

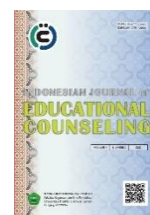


<http://ijec.ejournal.id>

## INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING

ISSN 2541-2779 (print) || ISSN 2541-2787 (online)

UNIVERSITAS MATHLA'UL ANWAR BANTEN



Research Based Article

# Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP

Deasy Yunika Khairun<sup>1</sup>, Ibrahim Al Hakim<sup>2</sup>, Ninis Solihah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Indonesia

### Article History

Received: 11.03.2020  
Received in revised form:  
04.06.2020  
Accepted: 25.06.2020  
Available online: 30.07.2020

### ABSTRACT

ROLE PLAYING TECHNIQUES TO INCREASE THE CONFIDENCE OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS. The purpose of this research was to see the influence of role playing techniques on student's self-confidence. This study used a pre-experimental method with one group pre-post-test design. The study population was 173 students and the research sample was taken using purposive sampling, in which as many as 12 students from class IX SMPN 10 Serang City. Data collection techniques use student's confidence instruments. The results of the study show that role playing techniques could have an effect on increasing the confidence of IX SMPN 10 Serang City. Role playing techniques have an effect on increasing student confidence.

KEYWORDS: Role Playing Technique, Self Confidence.

DOI: 10.30653/001.202042.130



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.  
© 2020 Deasy Yunika Khairun, Ibrahim Al Hakim, Ninis Solihah.

## PENDAHULUAN

Percaya diri merupakan keyakinan yang kuat dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga memungkinkan siswa tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan (Syaifullah, 2010). Siswa yang percaya diri akan merasa optimis di dalam melakukan semua aktivitasnya, serta mempunyai tujuan hidup yang realistic. Sarastika (Muslih, 2014) rasa percaya diri adalah sebuah ukuran mengenai seberapa besar anda menghargai diri sendiri.

Krisis kepercayaan diri yang tidak segera diatasi akan menimbulkan: 1) tidak dapat bergaul dengan teman-teman lain secara wajar, 2) proses belajar menjadi terhambat, 3) kesulitan berkomunikasi, 4) pencapaian tugas perkembangan menjadi terhambat, 5) terkucil dari lingkungan sosial, 6) mengalami depresi, dan 7) tidak berani melakukan perubahan (Supriyo, 2008).

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMPN 10 Kota Serang menyatakan bahwa terdapat 20% siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah. Hal ini diperkuat oleh bukti laporan tahunan bimbingan dan konseling yang

<sup>1</sup> Corresponding author's address: Universitas Sultan Ageng Tirtayasa (Untirta), Jl. Raya Jkt Km 4 Jl. Pakupatan, Panancangan, Kec. Cipocok Jaya, Kota Serang, Banten 42124, Indonesia. Email: [deasyyunikakhairun@untirta.ac.id](mailto:deasyyunikakhairun@untirta.ac.id)

menunjukkan gejala-gejala yang tampak pada tingkah laku siswa, antara lain adanya sikap pesimis, takut atau malu-malu untuk mengungkapkan pendapat, tidak berani saat berbicara di depan umum, lebih memilih diam dan bersifat pasif dalam kegiatan belajar mengajar, tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, murung dan menarik diri dari kehidupan sosial.

Upaya untuk membangun kepercayaan diri siswa yang rendah dikemas dalam bentuk kegiatan layanan bimbingan dan konseling. Beberapa upaya yang dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa tersebut sebagaimana merujuk pada hasil penelitian, kepercayaan diri siswa dapat meningkat setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok (Pinasti, 2011). Tingkat kepercayaan diri remaja putri pubertas awal dapat meningkat setelah diberikan *treatment* berupa teknik *role playing* (Farida, 2014).

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian ini akan memberikan layanan bimbingan dan konseling dengan teknik *role playing* kepada siswa yang kepercayaan dirinya rendah. Teknik ini melatih seseorang untuk mampu berkomunikasi interpersonal dan melatih seseorang mengatasi rasa malu. Bermain peran menyediakan kondisi yang dapat menghilangkan rasa takut atau cemas, karena dalam bermain peran individu dapat mengekspresikan dirinya secara bebas tanpa takut kena sanksi sosial terhadap perbuatannya (Corey, 2005).

## METODE

### Pendekatan Penelitian

Penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan penelitian eksperimen. Pendekatan kuantitatif adalah apabila data yang dikumpulkan berupa data kuantitatif atau jenis data lain yang dapat dikuantitatifkan, dan diolah dengan menggunakan teknik statistik (Yusuf, 2013). Penelitian eksperimen merupakan suatu penyelidikan yang dirancang sedemikian rupa sehingga fenomena atau kejadian itu dapat diisolasi dari pengaruh-pengaruh lain (Yusuf, 2013). Salah satu desain penelitian eksperimen adalah desain pra-eksperimen. Desain ini hanya menggunakan satu kelompok saja, tanpa ada kelompok kontrol. Penelitian menggunakan metode pra-eksperimen untuk mengungkap berpengaruh atau tidaknya variabel X terhadap variabel Y yang telah dipilih untuk dijadikan penelitian. Peneliti memberikan *treatment* terhadap subjek penelitian yang berupa teknik *role playing*. Tujuan penelitian adalah mengetahui pengaruh teknik *role playing* pada peningkatan kepercayaan diri siswa.

### Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian yaitu siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang yang terdiri dari 6 kelas dengan jumlah 173 siswa. Rincian populasi penelitian terdapat pada Tabel 1.

Tabel 1. Jumlah Populasi Penelitian

No	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah Siswa
		L	P	
1	IX A	15	16	31
2	IX B	14	15	29
3	IX C	14	14	28
4	IX D	15	13	28
5	IX E	14	16	30
6	IX F	13	14	27
		85	88	173

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Karakteristik dari penelitian ini adalah siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah pada kelas IX dan siswa yang bersedia untuk mengikuti *treatment*.

### Metode Pengumpulan Data

Cara yang digunakan dalam teknik pengumpulan data menggunakan angket. Angket merupakan daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain dengan maksud agar orang yang diberi angket tersebut bersedia memberikan respon sesuai dengan permintaan (Idrus, 2009). Angket yang digunakan adalah angket tentang kepercayaan diri siswa kelas IX di SMP Negeri 10 Kota Serang.

### Analisis Data

Data penelitian yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif, menguji persyaratan analisis, dan menguji hipotesis penelitian dengan menggunakan teknik eksperimen, serta dilanjutkan dengan analisis *paired t test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang

Analisis 198statistic deskriptif dilakukan untuk memperoleh gambaran tingkat kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang. Data hasil penelitian yang diperoleh adalah hasil pengisian instrument kepercayaan diri siswa. Setelah semua data mentah pada penelitian terkumpul, terlebih dahulu data diolah dalam bentuk nilai selanjutnya melakukan perhitungan yang bertujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian.

Berikut adalah gambaran umum kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang yang diperoleh dari hasil pengumpulan data terhadap 173 siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Kota Serang tersaji pada Tabel 2.

Tabel 2. *Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	%
Rendah	$X \leq 92$	24	13.9%
Sedang	$92 \leq x \leq 138$	78	45.1%
Tinggi	$138 \geq x$	71	41%
Jumlah		173	100%

Berdasarkan Tabel 2 dapat disimpulkan bahwa kategori kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 10 Kota Serang terdapat pada kategori tinggi dengan ciri sebagai berikut: 1) siswa tidak mudah putus asa, 2) siswa dapat belajar dari pengalaman supaya tidak gagal dalam melakukan sesuatu, 3) siswa merasa nyaman dengan penampilan diri. Pada kategori kepercayaan diri sedang terdapat ciri sebagai berikut: 1) siswa dapat bergaul dengan teman yang berbeda budaya, 2) siswa mampu bekerja secara mandiri, 3) siswa tidak termasuk orang yang mudah marah. Pada kategori kepercayaan diri rendah terdapat ciri sebagai berikut: 1) siswa menyetujui pendapat siswa lain, walaupun sebenarnya berbeda pendapat, 2) siswa hanya berdiskusi dengan teman dekatnya, 3) siswa tidak dapat memilih pakaian yang sesuai dengan kondisi tubuh.

Fenomena yang terjadi di kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang menunjukkan bahwa indikator terendah yaitu ketegasan termasuk dalam perilaku asertif. Asertivitas adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain namun dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pribadi dan pihak lain (Alberti & Emmons, 2008). Remaja sering tidak dapat berperilaku asertif yang disebabkan takut mengecewakan orang lain, rasa solidaritas terhadap teman sebaya, takut tidak disukai dan tidak diterima dalam kelompok. Pada masa remaja, asertivitas siswa masih dalam tahap perkembangan, dan kemungkinan berkembang pada arah yang positif atau negatif (Hurlock, 2011).

Rathus (Rosita, 2007) menjelaskan asertivitas pada siswa karena adanya penghargaan diri (*self esteem*) yang positif terhadap dirinya. Apabila siswa tidak asertif justru tidak mampu mengungkapkan pikiran, perasaan dan keyakinan akan dirinya karena siswa cenderung tidak mampu keluar dari masalah.

### Analisis Kebutuhan Layanan Bimbingan dan Konseling bagi Siswa yang Kurang Percaya Diri

Analisis kebutuhan layanan bimbingan dan konseling bagi siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang pada tahun ajaran 2018/2019 adalah siswa yang memiliki kategori rendah. Berdasarkan data yang diperoleh, terdapat 24 siswa yang tergolong dalam kategori kepercayaan diri yang rendah. Secara lengkap disajikan profil kepercayaan diri yang memiliki kategori rendah berdasarkan pada indikator di bawah ini.

Tabel 3. Gambaran Aspek dan Indikator Kepercayaan Diri Siswa

Aspek	Kategori (%)	Indikator	Kategori (%)
Kepercayaan diri batin	Tinggi: 0% Sedang: 41.7% Rendah: 58.3%	Cinta Diri	T: 0% S: 70.8% R: 29.2%
		Pemahaman Diri	T: 0% S: 66.7% R: 33.3%
		Tujuan yang jelas	T: 0% S: 62.5% R: 37.5%
		Berpikir positif	T: 0% S: 70.8% R: 29.2%
Kepercayaan diri lahir	Tinggi: 0% Sedang: 62.5% Rendah: 37.5%	Komunikasi	T: 0% S: 70.8% R: 29.2%
		Ketegasan	T: 0% S: 33.3% R: 66.7%
		Penampilan diri	T: 0% S: 20.8% R: 79.2%
		Pengendalian perasaan	T: 0% S: 75% R: 25%

Merujuk pada Tabel 3, hasil penelitian menunjukkan kriteria kepercayaan diri rendah yang terdapat pada tiga indikator terendah, yaitu: indikator penampilan diri sebesar 79.2%, indikator ketegasan sebesar 66.7%, indikator berpikir positif sebesar 37.5%.

Upaya bantuan yang dibutuhkan untuk mengintervensi indikator penampilan diri adalah: 1) membantu siswa menyesuaikan penampilannya supaya lebih percaya diri, 2) membantu siswa agar percaya diri akan kemampuannya, 3) membantu siswa untuk memiliki pikiran-pikiran positif dalam situasi malu.

Upaya bantuan yang dibutuhkan untuk mengintervensi indikator ketegasan adalah: 1) membantu siswa agar memiliki keberanian untuk bertanya kepada guru tentang materi pelajaran yang tidak dimengerti. 2) membantu siswa untuk belajar mengungkapkan pendapatnya walaupun berbeda pendapat dengan teman lain. 3) membantu siswa agar mampu berdiskusi atau bekerja sama dengan siapa saja. Upaya bantuan yang dibutuhkan untuk mengintervensi indikator berpikir positif adalah: 1) membantu siswa agar mempunyai pikiran positif dalam menyelesaikan masalah dan tidak menghindari masalah yang sedang dihadapi.

### **Rancangan Intervensi Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang yang rendah terdapat pada indikator penampilan diri, ketegasan, dan berpikir positif. Sesuai dengan kebutuhan layanan, rancangan teknik *role playing* disusun berdasarkan indikator-indikator terendah pada instrumen kepercayaan diri.

### **Pelaksanaan Intervensi Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri**

#### ***Hasil Implementasi Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa***

Secara umum pelaksanaan program intervensi melalui teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa berjalan sesuai dengan rancangan program layanan. Proses *treatment* berjalan dengan lancar dan tidak mengalami hambatan yang berarti intervensi yang diberikan dapat dikatakan berhasil karena mengalami peningkatan skor di setiap indikator secara signifikan. Artinya implementasi teknik *role playing* yang diberikan berpengaruh terhadap kepercayaan diri.

Lembar *homework* setiap *treatment* berfungsi sebagai penguatan dan penunjang dalam melakukan perubahan terhadap kepercayaan diri siswa. Lembar kerja menjadi indikator keberhasilan program intervensi yang menunjukkan siswa semakin terampil dan terbiasa untuk mengendalikan pikiran negatif, perasaan, dan kecenderungan tindakan yang menimbulkan gejala kurang percaya diri.

Implementasi teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri dilakukan dalam beberapa tahapan, dimana setiap *treatment* melalui tahapan *role playing*:

#### 1) Pembukaan

Guru pembimbing sebagai moderator yang menggambarkan topik, situasi yang diusulkan. Di tahap ini diperkenalkan pengaturan, lokasi, waktu, kondisi, tujuan, scenario, status dan peran, hubungan antara karakter yang terlibat.

#### 2) Motivasi anggota kelompok

Moderator mencoba memotivasi anggota kelompok dengan melakukan "*ice breaking*" agar dapat memicu sikap positif. Selain itu fungsi moderator membuat anggota

kelpok tertarik dengan menjelaskan beberapa manfaat dari kegiatan ini. Pada tahap ini, moderator membuat kesepakatan siapa yang menjadi actor dan siapa yang menjadi pengamat.

### 3) Pelaksanaan *role playing*

Setelah aktor dan pengamat telah ditentukan, maka permainan akan dimulai. Aktor mendalami perannya dengan melihat deskripsi situasi. Sementara pengamat menyiapkan beberapa aspek yang akan dinilai. Selain itu pelaksanaan *role playing* dapat menumbuhkan pengembangan spontanitas dan kreativitas para pemainnya. Durasi dalam kegiatan ini bervariasi dan dapat disesuaikan.

### 4) Evaluasi dan Analisis

Mengevaluasi serta menganalisis peran yang telah dimainkan. Adanya pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh pengamat kepada para pemain. Adanya evaluasi selama kegiatan *role playing* berlangsung. Kemudian ditutup dengan diskusi serta kesimpulan dari kegiatan *role playing* tersebut.

## Pengaruh Teknik Role Playing Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang

Hasil penelitian menunjukkan nilai t hitung sebesar 11.671 dengan  $df=N-1=11$ , sehingga t tabel=2.2010 pada taraf signifikan ( $\alpha=0.05$ ). Hasil perhitungan menunjukkan  $sig.<0.05$ . Dengan demikian dinyatakan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yaitu bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang tahun ajaran 2018/2019.

Tabel 4. Hasil Uji Teknik Role Playing Terhadap Kepercayaan Diri Siswa

Data	Rata-Rata	Stdv	Hasil Uji t-hitung	Hasil Uji t-tabel	Nilai p	Ket
Pre-test	90.42	0.669	11.671	2.2010	0.005	Sig
Post-test	133.33	12.773				

Tabel 5. Gambaran Kepercayaan Diri Setelah Treatment

Kategori	Rentang Skor	Sebelum		Setelah	
		F	%	F	%
Tinggi	$x < 92$	0	0%	5	41.7%
Sedang	$92 \leq x < 138$	0	0%	7	58.3%
Rendah	$138 \leq x = x \leq 138$	12	100%	0	0%
Jumlah		12	100%	12	100%

Pengaruh teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dapat dilihat dari meningkatnya skor kepercayaan diri setelah *treatment*. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan skor siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah sebelum dan setelah dilakukan *treatment* teknik *role playing* dapat dilihat pada Tabel 5.

## SIMPULAN

Secara umum kategori kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang tahun ajaran 2018/2019 berada pada kategori sedang. Rancangan intervensi melalui teknik

*role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa berfokus pada penurunan indikator kepercayaan diri meliputi penampilan diri dan ketegasan berpikir positif. Sktruktur intervensi dirancang dalam delapan rangkaian *treatment*. Setiap rangkaian *treatment* terdiri dari sesi intervensi dan sesi pengendalian informasi.

Pelaksanaan intervensi pada umumnya sudah dilaksanakan sesuai dengan rancangan intervensi yang telah disusun. Setiap *treatment* memiliki tujuan dan indikator keberhasilan masing-masing untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Dengan demikian, teknik *role playing* dapat berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas IX SMP Negeri 10 Kota Serang tahun ajaran 2018/2019.

## REFERENSI

- Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2008). *Your perfect right: Assertiveness and equality in your life and relationships (9th Ed)*. Atascadero, Ca: Impact Publishers.
- Corey, G. (2005). *Teori dan praktik konseling dan psikoterapi*. Terjemahan oleh E. Koeswara. Jakarta: Eresco.
- Farida, N. I. (2014). *Upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa remaja putri yang mengalami pubertas awal melalui layanan penguasaan konten dengan teknik bimbingan kelompok*. Skripsi Universitas Negeri Semarang.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Idrus, M. (2009). *Metode penelitian ilmu sosial: Pendekatan kualitatif dan kuantitatif*. Yogyakarta: Erlangga.
- Muslihin. (2014). Pengaruh layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri. *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 1-11.
- Pinasti, W. N. (2011). *Upaya meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMKN 1 Jambu*. Skripsi Universitas Negeri Semarang.
- Rosita, H. (2007). Hubungan antara perilaku asertif dengan kepercayaan diri. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma*, 7, 6-37.
- Supriyo. (2008). *Studi kasus bimbingan dan konseling*. Semarang: UNNES Press.
- Syaifullah, A. (2010). *Tips bisa percaya diri*. Yogyakarta: Gerai Ilmu.
- Yusuf, M. (2013). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Jakarta: Prenada Media Grup.