

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu hal yang mendasar dalam upaya meningkatkan kecerdasan, mengembangkan keterampilan, membentuk karakter positif, memperkuat kepribadian, serta menumbuhkan semangat kebersamaan sebagai landasan untuk pengembangan diri dan kontribusi kolektif dalam pembangunan bangsa (Nurhuda, 2022). Sesuai dengan Undang-undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab II Pasal 3, yaitu pendidikan nasional bertujuan untuk pengembangan potensi siswa agar dapat menjadi individu yang beriman serta bertaqwa kepada Tuhan YME, memiliki akhlak yang mulia, sehat jasmani dan rohani, berwawasan, terampil, kreatif, berdikari dan menjadi warga yang menjunjung tinggi demokrasi serta bertanggung jawab.

Di dalam kehidupan manusia, pendidikan memegang peranan yang sangat krusial. Proses pendidikan memungkinkan terjadinya transformasi pada setiap orang, baik dalam hal pengetahuan, sikap, maupun perilaku. Pendidikan memiliki fungsi sebagai fasilitas untuk membantu siswa mengembangkan potensi diri sehingga mampu beradaptasi dengan lingkungan melalui proses komunikasi dan interaksi sosial. Selain itu, pendidikan memiliki peran strategis dalam pembentukan karakter yang dapat mendorong siswa untuk mengembangkan kualitas diri dan menumbuhkan rasa percaya diri (Novita & Sumiarsih, 2021).

Kepercayaan diri menjadi suatu bagian terpenting dalam proses perkembangan remaja, khususnya siswa SMA yang sedang berada dalam fase eksplorasi identitas dan pemantapan arah masa depan. Masa remaja dimulai pada sekitar usia 13-16 tahun dan berakhir sekitar usia 16-18 tahun (Hurlock, 2015). Pada masa remaja, individu mengalami berbagai perubahan yang terjadi secara cepat, sehingga kondisi psikologisnya cenderung tidak stabil dan dipengaruhi oleh emosi yang fluktuatif (Halik & Rakasiwi, 2020). Masa remaja merupakan fase perkembangan yang penuh dengan tantangan, salah satunya

adalah pembentukan kepercayaan diri. Kepercayaan diri penting untuk membantu siswa menghadapi tekanan sosial, akademik, maupun emosional.

Menurut Lauster (2002) kepercayaan diri merupakan sebagian dari dimensi kepribadian yang menggambarkan keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang ada pada dirinya, sehingga ia sukar dipengaruhi oleh pihak lain dan mampu melakukan sesuatu sesuai dengan kehendaknya, serta menunjukkan sikap bahagia, optimis, toleran, dan bertanggung jawab. Menurut Sagita, Rahardjo, & Hidayati (2020) kepercayaan diri ialah bentuk keyakinan baik yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri atas segala hal yang ada pada dirinya baik kekurangan maupun kelebihan, serta memiliki pengaruh yang signifikan terhadap berbagai aktivitas dalam kehidupannya. Individu yang memiliki percaya diri yang tinggi akan lebih bisa mengemukakan pendapat, mengambil keputusan, serta berinteraksi secara efektif. Kepercayaan diri yang positif berkontribusi terhadap keberhasilan akademik, kemampuan sosial, serta kesehatan mental yang lebih baik. Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri dapat menghambat potensi siswa, meningkatkan kecemasan sosial, serta berdampak pada perilaku menyimpang dan prestasi belajar yang rendah (Ghufron & Suminta, 2010).

Fenomena rendahnya kepercayaan diri terlihat dalam perilaku seperti ragu mengemukakan pendapat, mudah terpengaruh teman sebaya, takut bercakap di depan umum, dan merasa rendah diri. Jika dibiarkan, kurangnya kepercayaan diri dapat menghambat prestasi akademik, hubungan sosial, bahkan perkembangan pribadi siswa (Hurlock, 2015). Menurut Mahardhani (2020) siswa dengan kondisi kepercayaan diri yang tinggi cenderung menunjukkan inisiatif, kreatifitas, serta sikap optimis terhadap masa depan. Selain itu, mereka bisa mengenali kelebihan serta kekurangan diri, berpikir positif, serta memandang setiap permasalahan sebagai sesuatu yang memiliki solusi dan dapat diselesaikan. Rendahnya rasa percaya diri pada siswa tidak hanya dapat menimbulkan masalah bagi siswa tetapi juga bagi lembaga pendidikan dan dalam penerapan kurikulum yang efektif (Akbari & Sahibzada, 2020).

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa terdapat masih banyak remaja termasuk siswa SMA yang mengalami rendahnya kepercayaan diri. Sebuah hasil penelitian Kadek Suhardita dalam (Saputra & Prasetiawan, 2018) tentang percaya diri, menunjukkan bahwa sebanyak 2,17% sampel mempunyai rasa percaya diri dalam kategori sangat tinggi, 22,46% sampel mempunyai rasa percaya diri dalam kategori tinggi, 57,97% sampel mempunyai rasa percaya diri dalam kategori sedang, 13,77% sampel mempunyai rasa percaya diri dalam kategori rendah, dan 3,62% sampel mempunyai rasa percaya diri dalam kategori sangat rendah. Hal itu juga didukung oleh hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui penyebaran angket kepercayaan diri kepada 37 siswa kelas XI di SMAN "X" Kab. Tangerang, diperoleh gambaran mengenai kondisi kepercayaan diri siswa. Angket tersebut mencakup lima aspek, yaitu percaya pada kemampuan diri, bertanggung jawab, optimis, rasional dan realistis, serta objektif, yang kemudian dikategorikan menjadi dua kategori, yaitu "rendah" dan "tinggi". Hasilnya menunjukkan bahwa 20 siswa atau sekitar 54% berada pada kategori kepercayaan diri "rendah". Kemudian dari kelima aspek yang diukur, empat di antaranya, yaitu aspek percaya pada kemampuan diri, bertanggung jawab, optimis, dan objektif berada dalam kategori "rendah". Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum tingkat kepercayaan diri siswa cenderung rendah.

Meskipun demikian, kepercayaan diri tidak selalu merupakan karakteristik umum yang meliputi seluruh aspek kehidupan. Terkadang individu akan memiliki beberapa bidang dalam kehidupan mereka di mana mereka merasa cukup percaya diri, namun di bidang yang lain mereka tidak merasa percaya diri. Misalnya dalam bidang akademis atau atletik mereka merasa percaya diri, bisa jadi pada saat yang sama mereka tidak merasa percaya diri dalam bidang penampilan pribadi atau hubungan sosial (Goel & Anggarwal, 2012).

Dalam konteks pendidikan, kepercayaan diri siswa tidak hanya berhubungan dengan keberanian dalam mengemukakan pendapat di kelas, tetapi juga memengaruhi inisiatif belajar, keterlibatan dalam kegiatan organisasi, hingga kesiapan menghadapi tantangan akademik. Guru Bimbingan

dan Konseling sebagai bagian integral dari sistem pendidikan memiliki peran strategis dalam mengembangkan kepercayaan diri siswa melalui intervensi yang tepat sasaran. Bimbingan kelompok menjadi salah satu layanan ideal yang dapat diberikan oleh guru Bimbingan dan Konseling. Bimbingan kelompok ialah salah satu upaya pemberian bantuan kepada siswa melalui dinamika kelompok untuk membahas permasalahan tertentu dan menemukan solusinya bersama-sama (I. Hasanah, Sa'idah, Fakhriyani, & Aisa, 2022).

Bimbingan kelompok ialah salah satu jenis layanan BK yang memiliki tujuan untuk membantu murid dalam situasi kelompok guna pengembangan diri dalam menjalin hubungan dengan sesama serta meningkatkan kecakapan dalam berkomunikasi (Hikmawati, 2016). Melalui bimbingan kelompok murid bisa memahami materi juga mampu mengekspresikan diri dengan positif (Pranoto, 2016). Bimbingan kelompok dinilai lebih efektif dibandingkan bimbingan klasikal atau layanan BK lainnya dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa karena karakteristiknya yang menekankan interaksi sosial dan dinamika kelompok. Melalui bimbingan kelompok murid bukan hanya menerima informasi, tetapi juga terlibat aktif selama proses pembelajaran sosial yang memungkinkan mereka belajar dari pengalaman diri sendiri maupun pengalaman anggota kelompok lainnya (Dewi Astuti, 2019).

Bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri dapat diselenggarakan dengan memanfaatkan berbagai macam teknik, seperti sosiodrama, *role playing*, *modelling*, diskusi kelompok, dll. Penerapan teknik tersebut memiliki beragam fungsi, salah satunya adalah membantu dalam memfokuskan aktivitas kelompok pada tujuan yang hendak dicapai dalam suasana yang kondusif, sehingga proses pemberian layanan menjadi lebih menarik dan tidak membosankan (Pranoto, 2016).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa peningkatan kepercayaan diri siswa dapat dilakukan melalui beragam teknik dalam layanan bimbingan dan konseling. Teknik *role playing* terbukti membantu siswa meningkatkan keberanian dalam berkomunikasi dan mengekspresikan diri (Jamaluddin, Pandang, & Saman, 2023). Selain itu, teknik *modeling* dapat meningkatkan kepercayaan diri melalui proses pengamatan terhadap perilaku positif yang

ditampilkan model (Sari, Ulfa, & Mawaddati, 2023). Teknik *assertive training* juga diketahui efektif dalam membantu siswa mengembangkan keberanian menyampaikan pendapat dan mempertahankan hak-haknya secara tepat (Husniah & Seliarti, 2018). Disamping itu, konseling kelompok dan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) telah banyak digunakan untuk membantu siswa mengubah pola pikir negatif yang menjadi salah satu penyebab rendahnya kepercayaan diri (Nurhidayah, Wibowo, & Purwanto, 2022). Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa terdapat berbagai alternatif intervensi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Meskipun berbagai teknik tersebut terbukti efektif, peneliti memilih teknik sosiodrama karena karakteristiknya yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengalami secara langsung situasi sosial melalui bermain peran. Melalui proses tersebut siswa tidak hanya memperoleh pemahaman secara kognitif, tetapi juga kesempatan untuk melatih keberanian, komunikasi, ekspresi diri, serta interaksi sosial dalam suasana kelompok yang mendukung. Oleh karena itu, teknik sosiodrama dipandang sesuai dengan karakteristik permasalahan kepercayaan diri yang ditemukan pada siswa SMAN "X" Kabupaten Tangerang.

Penelitian yang dilakukan oleh Sengga et al. (2023) menunjukkan bahwa sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, sebagian siswa SMA Hang Tuah 4 Surabaya memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok, 6 (enam) dari 8 (delapan) siswa mengalami peningkatan kategori kepercayaan diri dari rendah menjadi sedang, dan 2 (dua) siswa lainnya meningkat dari rendah menjadi tinggi. Hasil uji *Wilcoxon* memperlihatkan nilai signifikansi 0,012 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya pengaruh yang berarti dari bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama terhadap peningkatan kepercayaan diri. Hasil ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama tepat guna dalam meningkatkan rasa percaya diri.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh A. Hasanah et al. (2023) menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan bimbingan kelompok,

tingkat kepercayaan diri siswa berada pada rata-rata skor 62,20. Setelah mendapatkan perlakuan dengan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama, siswa mengalami peningkatan skor kepercayaan diri siswa menjadi 71,30. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa siswa menjadi lebih percaya diri dalam berinteraksi dan menjalankan aktivitas sehari-hari. Secara keseluruhan, terdapat kenaikan skor sebesar 9,10 poin pada hasil layanan bimbingan kelompok di SMA Negeri 7 Cirebon yang bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, sehingga capaian tujuan bimbingan kelompok tersebut dikategorikan dalam kriteria “Baik”.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan efektivitas bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama terhadap peningkatan rasa percaya diri siswa. Namun penelitian tersebut tidak menunjukkan bahwa bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama bisa efektif pada semua sekolah atau tempat penelitian, karena tiap sekolah atau tempat penelitian memiliki karakteristik siswa, budaya belajar, dan pola interaksi sosial yang berbeda. Oleh karena itu, penelitian ini pada dasarnya memiliki tujuan untuk menguji secara empiris pengaruh bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa di SMAN “X” Kab. Tangerang, dengan harapan dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan potensi siswa dan peningkatan kualitas pendidikan di sekolah tersebut.

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk meneliti permasalahan tentang kepercayaan diri. Sehingga peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Sosiodrama Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Di SMAN “X” Kabupaten Tangerang”.

B. Identifikasi Masalah

Merujuk pada penjelasan latar belakang masalah, maka teridentifikasi beberapa masalah diantaranya adalah:

1. Terdapat siswa kelas XI di SMAN “X” Kab. Tangerang yang tingkat kepercayaan dirinya rendah.
2. Rendahnya kepercayaan diri siswa berdampak pada kurangnya partisipasi siswa dalam kegiatan akademik dan sosial.
3. Layanan bimbingan kelompok di sekolah belum sepenuhnya dimanfaatkan secara optimal untuk mengatasi masalah kepercayaan diri
4. Terdapat kebutuhan untuk mengeksplorasi metode bimbingan yang lebih efektif terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa.
5. Belum diketahui secara pasti pengaruh bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa di SMAN “X” Kabupaten Tangerang.

C. Pembatasan Masalah

Merujuk pada latar belakang dan identifikasi masalah, kemudian peneliti menetapkan batasan masalah untuk menjaga agar penelitian tetap berada dalam ruang lingkup yang sesuai dengan topik yang akan dikaji. Pembatasan masalah dalam penelitian ini difokuskan pada “Pengaruh Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Sosiodrama Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Di SMAN “X” Kab. Tangerang”.

D. Perumusan Masalah

Merujuk pada hasil identifikasi dan pembatasan masalah, maka perumusan masalah dalam penelitian ini disusun berupa “Apakah bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa?”

E. Tujuan Umum Penelitian

Merujuk pada perumusan masalah yang telah disampaikan, maka tujuan pada penelitian ini, yaitu:

1. Mendeskripsikan tingkat kepercayaan diri siswa sebelum diberi perlakuan menggunakan teknik sosiodrama.
2. Mendeskripsikan tingkat kepercayaan diri siswa setelah diberikan perlakuan menggunakan teknik sosiodrama.
3. Mengetahui pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa di SMAN “X” Kab. Tangerang.

F. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memperkaya khasanah keilmuan dalam bidang BK yang berfokus pada permasalahan peserta didik di sekolah, secara khusus mengenai kepercayaan diri, serta memberikan dampak yang baik dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa.

2. Kegunaan Praktis

a. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang lebih menyeluruh mengenai masalah kepercayaan diri pada siswa sehingga dapat menjadi alternatif pendekatan yang inovatif bagi sekolah dalam membantu siswa yang mengalami permasalahan kepercayaan diri.

b. Bagi Guru BK

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau alternatif pilihan bagi guru BK untuk berupaya dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui format layanan bimbingan kelompok.

c. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan bisa meningkatkan kepercayaan diri siswa dan mampu memberikan dampak yang baik pada diri siswa dalam rentang waktu yang panjang.

d. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini bisa menjadi sumber informasi dan rujukan yang bermanfaat untuk peneliti berikutnya yang memiliki ketertarikan serta ingin mengkaji lebih mendalam mengenai permasalahan kepercayaan diri siswa.

