

Analisis Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Role Playing Untuk Mengatasi Perasaan Tidak Percaya Diri Siswa Di SMA Dharma Patra P. Berandan

Nurbaini

UIN Sumatera Utara Medan

Email: nurbaini.18@icloud.com

Saiful Akhyar Lubis

UIN Sumatera Utara Medan

Email: saifulakhyarlubis@uinsu.ac.id

Abdul Aziz Rusman

UIN Sumatera Utara Medan

Email: abdulazizrusman@uinsu.ac.id

Jl. William Iskandar Pasar V Medan Estate

Abstract: *This research aims to find out: analyze whether there is an influence of group guidance services using role playing techniques on students' lack of self-confidence in class XI IPS 1 SMA Dharma Patra P. Berandan. The subjects of this research were 32 students of class XI IPS 1 Dharma Patra P. Berandan. The sampling technique used purposive sampling.*

The data for this research was taken using a self-confidence questionnaire with 30 valid and realistic questions, then the data was analyzed using the SPSS test. Pre-test data to overcome feelings of lack of self-confidence obtained an average score of 2.045. Meanwhile, post test data on self-confidence obtained an average score of 3.875. This means that the average score of students after receiving group guidance services using role playing techniques is higher than before receiving group guidance services using role playing techniques.

From data analysis it is obtained that $F_{count} = 15$ with $\alpha = 0.05$ while $F_{table} = 4$. From these data it can be seen that $F_{count} > F_{table}$ where $15 > 4$. This means that the hypothesis is accepted. Group guidance services using role playing techniques contributed 33.4% to increasing self-confidence for class XI IPS 1 Dharma Patra P. Berandan students. This shows that there is an influence of providing group guidance services using role playing techniques to overcome the lack of self-confidence of class XI IPS 1 Dharma Patra P. Berandan students or the hypothesis can be accepted.

Keywords: *Group Guidance, Role Playing Technique, Overcoming students' lack of self-confidence.*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : menganalisis apakah ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan Teknik role playing terhadap rasa tidak percaya diri siswa pada kelas XI IPS 1 SMA Dharma Patra P. Berandan. Subjek penelitian ini adalah siswa siswi kelas XI IPS 1 Dharma Patra P. Berandan yang berjumlah 32 siswa, adapun teknik pengambilan sample menggunakan purposive sampling.

Data penelitian ini diambil menggunakan angket rasa tidak percaya diri berjumlah 30 item pertanyaan yang telah valid dan reliable kemudian data dianalisis menggunakan uji SPSS. Data pre test mengatasi rasa tidak percaya diri diperoleh skor rata rata 2,045. Sedangkan data post test mengatasi rasa percaya diri diperoleh skor rata rata 3,875. Artinya skor rata rata siswa setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan Teknik role playing lebih tinggi daripada sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok menggunakan Teknik role playing.

Dari analisis data diperoleh $F_{hitung} = 15$ dengan $\alpha = 0,05$ adapun $F_{tabel} = 4$. Dari data tersebut terlihat bahwa $F_{hitung} > F_{tabel}$ dimana $15 > 4$. Artinya hipotesis diterima. Layanan bimbingan kelompok dengan Teknik role playing memberikan kontribusi sebesar 33,4% terhadap peningkatan kepercayaan diri terhadap siswa kelas XI IPS 1 Dharma Patra P. Berandan. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok menggunakan Teknik role playing untuk mengatasi rasa tidak percaya diri siswa kelas XI IPS 1 Dharma Patra P. Berandan atau hipotesis dapat diterima.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok, Teknik Role Playing, Mengatasi rasa tidak percaya diri siswa.

Received Juni 30, 2023; Revised Juli 30, 2023; Accepted September 19, 2023

*Nurbaini, nurbaini.18@icloud.com

PENDAHULUAN

Bimbingan dan konseling merupakan kemanusiaan secara ilmiah dan profesional yang diberikan oleh pembimbing kepada yang dibimbing (siswa) agar ia dapat berkembang secara optimal, yaitu mampu memahami diri sendiri, mengarahkan diri sendiri, dan mengaktualisasikan diri sesuai dengan tahap perkembangan, sifat-sifat, potensi yang dimiliki, dan latar belakang kehidupan serta lingkungannya sehingga tercapai kebahagiaan dalam kehidupannya (Satriah, 2016: 1).

Siswa SMA berada pada tahap remaja yaitu masa peralihan manusia dari anak-anak menuju dewasa dengan umur 12 sampai 21 tahun. Pada masa ini seorang remaja banyak mengalami perubahan fisik, seksual, psikologis, maupun perubahan sosial. Dimana remaja memiliki pemikiran pengenalan tentang siapakah diri mereka dan apa yang membuat diri mereka berbeda dari orang lain. Didalam menjalani masa remaja juga memiliki tugas perkembangan.

Havigust (dalam Muhammad Ali, 2008 : 171) mengemukakan bahwa tugas perkembangan remaja adalah tugas yang muncul pada saat atau sekitar satu periode tertentu dari kehidupan remaja dan jika berhasil akan menimbulkan fase bahagia dan kehidupan remaja dan jika berhasil akan menimbulkan fase bahagia dan membawa keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas berikutnya. Akan tetapi kalau gagal akan menimbulkan rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas.

Dalam mencapai tugas perkembangannya tidak semua remaja mampu melakukan dengan sempurna, ada berbagai kendala dalam mencapainya. Salah satu kendala di SMA diantaranya adalah masalah berhubungan dengan kepercayaan diri. sebagai seorang remaja khususnya pada usia SMA seharusnya memiliki kepercayaan diri dalam bersosialisasi yang baik. Tetapi kondisi yang terjadi pada saat ini justru sebaliknya.

Rasa percaya diri sangat berpengaruh terhadap bersosialisasi remaja disekolah maupun di lingkungan masyarakat. Kurang rasa percaya diri adalah suatu ketidakyakinan seseorang terhadap kepribadian yang dimiliki sehingga ia merasa kurang mampu untuk mencapai berbagai tujuan di dalam kehidupannya. Remaja yang tidak percaya diri biasanya disebabkan karena remaja tersebut tidak mendidik diri sendiri dan hanya menunggu orang melakukan sesuatu padadirinya.

Rasa kurang percaya diri ini kemudian menyebar ke hal-hal yang lain, misalnya malu berhubungan dengan orang lain, tidak percaya diri untuk tampil di muka umum, menarik diri, pendiam, malas bergaul dengan lawan jenis atau bahkan kemudian menjadi seorang yang pemarah, sinis dan sebagainya.

Nisarathana (dalam Nitasari, 2001) mengatakan bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri yang dimiliki remaja maka semakin baik pula kemampuan dalam berinteraksi sosial dengan teman teman dan lingkungan sekitarnya. Sebaliknya, remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah maka dapat diketahui kemampuan mereka dalam berinteraksi dengan teman teman dan lingkungan sekitarnya kurang baik.

Sebaliknya, remaja yang memiliki tingkat percaya diri yang rendah maka dapat diketahui kemampuan mereka dalam berinteraksi dengan teman teman lingkungan sekitarnya kurang baik. Di dalam kepercayaan diri terdapat beberapa faktor yaitu : Konsep diri, harga diri, kondisi fisik, pengalaman hidup dan lingkungan, pendidikan.

Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa). bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok membahas masalah masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial. Mereka memperoleh berbagai bahan dari guru BK yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat, serta dapat dipergunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan.

KAJIAN TEORI

1. Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (dalam Sayondari, 2002) "kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan- tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan dirisendiri".

Lauster(dalam Sayondari, 2002)"menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira".

Menurut Taylor (dalam Rahmawati, 2011) rasa percaya diri (self confidence) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu. Dengan kata lain, kepercayaan diri adalah bagaimana kita merasakan tentang diri kita sendiri, dan perilaku kita akan merefleksikan tanpa kita sadari. Kepercayaan diri bukan merupakan bakat (bawaan), melainkan kualitas mental, artinya kepercayaan diri merupakan pencapaian yang dihasilkan dari proses pendidikan atau pemberdayaan.

Sejalan dengan Loekmono (dalam Rahmawati, 2007), mengemukakan kepercayaan diri adalah sikap positif seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.

2. Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan atau bimbingan kepada individu atau siswa melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas, dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu atau siswa yang menjadi peserta layanan. Dalam layanan bimbingan kelompok dibahas tentang topik-topik umum yang menjadi kepe dulian bersama anggota kelompok, dibahas dalam suasana dinamika kelompok secara intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan pemimpin kelompok.

Menurut Hartinah (209: 104) layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sekelompok orang (konseli) dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memperoleh informasi dan pemahaman baru dari permasalahan yang dibahas. Dinamika kelompok adalah kondisi atau suasana ayang hidup, bergerak, berkembang ditandai dengan adanya interaksi dan komunikasi antar sesama anggota kelompok untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Mungin (2004: 17) mengemukakan bahwa layanan bimbingan kelompok, yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing) dan membahas secara bersama-sama pokok bahasan tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman individu maupun sebagai pelajar, untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

Bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa). Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok membahas masalah- masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah. sosial. Mereka memperoleh berbagai bahan dari Guru Pembimbing yang bermanfaat untuk kehidupan sehari- hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat, serta dapat dipergunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan.

Dalam layanan tersebut, para siswa dapat diajak untuk bersama-sama mengemukakan pendapat tentang sesuatu dan membicarakan topiktopik penting, mengembangkan nilai-nilai tentang hal tersebut dan mengembangkan langkah- langkah bersama untuk menangani

permasalahan yang dibahas dalam kelompok.

Bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa). Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok membahas masalah- masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah. sosial. Mereka memperoleh berbagai bahan dari Guru Pembimbing yang bermanfaat untuk kehidupan sehari- hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat, serta dapat dipergunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan.

Dalam layanan tersebut, para siswa dapat diajak untuk bersama-sama mengemukakan pendapat tentang sesuatu dan membicarakan topiktopik penting, mengembangkan nilai-nilai tentang hal tersebut dan mengembangkan langkah- langkah bersama untuk menangani permasalahan yang dibahas dalam kelompok.

3. Teknik Role Playing

Menurut Bennet dalam Romlah (2002:48) mengemukakan bahwa permainan peran adalah suatu alat belajar yang menggambarkan keterampilan- keterampilan dan pengertian- pengertian mengenai hubungan antar manusia dengan jalan memerankan situasi-situasi yang parallel dengan yang terjadi dalam kehidupan yang sebenarnya.

Menurut Winataputra (dalam Udin Saripudin, 1977: 91) menyatakan bahwa "Role Playing berarti memainkan satu peran tertentu sehingga yang bermain tersebut harus mampu berbuat (berbicara dan bertindak), seperti peran yang dimainkannya". Selain itu Martinis Yamin(2009: 152) juga mengemukakanrole playing adalah metode yang melibatkan interaksi antara dua siswa atau lebih tentang suatu topik atau situasi".

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa Role Playing adalah suatu metode pembelajaran bimbingan dan konseling kelompok yang dilakukan secara sadar dan diskusi tentang peran dalam kelompok. Role playing pada dasarnya mendramatisasi tingkah laku dalam mengembangkan perilaku solidaritas. Metode role playing juga melibatkan interaksi antara dua siswa atau lebih tentang suatu topik atau situasi yang diperankan.

Jadi berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa teknik role playing adalah permainan gerak yang bersifat sosiologis yang dilakukan dengan pengembangan imajinasi, penghayatan, dan di dalamnya terdapat tujuan dan aturan, serta berkaitan dengan pendidikan yang dapat digunakan untuk alat belajar dalam mengembangkan keterampilan-keterampilan dan pengetahuan- pengetahuan mengenai hubungan antar manusia yang terjadi di dalam kehidupan sebenarnya

METODE PELAKSANAAN

1. Observasi

Menurut Hadi, 1986 (Hikmawati, 2017) mengemukakan bahwa observasi merupakan suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis. Dengan observasi yang dilakukan oleh peneliti, peneliti dapat mengetahui apa yang terjadi ditempat tersebut.

2. Wawancara

Menurut Hikmawati (2017) Wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui Tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu.

3. Angket

Menurut Hikmawati (2017) Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau dilakukan tertulis kepada responden untuk dijawab.

Untuk memperoleh data yang sesuai dalam penelitian ini, maka digunakan lah alat atau instrument penelitian. Dalam penelitian ini, instrument yang digunakan adalah angket. Angket digunakan untuk memperoleh data yang sesuai dalam penelitian yang dibagikan kepada siswa sebagai subjek penelitian. Angket merupakan Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan/ pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya

PEMBAHASAN DAN HASIL

Dari hasil yang telah dipaparkan sebelumnya, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Bimbingan kelompok menggunakan Teknik role playing dapat mengubah kepercayaan diri siswa. Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa). Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah. sosial. Mereka memperoleh berbagai bahan dari Guru Pembimbing yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat, serta dapat dipergunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan. Dalam bimbingan tersebut, para siswa dapat diajak untuk bersama-sama mengemukakan pendapat tentang sesuatu dan membicarakan topik-topik penting, mengembangkan nilai-nilai tentang hal

- tersebut dan mengembangkan langkah-langkah bersama untuk menangani permasalahan yang dibahas dalam kelompok.
2. Bimbingan kelompok menggunakan Teknik role playing dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk mengubah rasa tidak percaya diri siswa. Seperti yang telah dijabarkan pada penjelasan di atas, kepercayaan diri terbentuk secara bertahap membentuk sebuah proses. Dalam prosesnya, tidak sedikit remaja yang mengalami kesulitan. Kesulitan pembentukan kepercayaan diri ini dapat terjadi karena dukungan dari lingkungan sosial dan keberfungsian sosialnya yang kurang mengembangkan kepercayaan diri pada remaja. Permasalahan tidak percaya diri akan menghambat perkembangannya dalam bersosialisasi, mengembangkan potensi yang ia miliki, mengenal dirinya sendiri, dan tugas perkembangan lainnya. Permasalahan tidak percaya diri ini diketahui merupakan akibat dari adanya pikiran-pikiran negatif (distorsi kognitif) yang berdampak pada perilaku remaja.
 3. Bimbingan konseling kelompok menggunakan Teknik role playing mampu membuat siswa memahami kemampuan dalam dirinya dan dapat mengeksplornya sehingga siswa menjadi percaya diri. Role Playing adalah suatu metode pembelajaran bimbingan dan konseling kelompok yang dilakukan secara sadar dan diskusi tentang peran dalam kelompok. Role playing pada dasarnya mendramatisasi tingkah laku dalam mengembangkan perilaku solidaritas. Metode role playing juga melibatkan interaksi antara dua siswa atau lebih tentang suatu topik atau situasi yang diperankan.

KESIMPULAN

Jadi berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa teknik role playing adalah permainan gerak yang bersifat sosiologis yang dilakukan dengan pengembangan imajinasi, penghayatan, dan di dalamnya terdapat tujuan dan aturan, serta berkaitan dengan pendidikan yang dapat digunakan untuk alat belajar dalam mengembangkan keterampilan-keterampilan dan pengetahuan-pengetahuan mengenai hubungan antar manusia yang terjadi di dalam kehidupan sebenarnya.

Hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah Data pre test mengatasi rasa tidak percaya diri diperoleh skor rata rata 2,045. Sedangkan data post test rasa percaya diri diperoleh skor rata rata 3,875. Artinya skor rata rata siswa setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan Teknik role playing lebih tinggi daripada sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok menggunakan Teknik role playing. Dari analisis data diperoleh $F_{hitung} = 15$ dengan $\alpha = 0,05$ adapun $F_{tabel} = 4$. Dari data tersebut terlihat bahwa $F_{hitung} >$

F_{tabel} dimana $15 > 4$. Artinya hipotesis diterima. Layanan bimbingan kelompok dengan Teknik role playing memberikan kontribusi sebesar 33,4% terhadap peningkatan kepercayaan diri terhadap siswa kelas XI IPS 1 Dharma Patra P. Berandan. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok menggunakan Teknik role playing untuk mengatasi rasa tidak percaya diri siswa kelas XI IPS 1 SMA Dharma Patra P. Berandan atau hipotesis dapat diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Lilis Stariah (2018). *Panduan Bimbingan dan Konseling Pendidikan*. Yogyakarta: Fokus Media
- Rifai, N. M. (2018). Efektivitas Teknik Diskusi Kelompok untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas X SMAN 6 KEDIRI TAHUN AJARAN 2016 / 2017 Oleh : NUR MUHAMAD RIFAI Dibimbing oleh : SURAT PERNYATAAN ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2018. *Simki-Pedagogia*
- Mufidah, L., & Nursalim, M. (2008). *Penggunaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Minat belajar Siswa*.
- Prayitno. (2013). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: PT Andi Offset.
- Hamid, I. (2018). "Penerapan Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK Negeri 8 Makassar." *Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial*
- Romlah, T. (2021). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: UNM. Ali
- Mohammad, Asrori Mohammad. 2008. *Psikologi Remaja Perkembangan PesertaDidik*. Jakarta : Bumi Aksara
- Rifai, N. M. (2018). Efektivitas Teknik Diskusi Kelompok untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas X SMAN 6 KEDIRI TAHUN AJARAN 2016 / 2017 Oleh : NUR MUHAMAD RIFAI Dibimbing oleh : SURAT PERNYATAAN ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2018. *Simki-Pedagogia*
- Murdani, V. A., & Rahmanawati, F. Y. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Minat Belajar Siswa Terhadap Mata Pelajaran IPS DI SMPK MARIA FATIMA JEMBER. *Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*
- Narti, S. (2014). *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Puspawan, Y. E., & Soesilo, T. D. (2019). Peningkatan Minat Belajar Siswa Kelas IX Melalui Layanan Bimbingan Kelompok. *Jurnal Mimbar Ilmu*,24(1)
- Djaali. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Fatmawati, R., & Rozin, M. (2018). Peningkatan Minat Belajar Siswa dengan Menggunakan Metode Ceramah Interaktif. *Factor M*