



## KONSELING KELOMPOK TEKNIK ROLE PLAY UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA KELAS VIIB SMP NEGERI 31 BANJARMASIN

Purnama Sari, Sultani, Laelatul Anisah

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam  
Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari, Banjarmasin  
saripurnama556@gmail.com

### ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi karena siswa yang kurang memiliki kepercayaan diri akan kemampuan yang dimilikinya. Orang yang kurang percaya diri biasanya sering menutup diri, memilih untuk diam karena takut diejek oleh orang lain. Tujuan penelitian untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri sebelum dilaksanakan konseling kelompok dengan teknik *Role Play*, untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri sesudah dilaksanakan konseling kelompok dengan teknik *Role Play* dan untuk mengetahui apakah kepercayaan diri dapat ditingkatkan melalui konseling kelompok dengan teknik *Role Play* pada siswa. Penelitian menggunakan *pre-eksperimental design* yaitu *one-group pretest* dan *posttest design*. Prosedur penelitian *pretest-treatment-posttest*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Sampel 8 responden dari 30 populasi. Teknik pengumpulan data menggunakan skala pengukuran melalui angket. Validitas angket menggunakan *Pearson Correlation* dan reliabilitas menggunakan *alpha cronbach*. Teknik analisis data menggunakan hitungan statistik deskriptif, dan uji *wilcoxon* dengan aplikasi IBM SPSS Statistik 25. Hasil *pretest* siswa ditemukan 8 siswa dengan skor terendah. Hasil *posttest* siswa ada peningkatan skor dari 8 siswa. Perhitungan uji *wilcoxon* pada data keseluruhan diperoleh nilai signifikansi (Sig). Sebesar 0,005 kurang dari 0,05. Hal ini berarti ada pengaruh konseling kelompok dengan teknik *Role Play*. Saran, Bagi guru BK agar menerapkan konseling kelompok dengan teknik *rolly play*. Bagi siswa agar meningkatkan kepercayaan diri dalam kehidupan sehari-hari. Bagi peneliti selanjutnya agar menggunakan waktu sebaik-baiknya.

**Kata Kunci:** Konseling Kelompok, *Role Play*, Kepercayaan Diri

---

### ABSTRACT

*This research is motivated because student who lack confidence in their abilities. Confident people usually shut down, choosing to be quiet for fear of being ridiculed by others. The purpose of this research is to determine the level of confidence before group counseling with Role Play technique is carried out, to find out the level of confidence after group counseling with Role Play technique and to determine whether confidence can be increased through group counseling with Role Play technique for students. The study used a pre- experimental design namely one-group pretest and posttest design. Pretest-treatment-posttest research procedure. The sampling technique uses purposive sampling. Sample 8 respondents from 30 populations. Data collection techniques using a measurement scale through a questionnaire. The validity of the questionnaire using Pearson Correlation and reliability using alpha cronbach. Data analysis techniques using descriptive statistical calculations, and Wilcoxon test with the application of IBM SPSS Statistics 25. Student pretest results found 8 students with the lowest score. The students' posttest results increased scores from 8 students. Wilcoxon test calculations on the overall data obtained significance value (Sig). For 0.005 is less than 0.05. This means that there is an influence of group counseling with the Role Play technique. Suggestion, for BK teachers to apply group counseling with the roly play technique. For students to increase self-confidence in daily life. For future researchers to make the best use of time.*

**Keywords:** Group Counseling, Role Play, Confidence

**PENDAHULUAN**

Banyak dikalangan remaja saat ini yang kurang memiliki rasa percaya diri padahal kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimiliki. Siswa yang tidak percaya diri menurut Sarastika (2014:77) biasanya takut untuk melakukan komunikasi, orang yang kurang percaya diri cenderung menutup diri karena takut disalahkan dan diejek oleh orang lain. Selain itu siswa cenderung kurang mampu atau merasa kesulitan dalam menyelesaikan tugas sehingga bisa berpengaruh terhadap nilai akademis. Biasanya gejala-gejala itu timbul pada saat siswa melakukan sesuatu yang penting dan penuh tantangan.

Percaya diri menurut Rahayuningdyah (2016) adalah sebagian cara pandang seseorang atau gambaran pemikiran dan perasaan keyakinan, kesanggupanmaupun keberanian seseorang terhadap segenap aspek kemampuan yang dimilikinya. Anak yang percaya diri menurut William James (dalam Herwanto 2018) adalah mampu berinteraksi dalam lingkungan, memiliki tanggung jawab, dan berani bertanya dan menyampaikan pendapat.

Berdasarkan penelitian Rahayuningdyah (2016), keberanian siswa mencapai masalah pribadi dengan jujur meningkat 25.6%, keberanian siswa menyampaikan penyebab rasa malu terhadap teman meningkat 12.5, memahami masalah yang disampaikan anggota meningkat 20%, empati meningkat 1.17%. Sehingga dapat dikatakan bahwa layanan konseling kelompok berhasil meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIIID SMP Negeri 3 Ngrambe tahun ajaran 2014/2015.

Maka dari itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Layanan konseling kelompok dengan teknik *role play* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII B SMP Negeri 31 Banjarmasin. Tujuan dari adanya penelitian ini untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa kelas VII B sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *role play*, untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa kelas VII B sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *role play*, dan untuk mengetahui keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik *role play* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII B di SMP negeri 31 Banjarmasin.

**METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kuntitatif dengan desain menggunakan *pre- experimental designs* atau eksperimen, metode ini tidak memiliki kelompok control dan sampel yang digunakan peneliti tidak dipilih secara random. Bentuk designs yang digunakan adalah *One-Group Pretest-Posttest Design*.

Alasan peneliti menggunakan desain ini adalah untuk membandingkan keadaan sample sebelum diberikan treatment dan sesudah diberikan treatment membandingkan keadaan sample peneliti berikan. Mula-mula subjek diberikan *Pretest* kemudian diberikan treatment dengan beberapa kali lalu kemudian dilakukan kembali pengukuran post-test untuk berbandingan sebelum diberikan treatment dan setelah diberikan treatment.

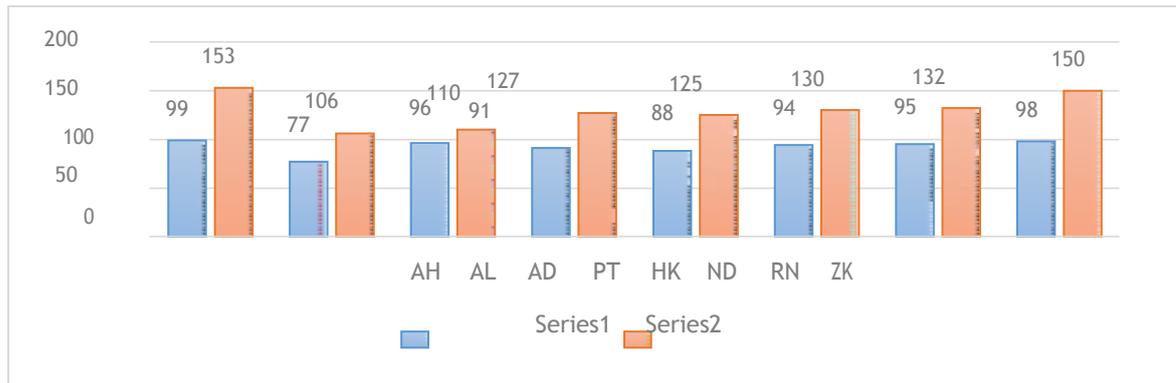
Populasi dalam penelitian ini dengan seluruh siswa kelas VII B di SMP Negeri 31 Banjarmasin sebanyak 30 respnden dan yang menjadi sampel sebanyak 8 responden sampel penenelitian diambil secara *purposive sampling* yang artinya mengambil sampel dari populasi yang digunakan disesuaikan dengan kretiria-kriteria tertentu yang diterapkan berdasarkan tujuan peneliti. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kepercayaan diri pada siswa yaitu dengan Skala Likert dengan jumlah angket pertanyaan sebnyak 60 item.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pendiskripsian hasil penelitian ssebelum dan setelah mendaptkan layanan konseling kelompok dengan teknik *role play* ini dijelaskan dalam bentuk tabel dan grafik adapun sebagai berikut:

**Tabel 1. Kepercayaan Diri Siswa Sebelum (*Pretest*) dan Sesudah (*Posttest*)**

Nama	<i>Pretest</i>	Kategori	<i>Posttest</i>	Kategori
AH	99	Rendah	153	Tinggi
AL	77	Rendah	106	Sedang
AD	96	Rendah	110	Sedang
PT	91	Rendah	127	Sedang
HK	88	Rendah	125	Sedang
ND	94	Rendah	130	Sedang
RN	95	Rendah	132	Sedang
ZK	98	Rendah	150	Tinggi
<b>Jumlah</b>	<b>738</b>		<b>1,033</b>	



Gambar 1. Grafik Pretest dan Posttest

Berdasarkan hasil dari *pretest* dan *posttest* maka dapat disimpulkan layanan konseling kelompok dengan teknik *role play* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Untuk melihat statistik lihat signifikansi, jika nilai  $sig < 0,05$  hubungan nilai  $Z_{tabel}$  untuk nilai  $-2,527 = 0,012$

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon

	Sesudah-Sebelum
Z	-2.527 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.012

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Untuk melihat hasil statistik lihat signifikansi, jika nilai  $sig < 0,05$  maka berhubungan Nilai  $Z_{tabel}$  untuk nilai  $-2,527 = 0,012$ . Berdasarkan hasil penghitungan uji Wilcoxon menggunakan SPSS versi 25 maka diperoleh  $Z_{tabel}$  untuk nilai  $sig 0,012$  jadi  $Z_{hitung}$  sebesar  $-2,527$  karena nilai ini mutlak sehingga tanda negatif tidak diperhitungkan. Sehingga nilai  $Z_{hitung}$  menjadi  $2,527$ , selanjutnya nilai  $Z_{hitung}$  ini dibandingkan dengan nilai  $Z_{tabel}$  harga  $Z_{tabel} = 0$ . Maka  $Z_{hitung} = 2,527 > Z_{tabel} = 0$ , dalam hal ini  $Z_{hitung}$  sebesar  $2,527$  dan  $Z_{tabel}$  sebesar  $0,012$ . Dengan demikian, maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Jadi dapat disimpulkan bahwa penggunaan konseling kelompok dengan teknik *role play* dapat meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas VII B di SMP Negeri 31 Banjarmasin.

## PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Role Play* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswa Kelas VII B SMP Negeri 31 Banjarmasin.

Dapat disimpulkan sebelum diberikan treatment kepercayaan diri siswa berada dalam katagori rendah dan setelah diberi treatment berada dalam katagori tinggi.

Saran dari peneliti mengenai hasil dari penelitian maka guru BK dapat menerapkan kembali pelaksanaan konseling kelompok kepada siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah karena sudah terbukti keefektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Diharapkan bagi siswa agar dapat menerapkan atau mau mengikuti konseling kelompok dengan teknik *role play* karena mampu merubah kepercayaan diri siswa yang dalam katagori rendah menjadi tinggi. Peneliti hanya sebatas menguji pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *role play* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa saja. Oleh karena itu untuk peneliti selanjutnya dapat mengelola kondisi agar tidak jenuh sehingga lebih efektif dalam kegiatan konseling.

## REFERENSI

- Folastri, S. (2016) *Prosuder Layanan Bimbingan dan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Panduan Praktis Menyeluruh)*. Bandung: Mujadid Press
- Herwanto R. (2018). Pengaruh Layanan Bimbingan Konseling Dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 4 Bandar Lampung. *Skripsi, UIN Raden Intan Lampung*.
- Lubis, N.L., & Hasnida. (2016). *Konseling Kelompok*. Jakarta : Kencana
- Rahayuningdyah, E. (2016). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Konseling Pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 3 Ngrambe. *Jurnal Ilmiah Peendekatan Eksakta, 1(2), 1-14*.
- Sarastika, P. (2014). *Buku Pintar Tampil Percaya Diri*. Yogyakarta : ARAS.