan kelompok pengamat. Lembar penilaian pengamat dan lembar kepuasan konseli dikumpulkan dimeja depan setelah mereka selesai mengisinya.

Kemudian kegiatan *treatment* enam ditutup dengan do'a bersama. Sebelum ditutup guru BK meminta siswa untuk mengumpulkan pekerjaan rumah (*homework*) yang sudah diberikan dipertemuan sebelumnya. Sebagian siswa mengumpulkan dan ada pula siswa yang tidak mengumpulkan dengan alasan kertasnya tertinggal di rumah. Guru BK pun memanggil salah satu siswa untuk membacakan tugasnya di depan kelas, dan mulai membahasnya bersama-sama. Setelah selesai membahas *homework* tersebut, guru BK pun membagikan kembali *homework* sebagai faktor penunjang untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator ketegasan yang bertujuan untuk membantu siswa agar mampu berdiskusi atau bekerjasama dengan siapa saja.

b) Refleksi *treatment* enam

Kegiatan *treatment* enam pada kelompok aktor, sudah cukup baik dalam memainkan peran. Beberapa siswa menyatakan bahwa mereka merasa sudah berani dan merasa seru dapat memainkan peran (T_VI_1-6). Sedangkan kelompok pengamat sebagian besar terlihat memperhatikan kelompok aktor yang sedang memainkan peran dan sesekali menulis penilaian dilembar yang sudah disediakan. Namun, sejauh ini kelompok pengamat dapat dikatakan kondusif dengan tidak membuat kegaduhan ketika kegiatan *role playing* berlangsung. Adapun pelajaran yang dapat diambil dari kegiatan *role playing* kali ini adalah harus siap bekerja kelompok dengan siapapun tanpa terkecuali (T_VI_17-29).

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Pada *treatment* kali ini, tidak ada hambatan yang begitu menonjol dikarenakan semua siswa sudah mulai saling mengenal sehingga rasa malu sedikit terkikiskan. Sudah terlihat kekompakan dan kebersamaannya satu sama lain. Maka secara keseluruhan *treatment* ini berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL). Semua siswa dapat memahami tujuan dari kegiatan *role playing* yang telah dimainkan.

7) Rangkaian *treatment* tujuh

a) *Treatment* tujuh

Pada pertemuan tujuh ini guru BK akan membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator berpikir positif dengan tema “Apakah Aku Bisa”. Pelaksanaan *treatment* tujuh dilaksanakan pada tanggal 20 Agustus 2018 dihadiri oleh 12 siswa/konseli yaitu: BGS, FH, FD, BNG, GG, RF, EL, IN, ZK, HF, TZ, dan AF.

Kegiatan *treatment* dilaksanakan pada pukul 14.00 – 15.00 WIB. Kegiatan dibuka dengan berdo'a bersama, dilanjutkan dengan absen kehadiran siswa. Guru BK pun menanyakan kabar semua siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Selanjutnya guru BK menjelaskan tujuan kegiatan adalah untuk membantu siswa agar dapat meningkatkan rasa kepercayaan dirinya. Sebelum memulai kegiatan *role playing*, guru BK melakukan kegiatan “*ice breaking*” terlebih dahulu sebagai penyemangat bagi siswa.

Ice breaking pada *treatment* tujuh adalah “Membentuk Kelompok”. Aturannya: (1) Siswa membentuk lingkaran dan guru BK berada di dalamnya. (2) Guru BK akan memberikan pertanyaan matematika seperti “ $1+1= \dots$ ” siswa harus berpikir jawabannya dan membentuk kelompok sesuai isi jawaban dari pertanyaan yang diberikan. Jawaban dari $1+1=2$, maka siswa

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

harus mencari satu teman untuk menjadi pasangan kelompoknya, dan seterusnya.

Guru BK pun membuat perjanjian seperti biasa, bila siswa salah dalam melakukan permainan maka harus menjadi aktor pada kegiatan *role playing* kali ini. *Ice breaking* pun dimulai sampai akhirnya mendapatkan beberapa siswa yang salah dalam melakukan permainan tersebut. Suasana pun menjadi cair dan hangat. Sesuai perjanjian sebelumnya, maka guru BK meminta siswa yang salah dalam permainan untuk memerankan cerita yang sudah disediakan. Pada pertemuan ini, siswa yang memainkan peran adalah BGS, FH, EL, IN, ZK, dan HF. HF menjadi tokoh utama, BGS dan FH sebagai teman kelas HF, IN sebagai guru, dan TZ sebagai narator.

HF mempunyai cita-cita ingin sekali mendapatkan rangking satu di kelasnya. Namun ia ragu karena melihat teman-temannya yang begitu pintar-pintar. Ketika Bu IN memberikan kuis, BGS yang mengetahui jawabannya pun langsung mengangkat tangannya dan mencoba menjawab di depan. Kuis berikutnya pun dijawab oleh FH dengan begitu cepat dan benar. Semua itu membuat HF tambah minder akan kemampuannya untuk meraih rangking satu di kelas. Ia pesimis tidak akan mendapatkan rangking satu karena persaingan yang cukup ketat dan sulit karena ia merasa teman-teman yang lain lebih mampu darinya, seperti BGS dan FH yang begitu aktif di kelas. Bel pulang pun berbunyi, semua siswa pulang ke rumahnya masing-masing termasuk HF. Sesampainya di rumah HF bersalaman kepada kedua orang tuanya dengan muka yang murung. Ibu HF yang menyadari itu langsung menanyakan keadaan HF, “Nak, kenapa muka mu murung seperti itu? Apa ada masalah?”. HF pun menceritakan apa yang terjadi, “Begini bu pak, sebenarnya saya ingin sekali mendapatkan rangking satu di kelas. Tapi saya

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

minder karena teman-teman kelas saya aktif dan pintar-pintar. Dan sepertinya saya tidak bisa mendapatkan ranking satu” tutur HF dengan raut muka yang sedih. Bapak HF yang mendengar cerita tersebut langsung menyemangati anaknya itu, “Kamu ko gitu aja langsung pesimis, harus semangat dong jangan minder. Kamu pasti bisa”. “iya nak, benar kata Bapak, kamu jangan menyerah. Kalau memang kamu ingin mendapatkan ranking satu, belajar lebih giat dan rajin lagi agar bisa mengalahkan teman-temanmu itu. Ibu dan Bapak yakin kamu pasti bisa” tambah ibu HF menasehati dan menyemangatnya. HF pun mulai berpikir untuk belajar lebih giat lagi dan mulai percaya akan kemampuannya kembali.

Kegiatan *role playing* pun selesai, guru BK mendiskusikan bersama dengan semua siswa tentang kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Kemudian Guru BK menyimpulkan kembali kegiatan tersebut. Tak lupa Guru BK meminta siswa mengisi lembar kepuasan konseli pada kegiatan *role playing* kali ini sesuai dengan kelompoknya yaitu kelompok aktor dan kelompok pengamat. Lembar penilaian pengamat dan lembar kepuasan konseli dikumpulkan dimeja depan setelah mereka selesai mengisinya.

Kemudian kegiatan *treatment* tujuh ditutup dengan do'a bersama. Sebelum ditutup guru BK meminta siswa untuk mengumpulkan pekerjaan rumah (*homework*) yang sudah diberikan dipertemuan sebelumnya. Pada pertemuan ini, semua siswa mengumpulkan *homework* nya Guru BK pun memanggil salah satu siswa untuk membacakan tugasnya di depan kelas, dan mulai membahasnya bersama-sama. Setelah selesai membahas *homework* tersebut, guru BK pun membagikan kembali *homework* berikutnya sebagai faktor penunjang untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator berpikir

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

positif yang bertujuan untuk membantu siswa agar memiliki sifat optimis dalam hal apapun dan dapat mengendalikan perasaan minder terhadap orang lain.

b) Refleksi *treatment* tujuh

Kegiatan *treatment* tujuh pada kelompok aktor, beberapa siswa sudah merasa lebih berani untuk memainkan peran di depan kelas (T_VII_1-3), walaupun masih ada satu siswi terlihat malu-malu karena ia mendapatkan lawan peran dengan laki-laki sebagai kedua orang tua (T_VII_4-8). Namun permainan peran tetap berjalan lancar walaupun terkadang yang berperan sebagai Ibu tersenyum karena malu harus beradu akting sebagai sepasang suami istri dan membuat lawan main terganggu konsentrasinya (T_VII_9-18). Sedangkan kelompok pengamat sebagian besar terlihat memperhatikan kelompok aktor yang sedang memainkan peran dan sesekali menulis penilaian dilembar yang sudah disediakan. Kelompok pengamat dapat dikatakan kondusif dengan tidak membuat kegaduhan ketika kegiatan *role playing* berlangsung. Adapun pelajaran yang dapat diambil pada kegiatan *role playing* ini adalah jangan mudah menyerah dan putus asa, serata harus mempunyai keyakinan kalau kita bisa (T_VII_25-38).

Pada *treatment* kali ini, hambatan yang dialami adalah kesulitan mencari pasangan suami istri, ketika seorang siswa sudah ada yang mau menjadi bapak dari anak peran utama pada cerita. Namun siswi tidak ada yang mau menjadi seorang Ibu karena mereka merasa malu harus dipasangkan dengan lawan jenisnya. Maka dari itu, peneliti membujuk siswi hingga akhirnya ada yang mau menjadi seorang ibu. Namun siswa-siswi yang lain tidak terdapat masalah ataupun hambatan. Maka secara keseluruhan *treatment* tujuh berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL). Semua siswa

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

dapat memahami tujuan dari kegiatan *role playing* yang telah dimainkan.

8) Rangkaian *treatment* delapan

a) *Treatment* delapan

Pada pertemuan delapan ini guru BK akan membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator berpikir positif dengan tema “Hadapilah”. Pelaksanaan *treatment* delapan dilaksanakan pada tanggal 27 Agustus 2018 dihadiri oleh 12 siswa/konseli yaitu: BGS, FH, FD, BNG, GG, RF, EL, IN, ZK, HF, TZ, dan AF. Mereka merupakan siswa yang terpilih sebagai konseli yang memiliki kepercayaan diri rendah berdasarkan hasil *pre-test* dan berdasarkan persetujuan kesanggupan siswa untuk mengikuti *treatment*.

Kegiatan *treatment* dilaksanakan pada pukul 14.00 – 15.00 WIB. Kegiatan dibuka dengan berdo’a bersama, dilanjutkan dengan absen kehadiran siswa. Guru BK pun menanyakan kabar semua siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Selanjutnya guru BK menjelaskan tujuan kegiatan adalah untuk membantu siswa agar dapat meningkatkan rasa kepercayaan dirinya. Sebelum memulai kegiatan *role playing*, guru BK melakukan kegiatan “*ice breaking*” terlebih dahulu sebagai penyemangat bagi siswa.

Ice breaking pada *treatment* delapan adalah “Tepuk Konsentrasi”. Aturannya siswa diminta tepuk konsentrasi sesuai intruksi guru BK. Ketika tepuk tangan siswa harus berkonsentrasi karena siswa diminta menunjuk siswa lain untuk bergantian main melalui tepuk konsentrasi ini. Guru BK membuat perjanjian, bila siswa salah dalam melakukan permainan maka harus menjadi aktor pada kegiatan *role playing* kali ini. *Ice breaking* pun dimulai sampai akhirnya mendapatkan beberapa siswa yang salah dalam melakukan permainan tersebut. Suasana pun menjadi cair dan hangat. Sesuai perjanjian

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

sebelumnya, maka guru BK meminta siswa yang salah dalam permainan untuk memerankan cerita yang sudah disediakan. Pada pertemuan ini, siswa yang memainkan peran adalah FD, BNG, GG, RF, IN, dan TZ. IN sebagai tokoh utama, BNG, FD, dan RF sebagai teman kelas tokoh utama, TZ sebagai guru, GG sebagai orang tua tokoh utama, dan BGS sebagai narator. Setelah mereka memahami jalan ceritanya, mereka pun segera memulai memainkan peran di depan kelas.

BNG dan IN adalah teman baik. Mereka satu kelas dan setiap hari pergi dan pulang sekolah bersama-sama. Pada hari rabu, pak TZ memberikan tugas kelompok kepada siswanya. BNG dan RF satu kelompok, sedangkan IN dan FD dikelompok yang lain. Mereka mengerjakan tugas dengan baik bersama kelompoknya masing-masing. Bel pulang pun berbunyi, BNG dan RF sudah selesai mengerjakan tugas. Pak guru mempersilahkan kelompok yang sudah selesai mengerjakan tugas untuk pulang lebih awal, dan yang belum harus diselesaikan dahulu. IN meminta BNG untuk menunggunya, BNG mengangguk, tak lama ia teringat pesan bapaknya yang menyuruh segera pulang. Dengan hati cemas akhirnya BNG pun pulang meninggalkan IN. Tak lama IN keluar kelas dan tak mendapati temannya itu. Ia mencari-cari temannya namun tak unjung terlihat, dan mulai merasa kecewa karena telah ditinggal oleh temannya. IN terdiam sebentar di depan kelasnya hingga FD menghampiri dan mengajaknya pulang bareng karena rumahnya berdekatan. Esokan harinya BNG menjemput IN ke rumahnya untuk pergi sekolah bersama, namun yang keluar rumah adalah bapak IN dan memberitahu bahwa IN sudah berangkat ke sekolah. Sesampainya di sekolah BNG mendapati IN berbincang dengan FD. Ia menghampiri IN dan IN diam menghindar. Hingga tiba saatnya pulang dan IN pulang bersama Imam. Sesampainya dirumah, bapak IN

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

menghampiri karena ia tahu anaknya sedang ada masalah dengan BNG. Bapak IN memberitahu dia bahwa tadi pagi BNG datang menjemput untuk pergi ke sekolah bersama-sama. Tak lupa bapaknya pun menasehatinya untuk berbaikan dan minta dibicarakan baik baik jika mereka mempunyai masalah agar masalahnya cepat selesai.

Kegiatan *role playing* pun selesai, guru BK mendiskusikan bersama dengan semua siswa tentang kegiatan *role playing* yang telah dimainkan. Kemudian Guru BK menyimpulkan kembali kegiatan tersebut. Tak lupa Guru BK meminta siswa mengisi lembar kepuasan konseli pada kegiatan *role playing* kali ini sesuai dengan kelompoknya yaitu kelompok aktor dan kelompok pengamat. Lembar penilaian pengamat dan lembar kepuasan konseli dikumpulkan dimeja depan setelah mereka selesai mengisinya.

Kemudian kegiatan *treatment* ini ditutup dengan do'a bersama. Sebelum ditutup guru BK meminta siswa untuk mengumpulkan pekerjaan rumah (*homework*) yang sudah diberikan dipertemuan sebelumnya. Sebagian siswa mengumpulkan dan ada pula siswa yang tidak mengumpulkan dengan alasan kertasnya tertinggal di rumah. Guru BK pun memanggil salah satu siswa untuk membacakan tugasnya di depan kelas, dan mulai membahasnya bersama-sama. Setelah selesai membahas *homework* tersebut, guru BK pun membagikan kembali *homework* berikutnya sebagai faktor penunjang untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam indikator berpikir positif yang bertujuan untuk membantu siswa agar mempunyai kemampuan menilai positif dan tidak menghindar dari masalah yang sedang dihadapi.

b) Refleksi *treatment* delapan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Kegiatan *treatment* delapan pada kelompok aktor, sudah cukup baik memainkan perannya di depan kelas. Siswa merasa senang dan asik (T_VIII_1-7). Sedangkan kelompok pengamat sebagian besar terlihat memperhatikan kelompok aktor yang sedang memainkan peran dan sesekali menulis penilaian dilembar yang sudah disediakan. Namun, sejauh ini kelompok pengamat dapat dikatakan kondusif dengan tidak membuat kegaduhan ketika kegiatan *role playing* berlangsung. Adapun pelajaran yang dapat diambil dari kegiatan *role playing* kali ini adalah jangan mudah salah paham dan jangan menghindari masalah yang sedang dihadapi (T_VIII_17-32).

Pada *treatment* kali ini, tidak ada hambatan yang begitu menonjol dikarenakan semua siswa sudah mulai saling mengenal dan mulai berani memainkan (T_VIII_8-16). Sudah terlihat kekompakan dan kebersamaannya satu sama lain. Maka secara keseluruhan *treatment* ini berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL). Semua siswa dapat memahami tujuan dari kegiatan *role playing* yang telah dimainkan.

2. Pengujian Persyaratan Analisis

Perhitungan uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan menggunakan aplikasi *SPSS 20.0* dari data *pretest* dan *posttest*, didapatkan hasil sebagai berikut:

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		post_test	pre_test
N		12	12
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	133,33	90,42
	Std. Deviation	12,773	,669
	Most Extreme Differences		
	Absolute	,166	,309
	Positive	,102	,233
	Negative	-,166	-,309
Kolmogorov-Smirnov Z		,575	1,069
Asymp. Sig. (2-tailed)		,895	,203

a. Test distribution is Normal.

Gambar 4.1
Uji Normalitas

Hasil pengolahan data menunjukkan *Asymp. Sig.* atau *P-Value* (2-tailed) \geq dari 0.05 maka data berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

3. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang tahun ajaran 2018/2019 dilakukan dengan menggunakan statistik uji t dengan menggunakan bantuan *SPSS 20.0*. Berikut hasil pengolahan data pada tabel 4.13

Tabel 4.14
Hasil Perhitungan Uji t Selisih *Pretest* dan *Posttest*

Data	Rata-rata	Stdv	Hasil Uji t_{hitung}	Hasil Uji t_{tabel}	Nilai p	Keterangan
<i>Pre test</i>	90,42	0,669				
<i>Post test</i>	133,33	12,773	11,671	2,2010	0,005	Signifikan

Tabel 4.14 menunjukkan nilai t hitung sebesar 11,671 dengan $df=N-1=11$, sehingga t tabel = 2,2010 pada taraf signifikan ($\alpha = 0,05$). Hasil perhitungan menunjukkan $t_{hitung} \geq t_{tabel}$, yaitu $11,671 \geq 2,2010$. Tingkat sig. (2-tailed) = 0.005 dan taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$). Hasil perhitungan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

menunjukkan Sig. < 0,05. Dengan demikian dinyatakan Ho ditolak dan Ha diterima, yaitu bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas IX SMPN 10 Kota Serang tahun ajaran 2018/2019.

Pengaruh teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dapat dilihat dari meningkatnya skor kepercayaan diri setelah *treatment*. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan skor siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah sebelum dan setelah dilakukan *treatment* teknik *role playing* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.15
Perbedaan Skor kepercayaan diri Sebelum dan Setelah *Treatment*

No	Nama	Kepercayaan diri		Gain (Selisih)	Keterangan
		Pretest	Posttest		
1	HF	90	142	52	Meningkat
2	FH	90	140	50	Meningkat
3	RF	89	136	47	Meningkat
4	FD	91	111	20	Meningkat
5	ZK	91	151	60	Meningkat
6	IN	91	136	45	Meningkat
7	BNG	90	130	40	Meningkat
8	EL	91	143	52	Meningkat
9	GG	91	120	29	Meningkat
10	TZ	91	149	58	Meningkat
11	BGS	90	124	34	Meningkat
12	AF	90	118	28	Meningkat

Berikut tabel 4.15 menunjukkan perbedaan skor kepercayaan diri sebelum dan setelah dilakukan *treatment* teknik *role playing*.

Tabel 4.16
Perbedaan Tingkat kepercayaan diri Sebelum dan Setelah *Treatment*

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Kategori	Rentang skor	Sebelum		Setelah	
		F	%	F	%
Tinggi	$x < 92$	0	0%	5	41,7%
Sedang	$92 \leq x < 138$	0	0%	7	58,3%
Rendah	$138 \leq x = x \geq 138$	12	100%	0	0
	Jumlah	12	100%	12	100%

Hipotesis penelitian yang dirumuskan adalah “teknik *role playing* dapat berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa”. Pengujian hipotesis yang terakhir dilakukan adalah dengan melihat peningkatan aspek dan indikator kepercayaan diri siswa setelah *treatment* teknik *role playing*. Kriteria pengujian adalah hipotesis ditolak (H_0) jika t_{hitung} lebih kecil dari t_{tabel} pada tingkat derajat kepercayaan diri 0.05. artinya siswa yang dapat menerapkan cara yang diberikan dari teknik *role playing*, maka semakin meningkat skor aspek dan indikator yang dirasakan.

B. Pembahasan

1. Gambaran kepercayaan diri

a. Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX SMPN 10 Kota Serang

Hasil penelitian menunjukkan siswa kelas IX SMPN 10 Kota Serang terdapat sebagian besar pada kategori sedang. Namun ada pula aspek terendah pada penelitian ini adalah aspek kepercayaan diri lahir pada indikator penampilan diri dan ketegasan. Menurut Ramadhani & Putrianti (2014: 23) menyatakan bahwa penampilan diri yang tidak sesuai dengan yang diinginkan biasanya menjadi hambatan dalam memperluas ruang gerak pergaulan, sehingga hal tersebut menjadi sumber kesulitan. Maka, remaja yang tangguh yang memiliki kepercayaan diri tentu akan memiliki kemajuan cara berpikir yaitu dengan melakukan evaluasi dan perbaikan terhadap berbagai kondisi

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

penurunan yang terjadi sebelumnya baik dalam hal fisik, maupun penampilannya.

Fenomena yang terjadi pada kelas IX SMPN 10 Kota Serang, menunjukkan bahwa indikator terendah yaitu ketegasan yang termasuk dalam perilaku asertif, Alberti & Emmons (2008: 45) mendefinisikan asertivitas adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain namun dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pribadi dan pihak lain. Siswa remaja sering tidak dapat berperilaku asertif disebabkan takut mengecewakan orang lain, rasa solidaritas terhadap teman sebaya, takut tidak disukai dan tidak diterima dalam kelompok. Pada masa remaja, asertivitas siswa masih dalam tahap perkembangan, dan ada kemungkinan berkembang ke arah positif atau negatif (Hurlock, 2011: 215). Menurut Rathus (Rosita, 2007: 9). Munculnya asertivitas pada siswa karena adanya penghargaan diri (*self esteem*) yang positif terhadap dirinya. Apabila siswa tidak asertif justru tidak mampu mengungkapkan pikiran, perasaan dan keyakinan akan dirinya karena siswa cenderung tidak mampu keluar dari masalah.

b. Analisis Kebutuhan Layanan Bimbingan dan Konseling bagi Siswa yang Kurang Percaya Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri terendah pada siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang terdapat pada beberapa indikator, yaitu penampilan diri, ketegasan, dan berpikir positif. Hasil penelitian siswa yang rendah pada indikator penampilan diri ditunjukkan sebagai berikut: 1) siswa belum mampu menyesuaikan penampilannya dengan warna kulitnya agar lebih percaya diri, 2) siswa belum percaya diri akan kemampuannya, 3) siswa belum mampu berkomitmen untuk memiliki pikiran-pikiran positif dalam situasi malu. Menurut penelitian Ramadhani & Putrianti (2014: 24) menyatakan bahwa fenomena yang ada, tidak semua remaja memiliki sifat kepercayaan diri yang tinggi, hal ini dikarenakan berbagai masalah yang dihadapinya tidak mampu

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

diatasi. Ketidakmampuan tersebut dikarenakan tidak optimalnya kemampuan potensi dalam menyelesaikan masalah ataupun kondisi formal yang dimilikinya, seperti: kondisi ekonomi, kurangnya kemampuan dalam persaingan, dan intelegensi. Maka dalam hal ini kepercayaan diri sangat berpengaruh pada proses perkembangan remaja khususnya remaja akhir dalam hal menunjukkan citra diri pada lingkungan sosialnya atau dalam pergaulan terutama terhadap teman sebayanya.

Penampilan diri yang tidak sesuai dengan yang diinginkan biasanya menjadi hambatan dalam memperluas ruang gerak pergaulan, sehingga hal tersebut menjadi sumber kesulitan. Maka, remaja yang tangguh yang memiliki kepercayaan diri tentu akan memiliki kemajuan cara berpikir yaitu dengan melakukan evaluasi dan perbaikan terhadap berbagai kondisi penurunan yang terjadi sebelumnya baik dalam hal fisik, maupun penampilannya (Ramadhani & Putrianti, 2014: 23).

Siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah pada indikator ketegasan ditunjukkan dengan ciri sebagai berikut: 1) siswa tidak mempunyai keberanian untuk bertanya pada guru ketika ada materi yang tidak dimengerti, 2) siswa tidak mempunyai keberanian untuk mengungkapkan pendapat di depan temannya, 3) siswa belum mampu berdiskusi dan bekerjasama dengan siapa saja. Hal ini termasuk dalam perilaku asertif, Alberti dan Emmons (2008: 45) mendefinisikan asertivitas adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain namun dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pribadi dan pihak lain. Siswa remaja sering tidak dapat berperilaku asertif disebabkan takut mengecewakan orang lain, rasa solidaritas terhadap teman sebaya, takut tidak disukai dan tidak diterima dalam kelompok. Pada masa remaja, asertivitas siswa masih dalam tahap perkembangan, dan ada kemungkinan berkembang ke arah positif atau negatif (Hurlock, 2011: 215). Menurut Rathus (Rosita, 2007: 9). Munculnya

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

asertivitas pada siswa karena adanya penghargaan diri (*self esteem*) yang positif terhadap dirinya. Apabila siswa tidak asertif justru tidak mampu mengungkapkan pikiran, perasaan dan keyakinan akan dirinya karena siswa cenderung tidak mampu keluar dari masalah.

Ketika menjalani aktivitas keseharian tidak semua siswa mampu berperilaku asertif dan justru memilih berperilaku non asertif (pasif), seperti memendam perasaannya, berpura-pura, menahan perbedaan pendapat atau sebaliknya dengan bersikap agresif. Membiarkan diri untuk bersikap non asertif dapat mengancam hubungan yang ada karena salah satu pihak akan merasa dimanfaatkan oleh pihak lain, tidak menyelesaikan masalah-masalah emosional yang dihadapi dan dapat menimbulkan kecemasan dan stres. Siswa yang tidak mampu berperilaku asertif cenderung dirugikan oleh temannya. Banyak siswa yang tidak mampu berperilaku asertif karena merasa takut dijauhi oleh temannya jika mengatakan tidak untuk sebuah ajakan. Perilaku asertif perlu untuk dimiliki siswa, karena dapat membantu siswa dalam proses kegiatan belajar mengajar. Dengan berperilaku asertif bisa membina hubungan yang lebih akrab dan jujur, dapat berkomunikasi secara wajar dan terbuka, percaya diri dan tenang dalam menghadapi kritik dan memberi kesempatan bagi orang lain untuk menyampaikan pendapat dengan mempertahankan pendapat (Nurfaizal, 2015: 58-59).

Hasil penelitian siswa yang rendah pada indikator berpikir positif ditunjukkan sebagai berikut: 1) siswa merasa pesimis dengan kemampuannya dalam hal apapun dan merasa minder terhadap orang lain, 2) siswa mempunyai pikiran negatif dan suka menghindari masalah yang sedang dihadapi. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari dkk (2015: 2) menyatakan bahwa aktivitas belajar tidak selamanya dapat berjalan dengan lancar. Masalah belajar ini sudah merupakan masalah umum yang terjadi dalam proses pembelajaran. Masalah belajar yang dialami oleh siswa sering diidentifikasi dengan adanya seorang atau sekelompok siswa yang tidak

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

mencapai prestasi belajar yang diinginkan. Kegagalan siswa dalam belajar tidak selalu disebabkan kebodohan atau rendahnya intelegensi. Kegagalan tersebut justru sering terjadi dari dalam diri siswa tersebut, seperti cara berfikir siswa. Banyak siswa yang berpikir negatif dalam menghadapi belajar, sehingga banyak siswa yang gagal dalam belajar. Menurut Albreth (Purnamasari dkk, 2015: 2) berpendapat bahwa berpikir positif adalah kemampuan seseorang untuk memfokuskan perhatian kepada sisi positif dari suatu hal dan menggunakan bahasa positif untuk membentuk dan mengungkapkan pikiran. Sedangkan menurut Ubaedy (2008: 12) berpikir positif adalah upaya kita untuk mengisi pikiran dengan muatan yang positif yaitu berbagai bentuk pemikiran yang benar (tidak melanggar norma), baik (bagi kita, orang lain, dan lingkungan), dan bermanfaat (menghasilkan sesuatu yang berguna).

Menurut hasil penelitian Purnamasari dkk (2015: 2) menyatakan bahwa kemampuan berpikir positif sangat bermanfaat bagi siswa guna mencapai kesuksesan baik di sekolah maupun di masyarakat. Dengan berpikir positif maka akan membentuk kepribadian yang baik, menambah kreativitas, menciptakan hubungan yang sehat antar individu, serta meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani. Para pelajar akan memiliki integritas pribadi dan sikap optimis sehingga terhindar dari kecemasan, rendah diri, serta sikap pesimis. Seseorang yang berpikir positif akan tercermin pada perilakunya dalam kehidupan sehari-hari.

Masalah-masalah yang dipaparkan di atas cukup beragam, hal ini membutuhkan upaya bimbingan dan konseling. Arifin (2010: 32) mengemukakan rumusan bimbingan sebagai kegiatan yang terorganisir untuk memberikan bantuan secara sistematis kepada siswa dalam menyesuaikan diri terhadap berbagai bentuk problema yang dihadapi, misalnya problema kependidikan, jabatan, kesehatan, sosial dan pribadi. Pada pelaksanaannya bimbingan harus mengarahkan

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

kegiatan supaya peserta didik mengetahui tentang diri pribadinya sebagai anggota masyarakat. Upaya pemberian intervensi perlu diberikan kepada siswa yang menghadapi berbagai bentuk problematika yang terjadi, termasuk siswa yang mempunyai kepercayaan diri rendah. Maka diperlukan bantuan untuk meningkatkan kepercayaan diri melalui teknik *role playing* bagi siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah.

2. Rancangan Penggunaan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri

Teknik *Role playing* merupakan teknik yang dapat membantu siswa memahami diri sendiri, meningkatkan ketrampilan-ketrampilan perilaku, menganalisis perilaku atau menunjukkan kepada orang lain bagaimana perilaku seseorang atau bagaimana seseorang harus berperilaku (Farida, 2014: 48). Maka teknik *role playing* dapat digunakan sebagai alternatif bagi siswa untuk meningkatkan kemampuan mereka bergabung dalam kelompok dan tampil dalam suasana kelompok. Sesuai dengan fungsi teknik *role playing*, siswa remaja memiliki kepercayaan diri rendah yang disebabkan oleh konsep diri negatif dapat berlatih tentang berempati, memahami diri dari perspektif lain, mendapatkan dukungan dari orang lain, mendapatkan konsep baru dari peran yang dimainkan, memperoleh pengalaman baru, terlibat dalam kelompok dan melihat bagaimana orang lain berperilaku efektif. Berdasarkan fungsi tersebut, siswa akan melatih diri untuk mengembangkan konsep diri yang positif sehingga mampu meningkatkan kepercayaan dirinya.

Hasil penelitian Ana, dkk (2017: 49) menunjukkan bahwa penerapan bimbingan kelompok teknik *role playing* efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* karir dan harapan hasil (*outcome expectation*) siswa di SMK Garuda Nusantara Karangawen Demak. Hasil penelitian Ningsih (2012: 179) menunjukan bahwa teknik sosiodrama dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta Tahun pelajaran 2011/2012 secara efektif. Hasil penelitian

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Awlawi (2013: 188) membuktikan bahwa bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik bermain peran bermanfaat sekali dalam upaya meningkatkan self-esteem siswa SMAN 8 Kota Padang. Hasil penelitian serupa dikemukakan oleh Farida (2014: 113) menyatakan bahwa kepercayaan diri remaja putri pubertas awal kelas VII SMPN 13 Semarang tahun ajaran 2013/2014 mengalami peningkatan setelah mendapatkan *treatment* berupa teknik *role playing*. Hasil penelitian Fatimah (2015: 23) menunjukkan bahwa model bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* terbukti efektif mengembangkan kepercayaan diri siswa. Berdasarkan hal tersebut, maka model bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dapat digunakan konselor sebagai salah satu model layanan dalam membantu siswa SMP untuk mengembangkan kepercayaan diri siswa.

3. Pelaksanaan Intervensi Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri

a. Hasil Implementasi Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri

Secara umum pelaksanaan program intervensi melalui teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa berjalan sesuai dengan rancangan program layanan. Proses *treatment* berjalan dengan lancar dan tidak mengalami hambatan yang berarti. Intervensi yang diberikan dapat dikatakan berhasil karena mengalami peningkatan skor di setiap indikator secara signifikan. Artinya implementasi teknik *role playing* yang diberikan berpengaruh terhadap kepercayaan diri.

Lembar (*homework*) setiap *treatment* berfungsi sebagai penguatan dan penunjang dalam melakukan perubahan terhadap kepercayaan diri yang dirasakan siswa. Lembar kerja (*homework*) menjadi indikator keberhasilan program intervensi yang menunjukkan siswa semakin terampil dan terbiasa untuk mengendalikan pikiran negatif, perasaan, dan kecenderungan tindakan yang menimbulkan gejala kurang percaya diri.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Implementasi teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri dilakukan dalam beberapa tahapan, dimana setiap *treatment* melalui tahapan *role playing* menurut Moreno (Jigau, 2007: 532) sebagai berikut:

5) Pembukaan

Guru pembimbing sebagai moderator yang menggambarkan topik, situasi yang diusulkan. Di tahap ini diperkenalkan pengaturan, lokasi, waktu, kondisi, tujuan, skenario, status dan peran, hubungan antara karakter yang terlibat.

6) Motivasi anggota kelompok

Moderator mencoba memotivasi anggota kelompok dengan melakukan "*ice breaking*" agar dapat memicu sikap positif. Selain itu fungsi moderator membuat anggota kelompok tertarik dengan menjelaskan beberapa manfaat dari kegiatan ini. Pada tahap ini, moderator membuat kesepakatan siapa yang menjadi aktor dan siapa yang menjadi pengamat.

7) Pelaksanaan *role playing*

Setelah aktor dan pengamat telah ditentukan, maka permainan akan dimulai. Aktor mendalami perannya dengan melihat deskripsi situasi. Sementara pengamat menyiapkan beberapa aspek yang akan dinilai. Selain itu pelaksanaan *role playing* dapat menumbuhkan pengembangan spontanitas dan kreativitas para pemainnya. Durasi dalam kegiatan ini bervariasi dan dapat disesuaikan.

8) Evaluasi dan analisis

Mengevaluasi serta menganalisis peran yang telah dimainkan. Adanya pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh pengamat kepada para pemain. Adanya evaluasi selama kegiatan *role playing* berlangsung. Kemudian ditutup dengan diskusi serta kesimpulan dari kegiatan *role playing* tersebut.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

b. Pengaruh Teknik *Role Playing* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX SMPN 10 Kota Serang

Hasil penelitian menunjukkan teknik *role playing* berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa. Teknik *role playing* berhasil meningkatkan aspek dan indikator kepercayaan diri siswa. Keberhasilan dapat dilihat dari meningkatnya skor kepercayaan diri setelah dilaksanakan *posttest* yaitu terdapat sebanyak 12 siswa pada kategori rendah meningkat menjadi kategori sedang sebanyak 7 siswa dan menjadi kategori tinggi sebanyak 5 siswa. Teknik *role playing* dapat berpengaruh terhadap kepercayaan diri dengan ditandai meningkatnya hampir seluruh indikator kepercayaan diri. Siswa juga mampu mengubah pikiran negatif otomatis menjadi pikiran positif yang ditulis di dalam lembar (*homework*).

Berdasarkan hasil analisis deskriptif dan beberapa pemaparan di atas dapat diperoleh bahwa adanya perubahan skoring kepercayaan diri siswa pada indikator terendah antara *pretest* dan *posttest*. Hal ini terlihat pada nilai rata-rata:

- 1) Nilai kepercayaan diri siswa kelas IX SMPN 10 Kota Serang Tahun Ajaran 2018/2019 berdasarkan hasil *pretest* diperoleh sebesar 100% (kategori rendah), yang ditandai dengan beberapa gejala yaitu: Sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah, misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri, yang menyebabkan rasa tidak percaya dirinya semakin buruk. Hal ini sesuai dengan pendapat menurut Hakim (2005: 8), orang yang mengalami gejala tidak percaya diri mempunyai ciri-ciri yang tampak, antara lain:
 - 8) Mudah cemas dalam menghadapi persoalan
 - 9) Gugup dan terkadang bicara gagap
 - 10) Tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

11) Sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya

12) Mudah putus asa

13) Cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah

2) Nilai kepercayaan diri siswa setelah diberikan *treatment* berupa teknik *role playing* diperoleh hasil *posttest* sebesar 58,3% (kategori sedang) dan 41,7% (kategori tinggi). Menurut Schwartz (Farida, 2014: 13) menyampaikan beberapa ciri orang yang bertindak dan berpikir dengan penuh percaya diri adalah (a) berani duduk di kursi terdepan, (b) mampu mengadakan kontak mata, (c) berjalan 25% lebih cepat, (d) berani menyampaikan pendapat dalam rapat atau forum lain, dan (e) menampilkan rasa percaya diri dengan tersenyum.

C. Keterbatasan Penelitian

Agar penelitian ini berjalan dengan lancar, maka proses pelaksanaan penelitian dilakukan berdasarkan prosedur dalam penelitian eksperimen yang sudah dirancang sebelumnya. Adapun keterbatasan yang terjadi meliputi:

1. Membutuhkan waktu lebih lama dalam mengumpulkan siswa-siswi yang menjadi sampel pada penelitian ini. Hal tersebut terjadi karena siswa-siswi berasal dari kelas yang berbeda-beda.
2. Pemberian *treatment* yang dilakukan pada siang hari akan memberikan efek yang kurang optimal bagi siswa.
3. Tidak adanya perbandingan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dikarenakan metode penelitian yang digunakan adalah pra-eksperimen dengan *one group pre-post test design* yaitu penelitian dilakukan hanya dengan satu kelompok eksperimen.

BAB V

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

KESIMPULAN, IMPLIKASI, SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, diperoleh simpulan sebagai berikut.

1. Secara umum kategori kepercayaan diri siswa kelas IX SMPN 10 Kota Serang tahun ajaran 2018/2019 berada pada kategori sedang.
2. Rancangan intervensi melalui teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa berfokus pada penurunan indikator kepercayaan diri meliputi: penampilan diri, ketegasan dan berfikir positif. Struktur intervensi dirancang dalam delapan rangkaian *treatment*. Setiap rangkaian *treatment* terdiri dari sesi intervensi dan sesi pengendalian informasi.
3. Pelaksanaan intervensi pada umumnya sudah dilaksanakan sesuai dengan rancangan intervensi yang telah disusun. Setiap *treatment* memiliki tujuan dan indikator keberhasilan masing-masing untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.
4. Teknik *role playing* dapat berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang tahun ajaran 2018/2019.

B. Implikasi

Secara teoritis penelitian ini dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan di bidang bimbingan dan konseling, khususnya bagi pengembangan teori tentang teknik *role playing* untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri. Hasil penelitian berupa teknik *role playing* yang terbukti berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri dapat diimplementasikan oleh pihak yang terkait.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap siswa kelas IX di SMP Negeri 10 Kota Serang, pembahasan dan kesimpulan yang telah dikemukakan, ada beberapa saran yang dapat direkomendasikan sebagai tindak lanjut dari penelitian ini. Beberapa saran yang dapat diajukan adalah sebagai berikut:

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

1. Kepala Sekolah

Kepala sekolah diharapkan dapat memotivasi dan memfasilitasi guru BK agar mengikuti pelatihan yang memadai untuk meningkatkan keterampilan guru BK dalam memberikan pelayanan BK terutama dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah.

2. Guru BK

Guru BK diharapkan dapat mempelajari dan memahami teori, teknik, dan pendekatan yang berkenaan dengan upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui pelayanan BK di sekolah.

3. Siswa

Siswa SMP Negeri 10 Kota Serang diharapkan dapat memahami dan mengetahui apa yang menjadi kemampuan dan kelebihannya. Siswa diharapkan mempunyai semangat yang tinggi dalam berusaha meningkatkan kepercayaan diri. Selain itu, siswa diharapkan dapat berkonsultasi dengan guru BK untuk meningkatkan kepercayaan diri.

4. Peneliti Selanjutnya

Peneliti berikutnya diharapkan dapat memperkaya kajian penelitian ini dengan meneliti variabel lain yang diperkirakan berhubungan dengan kepercayaan diri. Selain itu, juga dapat menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif, sehingga dapat memperdalam, memperjelas, dan memberikan temuan yang terbaru maupun solusi yang berkenaan dengan kepercayaan diri siswa.

5. Prodi Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi pengelolaan pendidikan dan pengajaran agar lebih mengerti dan memahami faktor-faktor yang berkenaan dengan kepercayaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Adler, R. B & Rodman, G. (1991). *Understanding human communication*. New York: Rinehart and Winston.

Alberti, R. E. & Emmons, M. L. (2008). *Your perfect right: assertiveness and equality in your life and relationships* (9th Ed.). Atascadero, Ca: Impact Publishers.

Ana, A., Wibowo, M.E., & Wagimin. (2017). "Bimbingan kelompok dengan teknik role playing untuk meningkatkan self efficacy dan harapan hasil (outcome expectations) siswa". *Jurnal bimbingan konseling*. 6, (1).

Angelis, B. D. (2003). *Confidence (percaya diri)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Apriliaini, D. (2015). *Peningkatan percaya diri melalui model pembelajaran kooperatif tipe think pair share pada pembelajaran ips siswa kelas v sd negeri serang kulon progo*. Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta.

Arifin, S. M. (2010). *Bimbingan dan konseling islam*. Jakarta: Amzah.

Arikunto, S. (2009). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.

Awlawi, A. H. (2013). "Teknik bermain peran pada layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan self-esteem". *Jurnal Ilmiah Konseling*. 2, (1), 182-190.

Corey, G. (2005). *Teori dan praktek dari konseling dan psikoterapi*. Terjemahan oleh E. Koeswara. Jakarta: ERESCO.

Desmita. (2009). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung : Rosda

Farida, N. I. (2014). *Upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa remaja putri yang mengalami pubertas awal melalui layanan penguasaan konten dengan teknik bimbingan kelompok di kelas vii smpn 13 semarang tahun ajaran 2013/2014*. Skripsi Universitas Negeri Semarang.

Fatimah, D. (2015). "Pengembangan model bimbingan kelompok dengan teknik role playing untuk mengembangkan kepercayaan diri siswa". *Jurnal bimbingan konseling*. 4, (1).

Hakim, T. (2005). *Mengatasi rasa tidak percaya diri*. Jakarta: Puspa Swara.

Harviainen, J. T. (2009). "A hermeneutical approach to role-playing analysis. International journal of role-playing". *E-journal*. 1, (1), 66-78.

Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Idrus, M. (2009). *Metode penelitian ilmu sosial: pendekatan kualitatif dan kuantitatif*. Yogyakarta: Erlangga.

Jarvis, et al. (2002). "Role-playing as a teaching strategy". *Journal. Strategies for Application and Presentation Staff Development and Presentation*.

Jigau, M. (2007). *Career counseling compendium of methods and techniques*. Bucharest: AFIR.

Kristanti, F. (2007). *Penelitian tentang efektifitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP Negeri 1 Bumijawa Kabupaten Tegal*. Skripsi Universitas Negeri Semarang.

Marta, K. (2012). "The effect of role playing technique applied on students speaking competence". *Journal Educate*. 1, (2).

Matson, J.L., & Ollendick, T.H. (1988). *Enhancing childrens social skill: assessment and training*. New York: Pergamon Press.

McLeod, J. (2006). *Pengantar konseling: teori dan studi kasus*. Alih Bahasa oleh A.K. Anwar. Jakarta: Kencana.

Milani, S. B. A., Farajollahi, M., and Aghayinejhad, M. (2016). "The effect of teaching the social stories by role playing on the adaptive behavior and self-esteem of educable mentally retarded children". *International Journal of Humanities and Cultural Studies*. 2356-5926.

Mirza, R., & Sulistyansih, W. (2013). "Cognitive behavioral therapy untuk meningkatkan regulasi pada anak korban konflik aceh". *Journal Psikologi*. 8, (2).

Muqodas, I. (2011). "Cognitive behavior therapy: solusi pendekatan praktek konseling di Indonesia". *E-journal*.

Muslihin. (2014). "Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan rasa percaya diri". *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*. 2, (1).

Nurfaizal. (2015). "Teknik assertive training (AT) untuk meningkatkan perilaku asertif siswa". Lampung: *Jurnal Fokus Konseling*. 1, (1).

Ningsih, A. (2012). *Teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas viii b smp kristen 1 surakarta tahun pelajaran 2011/2012*. Tesis Universitas Sebelas Maret.

Oemarjoedi, K. (2003). *Pendekatan cognitive behavior dalam psikoterapi*. Jakarta: Kreatif Media.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Pinasti, W. N. (2011). *Upaya meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMK N 1 Jambu*. Skripsi Universitas Negeri Semarang.

Prayitno, dan Amti. (2013). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Purnamasari, V., Yusmansyah & Rahmayanthi, R. (2015). "Meningkatan kemampuan berfikir positif melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XII". *Jurnal Bimbingan Konseling*.

Ramadhani & Putrianti. (2014). "Hubungan antara kepercayaan diri dengan citra diri pada remaja akhir". *Jurnal Spirits*. 4, (2).

Republik Indonesia. (2003). *Undang-undang No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Lembaran Negara RI Tahun 2003, No. 20. Sekretariat Negara. Jakarta.

Roemlah, T. (1994). *Role playing sebagai salah satu alternatif teknik pengenalan karir di sekolah dasar*. Malang: Depdikbud IKIP Malang FIP.

Rosita, H. (2007). "Hubungan antara perilaku asertif dengan kepercayaan diri". *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma*.

Sa'adah, N.R. (2016). *Korelasi antara rasa percaya diri dengan hasil belajar al-qur'an hadits siswa mi roudlotul muta'allimin menganti-gresik*. Skripsi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suparno, P. (2006). *Perkembangan kognitif jean piaget*. Yogyakarta: Kanisius.

Supriyo. (2008). *Studi kasus bimbingan konseling*. Semarang: UNNES PRESS.

Syaifullah, A. (2010). *Tips bisa percaya diri*. Jogjakarta: Gerai Ilmu.

Ubaedy, A. N. (2008). *Kedahsyatan berpikir positif*. Jakarta: PT. VISI Gagasan Komunika.

Willis, S. (2013). *Konseling individual teori dan praktek*. Bandung: Alfabeta.

Yusuf, M. (2013). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Jakarta: Prenada Media Grup.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.



LAMPIRAN

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

PROGRAM TEKNIK *ROLE PLAYING* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA

9. Rasional

Pada umumnya siswa SMP berada pada usia belasan, dimana siswa ada pada masa-masa remaja. Secara umum masa remaja dibagi menjadi dua bagian, yaitu awal masa dan akhir masa remaja. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 tahun sampai 16 tahun atau tujuh belas tahun, dan akhir remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun, yaitu usia matang secara hukum. Lazimnya masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum. Namun, penelitian tentang perubahan perilaku, sikap dan nilai-nilai sepanjang masa remaja tidak hanya menunjukkan bahwa setiap perubahan terjadi lebih cepat pada awal masa remaja dari pada tahap akhir masa remaja, tetapi juga menunjukkan bahwa perilaku, sikap dan nilai-nilai pada awal masa remaja berbeda dengan pada akhir masa remaja (Hurlock, 2011: 206).

Sedangkan Menurut Piaget (Suparno, 2006: 11) tugas perkembangan siswa SMP kelas IX berada pada tahap formal operasional. Tahap ini mulai dialami siswa pada usia 11 tahun (saat pubertas) dan terus berlanjut sampai dewasa. Karakteristik tahap ini adalah diperolehnya kemampuan untuk berpikir secara abstrak, menalar secara logis, dan menarik kesimpulan dari informasi yang tersedia. Selain itu, ada peningkatan fungsi intelektual, kapabilitas memori dalam bahasa dan perkembangan konseptual.

Tidak dapat dipungkiri masa remaja biasanya sebagai masa pencarian jati diri, karena banyak dihadapkan dengan masalah psikologis dan sosiologis. Pada masa remaja juga akan dihadapkan pada fase penyesuaian diri antar pribadi dan lingkungan sosial yang lebih luas. Terkait hal itu, terdapat beberapa masalah yang terjadi, salah satunya adalah masalah kepercayaan diri. Menurut Supriyo (2008: 47) bahwa krisis kepercayaan diri yang tidak segera diatasi akan menimbulkan: 1) tidak dapat bergaul dengan teman-teman lain secara wajar, 2) proses belajar menjadi terhambat, 3) kesulitan berkomunikasi, 4) pencapaian tugas perkembangan jadi

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

terhambat, 5) terkucil dari lingkungan sosial, 6) mengalami depresi, dan 7) tidak berani melakukan perubahan.

Hasil penelitian terhadap kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang menunjukkan jumlah siswa dengan kategori kepercayaan diri sebanyak 13,9% termasuk dalam kategori rendah, 45,1% termasuk dalam kategori sedang, dan 41% termasuk dalam kategori tinggi.

Berdasarkan hasil analisis kepercayaan diri siswa yang rendah berjumlah 13,9%, yaitu meliputi aspek kepercayaan diri batin yang berjumlah 41,7% pada kategori rendah, 58,3% berada pada kategori sedang, dan tidak ada siswa yang termasuk ke dalam kategori tinggi. Pada aspek kepercayaan diri batin terdapat empat indikator, yaitu: cinta diri, pemahaman diri, tujuan yang jelas, dan berfikir positif. Indikator cinta diri terdapat 29,2% termasuk dalam kategori rendah, 70,8% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Indikator pemahaman diri terdapat 33,3% termasuk dalam kategori rendah, 66,7% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Indikator tujuan yang jelas terdapat 33,3% termasuk dalam kategori rendah, 66,7% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Indikator berfikir positif terdapat 37,5% termasuk dalam kategori rendah, 62,5% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator berfikir positif ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi.

Sedangkan pada kategori aspek kepercayaan diri lahir siswa terdapat 62,5% termasuk dalam kategori rendah, 37,5% termasuk dalam kategori sedang, dan aspek kepercayaan diri lahir ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Aspek kepercayaan diri lahir terdapat empat indikator yaitu: komunikasi, ketegasan, penampilan diri, dan pengendalian perasaan. Indikator komunikasi terdapat 29,2% termasuk dalam kategori rendah, 70,8% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator komunikasi ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Indikator ketegasan terdapat 66,7% termasuk dalam kategori rendah, 33,3% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator ketegasan ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Indikator penampilan diri

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

terdapat 79,2% termasuk dalam kategori rendah, 20,8% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator penampilan diri ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Indikator pengendalian perasaan terdapat 25% termasuk dalam kategori rendah, 75% termasuk dalam kategori sedang, dan pada indikator pengendalian perasaan ini tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil skor kepercayaan diri yang telah dipaparkan maka rendahnya tingkat kepercayaan diri pada siswa tidak dapat didiamkan begitu saja sebab masalah ini akan berakibat buruk bagi siswa di masa depan.

Berdasarkan fakta dan gambaran fenomena, diperlukan suatu pemberian yang kuratif untuk meningkatkan rasa percaya dirinya. Remaja yang tidak bisa mengolah diri dengan baik maka akan berdampak buruk dimasa yang akan datang. Salah satunya adalah masalah individu dalam diri yang termasuk ke dalam masalah pribadi siswa. Masalah pribadi siswa dapat ditangani melalui layanan bimbingan konseling.

Adapun beberapa layanan yang dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Salah satunya adalah teknik *role playing*. Teknik *role playing* merupakan teknik dari pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Muqodas (2011: 6) menyatakan bahwa CBT adalah pendekatan konseling yang menitik beratkan pada restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis. Menurut Oemarjoedi (2003: 9) tujuan *Cognitive Behavior Therapy* adalah mengajak konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi.

Role playing merupakan teknik yang dapat membantu siswa memahami diri sendiri, meningkatkan ketrampilan-ketrampilan perilaku, menganalisis perilaku atau menunjukkan kepada orang lain bagaimana perilaku seseorang atau bagaimana seseorang harus berperilaku (Farida, 2014: 48). Maka teknik *role playing* dapat digunakan sebagai alternatif bagi siswa untuk meningkatkan kemampuan mereka bergabung dalam kelompok dan tampil dalam suasana kelompok. Sesuai dengan fungsi teknik *role playing*, siswa remaja memiliki kepercayaan diri rendah yang disebabkan oleh konsep diri negatif dapat berlatih tentang berempati, memahami

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

diri dari perspektif lain, mendapatkan dukungan dari orang lain, mendapatkan konsep baru dari peran yang dimainkan, memperoleh pengalaman baru, terlibat dalam kelompok dan melihat bagaimana orang lain berperilaku efektif. Berdasarkan fungsi tersebut, siswa akan melatih diri untuk mengembangkan konsep diri yang positif sehingga mampu meningkatkan kepercayaan dirinya.

10. Tujuan

Secara umum tujuan dari teknik *role playing* adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang. Secara khusus tujuan intervensi adalah mengembangkan keterampilan siswa dalam:

- i. Menyesuaikan penampilan dengan warna kulit atau kondisi tubuh agar lebih percaya diri.
- j. Memiliki rasa percaya diri akan kemampuan yang dimilikinya.
- k. Memiliki pikiran-pikiran positif dalam situasi malu.
- l. Memiliki keberanian untuk bertanya kepada guru tentang materi pelajaran yang tidak dimengerti.
- m. Memiliki keberanian untuk mengungkapkan pendapatnya di depan umum walaupun berbeda pendapat dengan teman lain.
- n. Mampu bersosialisasi dan dapat berdiskusi dengan siapa saja.
- o. Memiliki sifat optimis dalam melakukan apapun dan mengendalikan rasa minder terhadap orang lain.
- p. Mampu optimis dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi dan tidak menghindarinya.

11. Prosedur Teknik *Role Playing*

Tahap-tahap *role playing* menurut Moreno (Jigau, 2007: 532) mengikuti tahapan di bawah ini:

9) Pembukaan

Guru pembimbing sebagai moderator yang menggambarkan topik, situasi yang diusulkan. Di tahap ini diperkenalkan pengaturan, lokasi, waktu, kondisi, tujuan, skenario, status dan peran, hubungan antara karakter yang terlibat.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

10) Motivasi anggota kelompok

Moderator mencoba memotivasi anggota kelompok dengan melakukan “*ice breaking*” agar dapat memicu sikap positif. Selain itu fungsi moderator membuat anggota kelompok tertarik dengan menjelaskan beberapa manfaat dari kegiatan ini. Pada tahap ini, moderator membuat kesepakatan siapa yang menjadi aktor dan siapa yang menjadi pengamat.

11) Pelaksanaan *role playing*

Setelah aktor dan pengamat telah ditentukan, maka permainan akan dimulai. Aktor mendalami perannya dengan melihat deskripsi situasi. Sementara pengamat menyiapkan beberapa aspek yang akan dinilai. Selain itu pelaksanaan *role playing* dapat menumbuhkan pengembangan spontanitas dan kreativitas para pemainnya. Durasi dalam kegiatan ini bervariasi dan dapat disesuaikan.

12) Evaluasi dan analisis

Mengevaluasi serta menganalisis peran yang telah dimainkan. Adanya pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh pengamat kepada para pemain. Adanya evaluasi selama kegiatan *role playing* berlangsung. Kemudian ditutup dengan diskusi serta kesimpulan dari kegiatan *role playing* tersebut.

12. Asumsi Intervensi

Asumsi berikut ini menjadi acuan pokok dalam merancang program teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa:

- e. Percaya diri merupakan keyakinan yang kuat dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga memungkinkan siswa tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan, (Syaifullah, 2010: 49).
- f. Menurut Lindenfield (Apriliaini, 2015: 14) mengemukakan bahwa kepercayaan diri terdiri dari dua jenis percaya diri yaitu percaya diri batin yang di dalamnya terdapat empat ciri: 1) cinta diri, 2) pemahaman diri, 3) tujuan yang jelas, 4) berpikir positif; dan percaya diri lahir yang di dalamnya terdapat empat ciri: 1) komunikasi, 2) ketegasan, 3) penampilan diri, 4) pengendalian perasaan.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

g. Moreno (Jigau, 2007: 543) menyatakan bahwa *role playing* merupakan simulasi realitas melalui permainan, tanpa konsekuensi dalam kenyataan, menawarkan "pemain" kemungkinan untuk memainkan bagian-bagian tertentu atau mempraktekkan perilaku tertentu.

h. *Role playing* merupakan teknik yang dapat membantu siswa memahami diri sendiri, meningkatkan ketrampilan-ketrampilan perilaku, menganalisis perilaku atau menunjukkan kepada orang lain bagaimana perilaku seseorang atau bagaimana seseorang harus berperilaku (Farida, 2014: 48).

13. Sasaran Intervensi

Intervensi dilakukan terhadap siswa yang tingkat kepercayaan dirinya rendah, yang memiliki karakteristik rendah pada beberapa indikator yaitu: ketegasan, berfikir positif dan penampilan diri.

14. Sesi Intervensi

Program intervensi teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dilakukan selama 8 pertemuan. Sesi intervensi yang dirancang berdasarkan hasil pertimbangan fenomena kepercayaan diri siswa kelas IX di SMP Negeri 10 Kota Serang. Penentuan jadwal intervensi berdasarkan kesepakatan antara konselor dan siswa. Berikut gambaran setiap pertemuan sebagai berikut:

Treatment 1

Treatment pada pertemuan pertama ini berjudul “*Change*”, yang bertujuan membantu konseli untuk menyesuaikan penampilan diri dengan kondisi dirinya misal warna kulit, agar konseli merasa percaya diri dengan penampilannya tersebut.

Treatment 2

Treatment pada pertemuan ke dua ini berjudul “*Be Your Self*”, yang bertujuan membantu konseli untuk lebih percaya diri akan kemampuan yang dimiliki agar mampu tampil diri.

Treatment 3

Treatment pada pertemuan ke tiga ini berjudul “*This Is Me*”, yang bertujuan membantu konseli agar dapat berkomitmen untuk memiliki pikiran-pikiran positif dalam situasi malu, supaya dapat lebih tampil diri.

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

Treatment 4

Treatment pada pertemuan ke empat ini berjudul “*Find a way*”, yang bertujuan membantu konseli mengendalikan rasa gugup dan membantu menumbuhkan keberanian untuk bertanya kepada guru tentang materi pelajaran yang belum dimengerti.

Treatment 5

Treatment pada pertemuan ke lima ini berjudul “*Don’t Worry Be Confident*”, yang bertujuan untuk membantu konseli memiliki keberanian untuk mengungkapkan pendapatnya tanpa harus takut salah dan malu, walaupun pendapatnya berbeda dengan teman lain.

Treatment 6

Treatment pada pertemuan ke enam ini berjudul “*Sociable*”, yang bertujuan membantu konseli agar mampu bersosialisasi dan berdiskusi dengan siapa saja tidak hanya teman dekatnya.

Treatment 7

Treatment pada pertemuan ke tujuh ini berjudul “*Apakah Aku Bisa?*”, yang bertujuan membantu konseli agar selalu optimis dalam situasi apapun dan membantu konseli untuk mengendalikan perasaan minder terhadap orang lain.

Treatment 8

Treatment pada pertemuan ke delapan ini berjudul “*Hadapilah*”, yang bertujuan membantu konseli agar dapat menghadapi masalahnya dan selalu optimis bahwa ia bisa menyelesaikan masalahnya dengan baik.

15. Indikator Keberhasilan

Intervensi dikatakan berhasil apabila siswa mampu: (1) dapat menyesuaikan penampilan dengan warna kulit; (2) dapat percaya diri akan kemampuannya; (3) dapat berkomitmen untuk memiliki pikiran-pikiran positif dalam situasi malu; (4) mempunyai keberanian untuk bertanya kepada guru tentang materi pelajaran yang tidak dimengerti; (5) mampu berdiskusi dengan siapa saja; (6) mampu mengungkapkan pendapatnya walaupun berbeda dengan pendapat orang lain; (7) berpikir positif pada diri sendiri dan tidak merasa minder dengan orang lain; (8)

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

mampu optimis dalam menyelesaikan masalah dan tidak menghindar dari masalah yang sedang dihadapi.

Konseli yang berhasil mengikuti kegiatan intervensi adalah konseli yang mampu merubah pikiran-pikiran negatif menjadi pikiran-pikiran positif dan dapat mengimplementasikan pada tindakan dalam setiap sesi intervensi. Sumber utama untuk evaluasi adalah analisis *homework* dijadikan ukuran untuk mengetahui perubahan pernyataan diri konseli yang menjadi indikator keberhasilan dari setiap sesi intervensi.

Indikator keberhasilan program intervensi secara keseluruhan adalah dengan bertambahnya skor kepercayaan diri siswa. Teknik yang digunakan untuk mengetahui bertambahnya skor kepercayaan diri adalah melalui *pre-post test desain*.

16. Langkah-Langkah Implementasi Pelaksanaan Teknik *Role Playing* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri

Pelaksanaan penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

- f. Pelaksanaan *pre-test* dikelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa.
- g. Penentuan sampel konseli yang memiliki tingkat kepercayaan diri pada kategori rendah.
- h. Penanganan intervensi teknik *role playing* dalam meningkatkan kepercayaan diri selama enam sesi intervensi dan enam sesi pengendapan informasi.
- i. Melaksanakan *post-test* setelah sesi intervensi dilaksanakan.
- j. Penyajian laporan tentang pelaksanaan teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

PERINGATAN !!!

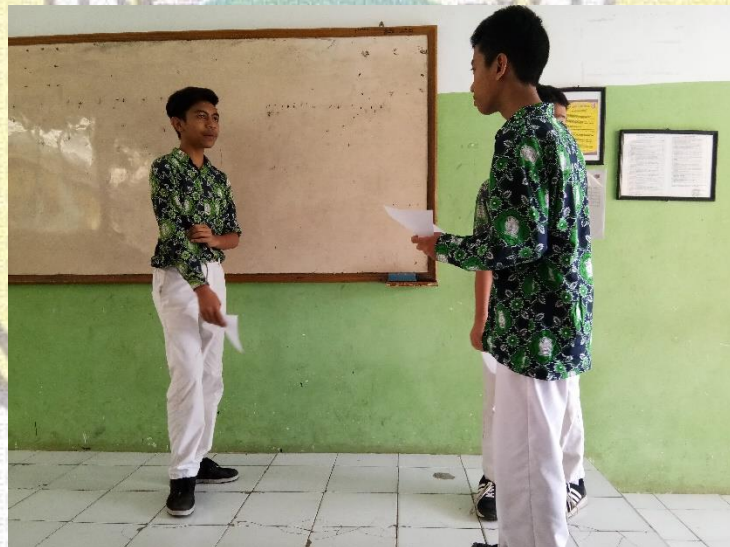
1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

DOKUMENTASI

1. Ketika melakukan *pre-test*



2. *Treatment* pertama



PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

3. Treatment ke-dua



4. Treatment ke-tiga



5. Treatment ke-empat

PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.



6. Treatment ke-lima



7. Treatment ke-enam



PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

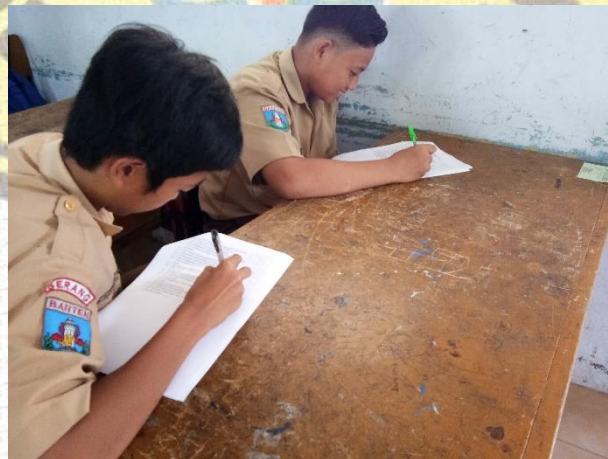
8. Treatment ke-tujuh



9. Treatment ke-delapan



10. Ketika melakukan *post-test*



PERINGATAN !!!

1. Dilarang mengutip sebagian/seluruh karya tulis ini untuk digandakan/diperjualbelikan.
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ilmiah, penyusunan laporan, dan atau tinjauan suatu masalah dengan catatan tidak merugikan Penulis.
3. Dilarang mengumumkan sebagian/seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.