

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

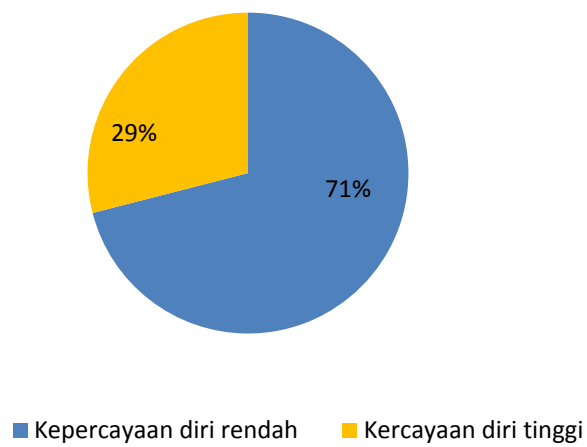
#### **A. Latar Belakang**

Remaja sering di sebut dengan fase pubertas yaitu, perubahan kematangan keadaan mental dan sosial yang sedang berada pada masa pubertas. Menyebabkan siswa akan menghadapi tekanan-tekanan emosi dan sosial, yang bertentangan. Hal tersebut jelas akan mempengaruhi kepercayaan diri remaja (Handayani, 2021). Berdasarkan observasi pada tanggal 27 Februari 2024, kepercayaan diri dalam berbicara di depan kelas, siswa MA Al Hikmaturohmaniyah Kabupaten Pasuruan masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari sikap mereka yang sering kali canggung dalam bertindak, ragu-ragu dalam mengungkapkan pendapat, dan kurang berani bertanya atau menjawab pertanyaan di kelas. Siswa membutuhkan kepercayaan diri jika mereka ingin berhasil dan mampu mengoptimalkan kemampuan yang dimilikinya. Menurut (Hakim, 2005) Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan dari seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang telah dimilikinya, dan keyakinan tersebut dapat membuatnya merasa mampu untuk dapat mencapai semua tujuan dalam hidupnya (Istiqomah et al., 2023).

Kepercayaan diri sangat berpengaruh dan menentukan keberhasilan siswa dalam kehidupannya. Kepercayaan diri sangat mempengaruhi kesuksesan dalam belajar dan bekerja, dalam lingkungan keluarga, dan hubungan sosial dengan orang lain. Penulis melakukan wawancara kepada wali kelas siswa Madrasah Aliyah yaitu Bu Sri Handayani yang menjelaskan kepada penulis bahwa keadaan siswa kelas XI banyak yang memiliki kepercayaan diri rendah. Hal tersebut dikuatkan dengan hasil

survei yang penulis lakukan di MA Alhikmaturrahmaniyah, pada tanggal 27 Februari 2024. Survei melibatkan 96 siswa, hasil dari survei digambarkan dengan diagram lingkaran

**Gambar 1**  
*Hasil Survei Tingkat Kepercayaan Diri Siswa*



Hasil survei pada MA Al Hikmaturohmaniyah menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami kepercayaan diri rendah. Dapat dilihat dari diagram lingkaran tersebut yaitu 71% siswa memiliki kepercayaan diri rendah, sedangkan 29% siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Banyak siswa yang sulit untuk mengungkapkan pendapatnya, sering kali berkata “tidak bisa” sebelum mencoba untuk berpendapat, merasa takut dan malu jika menjawab pertanyaan dari guru, kurang percaya diri pada saat melakukan presentasi di depan kelas. Kepercayaan diri siswa harusnya ditingkatkan agar tidak mempengaruhi nilai, prestasi, serta kegiatan belajar dan mengajar. Namun kenyataannya masih banyak siswa yang belum dapat yakin pada kemampuan yang dia miliki, sehingga mengakibatkan rendahnya kepercayaan diri mereka, bila kepercayaan diri mereka rendah maka mereka tidak bisa mengaktualisasikan dirinya. (Marlina et al., 2022).

Dalam survei tersebut penulis memilih pertanyaan yang mengungkapkan aspek-aspek kepercayaan diri oleh Grufron & Risawati (2016) yaitu; Aspek keyakinan pada kemampuan diri yang berguna untuk menghadapi situasi baru. Aspek optimis yang merupakan kemampuan untuk mencapai sesuatu. Aspek obyektif yaitu ketika menilai suatu masalah sebagai kerugian, aspek tanggung jawab yang mana ketika mampu untuk mengerjakan tugas, aspek realistis dan rasional yang mana untuk membuat keputusan sesuai keadaan dan bukan sesuai kehendak hati (Pratiwi, 2009).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri oleh pendapat Anthony (2009) yaitu faktor internal meliputi konsep diri, harga diri, dan penampilan fisik. Konsep diri merupakan pengalaman pribadi yang diperoleh dalam pergaulannya pada suatu kelompok. Harga diri merupakan tindakan yang memikirkan diri sendiri, sehingga menumbuhkan penyesuaian sosial dan pribadi yang buruk. Penampilan diri yang berbeda dapat membuat individu merasa rendah diri meski perbedaan tersebut bisa menambah daya tarik fisik. Dapat dikatakan bahwa kepercayaan diri rendah ditimbulkan dari setiap kekurangan fisik. Sebaliknya ketertarikan pada fisik dapat menambah dukungan sosial, serta penilaian yang begitu menyenangkan tentang ciri kepribadian. Selanjutnya, Faktor eksternal yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu, faktor pendidikan, lingkungan dan pekerjaan. Lingkungan di sini merupakan lingkungan masyarakat dan keluarga (Yulinar, 2022). Kepercayaan diri siswa bisa ditingkatkan melalui faktor-faktor yang telah dijelaskan, salah satu faktornya yaitu faktor pendidikan, karena siswa dapat

menyelesaikan permasalahan yang ada melalui bimbingan konseling dari bapak ibu guru.

Bimbingan konseling Menurut Prayitno (2004) merupakan seluruh upaya pertolongan yang diberikan oleh konselor kepada konseli agar dia memperoleh konsep diri serta mendapatkan 'kepercayaan pada diri sendiri, agar dapat dimanfaatkan olehnya untuk memperbaiki tingkah laku pada masa yang akan datang. Pembentukan konsep kepribadian dengan sewajarnya mengenai diri sendiri dan orang lain, tujuan-tujuan yang hendak dicapai, pendapat orang lain tentang dirinya, dan kepercayaan diri (Afrizawati, 2021). Bimbingan kelompok psikodrama menurut Darmawani (2017) merupakan suatu bentuk konseling atau psikoterapi. Percakapan dengan latihan bersama seseorang dapat mengubah perilaku secara mendalam, keyakinan, dan juga mengubah suatu pandangan, Psikodrama adalah suatu teknik dimana individu dalam memainkan suatu peran, untuk mengungkapkan relasi-relasinya bersama orang lain, yaitu sekitar pusat konflik batinnya (Chaplin, 2004).

Berdasarkan penelitian terdahulu psikodrama berpengaruh pada kepercayaan diri, yang ditunjukkan oleh penelitian dari (Herwanto, 2018) pada siswa kelas VII SMP Negeri 4 Bandar Lampung dengan korelasi 0,925 dengan taraf signifikan 0,005. Penelitian selanjutnya oleh Istiqomah (2022) pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Karanggayam Yogyakarta, peningkatan kepercayaan diri menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* yang dilakukan memperoleh hasil menggunakan analisis uji T yang diperoleh nilai  $t = -35,104$  dengan nilai signifikan =  $0,000 < 0,05$ . Penelitian selanjutnya oleh Silvia et al (2022)

yang dilakukan SMPN 4 Sungai Penuh kabupaten Banjarmasin, menunjukkan peningkatan kepercayaan diri sebesar 31,88%, serta nilai signifikan yaitu 0,005.

Dari hasil temuan penelitian terdahulu tersebut terdapat perbedaan bahwa Teknik Psikodrama yang dilakukan oleh herwanto diberikan kepada siswa SMP sebagai sampel, sedangkan penelitian kali ini menggunakan siswa MA/setara dengan SMA. Penelitian lain yaitu kepercayaan diri mampu ditingkatkan melalui bimbingan konseling kelompok dengan menggunakan teknik Sosiodrama, dan *Role Play*, pada penelitian ini memakai bimbingan kelompok menggunakan teknik psikodrama karena sangat tepat menyelesaikan permasalahan individu yang berkaitan dengan kepribadian pada siswa, karena dapat membantu siswa memproyeksikan pikiran, meluapkan emosi-emosi, dan perasaan yang ia miliki berkaitan dengan permasalahan yang dihadapi melalui permainan peran yang ia lakukan maupun dalam menonton drama, entah itu emosi sedih, marah, dan bahagia.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, penulis tertarik untuk mengkaji dan melaksanakan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Bimbingan kelompok Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Siswa”**

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari penjelasan pada latar belakang masalah di atas, maka dapat dibuat rumusan masalah “Apakah bimbingan kelompok teknik psikodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri pada siswa?”

### **C. Tujuan**

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis dalam penelitian ini diharapkan mampu untuk menjadi referensi serta masukan bagi pengembangan dalam ilmu psikologi konseling dan ilmu pendidikan dalam menambah kajian-kajian pendidikan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa usia remaja.

#### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan motivasi terhadap proses peningkatan rasa percaya diri siswa serta keterbukaan diri siswa dalam kelas, peneliti berharap pula bagi sekolah pada penelitian kali ini bisa menjadi referensi terhadap bapak ibu dewan guru untuk mencapai tujuan serta agar bisa meningkatkan pola bimbingan dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa. Peneliti telah melanjutkan estafet penelitian untuk mengembangkan penelitian sesuai keadaan sesuai keadaan problematika penelitian kali ini.