



UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGUNAKAN METODE SOSIODRAMA

Fiki Prayogi¹, Amalia Nur Fadila², C. Erchy Danuega³, Myllen Angellia⁴

STKIP PGRI Bandar Lampung-Indonesia

¹fiki.prayogi@stkippgribl.ac.id

²dila.lampung@gmail.com

³carolusmobile99@gmail.com

⁴myllenangellia@gmail.com

Abstract: *The purpose of this paper is to increase students' self-confidence through group guidance services using the sociodrama method. At this time there are many problems that occur due to a lack of student self-confidence, causing a decrease in student productivity and enthusiasm, and vice versa if self-confidence is high, students will become individuals who are active in all activities. Self-confidence is one of the most important parts of an individual's self. Group guidance is one of the counseling services in Counseling Guidance, with the use of the sociodrama method in group guidance services, students are expected to be able to increase their confidence through interaction with other students in the group guidance service. This article will discuss several things, including: 1) group guidance services in improving students' self-confidence, 2) group guidance services using the sociodrama method, 3) sociodrama implementation in group guidance services.*

Keywords: *Confidence, Group Guidance Service, Sociodrama*

Abstrak: Tujuan penulisan ini untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama. Pada masa ini banyak sekali permasalahan yang terjadi karena kurangnya rasa percaya diri siswa sehingga menyebabkan turunnya produktifitas dan semangat siswa, begitupun sebaliknya apabila rasa percaya diri tinggi maka siswa akan menjadi individu yang aktif akan semua kegiatan. Kepercayaan diri merupakan salah satu bagian terpenting dari diri individu. Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan konseling dalam Bimbingan Konseling, dengan penggunaan metode sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok diharapkan siswa mampu meningkatkan kepercayaan dirinya melalui interaksi dengan siswa lainnya yang ada dalam layanan bimbingan kelompok tersebut. Artikel ini akan membahas beberapa hal, diantaranya yaitu : 1) layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, 2) layanan bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama, 3) implementasi sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok.

Kata kunci: Kepercayaan diri, Layanan Bimbingan Kelompok, Sosiodrama

PENDAHULUAN

Pada masa kini, kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat. Dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seseorang anak maupun orangtua, secara individual maupun kelompok. Untuk mendefinisikan kepercayaan diri berikut kutipan pendapat para ahli dari beberapa buku seperti Ghufron & Rini (2011 :35), berpendapat “kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang, tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang”. Kepercayaan diri adalah ekspresi atau ungkapan yang penuh semangat dan mengesankan dan dalam diri seseorang untuk menunjukkan adanya harga diri, menghargai diri sendiri, dan pemahaman terhadap dirinya sendiri (Yoder & Procter, 1998:4).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang didalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Perlu adanya pengintegrasian seluruh komponen yang ada dalam pendidikan, salah satunya adalah komponen Bimbingan dan Konseling. Hal ini juga diungkapkan oleh Juntika (Tohirin, 2009: 12) bimbingan merupakan bagian integral dari proses pendidikan dan memiliki kontribusi terhadap keberhasilan proses pendidikan. Bimbingan dan konseling merupakan suatu perangkat penting dalam dunia pendidikan. Oleh karena itu, perlu adanya pembelajaran yang diberikan guna meningkatkan rasa percaya diri siswa, untuk mengatasi permasalahan ini digunakan pembelajaran layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan layanan yang diselenggarakan dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang meliputi segenap bidang bimbingan (Mugiarso, 2007 : 69). Sedangkan menurut Prayitno dan Amti (2004 : 309) bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Gazda mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok peserta didik untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Kegiatan bimbingan kelompok dapat dilakukan menggunakan metode sosiodrama.

Menurut Ramayulis dalam Armai Arief (2002:179) bahwa sosiodrama terdiri dari dua suku kata “sosio” yang artinya masyarakat, dan “drama” yang artinya keadaan seseorang atau peristiwa yang dialami orang, sifat, dan tingkah lakunya, hubungan seseorang, hubungan seseorang dengan orang lain dan sebagainya. Zakiah Daradjat dkk (2014:301) bahwa sosiodrama adalah drama atau sandiwara, akan tetapi tidak disiapkan naskahnya lebih dahulu, tidak pula diadakan pemberian tugas yang harus mengalami latihan lebih dahulu. Melalui metode ini, siswa akan mengungkapkan perasaannya secara lisan, mampu menunjukkan sikap berani dalam melakukan peran yang diberikan.

METODE

Metode penulisan bersifat studi literatur (review). Data/informasi didapatkan dari berbagai literatur yang disusun berdasarkan hasil studi dari data/informasi yang diperoleh dari buku, Peraturan Perundangan-Undangan, makalah seminar, jurnal ilmiah edisi online, hasil penelitian dan artikel ilmiah yang bersumber dari internet. Jenis data yang diperoleh variatif, bersifat kualitatif maupun kuantitatif. Data yang terkumpul diseleksi dan diurutkan sesuai dengan topik kajian. Kemudian dilakukan penyusunan karya tulis berdasarkan data yang telah dipersiapkan secara logis dan sistematis. Teknik analisis data bersifat deskriptif argumentative. Penulisan dilakukan dengan melihat relevansi dan sinkronisasi antar satu data/informasi satu dengan data/informasi lain sesuai dengan topik yang dikaji. Selanjutnya, kemudian dilakukan penarikan kesimpulan karya tulis. Simpulan didapatkan setelah merujuk kembali pada rumusan masalah, tujuan penulisan, serta pembahasan. Simpulan yang ditarik mempresentasikan pokok bahasan karya tulis, serta didukung dengan saran praktis sebagai rekomendasi selanjutnya.

PEMBAHASAN

1. Sosiodrama

Metode Sosiodrama adalah metode pembelajaran dengan mendemonstrasikan cara bertingkah laku dalam hubungan sosial, sedangkan bermain peran menekankan kenyataan dimana anak didik diikutsertakan dalam permainan peran didalam mendemonstrasikan masalah- masalah social. Anak didik bisa memerankan tingkah laku tokoh secara bebas sesuai dengan imajinasi mereka, selain itu mereka akan lebih menghayati pelajaran yang diberikan. Hamdani (2011:268) menyatakan bahwa metode sosiodrama merupakan suatu metode mengajar siswa untuk mendramatisasikan tingkah laku atau ungkapan gerak-gerak wajah seseorang dalam hubungan sosial antar manusia. Berdasarkan pendapat dari beberapa para ahli di atas maka dapat penulis simpulkan bahwa metode sosiodrama adalah suatu cara mengajar yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan kegiatan memainkan peran tertentu seperti yang terdapat dalam kehidupan masyarakat (kehidupan sosial). Metode ini juga tidak disiapkan naskah dan tidak pula ada latihan tertentu, akan tetapi secara spontan dari hasil daya cipta siswa atau hasil imajinasi siswa.

Tujuan metode sosiodrama menurut Ahmad Munjin Nasih dkk (2013:80) tujuan metode sosiodrama yaitu :

1. Agar siswa dapat menghayati dan menghargai perasaan orang lain.
2. Agar dapat belajar bagaimana membagi tanggung jawab.

3. Agar dapat belajar bagaimana mengambil keputusan secara spontan dalam situasi kelompok.

4. Untuk merangsang kelas agar berfikir dan memecahkan masalah.

Berdasarkan pemaparan diatas, simpulkan bahwa tujuan metode sosiodrama yaitu agar anak didik dapat belajar bagaimana membagi tanggung jawab, agar anak didik dapat menghayati dan menghargai perasaan orang lain, agar anak didik mendapatkan keterampilan sosial sehingga diharapkan nantinya tidak canggung menghadapi situasi sosial dalam kehidupan sehari-hari, agar anak didik dapat belajar bagaimana mengambil keputusan secara spontan dalam situasi kelompok, menghilangkan perasaan-perasaan malu dan rendah diri yang tidak pada tempatnya, maka ia dilatih melalui temannya sendiri untuk berani berperan dalam sesuatu hal, mendidik dan mengembangkan kemampuan untuk mengemukakan pendapat di depan teman sendiri atau orang lain, dan membisakan diri untuk sanggup menerima dan menghargai pendapat orang lain.

2. Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi diri siswa (Romlah, 2001: 3). Dengan begitu bimbingan kelompok memiliki fungsi :

a. Fungsi pemahaman, yaitu fungsi bimbingan dan konseling membantu konseli agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, dan norma agama). Berdasarkan pemahaman ini konseli diharapkan mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal, dan menyesuaikan dirinya dengan lingkungan secara dinamis dan konstruktif.

b. Fungsi pengembangan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang sifatnya lebih proaktif dari fungsi-fungsi lainnya. Konselor senantiasa berupaya untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan konseli. Konselor dan personel Sekolah lainnya secara sinergi sebagai teamwork berkolaborasi atau bekerja sama merencanakan dan melaksanakan program bimbingan secara sistematis dan berkesinambungan dalam upaya membantu konseli mencapai tugas-tugas perkembangannya.

3. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri bisa dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya (Hakim, 2002). Menurut Peale (dalam Aaron, 2005), seseorang pastilah tidak mungkin menjadi sungguh-sungguh berbahagia atau sukses tanpa memiliki tingkat rasa percaya diri yang

mendasar. Rasa percaya diri memang mutlak dibutuhkan agar kita bisa merasa bahagia dalam menjalani kehidupan. Individu yang memiliki rasa kepercayaan diri tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat. Kepercayaan diri adalah yakin dengan kemampuan sendiri pada setiap tindakan atas segala perbuatan yang dilakukan dalam berinteraksi dengan orang lain, dan orang yang memiliki kepercayaan diri positif memiliki ciri percaya pada kemampuan sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif terhadap diri sendiri, dan berani mengungkapkan pendapat.

4. Layanan Bimbingan Kelompok Dapat Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa

Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang diberikan kepada siswa dengan sistem diskusi kelompok dengan waktu di luar jam pelajaran kelas. Dalam layanan bimbingan kelompok klasikal ini banyak topik yang dapat dibahas dengan tujuan yang berbeda-beda, salah satunya yaitu untuk meningkatkan rasa percaya diri. Tujuan yang ingin dicapai ini, guru Bimbingan dan dan Konseling tentunya memerlukan metode serta materi khusus yang akan digunakan dikelas.

5. Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Sosiodrama

Layanan bimbingan kelompok melalui sosiodrama ini dilaksanakan dengan guru membuat sebuah drama tanpa naskah dan tanpa latihan kepada siswa konseli, di mana mereka melakukan drama dengan dialog secara spontanitas sesuai dengan naluri mereka sendiri.

6. Implementasi Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa

Implementasi sosiodrama dalam bimbingan kelompok mengadakan drama yang dialognya dikeluarkan secara spontan oleh masing-masing siswa sesuai perannya. Bagaimana sosiodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa diantaranya yaitu dengan :

1. Guru Bimbingan dan Konseling memberikan tema drama dan membagikan peran
2. Siswa diminta untuk memahami perannya masing-masing
3. Drama berlangsung dengan dialog secara spontan sesuai dengan naluri masing-masing individu

KESIMPULAN

Kepercayaan diri dirasa sangat diperlukan pada masa kini, karena dengan memiliki rasa percaya diri yang baik siswa dapat menjadi lebih produktif dan dapat mengaktualisasikan diri dengan baik. Sehingga dalam hal ini, untuk meningkatkan

kepercayaan diri siswa yaitu dengan menggunakan metode sosiodrama. Dan konseling dilakukan melalui bimbingan kelompok dengan begitu siswa dapat merasakan fungsi dari metode sosiodrama. Hasil analisis menunjukkan bahwa metode sosiodrama dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Sari, Indah Permata, and Frischa Meivilona Yendi. "Peran Konselor dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Disabilitas Fisik." *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* 3.3 (2018): 80-88.
- Parwati, Dyah Hedy Sastri, Dian Ari Widyastuti, and Yeni Muhliawati. "Upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi pada siswa kelas XI TKJ SMK Bhinnike Karya Simo" (2020).
- Fitri, Emria, Nilma Zola, and Ifdil Ifdil. "Profil kepercayaan diri remaja serta faktor-faktor yang mempengaruhi." *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)* 4.1 (2018): 1-5.
- Putra, San. "Efektifitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan sikap kedisiplinan siswa." *Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Humaniora* 4.1 (2019): 493-500.
- Sartika, Mulia, and Hengki Yandri. "Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap konformitas teman sebaya." *Indonesian Journal of Counseling and Development* 1.1 (2019): 9-17.
- Ulfa, Maria, and Wa Ode Husniah. "Efektivitas Teknik Sosiodrama melalui Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Siswa." *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)* 5.1 (2020): 9-14.