



Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Siswa SMP di Tana Toraja Kelas VII

Gabriani Paranda^{1*}, Gita Massora², Dewi Balandatu³, Novrianti T. Mindi⁴, Irmani Gelong Pasande⁵

¹⁻⁵Program Studi Bimbingan Konseling Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Toraja, Indonesia
gabrianiparanda61@gmail.com¹, gitamassora14@gmail.com², dewibalandatu@gmail.com³,
novriantimindi675@gmail.com⁴, irmanigelongpasande@gmail.com⁵

*Penulis Korespondensi: gabrianiparanda61@gmail.com

Abstract. *This study focused on addressing the problem of low self-confidence among seventh-grade students at SMP In Tana Toraja. The issue was identified through several behaviors, such as difficulty in voicing opinions, lack of courage to stand in front of the class, and minimal participation during the learning process. To address the identified issue, the study was designed to enhance students' self-confidence through group guidance activities incorporating the sociodrama technique. This investigation adopted a Guidance and Counseling Action Research approach implemented across two consecutive cycles, each involving planning, action implementation, observation, and reflection. The participants consisted of 30 students, while data were collected through questionnaires and observation instruments. The results indicated that students' self-confidence developed progressively over time. In the initial condition, most students were still classified in the low-confidence category, but improvement began to appear in cycle one and became more significant in cycle two. These changes were reflected in students' increased confidence in performing, better communication skills, and stronger active participation in group activities. The sociodrama technique provides direct social interaction experiences that help students develop their self-confidence. Based on the results, the use of group counseling activities incorporating sociodrama emerges as a viable strategy for school counselors to support the development of students' self-confidence.*

Keywords: *Counseling Action Research; Group Guidance; Junior High Students; Self-Confidence; Sociodrama Technique.*

Abstrak. Rendahnya tingkat kepercayaan diri siswa kelas VII di SMP Tana Toraja menjadi dasar dilakukannya penelitian ini. Fenomena tersebut tampak dari kecenderungan siswa yang belum memiliki keyakinan diri, enggan tampil di depan kelas, serta kurang aktif dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Sebagai langkah untuk menanggulangi permasalahan tersebut, diberikan intervensi berupa layanan bimbingan kelompok dengan memanfaatkan teknik sosiodrama yang diarahkan untuk memperkuat kepercayaan diri siswa. Penelitian ini menggunakan rancangan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang diselenggarakan dalam dua siklus, dengan setiap siklus mencakup tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi. Penelitian melibatkan 30 siswa sebagai subjek, sedangkan data dikumpulkan melalui angket dan observasi. Temuan penelitian memperlihatkan adanya perkembangan kepercayaan diri siswa secara bertahap, ditandai oleh kondisi awal yang didominasi kategori rendah, kemudian menunjukkan perbaikan pada siklus pertama, dan mengalami peningkatan yang lebih kuat pada siklus kedua. Perkembangan tersebut ditunjukkan oleh meningkatnya keberanian siswa untuk tampil, kemampuan berkomunikasi yang semakin baik, serta keterlibatan aktif dalam kegiatan kelompok. Teknik sosiodrama memungkinkan siswa memperoleh pengalaman langsung dalam melakukan interaksi sosial, sehingga perkembangan kepercayaan diri dapat terjadi secara lebih optimal. Berdasarkan pertimbangan tersebut, penerapan layanan bimbingan kelompok berbasis teknik sosiodrama layak dijadikan sebagai alternatif strategis oleh guru bimbingan dan konseling dalam upaya mengoptimalkan peningkatan kepercayaan diri siswa di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok; Kepercayaan Diri Siswa; Penelitian Tindakan Konseling; Siswa SMP; Teknik Sociodrama.

1. LATAR BELAKANG

Pada masa awal remaja yang umumnya terjadi di jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), kepercayaan diri menjadi faktor krusial yang berperan dalam mendukung perkembangan siswa. Pada tahap ini, siswa mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial yang mempengaruhi cara mereka menilai diri serta berinteraksi dengan lingkungan. Walaupun kepercayaan diri memiliki peran penting dalam perkembangan siswa, realitas di lapangan menunjukkan bahwa sebagian siswa masih mengalami rendahnya rasa percaya diri. Hal ini tercermin dari ketidakyakinan saat mengutarakan pendapat, ketakutan untuk tampil di depan kelas, serta kecenderungan untuk tidak aktif dalam proses belajar. Kondisi ini berdampak pada kurang optimalnya perkembangan potensi diri siswa, baik dalam aspek akademik maupun sosial. Penelitian menunjukkan bahwa rendahnya kepercayaan diri dapat menghambat partisipasi aktif siswa serta mempengaruhi hasil belajar dan hubungan sosial di lingkungan sekolah (Muazzarotin, 2024).

Dalam konteks layanan bimbingan dan konseling di sekolah, permasalahan tersebut perlu dijadikan fokus penanganan karena memerlukan pendekatan yang tepat, terencana, dan terarah. Bimbingan kelompok dapat digunakan sebagai salah satu alternatif layanan, sebab kegiatan ini memberi ruang kepada siswa untuk membangun interaksi, membagikan pengalaman, serta mengembangkan pemahaman melalui dinamika yang berlangsung dalam kelompok (Sunardi, 2023). Dalam pelaksanaannya, teknik sociodrama dapat dilakukan sebagai strategi yang efektif karena melibatkan siswa secara langsung dalam memainkan peran tertentu yang berkaitan dengan situasi sosial sehari-hari. Melalui kegiatan ini, siswa dapat melatih keberanian, meningkatkan kemampuan komunikasi, serta mengembangkan rasa percaya diri. Sejumlah hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan teknik sociodrama dalam layanan bimbingan kelompok memiliki efektivitas dalam memperkuat kepercayaan diri siswa. Peningkatan tersebut tidak terlepas dari keterlibatan siswa secara aktif dan langsung dalam aktivitas pembelajaran sosial yang memberi ruang bagi mereka untuk mengekspresikan diri, berinteraksi, dan membangun keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki (Nurmila, 2022).

Penelitian ini disusun untuk menguraikan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama sekaligus menganalisis pengaruh penerapannya terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Selain itu, tulisan ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi guru bimbingan dan konseling dalam merancang kegiatan kelompok yang tidak hanya menunjang perkembangan kepercayaan diri, tetapi juga mendukung pembinaan karakter siswa. Dengan fokus pada kelas VII SMP di Tana Toraja, penelitian ini juga ingin menyoroti

interaksi sosial siswa, partisipasi aktif dalam kegiatan kelompok, dan kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan sehari-hari. Temuan dari penerapan teknik sosiodrama diharapkan mampu menjadi dasar pertimbangan bagi sekolah lain dalam mengembangkan program bimbingan dengan tujuan yang sama. Selain itu, penelitian ini diharapkan mampu memperkaya khazanah keilmuan terkait pemilihan dan penerapan strategi bimbingan yang efektif serta tepat sasaran dalam upaya membangun kepercayaan diri siswa.

2. KAJIAN TEORITIS

Sosiodrama dapat diartikan sebagai suatu metode dalam bimbingan kelompok yang bertujuan membantu individu mengenali dan mengatasi persoalan sosial dengan memanfaatkan kegiatan bermain peran. Metode ini memberi kesempatan bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan, memahami konflik, dan melatih interaksi sosial dalam situasi yang meniru kehidupan nyata. Corey menyatakan sosiodrama memungkinkan individu mengalami langsung peristiwa sosial sehingga meningkatkan kesadaran diri dan kemampuan interpersonal (Corey, 2017). Romlah menambahkan bahwa lewat sosiodrama siswa dapat mengembangkan keterampilan komunikasi, memperkuat empati, dan berani mengekspresikan diri. Dengan pengalaman langsung diikuti refleksi, siswa lebih mampu memahami potensi diri dan meningkatkan kepercayaan diri (Romlah, 2019).

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek penting yang memengaruhi perkembangan individu, khususnya dalam konteks pendidikan. Konsep ini menunjukkan adanya keyakinan dalam diri seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menghadapi berbagai situasi dan tuntutan yang muncul. Ghufro dan Risnawati mengemukakan bahwa kepercayaan diri merupakan bentuk sikap positif yang menunjukkan adanya keyakinan terhadap potensi diri (Ghufro et al., 2016). Sejalan dengan hal tersebut, Bandura menjelaskan bahwa *self-efficacy* turut menentukan cara individu berpikir, bertindak, serta merespons tantangan yang dihadapi. Individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang baik cenderung lebih terdorong untuk maju, mampu menghadapi kesulitan, dan tidak mudah menyerah dalam situasi yang menantang (Bandura, 2018).

Dalam konteks pembelajaran, kepercayaan diri menjadi faktor yang sangat mendukung pencapaian hasil belajar. Siswa yang memiliki rasa percaya diri biasanya lebih aktif mengikuti kegiatan belajar, berani menyampaikan ide atau pendapat, serta lebih terbuka untuk mengajukan pertanyaan saat mengalami hambatan dalam memahami materi (Sari, 2020). Tingkat kepercayaan diri yang baik berperan dalam mendorong siswa membangun hubungan sosial yang positif dengan teman sebaya maupun guru, sehingga tercipta suasana

pembelajaran yang lebih mendukung. Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri dapat membuat siswa menunjukkan sikap pasif, mudah mengalami kecemasan, serta cenderung menghindari situasi yang menuntut keberanian dan kesiapan menghadapi tantangan (Putra, 2019).

Kepercayaan diri terbentuk melalui pengalaman berkelanjutan, bukan instan. Pengalaman itu meliputi kesempatan mencoba hal baru, menghadapi tantangan, dan merefleksikan pengalaman yang dilalui (Ghozali et al., 2024). Menurut Andini, lingkungan yang suportif dan tidak menghakimi sangat membantu pengembangan kepercayaan diri siswa (Andini, 2022). Terbentuknya kepercayaan diri yang kokoh pada siswa sangat dipengaruhi oleh adanya dukungan dari guru, teman sebaya, dan lingkungan sekolah.

Berbagai temuan penelitian membuktikan bahwa teknik sociodrama dapat digunakan secara efektif untuk mengembangkan kepercayaan diri siswa. Fathiyah menemukan bahwa peserta sociodrama mengalami peningkatan kemampuan komunikasi dan keberanian menyampaikan pendapat (Fathiyah, 2020). Setiawan melaporkan sociodrama meningkatkan partisipasi aktif siswa dalam kelompok dan membantu pemahaman peran sosial sehari-hari (Setiawan, 2019). Menurut Rahmawati, penggunaan teknik sociodrama dalam layanan bimbingan kelompok memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa (Rahmawati, 2021).

Oleh karena itu, ditinjau dari kajian teoritis dan temuan penelitian terdahulu, sociodrama telah terbukti mampu menjadi pendekatan yang efektif dalam mendukung perkembangan kepercayaan diri siswa. Melalui pengalaman langsung, interaksi kelompok, dan refleksi diri, siswa belajar memahami diri, memperbaiki komunikasi, dan membangun keberanian menghadapi berbagai situasi sosial. Berdasarkan pertimbangan tersebut, penerapan layanan bimbingan kelompok yang mengintegrasikan teknik sociodrama dipandang mampu memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMP di Tana Toraja.

Kerangka berpikir dalam penelitian ini didasarkan pada adanya permasalahan berupa rendahnya kepercayaan diri siswa, yang tercermin dari ketidakberanian untuk tampil, keraguan dalam menyampaikan pendapat, serta kurangnya partisipasi dalam interaksi sosial di kelas. Kondisi tersebut menuntut adanya penanganan yang tepat melalui layanan bimbingan dan konseling, salah satunya melalui penerapan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama sebagai bentuk intervensi yang relevan. Melalui kegiatan sociodrama, siswa diberi kesempatan untuk memainkan peran dalam situasi sosial tertentu sehingga dapat melatih keberanian, meningkatkan kemampuan komunikasi, serta mengembangkan rasa

percaya diri melalui pengalaman langsung dan dinamika kelompok. Dengan adanya keaktifan siswa dalam mengikuti proses tersebut, diharapkan dapat terjadi pergeseran perilaku menuju kondisi yang lebih positif.

Kepercayaan diri siswa kelas VII SMP di Tana Toraja diperkirakan akan meningkat apabila layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama diterapkan secara sistematis.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang difokuskan pada upaya peningkatan kepercayaan diri siswa melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Rancangan penelitian mengacu pada model tindakan Arikunto yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan setiap siklus mencakup tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Setiap tindakan dalam satu siklus dilaksanakan melalui satu kali pertemuan dengan menyesuaikan kebutuhan layanan yang diberikan.

Subjek penelitian ini terdiri dari 30 siswa kelas VII SMP di Tana Toraja. Penentuan subjek dilakukan melalui teknik purposive sampling, yaitu dengan memilih siswa yang berdasarkan hasil angket awal dan observasi guru BK diketahui memiliki tingkat kepercayaan diri rendah (Sugiyono, 2019). Subjek penelitian ditandai oleh sejumlah karakteristik, antara lain kurangnya keyakinan saat menyampaikan pendapat, ketidakberanian untuk tampil di depan kelas, serta rendahnya partisipasi dalam kegiatan pembelajaran.

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi angket dan observasi. Angket dimanfaatkan untuk mengukur tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan tindakan, sedangkan observasi digunakan untuk memantau perubahan perilaku siswa selama proses layanan berlangsung (Sugiyono, 2019). Penyusunan instrumen penelitian didasarkan pada indikator kepercayaan diri yang mencakup keberanian tampil, kemampuan berkomunikasi, partisipasi aktif, dan interaksi sosial.

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Proses analisis dilakukan dengan membandingkan persentase peningkatan kepercayaan diri siswa pada tahap pra-tindakan, siklus I, dan siklus II. Dengan cara tersebut, perubahan yang terjadi dapat diuraikan secara sistematis, jelas, dan terukur. Kriteria keberhasilan penelitian ditentukan oleh adanya peningkatan kepercayaan diri siswa yaitu minimal 75% siswa mencapai kategori tinggi serta adanya perubahan perilaku ke arah yang lebih positif selama proses layanan berlangsung.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilaksanakan di SMP di Tana Toraja dengan melibatkan 30 siswa kelas VII sebagai subjek penelitian. Fokus kajian diarahkan pada upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang mengaplikasikan teknik sociodrama. Seluruh rangkaian penelitian berlangsung selama satu bulan dan mencakup tahap pra-tindakan, pelaksanaan siklus I, serta pelaksanaan siklus II. Untuk memperoleh data, digunakan teknik observasi dan angket yang bertujuan menilai perubahan kepercayaan diri siswa pada kondisi sebelum dan sesudah pemberian tindakan.

Sebelum pelaksanaan tindakan, peneliti terlebih dahulu melakukan tahap pra-tindakan yang bertujuan untuk mengidentifikasi permasalahan serta mengetahui tingkat awal kepercayaan diri siswa. Proses identifikasi masalah dilakukan melalui observasi dan penyebaran angket kepada siswa kelas VII SMP di Tana Toraja.

Berdasarkan hasil observasi, ditemukan bahwa mayoritas siswa masih memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Kondisi tersebut tampak dari sikap siswa yang masih ragu dalam mengemukakan pendapat, belum berani tampil di hadapan kelas, serta menunjukkan kecenderungan pasif selama proses pembelajaran berlangsung. Selain itu, sejumlah siswa juga terlihat kurang bersedia berpartisipasi aktif dalam diskusi kelompok dan lebih memilih untuk tetap diam ketika memperoleh kesempatan berbicara.

Untuk memperkuat temuan tersebut, peneliti menggunakan angket kepercayaan diri yang disusun berdasarkan beberapa indikator, yaitu keberanian tampil, kemampuan berkomunikasi, partisipasi aktif, dan interaksi sosial. Hasil pengisian angket menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa masih tergolong rendah.

Tabel 1. Kategori Tingkat Kepercayaan Diri Siswa.

Kategori	Jumlah siswa	Presentase
Tinggi	5 siswa	16 %
Sedang	10 siswa	34%
Rendah	15 siswa	50%

Data penelitian memperlihatkan bahwa dari 30 siswa, 15 siswa atau 50% berada pada kategori rendah, 10 siswa atau 34% berada pada kategori sedang, sedangkan hanya 5 siswa atau 16% yang mencapai kategori tinggi. Kondisi tersebut menegaskan bahwa kepercayaan diri sebagian besar siswa masih tergolong rendah, sehingga diperlukan layanan bimbingan yang relevan untuk mengatasi permasalahan tersebut. Berdasarkan hasil observasi dan angket yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa rendahnya kepercayaan diri siswa merupakan masalah utama dalam penelitian ini. Oleh sebab itu, perlu diberikan tindakan berupa layanan

bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Siklus I

Perencanaan

pada tahap ini peneliti mengidentifikasi masalah, menganalisis penyebab masalah, tujuan yang akan dicapai, menyusun instrumen angket dan membuat RPL.

Pelaksanaan

Pelaksanaan tindakan melalui layanan bimbingan kelompok dengan penerapan teknik sosiodrama diawali dengan pengelompokan siswa ke dalam kelompok-kelompok, kemudian siswa diberikan materi dengan topik “meningkatkan kepercayaan diri” selanjutnya Pengenalan mengenai teknik sosiodrama dan menentukan pembagian peran (siswa pemalu diberikan peran sederhana terlebih dahulu, dan siswa yang sudah cukup percaya diri menjadi model). Kegiatan dilanjutkan dengan siswa memerankan peran dalam sosiodrama, kemudian diakhiri dengan diskusi dan refleksi kelompok yang membahas pemahaman serta pelajaran yang diperoleh dari pelaksanaan kegiatan tersebut.

Observasi

Hasil observasi selama pelaksanaan kegiatan memperlihatkan bahwa masih terdapat siswa yang belum memiliki keberanian untuk tampil di depan kelas dan kurang aktif saat mengikuti diskusi kelompok. Temuan ini diperoleh dari pengamatan yang dilakukan sepanjang kegiatan berlangsung;

Tabel 2. Kategori Tingkat Kepercayaan Diri Siswa pada Siklus I.

Kategori	Jumlah siswa	Presentase
Tinggi	12 siswa	40%
Sedang	10 siswa	33%
Rendah	8 siswa	27%

Perubahan yang terlihat:

- a. Beberapa siswa mulai berani berbicara
- b. Masih ada siswa yang pasif
- c. Siswa mulai berani menyampaikan pendapat

Refleksi

Hasil observasi pada siklus I menunjukkan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama belum berjalan secara maksimal. Hal ini terlihat dari masih adanya siswa yang belum berani tampil di depan kelas, kurang aktif dalam diskusi, serta belum memiliki tingkat kepercayaan diri yang memadai saat menyampaikan pendapat.

Ketidakefektifan hasil pada siklus I dipengaruhi oleh beberapa faktor, terutama karena siswa masih merasa canggung dan belum terbiasa dengan penerapan teknik sociodrama, kurangnya motivasi yang diberikan sebelum kegiatan, serta belum adanya contoh (*modelling*) yang dapat membantu siswa memahami cara tampil percaya diri. Selain itu, topik yang digunakan dalam kegiatan sociodrama masih kurang menarik dan belum sepenuhnya sesuai dengan pengalaman sehari-hari siswa, sehingga keterlibatan siswa dalam kegiatan kelompok belum maksimal.

Maka dari itu, diperlukan perbaikan pada siklus II, seperti pemberian motivasi yang lebih intensif, penggunaan *modelling*, pemilihan tema yang lebih relevan, serta pemberian bimbingan dan pendampingan yang lebih optimal kepada siswa selama kegiatan berlangsung.

Siklus II

Perencanaan

Perbaikan dilakukan dengan : Peneliti melakukan perbaikan dari siklus I dengan menyusun RPL yang lebih terarah kemudian memilih tema sociodrama yang lebih menarik pada siswa, serta menyiapkan strategi untuk meningkatkan partisipasi pada siswa. Kemudian memberikan latihan terlebih dahulu

Pelaksanaan

Tindakan pada siklus II dilaksanakan melalui layanan bimbingan kelompok yang memanfaatkan teknik sociodrama dalam satu kali pertemuan. Pada awal kegiatan, siswa terlebih dahulu diberikan motivasi guna menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri mereka. Selanjutnya, peneliti memberikan contoh (*modelling*) mengenai cara tampil percaya diri di depan kelompok. Setelah itu, dilakukan pembagian peran kepada siswa dengan mempertimbangkan tingkat kepercayaan diri masing-masing. Siswa yang sebelumnya kurang percaya diri diberikan peran yang lebih menantang, seperti menjadi tokoh utama atau pemimpin diskusi, peneliti memberikan arahan serta pendampingan kepada siswa, khususnya bagi siswa yang merasa malu. Kegiatan ini diakhiri dengan diskusi dan refleksi kelompok untuk mengevaluasi pengalaman yang diperoleh.

Observasi

Temuan observasi memperlihatkan peningkatan yang cukup signifikan, yang tercermin dari meningkatnya keaktifan siswa dalam kegiatan yang berlangsung, berani berbicara di depan kelas, berani menyampaikan pendapat dan mampu berinteraksi dengan baik dalam kelompok.

Tabel 3. Kategori Tingkat Kepercayaan Diri Siswa pada Siklus II.

kategori	jumlah	Presentase
Tinggi	23	77%
Sedang	5	17%
Rendah	2	6%

Refleksi

Temuan observasi pada siklus II memperlihatkan bahwa kepercayaan diri siswa meningkat secara nyata dan telah memenuhi indikator keberhasilan yang telah ditetapkan sebelumnya. Peningkatan ini tercermin pada keberanian siswa untuk tampil di depan kelas, keaktifan mereka dalam mengikuti diskusi, dan kemampuan menjalin interaksi yang lebih baik dalam kelompok.

Keberhasilan tersebut terjadi karena adanya perbaikan tindakan yang disusun berdasarkan hasil refleksi dari siklus I. Strategi berupa pemberian motivasi di awal kegiatan, penerapan modelling, serta penggunaan tema sosiodrama yang lebih menarik dan sesuai dengan pengalaman kehidupan siswa terbukti mampu meningkatkan keterlibatan mereka dalam proses kegiatan. Selain itu, pendampingan yang dilakukan secara lebih intensif turut membantu siswa yang sebelumnya menunjukkan kepercayaan diri rendah menjadi lebih siap dan berani untuk berpartisipasi.

Dengan tercapainya hasil tersebut, tindakan pada siklus II dinilai telah berhasil, sehingga penelitian dianggap cukup sampai pada tahap ini dan tidak dilanjutkan ke siklus berikutnya.

Pembahasan

Berdasarkan hasil yang diperoleh, penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terbukti memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa secara bertahap dan berkesinambungan. Pada tahap pra-siklus, mayoritas siswa masih berada pada kategori rendah, yaitu sebanyak 15 orang atau setara dengan 50%. Setelah tindakan diberikan pada siklus I, terjadi perkembangan yang ditandai dengan meningkatnya persentase kategori tinggi menjadi 40% serta berkurangnya jumlah siswa pada kategori rendah menjadi 8 siswa. Walaupun demikian, hasil tersebut belum sesuai dengan target keberhasilan yang telah ditetapkan.

Pada siklus II, peningkatan menjadi signifikan dimana jumlah siswa pada kategori tinggi mencapai 23 siswa (77%), sehingga telah melampaui indikator keberhasilan sebesar 75%. Sementara itu kategori rendah menurun drastis menjadi 2 siswa (6%).

Peningkatan ini sejalan dengan pendapat Corey, (2017) yang menyatakan bahwa sosiodrama memberikan pengalaman langsung kepada individu dalam menghadapi situasi

sosial, sehingga dapat meningkatkan kesadaran diri dan kemampuan interpersonal. Kegiatan bermain peran memungkinkan siswa untuk memahami konteks sosial sekaligus membangun keberanian dan kepercayaan diri dalam menampilkan diri.

Hasil penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui teori *self-efficacy* Bandura, yang menegaskan bahwa keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya terbentuk dan berkembang melalui pengalaman langsung yang dialami sendiri serta melalui pengamatan terhadap keberhasilan orang lain (Bandura, 2018). Dalam kegiatan sosiodrama, siswa memperoleh kedua pengalaman tersebut, yaitu melalui praktik langsung memainkan peran serta melalui pengamatan terhadap teman sebaya yang tampil percaya diri.

Temuan penelitian ini didukung oleh hasil penelitian terdahulu yang menjelaskan bahwa teknik sosiodrama efektif digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Keefektifan tersebut terlihat dari adanya kesempatan bagi siswa untuk mengasah kemampuan komunikasi sekaligus mengembangkan rasa empati, serta meningkatkan partisipasi aktif dalam kelompok (Rahmawati, 2021). Dengan demikian, keberhasilan peningkatan kepercayaan diri siswa dalam penelitian ini tidak terlepas dari keterlibatan aktif siswa dalam dinamika kelompok serta pengalaman langsung yang diperoleh melalui kegiatan sosiodrama.

Selain itu, peningkatan kepercayaan diri siswa dalam penelitian ini juga menunjukkan adanya proses psikologis yang terjadi secara bertahap. Pada awalnya, siswa cenderung merasa takut, ragu, dan kurang yakin terhadap kemampuan dirinya (Muazzarotin, 2024). Namun, melalui kegiatan sosiodrama, siswa mulai berani mencoba untuk tampil, mengekspresikan diri, serta berinteraksi dengan teman sebaya dalam suasana yang mendukung. Ketika siswa berhasil memainkan peran dan mendapatkan respon positif dari kelompok, hal tersebut memberikan pengalaman keberhasilan yang mampu meningkatkan keyakinan diri secara bertahap.

Keberhasilan yang lebih signifikan pada siklus II juga dipengaruhi oleh adanya perbaikan strategi, seperti pemberian motivasi, penggunaan modelling, serta pemilihan tema yang lebih relevan dengan kehidupan siswa. Perbaikan yang dilakukan dalam kegiatan tersebut berpengaruh terhadap meningkatnya rasa nyaman dan kepercayaan diri siswa selama mengikuti proses pembelajaran. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan yang terjadi tidak hanya dipicu oleh penerapan teknik sosiodrama, melainkan juga oleh pembelajaran yang berlangsung secara bertahap serta pengalaman langsung yang dialami siswa dalam dinamika kelompok.

Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama tidak hanya menunjukkan efektivitas dalam

meningkatkan kepercayaan diri siswa secara kuantitatif, tetapi juga mampu memberikan perubahan secara psikologis dan sosial melalui pengalaman langsung dalam dinamika kelompok.

5. KESIMPULAN

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMP di Tana Toraja secara signifikan. Peningkatan tersebut tampak dari perubahan yang berlangsung secara bertahap pada setiap siklus PTBK. Pada kondisi awal, sebagian besar siswa masih berada pada kategori kepercayaan diri rendah dengan persentase sebesar 50%. Setelah tindakan pada siklus I diberikan, jumlah siswa yang mencapai kategori tinggi meningkat menjadi 40%, walaupun capaian tersebut masih belum memenuhi indikator keberhasilan yang telah ditetapkan. Selanjutnya, penyempurnaan tindakan pada siklus II melalui pemberian motivasi, penggunaan modelling, serta pemilihan tema yang lebih relevan dan menarik menghasilkan perkembangan yang lebih optimal, sehingga sebanyak 77% siswa berhasil berada pada kategori kepercayaan diri tinggi.

Hasil ini menunjukkan bahwa teknik sosiodrama efektif dalam membantu siswa mengembangkan keberanian, kemampuan komunikasi, serta partisipasi aktif melalui pengalaman langsung dalam interaksi sosial. Kegiatan bermain peran dalam dinamika kelompok memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengekspresikan diri, memahami situasi sosial, dan membangun keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Berdasarkan hal tersebut, layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik sosiodrama dapat menjadi pilihan yang efektif untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa, sekaligus menunjang perkembangan sosial dan emosional mereka secara lebih baik.

Namun demikian, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Subjek penelitian terbatas pada 30 siswa dalam satu sekolah, sehingga hasil yang diperoleh belum dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, pelaksanaan tindakan yang hanya dilakukan dalam dua siklus dengan waktu yang relatif singkat memungkinkan belum terlihatnya perkembangan kepercayaan diri siswa secara optimal dalam jangka panjang.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar melibatkan jumlah objek yang lebih besar dan beragam, serta dilaksanakan dalam jangka waktu yang lebih panjang agar hasil yang diperoleh lebih optimal dan dapat digeneralisasikan.

DAFTAR REFERENSI

- Andini, R. (2022). Pengaruh lingkungan belajar terhadap kepercayaan diri siswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 10(2), 126.
- Bandura, A. (2018). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.
- Corey, G. (2017). *Theory and practice of group counseling. 9th edn*. Cengage Learning.
- Fathiyah, N. (2020). Penerapan teknik sociodrama dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 52.
- Ghozali, S., Darmawan, D., Rahmawan, R., Mohamad, Y., Isnani, S., Sulaiman, L. Y., & Sopyan, A. W. (2024). Efektivitas Konseling Kelompok untuk Mengatasi Permasalahan Kepercayaan Diri pada Siswa. *Jurnal Pendidikan, Penelitian, Dan Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 84.
- Ghufron, Muhammad Nur and Risnawati, R. (2016). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Muazzarotin, S. et al. (2024). Hubungan kepercayaan diri dengan partisipasi belajar siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(1), 69.
- Nurmila, N. et al. (2022). Efektivitas teknik sociodrama dalam layanan bimbingan kelompok. *Jurnal BK Indonesia*, 7(2), 94.
- Putra, A. (2019). Dampak rendahnya kepercayaan diri terhadap interaksi sosial siswa. *Jurnal Pendidikan*, 8(1), 40.
- Rahmawati, D. (2021). Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kepercayaan diri siswa. *Jurnal Konseling*, 6(2), 110.
- Romlah, T. (2019). *Teori dan praktik bimbingan kelompok*. Universitas Negeri Malang Press.
- Sari, M. (2020). Kepercayaan diri dan keberhasilan belajar siswa di sekolah. *Jurnal Pendidikan Nasional*, 9(3), 218.
- Setiawan, B. (2019). Penerapan metode sociodrama dalam pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Sosial*, 4(2), 61.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sunardi. (2023). Penggunaan teknik sociodrama dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 11(1), 79.