

**PENGGUNAAN BIBLIOTERAPI UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS VII SMP NEGERI 139 JAKARTA**
(Studi Eksperimen di SMP Negeri 139 Jakarta Timur)

Mira Audira Fitriannisa

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh penggunaan biblioterapi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMP Negeri 139 Jakarta. Metode penelitian yang digunakan pre-eksperimen (*one group pre-test post test*). Sampel penelitian diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Siswa yang menjadi sampel penelitian ini berjumlah 6 orang, diperoleh melalui hasil *pre-test* di kelas VII-5 SMP Negeri 139 Jakarta yang memiliki skor kepercayaan diri rendah. Uji coba instrumen dilakukan terhadap 72 responden. Pengujian perhitungan validitas instrumen diolah dengan menggunakan *Statistical Package for The Social Sciences* (SPSS). Hasil perhitungan validitas diperoleh 59 butir item valid dan 9 butir item tidak valid, sedangkan reliabilitas instrumen dihitung dengan menggunakan rumus *Alpha* menunjukkan 0,71 yang berarti instrumen termasuk dalam kategori reliabel. Teknik analisis data untuk pengujian hipotesis menggunakan *Wilcoxon Matchs Pair*. Hasil uji hipotesis dilakukan dengan bantuan program SPSS 20.0 for windows yang menunjukkan bahwa nilai Asymp. Sig sebesar 0.028, yang berarti lebih kecil dari nilai signifikansi α 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak H_1 diterima. Skor rata-rata peningkatan kepercayaan diri siswa yang mendapatkan perlakuan dengan biblioterapi mengalami peningkatan sebesar 36 poin. Sebelum dilakukan perlakuan skor keseluruhan siswa 157 poin, dan setelah perlakuan mendapatkan skor keseluruhan sebesar 193 poin. Implikasi dari penelitian ini adalah, penggunaan biblioterapi membuat siswa mendapat pemahaman-pemahaman baru, pandangan-pandangan baru, cara pemecahan masalah baru dan mampu mengembangkan penilaian positif terhadap diri siswa. Saran untuk guru BK di sekolah, sekiranya dapat menggunakan biblioterapi sebagai salah satu alternatif untuk mengatasi permasalahan kepercayaan diri yang rendah. Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat mencoba teknik lainnya untuk menunjang penelitian dengan biblioterapi dan penggunaan literatur dalam kegiatan penelitian berikutnya diharapkan dapat lebih beragam untuk menambah wawasan dan informasi siswa.

Kata kunci: Kepercayaan diri, biblioterapi

**THE EFFECT OF USING BIBLIOTHERAPY IN INCREASING SELF
CONFIDENCE ON 7th GRADE STUDENT IN SMP NEGERI 139 JAKARTA**

(Pre-Experimental Studies on 7th Grade Student
in SMP Negeri 139 Jakarta)

Mira Audira Fitriannisa

ABSTRACT

The purpose of the research was to obtain empirical data about the effect of using bibliotherapy in order to increase self confidence on 7th grade students in SMP Negeri 139 Jakarta. The method used was one group pretest-post test design. Samples taken in this research was using purposive sampling technique. 6 students was selected to had treatment, based from the result of netting in class VII-5 SMP Negeri 139 Jakarta whose had low self confidence. Instrument testing was conducted on 72 respondents. Testing the validitiy of the instrument calculation was processed using Statistical Package for The Social Sciences (SPSS). The result of validity calculation pronounced that 59 grains of item were valid and 9 grains of item were not, whereas the reliability of the instrument was calculated using the Alpha formula indicated 0,71 which mean the instrument was included into reliable category. Data analysis technique intended to hypotesis was using Wilcoxon Match Pairs. The result of hypotesis testing was executed with the help of SPSS 20.0 for windows program which was indicated that the Asymp.sig point of 0,028 which mean smaller than significant value α 0,005, so that it can be concluded that H_0 was rejected and H_1 was accepted. Student who received treatment using bibliotherapy techniques increase a score by 36 points. Before the treatment, the whole score was 157 points, and after the treatment the whole score increase up to 193 points. The implication of this study is, the use of bibliotherapy make students had a new insights, new perspectives, new ways of solving the problem and are able to develop a positive mind of the students. Recommendation for counseling teacher at school, bibliotherapy can be use for an alternative to overcome the problems of low self confidence, and for further research are expected to try other techniques to support research with bibliotherapy and the use of literature in next research activities expected to be more diverse to add insight and student information.

Keyword: Self Confidence, Bibliotherapy