

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Daradjat (dalam Rijal, 2016) masa remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Dalam masa perkembangan remaja harus mampu berinteraksi dengan baik dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya, baik itu lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Salah satu keberhasilan remaja dalam tugas perkembangan adalah memiliki kepercayaan diri dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, mampu mengeksplor potensi yang dimilikinya.

Dalam masa eksplorasi ini, kepercayaan diri remaja berperan penting dalam aktualisasi diri, yaitu dengan mengeksplor segala kemampuan yang dimiliki oleh remaja. Menurut Ratu (2019) Dengan percaya diri remaja mampu mengenal dan memahami diri sendiri, rasa percaya diri ini pun merupakan sebuah modal dalam mencapai kesuksesan remaja dalam menjalani mimpinya. Oleh sebab itu kepercayaan diri sangat dibutuhkan oleh individu dalam menjaslani hidupnya. Menurut Sigit., dkk, (2014) Rendahnya kepercayaan diri seseorang menyebabkan dirinya menjadi tergantung dengan orang lain dan tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya.

Mastuti (dalam Suryani, 2018) mengemukakan Kepercayaan diri merupakan sikap positif dari seorang individu untuk kemampuan diri, dalam mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapi. Sikap positif yang di maksud merupakan sikap optimis dalam melakukan segala hal, percaya akan kemampuan dirinya. Sementara itu Dariyo, dkk

(dalam Asrullah, 2017) mengatakan bahwa orang yang percaya diri biasanya memiliki ciri mempunyai inisiatif, kreatif dan optimis terhadap masa depan, mampu menyadari kelemahan dan kelebihan diri sendiri, berpikir positif dan menganggap semua permasalahan pasti ada jalan keluarnya.

Sedangkan Hakim (dalam Deni & Ifdil, 2016) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Asrullah (2017) juga mengemukakan bahwa kepercayaan diri adalah kunci motivasi diri. Tingkat kepercayaan diri yang baik memudahkan pengambilan keputusan dan melancarkan jalan untuk mendapatkan teman, membangun hubungan, dan membantu kita mempertahankan kesuksesan dalam pembelajaran ataupun pekerjaan.

Menurut Lauster (2012) 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 dengan keinginan tanpa terpengaruh oleh lain dan tanggung jawab atas perbuatannya, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lebih jauhnya Lauster (dalam Heris, 2012) menyatakan terdapat beberapa karakteristik untuk menilai kepercayaan diri individu, diantaranya: (a) Percaya kepada kemampuan sendiri, (b) Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, (c) Memiliki konsep diri yang positif, (d). Berani mengungkapkan pendapat.

Adler (dalam Alwisol, 2009) menyatakan bahwa kebutuhan manusia yang paling penting adalah kebutuhan akan rasa percaya diri dan rasa superioritas. Rasa

percaya diri juga dapat diartikan sebagai suatu kepercayaan terhadap diri sendiri yang dimiliki setiap orang dalam kehidupan serta bagaimana orang tersebut memandang dirinya secara utuh dengan mengacu pada konsep dirinya. Mulwati, (2017) mengungkapkan sikap seseorang yang memiliki rasa percaya diri rendah antara lain; selalu dihindangi dengan rasa keragu-raguan, mudah cemas, tidak yakin, cenderung menghindar, tidak punya inisiatif, mudah patah semangat, tidak berani tampil didepan banyak orang dan gejala kejiwaan lainnya yang nantinya akan menghambat seseorang tersebut untuk berbuat sesuatu.

Nujwari & Yari (2019) mengatakan seseorang yang memiliki rasa percaya diri rendah cenderung memiliki resiko atau kurang optimal dalam mengerjakan tugas. Berbanding terbalik dengan seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan mampu menyelesaikan segala tugas dengan baik dan secara optimal. Sementara itu dalam proses belajar mengajar Andana (2016) mengatakan bahwa siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah, maka diduga dalam merespon segala sesuatu siswa akan merasa ragu dan pesimis. Dalam hal ini kepercayaan diri sangatlah penting dimiliki oleh setiap individu untuk keberlangsungan hidupnya, namun rasa percaya diri ini tidak dapat timbul dengan begitu saja melainkan timbul karena adanya sebuah proses. Untuk menjadi seseorang yang memiliki kepercayaan diri memerlukan proses dan suasana yang mendukung. Salah satu proses yang dapat digunakan untuk kepercayaan diri adalah dengan layanan bimbingan kelompok.

Menurut Winkel & Hastuti (dalam Hanim, 2017) Bimbingan Kelompok merupakan sebuah proses layanan yang diberikan kepada lebih dari satu orang dalam waktu bersamaan, guna membantu mereka memperoleh pengetahuan dan

keterampilan-keterampilan yang dapat diaplikasikan dalam membuat pilihan-pilihan, rencana-rencana, dan interpretasi-interpretasi yang diperlukan untuk penyesuaian diri yang baik. Sementara Putri & Nursalim (2016) mengatakan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu layanan yang melibatkan beberapa orang dalam dinamika kelompok yang mana setiap anggota kelompok memungkinkan dapat berbicara di depan umum serta mengemukakan pendapat, serta mampu menunjukkan sikap empati terhadap teman, mampu menghargai pendapat orang lain.

Adapun menurut Santoso (dalam Suryani, 2018) Bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Hartinah (dalam Rudi, 2019) juga mengemukakan pendapatnya mengenai bimbingan kelompok yang merupakan suatu bimbingan yang bersifat pencegahan melalui proesur kelompok. Dalam hal tersebut, dilaksanakannya upaya bimbingan dalam rangka membantu individu memperoleh informasi yang tepat, dengan kelompok dijadikan suatu wadah dalam pelaksanaannya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Luqman, (2019) Psikodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri anak si umah belajar Kakek Aboe. Sementara itu penelitian lainnya dilakukan oleh Rudi (2019) di SMP Negeri 4 Bandar Lampung menunjukan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri. Hasil penelitian menunjukan terdapat 2 siswa memiliki kepercayaan diri tinggi dan 3 siswa memiliki kepercayaan diri sedang.

Beragam bentuk teknik dalam bimbingan kelompok, salah satunya adalah teknik psikodrama yang dapat digunakan untuk kepercayaan diri siswa. Prawitasari

(dalam Jahiras, 2020) mengatakan psikodrama merupakan suatu kegiatan memberikan kesempatan kepada seseorang untuk memahami kehidupan diri sendiri melalui sudut pandang berbeda. Sementara itu Sari (2017) mengemukakan bahwa psikodrama merupakan salah satu pendekatan bimbingan kelompok yang juga dipandang tepat digunakan untuk mengembangkan kontrol diri siswa. Romlah (dalam (dalam Nurfaizal, 2016) mendefinisikan bahwa psikodrama merupakan suatu permainan peran yang dimaksudkan agar konseli dapat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya, menemukan konsep dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhan dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya.

Sementara itu menurut Moreno (Affiyani, 2013) psikodrama memberikan peluang kepada individu untuk melihat kehidupan pribadi dengan sudut pandang yang berbeda, melalui drama yang dimainkan bersama dengan orang yang tak dikenal dalam suatu kelompok. Sebuah Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hety (2019) membuktikan bahwa psikodrama dapat memberikan dampak positif bagi siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri, dalam penelitiannya diperoleh bahwa setelah menerapkan psikodrama kepercayaan diri siswa meningkat. Adapun hasil penelitian Thuba & Priyanggasari,dkk. (2019) yang menjelaskan bahwa hasil intervensi psikodrama terhadap seluruh subyek kelompok studi dapat bermanfaat bagi anggota kelompok, yaitu dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka. Hasil menunjukkan temuan bahwa psikodrama dapat memberikan hasil yang maksimal jika subyek-subyek yang terlibat dapat memerankan secara bergantian tokoh-tokoh yang ada di dalam skenario.

Berdasarkan hasil data awal yang telah dilakukan melalui wawancara terhadap guru Bimbingan dan Konseling di SMK Aloer Wargakusumah masih terapat beberapa siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, hal tersebut mempengaruhi keberlangsungan siswa dalam belajar serta dalam bersosialisasi dengan teman-teamannya, untuk itu peneliti tertarik dalam mengimplementasikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dalam mengembangkan kepercayaan diri siswa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana skenario dan implementasi Bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kepercayaan diri siswa TKJ SMK Aloer Wargakusumah?
2. Bagaimana respon siswa terhadap Bimbingan kelompok dengan teknik sikodrama untuk kepercayaan diri siswa TKJ SMK Aloer Wargakusumah?
3. Kendala apa saja yang dialami siswa dalam melaksanakan Bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kepercayaan diri siswa TKJ SMK Aloer Wargakusumah?
4. Kendala apa yang dialami oleh guru Bk atau konselor saat melaksanakan Bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kepercayaan diri siswa TKJ SMK Aloer Wargakusumah?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, penelitian ini bertujuan untuk menelaah :

1. Skenario dan implementasi Bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kepercayaan diri siswa TKJ SMK Aloer Wargakusumah.
2. Respon siswa terhadap Bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kepercayaan diri siswa TKJ SMK Aloer Wargakusumah.
3. Kendala yang dialami siswa dalam melaksanakan Bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kepercayaan diri siswa TKJ SMK Aloer Wargakusumah.
4. Kendala yang dialami oleh guru Bk atau konselor saat melaksanakan Bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kepercayaan diri siswa TKJ SMK Aloer Wargakusumah.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pendidikan, baik secara teoritis atau secara praktis. Adapun manfaat penelitian ini sebagai berikut.

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis diharap dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam memperkaya konsep dan teori Bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kepercayaan diri siswa SMK.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut :

a. Bagi Siswa

Siswa dapat memperoleh pengalaman langsung mengenai bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kepercayaan diri siswa.

b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi, gambaran serta masukan terkait layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kepercayaan diri siswa.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi sekolah untuk melaksanakan serta meningkatkan media serta sarana untuk kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kepercayaan diri siswa di SMK Aloer Wargakusumah.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini berguna untuk mengembangkan keilmuan di bidang pendidikan khususnya dalam bimbingan dan konseling. Di samping itu penelitian ini juga menjadi pengalaman langsung bagi peneliti terkait bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk kepercayaan diri siswa.

E. Definisi Operasional

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan terhadap kemampuan diri seseorang untuk melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuannya, tanpa terpengaruh oleh orang lain dan lingkungannya. Kepercayaan diri juga merupakan modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri. Dengan percaya diri akan

mampu mengenal dan memahami diri sendiri, serta aspek-aspek kepercayaan diri seperti seperti bersikap optimis, yakin akan kemampuan diri sendiri, rasional dan realistis, objektif dan bertanggung jawab

Bimbingan kelompok adalah suatu layanan bimbingan dan konseling yang melibatkan beberapa individu, yang terbentuk dalam dinamika kelompok untuk membahas suatu topik tertentu seperti masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial, serta untuk membantu individu untuk menyusun rencana untuk keberlangsungan hidupnya. Yang melalui beberapa tahapan; Pembukaan; Transisi; Inti; Penutupan; dan tindak lanjut.

Psikodrama merupakan permainan peran untuk memperoleh atau menemukan konsep diri, mengembangkan wawasan, mengekspresikan emosi yang ada pada diri siswa, yang dialami di masa lampau dengan cara melihat sudut pandang yang berbeda. Serta memiliki tujuan untuk membantu mengatasi masalah siswa dengan cara bermainan peran agar siswa dapat memperoleh atau menemukan konsep dirinya, serta agar siswa mampu mengekspresikan emosi yang ada dalam dirinya. Yang melalui beberapa tahapan, diantaranya : a. Tahap persiapan (*The warm-up*); b. Tahap pelaksanaan(*The action*); dan c. Tahap pasca psikodrma.