

**BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Fahrur Rozi

18090000108

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG**

2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Fahrur Rozi
NIM : 18090000108
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswa

Malang, 27 Februari 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi

Dosen Pembimbing



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si



Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

**Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan
Diri Pada Siswa**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Fahrur Rozi
18090000108

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 30 Januari 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Sekretaris Penguji



Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji



Husnul Khotimah, S.Psi., M.A

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana.

Malang, 27 Februari 2025
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN ORSINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fahrur Rozi
Nomor Pokok : 18090000108
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Klinis
Judul Skripsi : Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Untuk
Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswa
Lokasi Penelitian : Kabupaten Pasuruan
Alamat Rumah Asal : Dsn. Jati Tengah, RT/02 RW/02, Ds. Mojotengah, Kec.
Sukorejo, Kab. Pasuruan
No. Telp/ Email : 085235409912 / rozitintamerah@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 27 Februari 2025



Fahrur ROZI

MOTTO

“Jadilah seperti pohon yang tumbuh dan berbuah lebat. Dilempar dengan batu,
tetapi membalasnya dengan buah”

-Abu Bakar As Siddiq-

“Jika satu-satunya alat yang Anda miliki hanyalah palu, Anda cenderung
akan melihat setiap permasalahan sebagai paku”

- Abraham H. Maslow-

“Yang penting bukan apakah kita menang atau kalah, Tuhan tidak mewajibkan
manusia untuk menang sehingga kalah pun bukan dosa, yang penting adalah
apakah seseorang berjuang atau tidak berjuang”

-Emha Ainun Nadjib-

LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

Kedua orang tuaku tercinta H. Masduqi S.Pd., M.Pd (Ayah) dan Warosatur Rosidah (Ibu) yang selalu memberikan doa, semangat, serta dukungan yang tiada hentinya untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai.

Teruntuk Istri yang penulis kasihi, Lailatul Ijmaliyah yang selalu perhatian, mencintai, menyemangati dan mendukung selalu, serta Ahmad Kafa Ihsani anak penulis yang selalu membuat semangat untuk menyelesaikan peneliian ini.

Teruntuk teman-temanku yang senantiasa menemani, membantu, dan menyemangati selama proses perkuliahan hingga terselesaikannya skripsi ini.

Tidak lupa juga untuk diri sendiri yang sudah mau berjuang dan bertanggung jawab hingga pada akhirnya berhasil menyelesaikan skripsi dengan baik.

Semoga Allah SWT selalu memberikan Ridho dan melimpahkan rezeki halal bagi

kita semua. Amin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan kemurahanNya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini sebagai syarat menempuh ujian akhir program studi jurusan S1 Psikologi yang berjudul “Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa” Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat tersusun dengan baik tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segenap kerendahan hati penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Prihat Assih, S.E., M.Si., Ak., CSRS selaku Rektor Universitas Merdeka Malang.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi W. S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang penulis ucapkan banyak terima kasih.
3. Bapak Muhammad Untung Manara, S.Psi., MA., Ph.D Selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
4. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog. Selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
5. Ibu Dellawati Supraba., S.Psi., M. Si selaku dosen wali angkatan 2018 Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
6. Ibu Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing utama dan Bapak Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si selaku CO dosen pembimbing yang senantiasa membimbing anak didiknya dengan penuh

7. kesabaran. Terima kasih untuk kritik dan saran yang membangun serta dukungan dan motivasi sehingga peneliti dapat memberikan yang terbaik dalam mengerjakan skripsi.
8. Bapak, Ibu Dosen dan Staff Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Terima kasih atas bimbingan ilmu yang diajarkan kepada penulis selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Unmer.
9. Terima kasih untuk keluarga penulis. Terutama Ayah dan Ibu yang senantiasa tidak putus-putusnya memberikan dukungan bagi penulis demi kelancaran penyelesaian skripsi ini.
10. Terima kasih untuk orang-orang yang peneliti banggakan Lailatul Ijmaliyah, Ega, Renia, Nanda, Cindy, Salsabila, Hafid, Agung yang sangat berperan dan selalu memberikan semangat serta kesabaran yang sangat amat banyak selama saya mengerjakan skripsi ini., dan Terima kasih untuk Mas Iqbal, Fitri, Intan, Wardah yang sudah memberikan bantuan dan memberikan semangat ketika penulis merasa kesulitan menyusun skripsi ini.
11. Terima kasih untuk teman-teman peneliti yaitu Gita, Salsabila, Derby, Dana, Rosyid dan teman-teman lain yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang sudah mendukung dan memberikan semangat untuk bisa menyelesaikan skripsi ini.
12. Terakhir terima kasih untuk diri sendiri, yang telah berjuang untuk bisa menyelesaikan skripsi ini, dengan penuh perjuangan. Terima kasih sudah menyelesaikan tanggung jawab yang besar dengan berani. Terima kasih

13. sudah bertahan sampai akhir, terima kasih telah membuat diri ini bangga dengan apa yang sudah dicapai.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT atas Ramat dan Hidayah nya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA”**. Dalam skripsi ini membahas terkait pengaruh bimbingan kelompok teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Maksud dan tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi tugas akhir guna memenuhi syarat dalam mendapatkan gelar sarjana psikologi.

Selama peneliti melakukan pengumpulan data dan penyusunan skripsi ini, banyak sekali hambatan yang terjadi, namun berkat bantuan dan dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, akhirnya skripsi ini dapat selesai dengan baik. Penulis juga menyadari bahwa tidak menutup kemungkinan di dalamnya terdapat kekurangan-kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak orang dan dapat berkontribusi positif dalam ilmu pengetahuan.

Malang, 27 Februari 2025



Fahrur Rozi

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN ORSINALITAS	iv
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMAKASIH	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
INTISARI.....	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BABI PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	7
A. Kepercayaan Diri	7
1. Pengertian Kepercayaan Diri	7
2. Aspek-aspek Kepercayaan Diri.....	8
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	9
B. Bimbingan Konseling Kelompok Teknik Psikodrama.....	12
1. Pengertian Bimbingan Kelompok.....	12
2. Manfaat Psikodrama.....	13
3. Komponen Dasar Psikodrama	14
C. Keterkaitan Kepercayaan Diri Siswa dengan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama.....	14
E. Hipotesis.....	16
BAB III METODE PENELITIAN.....	17
A. Identifikasi dan Operasional Variabel.....	17
1. Identifikasi Variabel Penelitian	17
2. Definisi Operasional Variabel Penelitian	17

B. Subjek Penelitian	18
1. Populasi.....	18
2. Sampel	19
3. Teknik Pengambilan Sampel	19
C. Teknik Pengumpulan Data.....	20
D. Desain Penelitian.....	24
E. Cara Analisis Data	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	27
A. Deskripsi Subjek	27
B. Kategorisasi Data.....	29
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur.....	31
D. Hasil Uji Hipotesis.....	32
E. PEMBAHASAN.....	34
BAB V PENUTUP	37
Kesimpulan	37
Saran	37
DAFTAR PUSTAKA.....	38
LAMPIRAN	40

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Tahap Perlakuan Psikodrama	21
Tabel 2 Skoring Skala Kepercayaan Diri Siswa Untuk Bicara di Depan Kelas	22
Tabel 3 Model Desain Quasy Eksperimen	24
Tabel 4 Data Demografi Populasi	27
Tabel 5 Deskripsi Pelaksanaan Eksperimen	28
Tabel 6 Rumus Skor Standar	30
Tabel 7 Kategorisasi Data Kepercayaan Diri pada Kelompok Eksperimen.....	30
Tabel 8 Kategorisasi Data Kepercayaan Diri Pada Kelompok Kontrol.....	31
Tabel 9 Data Demografi Populasi	32
Tabel 10 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Variabel Y.....	33
Tabel 11 Hasil Uji Perbandingan Antara Pretest dan Post-test pada Kelompok Eksperimen	33
Tabel 12 Hasil Uji Perbandingan Antara Pretest dan Post-test pada Kelompok Kontrol	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Hasil Survei Tingkat Kepercayaan Diri Siswa	2
Gambar 2 Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri	16

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian	41
Lampiran 2 Tabulasi Data Hasil Pretest	44
Lampiran 3 Tabulasi Data Hasil Posttest	46
Lampiran 4 Deskriptif Data, Uji Normalitas, Uji Hipotesis	48
Lampiran 5 Dokumentasi	51
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian	54
Lampiran 7 Informed Consent pada Sampel	56
Lampiran 8 Modul Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama	69
Lampiran 9 Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah	96
Lampiran 10 Surat Keterangan Kemiripan Hasil Turnitin.....	98
Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup.....	101

Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan

Diri Pada Siswa

Fahrur Rozi
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
rozitintamerah@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa . Penelitian ini dilaksanakan di MA Al Hikmatyrrahamanyah. Metode yang digunakan adalah Metode Quasy Eksperimental Design dengan tipe *Nonequivalent Pretest-Posttest Control Group Design*,. Sampel penelitian ini adalah 12 siswa kelas XI yang dipilih dengan teknik sampel *Purposive sampling* yang dikemudian di ambil 7 siswa mempunyai kepercayaan diri rendah dan 5 diantaranya mempunyai kepercayaan diri sedang . Hasil uji prasyarat dengan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa data sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal selanjutnya dilakukan Hasil pengujian hipotesis menggunakan uji t pada sig 0,05 menunjukkan bahwa t hitung yaitu 0,01 maka tolak H_0 yang berarti Teknik Psikodrama memiliki pengaruh yang signifikan untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa, ditandai dengan subjek sudah tidak merasa takut, cemas, tidak mudah terganggu konsentrasinya. Meski ada 2 sampel yang terbata-bata untuk menjelaskan. Pada pertemuan terakhir para sampel sudah merasa berani dan tidak merasa canggung lagi.

Kata kunci: Kepercayaan diri, Teknik Psikodrama

Group Guidance On Psychodrama Techniques To Increase Self-Confidence In

Students

Fahrur Rozi

Faculty of Psychology, Merdeka University of Malang rozitintamerah@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the influence of Psychodrama Engineering Group Guidance to increase confidence in students. This research was carried out at MA Al Hikmatyrrahamaniyah. The method used is the Quasy Experimental Design Method with the type of Nonequivalent Pretest-Posttest Control Group Design,. The sample of this study was 12 grade XI students who were selected using the Purposive sampling technique which was then taken 7 students had low confidence and 5 of them had medium confidence. The results of the prerequisite test with Kolmogorov-Smirnov showed that the sample data came from a normally distributed population, then the results of the hypothesis test using ujit at sig 0.05 showed that the t calculation was 0.01, then reject Ho which means that the Psychodrama Technique has a significant influence on increasing confidence in students, characterized by the subject no longer feeling afraid, anxious, Not easily disturbed by the concentration. Despite 2 samples that have faltered to explain. At the last meeting the samples already felt bold and didn't awkward anymore.

Keywords: self-confidence, Psychodrama Technic