BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Tinjauan bimbingan kelompok

a. Pengertian bimbingan kelompok

Bimbingan kelompok ini dijelaskan oleh beberapa ahli, yang pertama menurut Menurut Winkel, hastuti (2004: 547) bimbingan kelompok adalah bimbingan atau layanan yang di berikan kepada lebih dari satu orang yang dilakukan secara bersamaan yang meningkatkan perkembangan sosial pada individu tersebut. Sama halnya dengan Prayitno (1995:), yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan yang menggunakan dinamika kelompok yang berjalan di bawah bimbingan pemimpin kelompok atau konselor dengan tujuan menekankan upaya bimbingan terhadap individu melalui kelompok Dan selanjutnya disampaikan oleh Romlah (2006 : 3) yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok yaitu suatu proses bimbingan yang diberikan kepada individu berupa bantuan dalam menyelasaikan suatu topik atau permasalahan.

Jadi menurut peneliti bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan konseling yang di berikan kepada sejumlah orang atau kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok

dengan tujuan memberikan informasi mengenai masalah pendidikan, masalah pribadi, masalah sosial, yang tidak terdapat pada pelajaran.

b. Tujuan bimbingan kelompok

Menurut prayitno (1995:23) tujuan bimbingan kelompok terdiri dari dua, yaitu tujuan secara umum dan tujuan secara khusus. Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi, terlebih kemampuan bersosialisasi siswa. Secara khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk :

1. Melatih siswa mengemukakan pendapatnya
2. Membiasakan siswa bersikap terbuka dalam suatu kelompok
3. Membiasakan siswa untuk membina keakraban bersama teman
4. Membiasakan siswa untuk memiliki sikap toleransi terhadap orang lain
5. Membiasakan siswa untuk mengendalikan diri dalam kegiatan
6. Melatih siswa untuk memperoleh ketrampilan sosial
7. Membantu siswa mengenali dirinya dalam berhubungan dengan orang lain.
8. Membiasakan siswa menjali suatu hubungan interpersonal dalam situasi kelompok yang dapat menumbuhkan kreatifitas siswa.

c. Dinamika kelompok dan unsur-unsurnya

Bimbingan kelompok yang baik ketika kelompok tersebut memiliki semangat yang tinggi, mampu bekerjasama dengan baik, dan mampu mempercayai sesama anggota. Seautu kelompok akan tenjalin tengan baik ketika setiap anggotanya mampu menganggap sesama anggotanya itu teman, teman dalam artian yang sebenarnya, mampu menerima dengan baik, mampu berkorban untuk klompok tersebut agar tetap berjalan (prayitno, 1995:21-22).

Para ahli menyebutkan bahwa ada lima hal dalam dinamika kelompok yang wajib di perhatikan dalam menilai apa kelompok tersebut dalam keadaan baik-baik saja atau tidak, yaitu: 1) saling berhubungan dengan dinamis. 2) memiliki tujuan bersama. 3) hubungan antara banyaknya anggota kelompok dan sifat kegiatan kelompok. 4) mampu bersikap terhadap orang lain. 5) mampu mandiri, tidak bergantung pada orang lain (prayitno, 1995:27).

d. **Tahapan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok**

Bimbingan kelompok memiliki beberapa tahapan yang sangat penting, terutama bagi pemimpin kelompok. Tahapan bimbingan kelompok pada umumnya memiliki 4 tahapan, yaitu : tahapan pembentukan, pemeliharaan, pelaksanaan kegiatan, dan pengakhiran

Table 2. 1 Tahap-tahap bimbingan kelompok

TAHAP 1 PEMBENTUKAN	
Dalam tahap ini anggota di kumpulkan untuk menyusun rencana kegiatan yang meliputi : pengenalan, pelibatan diri, pemasukan diri	
tujuan : 1) Anggota paham akan pengertian dan kegiatan dalam bimbingan kelompok tersebut 2) Menumbuhkan suasana kelompok 3) Timbul minat anggota untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok 4) Mengenal satu sama lain, saling mempercayai, menerima, mau membantu sesame anggota 5) Saling terbuka 6) Mulai membahas tentang tingkalaku dan perasaan dalam kelompok	Kegiatan : 1) Menjelaskan tentang pengertian dan tujuan kegiatan dalam bimbingan konseling 2) Menjelaskan asas-asas dari kegiatan bimbingan keompok 3) Perkenalan sesama anggota kelompok dan pemimpin kelompok 4) Teknik yang di gunakan 5) Permainan pengakraban
PERANAN PEMIMPIN KELOMPOK 1) Mampu tampil dengan maksimal dan terbuka 2) Mampu menghormati orang lain, bersikap hangat, dan mau membantu dengan sepenuh hati tanpa padang bulu 3) Mampu menjadi contoh yang teladan	

Sumber : prayitno, (1995:44)

TAHAP II PERALIHAN	
Menjaga suasana agar tetap dinamis, dan menghindari adanya konflik	
Tujuan : 1) Anggota tidak lagi memiliki perasaan malu, ragu, tidak mempercayai, dan merasa enggan untuk memasuki tahap berikutnya 2) Suasana kelompok kompak 3) Anggota kelompok semakin antusias untuk mengikuti bimbingan kelompok	Kegiatan : 1) Menjelaskan kegiatan yang akan di lakukan dalam tahap berikutnya 2) Mengamati dan bertanya apakah anggota siap untuk melakukan tahap selanjutnya 3) Membahas masalah yang ada 4) Meningkatkan keikut sertaan anggota

PERANAN PIMPINAN KELOMPOK

1) Sabar dan terbuka dengan suasanan yang ada
2) Tidak mengambil alih kekuasaannya
3) Memancing membahas suasana perasaan
4) Bersikap empati, membuka diri sebagai contoh

Sumber : prayitno, (1995:47)

TAHAP III TAHAP INTI	
Tahap ini adalah tahap untuk pencapaian tujuan	
Tujuan : 1) Membahas masalah yang barkaitan dengan anggota secara mendalam dan tuntas 2) Seluruh anggota berikutserta dalam pembahasan yang berunsur tingkah laku, pikiran, ataupun	Kegiatan : 1) Pemimpin kelompok mengemukakan masalah atau topik 2) Tanya jawab yang dilakukan oleh pemimpin kelompok mengenai hal yang belum jelas dalam masalah yang telah di

perasaan	kemukakan oleh pemimpin kelompok
PERANAN PEMIMPIN KELOMPOK 1) Mengatur jalannya kegiatan dengan sabar dan terbuka 2) Aktif tapi tidak banyak bicara	

Sumber : prayitno, (1995:57)

TAHAP IV PENGAHIRAN	
Penilaian dan tindak lanjut	
Tujuan : 1) Mengungkapkan kesan pesan anggota kelompok tentang kegiatan bimbingan kelompok 2) Terungkapnya hasil kegiatan yang telah dicapai 3) Terumuskannya tindak lanjut kegiatan 4) Tetap merasakan hubungan kelompok yang hangat dan kompak meskipun kegiatan telah berakhir	Kegiatan : 1) Pemimpin kelompok memberri aba-aba pada anggota kelompok bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir 2) Pemimpin dan anggota mengemukakan kesan pesan dari kegitan bimbingan kelompok tersebut 3) Membahas kegiatan lanjutan 4) Mengemukakan pesan dan harapan
PERANAN PEMIMPN KELOMPOK 1) Mengusahakan suasana hangat dan terbuka 2) Memberi semangat pada anggota untuk kegiatan selanjutnya 3) Memiliki rasa persahabatan dan empati	

Sumber : prayitno, (1995:57)

2. Tinjauan Teknik sosiodrama

a. Pengertian Teknik sosiodrama

Menurut Djamarah (2002: 115), sosiodrama merupakan sebuah sandiwara tanpa menggunakan naskah dan dilakukan secara spontan sesuai dengan masalah yang ada saat itu tanpa melakukan latihan lebih dulu. Dan masalah yang di peragakan adalah masalah yang mencakup permasalahan sosial.

Sedangkan menutut zainal, aqib (2011: 44), sosiodrama merupakan teknik bermain peran, sesuai dengan namanya ternik sosiodrama ini di gunakan untuk memecahkan masalah-masalah sosial. Siswa akan di berikan peran dengan cerita yang telah disiapkan, setelah bermain peran usai dimainkan akan dilakukan diskusi tentang pemeranan dan ketepatan dalam pemeccahan masalah cerita yang telah di perankan tersebut.

Winkel, W.S. (2012:571) mengungkapkan bahwa drama yang mengambil dari persoalan-persoalan yang terjadi pada lingkungan sosial. Teknik sosidrama dijadikan untuk membantu individu memahami kehidupan yang sesungguhnya, terlebih dalam masalah sosial (tatiek romlah, 2001:104)

Jadi menurut peneliti, sosiodrama adalah teknik bermain peran yang dilakukan secara spontan dengan permasalah-permasalahan sosial tanpa menggunakan naskah.

b. Langkah-langkah sosiodrama

Dalam melakukan sosiodrama siswa harus memahami apa yang akan di ucapkan dengan menggunakan bahasa yang dapat di pahami oleh teman-temannya. Menurut roestiyah (2001:91), langkah-langkah dalam pelaksanaan sosiodrama antaralain :

1. Menentukan masalah yang akan di perankan
2. Membentuk situasi
3. Membentuk karakter
4. Mengarahkan permainan
5. Memahami peran
6. Bermain peran
7. Menghentikan permainan
8. Mendiskusikan atau menganalisis permainan

c. Tujuan sosiodrama

teknik sosiodrama (bermain peran) merupakan salah satu teknik penyelesaian masalah dengan menggunakan cara bermain peran. Tujuan dari sosiodrama adalah agar membuat pembelajaran lebih menyenangkan dan membuat siswa tertarik untuk mengikuti kegiatan bermain peran tersebut. dengan begitu siswa secara tidak langsung kepercayaan diri siswa meningkat, di sisi lain bermain peran juga melatih siswa untuk berfikir kritis, dan dapat menumbuhkan kreativitas siswa untuk berpendapat (arni murnita, 2016: 13).

Dengan teknik sosiodrama ini di harapkan siswa ini mampu:

1. Agar siswa mampu menghayati dan menghargai perasaan orang lain
2. Mampu bertanggung jawab terhadap semua hal
3. Dapat mengambil keputusan dengan sendiri dalam keadaan apapun
4. Membuat siswaterangsang dalam berfikir dan memecahkan masalah
5. Mengurangi atau bahkan menghilangkan rasa malu yang terdapat pada siswa yang sebelumnya memiliki sifat yang sangat pemalu menjadi siswa yang berani dan lebih percaya diri

3. Tinjauan Tentang kepercyaan diri

a. Pengertian kepercayaan diri

Lauster P (2003:12-14) mengatakan bahwa kepercayaan diri adalah suatu keyakinan atas bakat dan kemampuan dirinya sendiri, sehingga individu mampu melakukan apupun dengan bebas melakukan suatu hal yang sesuai dengan keinginannya tanpa takut dan cemas apa yang dilakukan itu merupakan sebuah kesalahan. Dan individu yang memiliki kepercayaan diri mampum bertanggung jawab atas apa yang telah dilakukannya, mampu berinteraksi dengan baik terhadap lingkungannya, dan juga dapat mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya.

Kepercayaan diri tersebut karena suatu proses belajar menanggapi suatu stimulus yang di hasilkan dari suatu interaksi yang di lakukan di lingkungan. Menurut hakim thursan (2002: 6), kepercayaan diri adalah seseorang yang yakin terhadap kelebihan yang dimilikinya, dengan meyakini kelebihan tersebut seseorang merasa mampu untuk mencapai tujuan hidupnya. Sedangkan menurut Hambly, Kenneth (1995:5) mengatakan bahwa kepercayaan diri merupakan kemampuan individu ketika menghadapi setiap situasi dengan tenang.

Jadi peneliti menyimpulkan bahwasanya, kepercayaan diri merupakan suatu hal yang sangat penting di miliki oleh setiap individu terutama bagi siswa, seseorang yang memiliki kepercayaan diri adalah seseorang yang yakin terhadap kemampuan dirinya, mampu mengambil keputusan, Memiliki pandang yang positif terhadap diri sendiri mampu mengemukakan pendapat dan mampu bertanggung jawab atas segala hal.

b. Karakteristik individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi

Menurut Lauster (2003: 4), orang yang memiliki kepercayaan yang positif adalah sebagai berikut:

1. Keyakinan dan kemampuan diri
2. Optimis
3. Obyektif

4. bertanggung jawab
5. Rasional dan realitas

c. Karakteristik individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah

Menurut hakim thursan (2002: 8)iri-ciri seseorang yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah

1. Mudah cemas
2. Memiliki banyak kekurangan, baik itu dari segi fisik, mental, ekonomi, sosial.
3. Lahir dari keluarga yang berlatar belakang pendidikan rendah
4. Mudah gugup
5. Kurang memiliki kelebihan dibidang tertentu, dan tidak tau cara mengembangkan diri
6. Mudah ptus asa
7. Sering menyendiri
8. Cenderung bergantung pada orang lain

d. Cara menumpuk keperayaan diri

Menurut Fatimah, enung (2010:153) untuk mendapat menumbuhkan rasa percaya diri :

1. Evaluasi diri secara objektif
2. Memberikan penghargaan yang jujur terhadap diri sendiri
3. Positif thinking

4. Gunakan sel affirmation, memerangi negatif thinking
5. Berani mengambil resiko
6. Belajar bersyukur
7. Melakukan tujuan yang realistik

Menurut hakim, thursan (2002: 135) cara mengembangkan kepercayaan diri melalui pendidikan :

1. Memberanikan diri bertanya
2. Guru lebih berperan aktif dengan cara memberikan pertanyaan pada siswa
3. Mengikuti forum diskusi
4. Mengerjakan soal di depan kelas
5. Belajar berpidato didepan kelas
6. Ikut dalam kegiatan ekstrakirikuler
7. Konsiten dalam mendisiplinkan
8. Menjadi perangkat kelas
9. Menjadi pemimpin ketika upacara
10. Ikut dalam organisasi sekolah
11. Memperluas pergaulan yang sehat

4. Remaja

a. Pengertian Remaja

Masa remaja merupakan masa dimana setiap perkembangan individu. Pada masa remaja ini remaja mengalami perkembangan fisik dan emosional yang sangat

pesat dan signifikan. Pada masa ini remaja dapat menggali potensi yang dimiliki yang dimiliki sehingga membuat remaja dapat berkembang dengan baik (Hurlock, 1991: 206)

B. Penelitian Yang Relevan

Sebagai acuan dan perbandingan, peneliti telah melakukan penelusuran terhadap penelitian relevan terdahulu yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan saat ini tentang efektifitas bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap kepercayaan diri

No	Judul	Hasil	Kesimpulan	Perbedaan	Daftar pustaka
1	Pengembangan model bimbingan kelompok dengan role playing untuk mengembangkan kepercayaan diri siswa	Perbedaannya penelitian ini menggunakan pendekatan hasil penelitian bimbingan kelompok teknik bermain peran tersebut efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa		Perbedaannya penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan (research and development)	Ema Sukmawati, *Pengembangan model bimbingan kelompok dengan role playing untuk mengembangkan kepercayaan diri siswa* Jurnal bimbingan konseling Volume 4 Nomor 1 2015
2	Pengembangan model bimbingan klasikal dengan	penelitian bimbingan klasikal teknik bermain peran tersebut efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa sebesar			Novi Adrianti, *Pengembangan model bimbingan klasikal dengan*

	role playing untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa	44,66% Perbedaannya penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan (research and development)	*role playing untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa* Jurnal bimbingan konseling Volume 4 Nomor 1 2015
3	penerapan metode bermain peran (role playing) untuk meningjatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMPN 1 jonggat tahun ajaran 2016-2017	Dalam penelitihan ini di jelaskan bagaimana penerapan metode *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa Perbedaan dengan penelitihan saat ini hanya pada tempat penelitihan.	Ikariani, Yulia, *penerapan metode bermain peran (role playing) untuk meningjatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMPN 1 jonggat tahun ajaran 2016-2017*, Jurnal bimbingan konseling Volume 4 Nomor 1 2017
4	efektifitas teknik role playing untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA	Dalam penelitian ini teknik bermain peran terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada penggunaan metode penelitian, yang mana penelitian	Tri Lestari, *efektifitas teknik role playing untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA*, Jurnal ilmu

		ini menggunakan metode quasi eksperimen *pretest-posttes control group*.	pendidikan dan pengajaran Volume 4 Nomor 1 maret 2017
5	efektifitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa	dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa teknik permainan drama membuat kepercayaan diri siswa signifikan meningkat. Perbedaan dengan penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen *pretest-posttes control group*.	Al-halik, NurwahyuniR, *efektifitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa*, Jurnal consilium: berkala kajian konseling dan ilmu keagamaan Volume 7 Nomor 1 maret 2020
6	Meningkatkan percaya diri siswa saat berbicara di depan kelas melalui bimbingan kelompok teknik sosiodrama	Hasil penelitian ini di ketahui kepercayaan diri siswa saat berbicara di depan kelas sebelum mendapatkan perlakuan berada dalam di skor 23(58%) atau dalam kategori kurang, namun setelah mendapatkan pelakuan mengalami peningkatan hingga berada pada skor 30 (74%) atau berada dalam kategori baik Sehingga dapat disimpulkan	Arianti Sagita,dkk. *Meningkatkan percaya diri siswa saat berbicara di depan kelas melalui bimbingan kelompok teknik sosiodrama*.

		bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Perbedaan dari penelitian ini menggunakan metode analisis data deskriptif kuantitatif.	Jurnal prakarsa paedagogia, volume 2 nomor 2 2019
7	Efektifitas teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok terhadap peningkatan percaya diri siswa	Hasul dari penelitian ini menyatakan bahwa t hitung= 9.407 > t table= 2.65031 dengan nilai signifikasi 95% sehingga dapat disimpulkan teknik sosiodrama sangat efektif dalam meningkatkan kepecayaan diri siswa	I Wayan Mulyanto, *Efektifitas teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok terhadap peningkatan percaya diri siswa*. Jurnal ilmiah ilmu pendidikan sosial. Volume 8, nomor 1, april 2019
8	teknik role playing dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa SMK	Dalam penelitihan ini di jelaskan tentang cara meningkatkan ketrampilan komunikasi interpersonas siswa dengan menggunakan teknik *role playing* Perbedaanya adalah penelitian terdahulu lebih berfokus pada cara meningkatkan ketrampilan	Dhamayanti, Putu ari, *teknik role playing dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa SMK*, jurnal bimbingan

		komunikasi, sedangkan penelitian saat ini berfokus pada cara meningkatkan kepercayaan diri, dan perbadaan dengan penelitian kali ini adalah tempat yang di teliti.	konseling dan psikologi, volume 46, nomer 3, 2013
9	Meningkatkan kepercayaan diri siswa menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama peserta didik SMAN 4 Palangkayara	Hasil analisi pada penelitian ini menunjukan bahwa sebelum diberikan perlakuan peserta didik mendapatkan skor 43% dan setelah mendapatkan perlakuan mendapatkan skor 70% sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta didik mengalami kenaikan skor hingga 27% yang artinya teknik sosiodrama efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik	Esthi P, Fachturahman M. *Meningkatkan kepercayaan diri siswa menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama peserta didik SMAN 4 Palangkayara*. Jurnal bimbingan dan konseling, volume 3 nomor 1, agustus 2017

C. Kerangka Konseptual

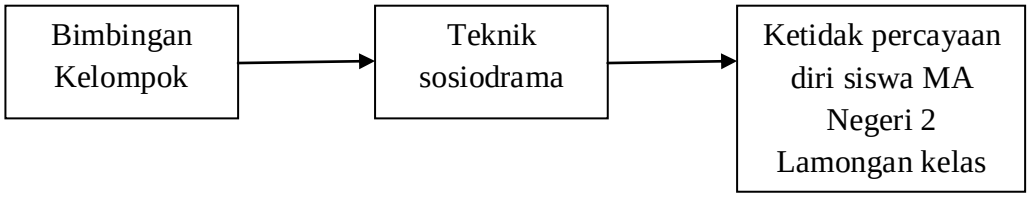
Rasa percaya diri merupakan suatu hal yang perlu dimiliki oleh setiap individu. Dengan adanya rasa percaya diri maka seorang individu akan bisa menampilkan eksistensi atau personal brandnya di hadapan banyak orang. Melatih mental sosial salah satu yang bisa dilakukan oleh seseorang jika mereka memiliki kepercayaan diri yang baik. Dengan

memiliki kepercayaan diri yang baik maka proses seseorang untuk melewati masa perkembangan juga akan baik terutama anak-anak.

Permasalahan rendahnya tingkat kepercayaan diri pada siswa harus selalu di perhatikan. Dalam hal ini bimbingan kelompok teknik sosiodrama yang di gunakan untuk membuat kepercayaan diri siswa meningkat, di lakukan dengan cara membuat pembelajaran menggunakan teknik bermain peran, dengan begitu kepercayaan diri siswa terangsang, selain kepercayaan dirinya yang meningkat siswa juga mampu mengutarakan pendapatnya.

Tabel 2.2

Kerangka Konseptual



D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dapat diartikan berupa jawaban yang sifatnya hanya sementara dari suatu permasalahan yang diteliti dan dapat terbukti melalui data yang telah dikumpulkan. Sehingga dalam penelitian ini penulis merumuskan hipotesis sebagai berikut :

Ha : Bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama ini efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa MA Negeri 2 Lamongan kelas XI IPS 1

Ho : Bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama ini tidak efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa MA Negeri 2 Lamongan kelas XI IPS 1

Kecenderungan dari hipotesis ini sesuai dengan paparan dari latan=r belakang maka akan lebih mengarah ke “Bimbingan Kelompok teknik sosiodrama ini efektif untuk meningkatkan kepercyaan diri siswa MA Negeri 2 lamongan kelas 11 IPS 1”