

EFEKTIVITAS TEKNIK *ROLE PLAYING* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI

Ira Miranda¹, Ibrahim Al Hakim², Bangun Yoga Wibowo³

¹Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

Email : ira.mirandaa@gmail.com

E-mail: ibrahimhakim@untirta.ac.id

E-mail: bangunyogawibowo@untirta.ac.id

Abstract

This Research was motivated by the problem low self-confidence at grade eight of Three Junior High School Kramatwatu 2019-2020 academic year. The aim of this research is to determine the profile of self-confidence and determine the effectiveness of role playing technique to improve self confidence at the eight grade students. Role playing technique used included group guidance. The type of research use pre-experimental design with one group pre-test post-test design. Population of this research is student grade eight with age twelve to fourteen. Sample of this research is six student include of low self-confidence category with purposive sampling. This research use questionnaire has tested for content validity an there were 53 valid items out of the original 92 items. The results showed that the students' self-confidence profile obtained a 9% low category group percentage, 63% medium category, and 28% high category. The use of the effectiveness of role playing technique to improve student self-confidence was evidenced in the results of the t test, which was a significance value was lower than 5% ($p = 0.01 < 0.05$). Average in pre-test is 18.33 while in the post-test is 29.50 which mean there is an improvement in self-confidence at the grade eight of Three Junior High School Kramatwatu 2019-2020 academic year after given role playing technique.

Keywords: *Self-Confidence, Group Counseling, Role Playing Technique*

Abstrak

Penelitian dilatarbelakangi oleh permasalahan kepercayaan diri yang rendah pada kelas VIII di SMP Negeri 3 Kramatwatu Tahun Ajaran 2019/2020. Tujuan penelitian untuk mengetahui profil kepercayaan diri dan mengetahui efektivitas teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII. Teknik *role playing* yang digunakan termasuk ke dalam bimbingan kelompok. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian yaitu pra-eksperimen dengan rancangan *one group pre-test post-test design*. Populasi penelitian yaitu siswa kelas VIII dengan umur 12-14 tahun. Sampel penelitian berjumlah 6 siswa yang termasuk dalam kategori kepercayaan diri rendah dengan metode *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan angket kepercayaan diri yang telah di uji validitas isi dan di dapat item valid sejumlah 53 dari 92 item awal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa profil kepercayaan diri siswa memperoleh presentase kelompok kategori rendah 9%, kategori sedang 63%, dan kategori tinggi 28%. Penggunaan teknik *role playing* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dibuktikan pada hasil uji t yaitu nilai signifikansi lebih kecil dari taraf 5% ($p = 0.01 < 0.05$). Rata-rata pada *pre-test* sebesar 18.33 sedangkan pada *post-test* sebesar 29.50 yang diartikan adanya peningkatan kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Kramatwatu Tahun Ajaran 2019/2020 setelah diberikan teknik *role playing*.

Kata Kunci : Kepercayaan Diri, Bimbingan Kelompok, Teknik *Role Playing*

PENDAHULUAN

Masa remaja yang merupakan periode penting yang tentunya dilalui oleh setiap manusia menuju masa dewasa. Masa remaja dikatakan juga sebagai masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Remaja yang menempuh pendidikan pasti memerlukan berinteraksi dengan orang lain disekitar lingkungan pendidikan karena masa remaja membutuhkan pengakuan akan kemampuannya seperti halnya ingin selalu dipuji oleh teman-temannya dan selalu bergaul dengan teman-temannya yang memerlukan banyak interaksi sosial bertujuan untuk menjalin hubungan baik antar teman sebaya. Permasalahan yang dilatarbelakangi oleh interaksi dengan orang lain diantaranya adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri bukan sesuatu yang sifatnya bawaan, melainkan terbentuk dari hasil interaksi dengan lingkungannya. Hasil riset Gill (1999: 150) di California menyatakan hampir 23% remaja usia sekolah menengah memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Riset lain yang dilakukan oleh Simbolon (2013: 30) yang menyatakan di salah satu sekolah menengah di Bandung, menemukan 19% siswa yang juga termasuk kedalam kategori percaya diri rendah.

Kenyataan di lapangan SMP Negeri 3 Kramatwatu, kondisi kepercayaan diri siswa berbeda-beda masih ada siswa di kelas VIII yang memiliki kepercayaan diri rendah. Hasil wawancara dengan guru di sekolah mengatakan kepercayaan diri siswa rendah terlihat dari kebiasaan siswa saat mengikuti kegiatan belajar di sekolah, dapat dilihat dari adanya gejala-gejala yang tampak diantaranya takut mengungkapkan pendapat, takut untuk bertanya saat kegiatan belajar, tidak memahami pelajaran, ragu-ragu saat berbicara di depan kelas dan diam saat ditunjuk guru mata pelajaran untuk maju di depan kelas, cenderung diam dan cenderung menutup diri. Permasalahan kepercayaan diri merupakan permasalahan yang bisa dialami oleh siapa saja di sekolah maupun diluar sekolah.

Kepercayaan diri terbentuk melalui proses belajar, artinya pengalaman seseorang sangat memengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang. Salah satu alasan mengapa seseorang memiliki kepercayaan diri yang rendah adalah karena pengalaman yang dialami tidak selamanya positif, namun ada pengalaman yang berpengaruh negatif pada

kehidupan seseorang. Menurut Lauster (2002: 4) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam interaksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Menurut Hakim (2005: 7) ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri yaitu selalu bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu, memiliki tingkat pendidikan formal yang baik, memiliki kemampuan bersosialisasi yang baik, dan selalu berpikir positif dalam menghadapi berbagai masalah. Sedangkan ciri-ciri orang yang tidak memiliki kepercayaan diri yaitu mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu, memiliki perkembangan yang kurang baik sejak masa kecil, sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya, dan cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah.

Menurut Asmadi (2010: 48) mengemukakan kepercayaan diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkaitan dengan kepribadian seseorang. Kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu sendiri, norma dan pengalaman keluarga, tradisi, kebiasaan dan lingkungan sosial maupun kelompok dimana keluarga berasal. Faktor yang memengaruhi kepercayaan diri dibagi menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor yang berasal dari dalam diri individu atau faktor internal antara lain : konsep diri, kondisi fisik, usia, jenis kelamin, harga diri dan pengalaman hidup. Faktor yang berasal dari luar diri individu atau faktor eksternal antara lain : tingkat pendidikan, dukungan sosial, kesuksesan dalam mencapai tujuan. Beberapa faktor lain menurut Hakim (2005: 17) antara lain : kemampuan pribadi, interaksi sosial dan konsep diri.

Selain faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri siswa terdapat beberapa aspek yang dapat memengaruhi kepercayaan diri. Menurut Lauster (2002: 4) aspek yang memengaruhi kepercayaan diri yaitu : keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistik. Aspek dapat menunjang terhadap proses

terbentuknya kepercayaan diri. Menurut Hakim (2005: 6) yang mengungkapkan secara garis besar proses terbentuknya kepercayaan diri yaitu : a) Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu, b) Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya, c) Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rendah diri atau sulit menyesuaikan diri dan d) Pengalaman didalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Peran guru BK disekolah dapat membantu siswa untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami, dalam bimbingan dan konseling ada beberapa layanan dan teknik yang bisa digunakan untuk menyelesaikan permasalahan siswa. Salah satunya adalah layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *role playing*.

Menurut Prayitno (1995: 62) menyatakan bimbingan kelompok adalah memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling. Bimbingan kelompok lebih merupakan suatu upaya bimbingan kepada individu-individu melalui kelompok. Menurut Istrani (2011: 70) *role playing* adalah penyajian bahan dengan cara memperlihatkan peragaan, baik dalam bentuk uraian maupun kenyataan. Semuanya berbentuk tingkah laku dalam hubungan sosial yang kemudian diminta beberapa orang peserta didik untuk memerankannya. Langkah-langkah teknik *role playing* menurut Blatner (1991: 119) pelaksanaan *role playing* : tahap persiapan (*the warm-up*), tahap pelaksanaan (*the action*), tahap diskusi atau tahap berbagi pendapat dan perasaan (*the sharing*), melakukan pembalikan peran, berbagi pengalaman dan melakukan generalisasi.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah metode yang berdasarkan pada filsafat positivisme yang digunakan untuk meneliti populasi dan sampel, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik bertujuan

untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2017: 08). Teknik penelitian yang digunakan adalah penelitian pra-eksperimen. Penelitian pra-eksperimen yaitu untuk menguji keefektifan variabel-variabel yang telah dipilih untuk dijadikan penelitian. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pre-test post-test design* (satu kelompok *pre-test post-test*) karena dalam penelitian pengukuran dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum eksperimen (O_1) disebut *pre-test* dan pengukuran sesudah eksperimen (O_2) disebut *post-test* yang menggunakan teknik *role playing* (x) sebagai *treatment*.

<i>Pre-test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post-test</i>
O_1	X	O_2

Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2006: 130). Populasi harus dibatasi dan ditegaskan sampai pada batas tertentu yang dapat digunakan untuk menentukan sampel. Populasi penelitian kepercayaan diri adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Kramatwatu yang termasuk dalam usia remaja 12 sampai 14 tahun, karena siswa remaja sudah harus memiliki kepercayaan diri yang tinggi sehingga mempermudah siswa untuk beradaptasi dengan lingkungan baru. Populasi yang digunakan penelitian adalah siswa kelas VIII D dan VIII G yang berjumlah 64 siswa. Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti (Arikunto, 2006: 131). Sampel yang dipilih dalam penelitian diambil dari populasi dengan teknik penentuan sampel sesuai dengan kriteria yang dicari (*purposive sampling*). *Purposive sampling* bertujuan agar peneliti dapat menentukan sampel berdasarkan tujuan tertentu tetapi ada syarat-syarat yang harus dipenuhi (Arikunto, 2006: 139) pengambilan sampel harus berdasarkan ciri-ciri atau kriteria, subjek yang diambil benar-benar yang paling banyak mengandung ciri-ciri, penentuan karakteristik populasi dilakukan dengan cermat.

Analisis data yang digunakan adalah analisis validitas, analisis reliabilitas, kategorisasi dan analisis data *pre-test* dan *post-test*. Sebelum menentukan sampel, angket di uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu menggunakan SPSS *Statistics 25*. Menurut Arikunto (2008: 76-78) sebuah item dikatakan valid apabila mempunyai dukungan yang besar terhadap skor total. Penelitian menggunakan

angket kepercayaan diri jumlah awal terdapat 92 item setelah di uji validitas hanya tersisa 53 item yang valid. Menurut Arikunto (2008: 86) analisis reliabilitas adalah tingkat keajegan (*konsistensi*) suatu tes, yakni sejauh mana suatu tes dapat dipercaya untuk menghasilkan skor yang ajeg atau konsisten (tidak berubah). Perhitungan uji reliabilitas menggunakan teknik *Cronbach Alpha* atau *Koefisien Alpha*, karena instrumen yang dikembangkan berbentuk uraian dan penskoran dalam instrumen yang dikembangkan berbentuk skala (Ali, 2010: 17). Berikut hasil reliabilitas Instrumen.

Tabel 3.7
Tingkat Reliabilitas Instrumen (*Reliability Statistics*)

Cronbach's Alpha	N of Items
.895	53

Pengumpulan data menggunakan kuesioner *rating scale* (skala bertingkat). Menurut Arikunto (2010: 194) kuesioner adalah “sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui”. Hasilnya dikelola menggunakan penghitungan skor hipotetik memperoleh hasil tiga jenjang yang digunakan yaitu : tinggi, sedang, dan rendah sehingga diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel Kategorisasi Kepercayaan Diri Siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Kramatwatu

Kategori	Kriteria	Frekuensi
Tinggi	$x > 33$	18
Sedang	$20 \leq x \leq 33$	40
Rendah	$x < 20$	6

Setelah melakukan pengumpulan data selanjutnya memeriksa dan menganalisis serta menghitung skor *pre-test* dan *post-test*. Menurut Ali (2014: 155) analisis data merupakan salah satu langkah penting untuk memperoleh temuan-temuan hasil penelitian karena data akan menuntut peneliti ke arah temuan ilmiah bila dianalisis dengan teknik-teknik yang tepat. Rumus yang digunakan untuk mengetahui nilai rata-rata skor *pre-test* maupun *post-test* yaitu :

$$Mean = \bar{X} = \frac{\sum x}{n}$$

Rumus digunakan untuk mengetahui peningkatan kepercayaan diri siswa dapat dengan menghitung gain, yaitu selisih dari hasil *pre-test* dan *post-test*. Setelah mengetahui nilai rata-rata sampel diuji kembali dengan uji normalitas. Uji normalitas adalah salah satu cara untuk memeriksa keabsahan atau normalitas sampel yang menggunakan bantuan program SPSS 25 dengan uji normalitas *one sample Kolomogorov Smirnov* adalah jika nilai Sig (Signifikansi) atau nilai probabilitas < 0.05 maka distribusi adalah tidak normal, sedangkan jika nilai Sig (Signifikansi) atau nilai probabilitas > 0.05 maka distribusi normal. (Imam Ghazali, 2011: 160-165). Hasil dari uji normalitas dengan menggunakan uji statistik *Kolomogorov-Smirnov* (K-S) adalah sebagai berikut :

Tabel 3.10
Uji Normalitas Data

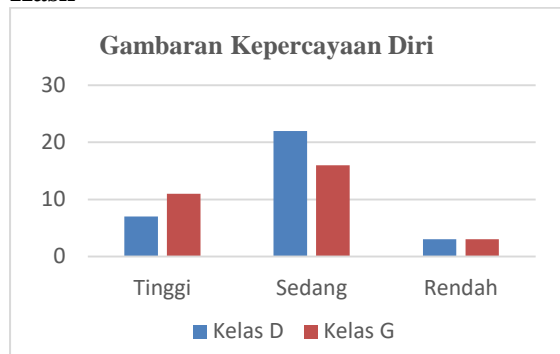
Hasil Uji <i>Kolomogorov-Smirnov</i> (K-S)			
		<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
N		6	6
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	18,33	29,50
	Std. Deviasi	2,733	2,739
Most Extreme Differences	Absoulte	,285	,153
	Positive	,271	,153
	Negative	-,285	-,153
<i>Kolomogrov-Smirnov</i> (K-S)		,698	,374
Asymp Sig. (2-tailed)		,715	,999

Uji normalitas statistik digunakan untuk menguji apakah hipotesis yang diajukan dapat diterima atau ditolak. Penelitian perhitungan uji hipotesis dilakukan dengan uji t dependent, dilakukan karena penelitian mengkaji perbandingan hasil kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (*treatment*). Hasil menunjukkan bahwa nilai t hitung sebesar -10,363. Dengan tingkat sig. (2-tailed) = 0,000 dengan df = N-1 = 6-1 = 5, sehingga nilai t tabel = 2,015 pada taraf signifikansi [$\alpha = 0,05$]. Hasil perhitungan menunjukkan $t_{hitung} \geq$ dari t_{tabel} yaitu -10,363 \geq 2,015. Dengan demikian dinyatakan Ho ditolak dan Ha diterima, yaitu teknik *role playing* efektif untuk meningkatkan

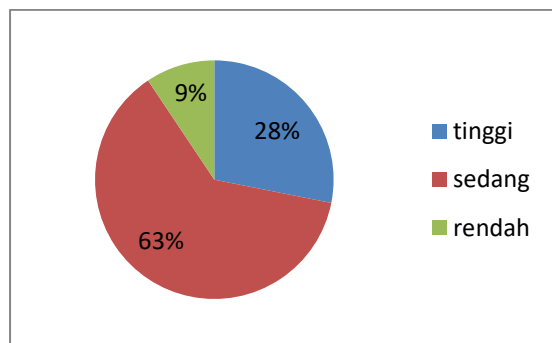
kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Kramarwatu Tahun Ajaran 2019/2020.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil



Pemaparan hasil penelitian dalam grafik 4.1 dapat disimpulkan sebagian besar siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Kramatwatu memiliki kepercayaan diri pada kategori sedang, tinggi dan rendah. Siswa yang termasuk dalam kategori rendah akan diberikan perlakuan (*treatment*) menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* untuk melihat perubahan siswa yang mengalami masalah kepercayaan diri.

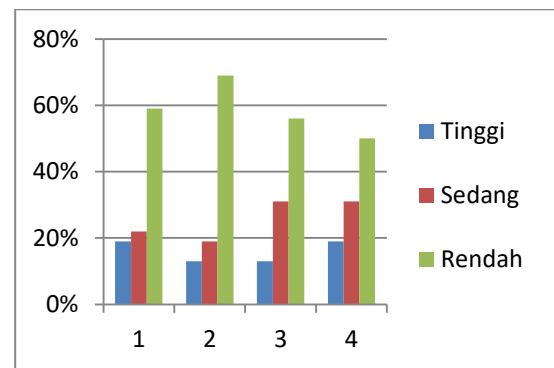


Grafik 3.1
Diagram Kepercayaan Diri

Berdasarkan hasil penelitian yang tergambar pada grafik 3.1 terdapat 18 siswa (28%) yang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi dan 40 siswa (63%) yang memiliki tingkat kepercayaan diri sedang, serta terdapat 6 siswa (9%) yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Kramatwatu terdapat beberapa siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah.

Sampel yang digunakan dalam penelitian terdapat enam siswa karena memiliki ciri-ciri atau kriteria yang dicari oleh

peneliti. Peneliti melakukan analisis kebutuhan layanan bimbingan dan konseling terdapat empat indikator yang rendah dan merupakan sebagai acuan untuk membuat *treatment* yang akan dilakukan. Hasil indikator terendah sebagai berikut :



Grafik 4.2
Analisis Kebutuhan

Pemaparan hasil penelitian dalam grafik 4.2 dapat disimpulkan pada indikator memandang dirinya berharga sebesar 59%, indikator mengerjakan tugas dengan kerja keras sebesar 69%, indikator memiliki tekad yang kuat sebesar 56% serta indikator menerima dan menghadapi resiko yang terjadi sebesar 50%.

Data *pre-test* merupakan salah satu tindakan yang dilakukan sebelum melakukan *treatment*, terlebih dahulu melakukan kegiatan *pre-test*, tujuan diadakannya *pre-test* yaitu untuk menentukan sampel dari populasi yang akan dijadikan kelompok eksperimen. Terdapat 6 siswa yang memiliki nilai terendah dari hasil *pre-test* yang dilakukan. Hasil *pre-test* sebagai berikut :

Tabel 4.6
Hasil Pre-test Subjek Penelitian

No	Nama	Skor	Kategori
1	ASM	13	Rendah
2	MAH	13	Rendah
3	R	20	Rendah
4	RS	18	Rendah
5	RCP	20	Rendah
6	YSR	19	Rendah

Dari tabel 4.6 dapat dilihat hasil *pre-test* subjek penelitian termasuk ke dalam kategori rendah, setelah dilakukan *pre-test* pada siswa, lalu diberikan lima kali perlakuan *treatment* berupa bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* yang sesuai dengan indikator terendah sehingga dapat dilihat

peningkatan kepercayaan diri siswa yang signifikan. Pemberian *treatment* dimainkan oleh enam siswa secara bergantian dan peneliti hanya memberikan gambaran garis besar tentang cerita yang akan diperankan oleh siswa pada setiap sesi.

Setelah memberikan *treatment* selanjutnya *post-test* merupakan salah satu tindakan yang dilakukan setelah mendapatkan hasil *pre-test* dan memberikan perilaku. Hasil *pre-test* adalah sebagai berikut :

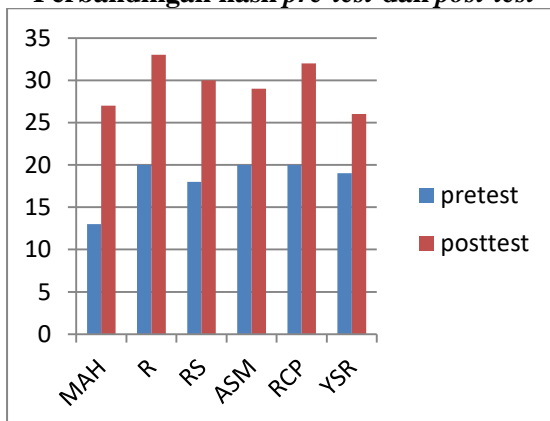
Tabel 4.7
Hasil *Post-test* Subjek Penelitian

No	Nama	Skor	Kategori
1	ASM	29	Sedang
2	MAH	27	Sedang
3	R	33	Sedang
4	RS	30	Sedang
5	RCP	32	Sedang
6	YSR	26	Sedang

Dari tabel 4.7 dapat dilihat hasil *post-test* subjek penelitian termasuk ke dalam kategori sedang yang menandakan adanya perselisihan yang signifikan antara hasil *pre-test*, melakukan *treatment* dan hasil *post-test* yang diberikan kepada enam siswa dalam kategori kepercayaan diri rendah. Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* sebagai berikut :

Grafik 4.3

Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test*



Grafik 4.3 menunjukkan adanya peningkatan sebelum dan sesudah dilakukan *treatment*. Siswa dalam kategori rendah mengalami peningkatan yang cukup terlihat adanya perbedaan bahwa layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing* sangat efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Kramatwatu terdapat sebagian pada kategori rendah yang menunjukkan indikator terendah pertama yaitu memandang dirinya berharga, indikator terendah kedua yaitu mengerjakan tugas dengan mandiri, indikator terendah ketiga yaitu memiliki tekad yang kuat, dan indikator terendah keempat yaitu menghadapi resiko yang terjadi. Setelah dilakukan *treatment* adanya peningkatan yang signifikan pada indikator terendah yang menjadi acuan untuk melakukan *treatment*.

Treatment dilakukan menggunakan layanan bimbingan kelompok yang dapat digunakan untuk membantu perkembangan individu berkaitan dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir. Menurut Prayitno (2014: 39) bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik tertentu yang dipimpin oleh pemimpin kelompok bertujuan menunjang pemahaman, pengembangan dan pertimbangan pengambilan keputusan atau tindakan individu. Bidang pribadi dalam bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai salah satu upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Bimbingan kelompok dalam penelitian menggunakan teknik *role playing*. *Role playing* adalah suatu kegiatan bermain peran yang merupakan salah satu strategi dalam bimbingan kelompok yang dapat mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh individu atau siswa yang mempunyai permasalahan kepercayaan diri yang dilakukan dengan cara yang menyenangkan dimana individu diharapkan dapat menyelesaikan permasalahannya dengan strategi yang baik dalam menyelesaikan permasalahannya dengan peran yang sesuai dengan jenis permasalahan yang dihadapi oleh siswa

Berdasarkan pengamatan pada saat diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dan teknik *role playing*, anggota kelompok sudah memahami langkah-langkah *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri dialami dirinya dan teman-temannya yang memiliki kepercayaan diri yang rendah. Awalnya masih banyak anggota kelompok yang masih belum dapat maksimal dalam pementasan *role playing*. Namun pada pertemuan selanjutnya, setiap anggota

kelompok selalu menunjukkan peningkatan yang baik dan salah satu faktor penting menentukan *role playing* yang akan menghasilkan perubahan perilaku sehingga teknik *role playing* sangat efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh simpulan efektivitas teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII Tahun Ajaran 2019/2020 sebelum diberikan *treatment* berada pada kategori rendah namun setelah diberikan *treatment* berada pada kategori sedang. Rancangan intervensi melalui teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa berfokus pada peningkatan indikator kepercayaan diri meliputi : memandang dirinya berharga, mengerjakan tugas dengan kerja keras, memiliki tekad yang kuat, menjadikan kekurangan dan kelebihan yang dimiliki sebagai motivasi diri, menerima dan menghadapi resiko yang terjadi.

Struktur intervensi dirancang dalam lima rangkaian *treatment*. Setiap rangkaian *treatment* terdiri dari sesi intervensi dan sesi pengendalian informasi. Setiap *treatment* memiliki tujuan dan indikator keberhasilan masing-masing untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Teknik *role playing* terbukti efektif secara signifikan terhadap kepercayaan diri yang rendah menjadi sedang.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti terkait efektivitas teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Kramatwatu maka terdapat sejumlah saran sebagai berikut :

1. Kepala Sekolah
Hasil penelitian agar dapat dijadikan bahan acuan dan bahan pertimbangan dalam rangka pembinaan dan pengembangan sekolah
2. Guru Bimbingan dan Konseling
Penerapan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.
3. Peneliti Selanjutnya
Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperkaya kajian penelitian dengan meneliti variabel lain yang diperkirakan

berhubungan atau memiliki permasalahan yang sama dengan kepercayaan diri dan menjadikan penelitian sebagai salah satu bahan referensi.

4. Jurusan Bimbingan dan Konseling
Hasil dari fenomena yang diteliti untuk dijadikan referensi bagi civitas akademik terkait peningkatan kepercayaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mighwar, M. (2006). *Psikologi Remaja: Petunjuk bagi Guru dan Orang Tua*. Bandung: Pustaka Setia.
- Ali, Muhammad. (2010). *Metodologi dan Aplikasi Riset Pendidikan*. Bandung: Pustaka Cendikia Utama.
- _____. (2014). *Metodologi dan Aplikasi Riset Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Amti, E, dkk. (1992). *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Proyek Pembinaan Tenaga Kerja Kependidikan Depdikbud.
- Angelis, D.B. (1997). *Confidence: Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- _____. (2003). *Percaya Diri*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Anthony, R. (1992). *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri* (Terjemahan Rita Wahyuni). Jakarta: Bina Rupa Aksara.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, dkk. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Blatner, A. (1991). *Imaginative intervies a psychodramatic warm-up for developing role playing skills*. *Journal of group psychotherapy, psychodrama & sociometry*.
- Centi, J.P. (1993). *Mengapa Rendah Diri?*. Yogyakarta: Kanisius.
- Fatimah, Enung. (2008). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: CV. Pustaka Setia.

- Fatoni, Abdurrahman. (2006). *Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Ghozali, Imam. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM versi 19*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufro, M, R. (2011). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hakim, T. (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Purwa Suara.
- Hamalik, O. (2001). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hurlock, E.B. (1999). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi lima. Surabaya: PT Gelora Aksara Pratama Erlangga.
- Ikariani. (2017). *Penerapan Metode Bermain Peran (Role Playing) untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Jonggat Tahun Pelajaran 2016/2017*. Skripsi. Lombok Tengah: Fakultas Tarboyah dan Keguruan Universitas Islam Mataram.
- Istarani. (2011). *58 Model Pembelajaran Inovatif (Referensi Guru Dalam Menentukan Model Pembelajaran)*. Medan: Media Persada.
- Kartono. (1990). *Psikologi Anak (Psikologi Perkembangan)*. Bandung: Mandar Maju.
- Latipun. (2001). *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Pers.
- Lauster, P. (1997). *Tes Kepribadian* (terjemahan Cecilia, G Sumekto). Yogyakarta: Kanisius.
- _____. (2002). *Tes Kepribadian* (Alih Bahasa: D.H Gulo). Edisi Bahasa Indonesia. Cetakan Tigabelas. Jakarta: Bumi Aksara.
- Lindenfield, G. (1997). *Pedoman Bagi Orang Tua, Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Jakarta: Arcan.
- Mappiare, A. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Margono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Semarang: Rineka Cipta.
- Marwati, S. (2001). *Kepercayaan Diri dan Kecemasan dalam Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa Tahun Awal Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Mastuti, I. (2008). *50 Kiat percaya diri*. Jakarta: Hi-Fres Publishing.
- Monks, dkk. (2004). *Psikologi Perkembangan: Pengantar Psikologi dalam Berbagai Bagiannya* (Alih Bahasa: Haditono, S.R). Yogyakarta: Gajah Mada Universitas Press.
- Nikmah, Lailatul. (2016). *Efektivitas Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 8 Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017*. Skripsi. Kediri: Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Prasetyo, Kukuh, I. (2013). *Upaya Peningkatan Kepercayaan Diri Melalui Metode Bermain Peran (Teknik Role Playing) Pada Siswa VIII D di SMP Negeri 3 Manisrenggo Tahun Pelajaran 2013/2014*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Prawira, Khuzaifah, A. (2015). *Profil Rasa Percaya Diri Siswa dan Implikasinya Terhadap Bimbingan dan Konseling*. Skripsi (tidak diterbitkan). Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Prayitno. (1995). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Dasar Dan Profil*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2004). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Puspitasari, M.R. (1999). *Kepercayaan Diri Remaja Putri Obesitas ditinjau dari Persepsi terhadap Penampilan Diri*. Skripsi. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
- Rafael. (2012). *Pengaruh Bimbingan Melalui Teknik Role Playing untuk Menanggulangi Perilaku Bullying Siswa*. Tesis (tidak diterbitkan). Bandung: Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rakhmat, J. (1991). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- _____. (2000). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- _____. (2004). *Metode Penelitian Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Roestiyah, N.K. (2001). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Romlah, T. (2001). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: UPT UNM PRESS
- Safitri, Dwi. (2010). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang*. Skripsi. Sarjana Psikologi UIN Malang.
- Saleh, Muhammad. (1995). *Serba-serbi Kepribadian: Mengukur dan Membentuk Kepribadian Untuk Meraih Sukses*. Jakarta: Grasindo.
- Santrock, J.W. (1995). *Adolescence 6th Edition. Perkembangan Remaja Edisi Keenam*. Jakarta: Erlangga
- Sudrajat & Subana. (2005). *Dasar-dasar Penelitian Ilmiah*. Bandung: Pustaka Setia.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Bisnis (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- _____. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, D.K. (2002). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryabrata, S. (1993). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Wibowo, Mungin, E. (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: Unnes Pers.
- Willis, S.S. (1985). *Problema Remaja dan Pemecahannya*. Jakarta: Bulan Bintang
- Winkel, W.S. (2004). *Bimbingan dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Yulianto, F & Nashori, F. (2006). *Kepercayaan Diri dan Prestasi Atlet Tae Kwon Do Daerah Yogyakarta*. Jurnal Psikologi. Semarang: Fakultas Psikologi UNDIP. Volume 3 No.1.
- Yusuf, Muri, A. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Yusuf, S. (2003). *Pengantar Psikologi*. Bandung: PPB FIP UPI.
- Zaini, H. (2008). *Strategi Pembelajaran Aktif*. Yogyakarta: Insan Mandiri.