

SKRIPSI



**MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI DALAM
BERKOMUNIKASI DI DEPAN UMUM MELALUI
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA**

Oleh :
JAUHARUL FANANI
NIM : 201731027

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN ILMU DAN PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2020



**MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI DALAM
BERKOMUNIKASI DI DEPAN UMUM MELALUI
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA**

SKRIPSI

**Oleh :
JAUHARUL FANANI
NIM : 201731027**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN ILMU DAN PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2020

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

“Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri”. (Lauster 2002: 4)

PERSEMBAHAN:

1. Kepada orang tuaku (Bapak Sumardi Usuf (Alm) dan Ibu Muntimah) yang selalu memberikan do'a, kasih sayang dan motivasi kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Kakak kandung (Muhammad Afif Ardiyanto S. Th. I) yang selalu memberikan semangat dan motivasi kepada saya.
3. Para dosen dan staf pengajar di lingkungan Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Muria Kudus yang banyak membekali ilmu dan pengetahuan.
4. Teman dan sahabat yang selalu menyemangati, mendo'akanku yang menjadi motivasi untuk lebih baik lagi dari pada sebelumnya.
5. Temen-temen seperjuangan Universitas Muria Kudus baik dari progdi sendiri maupun luar progdi.

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi oleh Jauharul Fanani (NIM 201731027) dengan judul Meningkatkan Kepercayaan Diri Dalam Berkomunikasi di Depan Umum Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus,

Pembimbing I



Dr. SANTOSO, M.Pd
NIDN. 0629086201

Pembimbing II



Drs. ARISTA KISWANTORO, M.Pd
NIDN. 0611116401

Mengetahui,

Ka. Prodi BK



Drs. ARISTA KISWANTORO, M.Pd

NIDN 0611116401

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsinoleh Jauharul Fanani (NIM 201731027) ini telah dipertahankan di depan tim penguji sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling.

Kudus,

Tim Penguji



Dr. Santoso, M.Pd.
NIDN. 0629086201

, Ketua



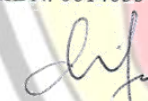
Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd.
NIDN. 0611116401

, Anggota



Drs. Masturi, MM.
NIDN. 0614055701

, Anggota



Nur Mahardika, M.Pd.
NIDN. 0630088901

, Anggota

Mengetahui,

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Drs. Supto, M.Pd. Kons
NIDN. 0629086302

PRAKATA

Dengan mengucapkan puji syukur Alhamdulillah kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga skripsi yang berjudul “Meningkatkan Kepercayaan Diri Dalam Berkomunikasi Di Depan Umum Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama”.

Skripsi ini dapat diselesaikan dengan lancar guna memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dalam bidang Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus.

Penulis menyadari bahwa selesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini peneliti menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak/Ibu:

1. Drs. Sucipto, M.Pd. Kons Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah memberi ijin untuk mengadakan penelitian.
2. Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus sekaligus Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran serta dorongan sehingga tersusun skripsi ini.
3. Dr. Santoso, M.Pd. Dosen Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran serta dorongan sehingga tersusun skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu Dosen Pengampu Program Studi Bimbingan dan konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang membimbing penulis selama kuliah dan memberikan bekal pengetahuan.
5. Kedua Orang tua yang selalu memberikan dukungan dan telah mendorong serta memotivasi sehingga dapat tersusun skripsi ini.
6. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah mendorong dan memberikan bantuan sehingga dapat tersusun skripsi ini.

Penulis berharap semoga amal kebaikan Bapak/Ibu mendapat imbalan dari Allah SWT. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini, masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan.



ABSTRACT

Fanani Jauharul. 2020. *Increasing Self-Confidence in Communicating in Public Through Group Guidance Services with Sociodrama Techniques.* Thesis. Guidance and Counseling, Faculty of Teacher Training and Education, Muria Kudus University. Advisors: (1) Dr. Santoso, M.Pd. (2) Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd.

Keywords: Increase Self Confidence in Communicating in Public, Sociodrama Technique Group Guidance Service.

The self-confidence of a person's beliefs and attitudes has the ability to himself by making adjustments and accepting as is both positive with the aim of his happiness in terms of presenting or various information through speaking activities.

The objectives of this study were: 1. Describe the activities of researchers in the implementation of sociodrama technique group guidance in increasing self-confidence in public communication among class VIII B students of MTs Sunan Prawoto. 2. Obtaining increased confidence in future communication through Group Guidance services using the Sociodrama technique for class VIII B students of MTs Sunan Prawoto.

This study was designed using action research guidance and counseling (PTBK). The type of method used is observation, interview, and documentation. The use of purposive sampling as a sampling for research subjects determined by students of class VIII B MTs Sunan Prawoto who have confidence problems in communication.

The conclusions of the results of this study that students' communication confidence gained an increase after being given the Sociodrama technique group guidance service. This can be proven based on the observation results of the student self-confidence assessment scale in the pre-cycle average score of 16 in the Very Low (SR) category. In the implementation of the action cycle I, the first meeting obtained an average score of 17.8 Very Low (SR), the second meeting obtained an average score of 21, in the Very Low category (SR), and the third meeting obtained an average score of 25 in the Low category. (R). In the implementation of the action cycle II, the first meeting obtained an average score of 30.5 in the Low (R) category, the second meeting obtained a score of 42 in the High (T) category, and the third meeting obtained a score of 48 in the High (T) category. Based on the results obtained, the students' communication confidence increased by 32 scores.

ABSTRAK

Fanani Jauharul. 2020. *Meningkatkan Kepercayaan Diri Dalam Berkomunikasi Di Depan Umum Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama*. Skripsi. Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Pembimbing: (1) Dr. Santoso, M.Pd. (2) Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri Berkomunikasi Layanan Bimbingan Kelompok *Sociodrama*.

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terdapat kemampuan pada dirinya sendiri dengan melakukan penyelesaian dan menerima secara apa adanya baik positif dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya dalam hal memaparkan atau berbagai informasi melalui kegiatan berbicara.

Tujuan penelitian ini adalah: 1. Mendeskripsikan aktivitas peneliti pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik sociodrama dalam meningkatkan kepercayaan diri dalam berkomunikasi di depan umum pada siswa kelas VIII B MTs Sunan Prawoto. 2. Memperoleh peningkatan kepercayaan diri dalam berkomunikasi di depan umum melalui layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik Sociodrama pada siswa kelas VIII B MTs Sunan Prawoto.

Penelitian ini didesain dengan menggunakan penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK). Jenis metode yang digunakan yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Serta menggunakan *purposive sampling* sebagai pengambilan sampel untuk subjek penelitian ditetapkan enam siswa kelas VIII B MTs Sunan Prawoto yang memiliki masalah kepercayaan diri dalam berkomunikasi.

Simpulan hasil penelitian ini kepercayaan diri berkomunikasi siswa memperoleh peningkatan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *Sociodrama*. Hal tersebut dapat dibuktikan berdasarkan hasil observasi instrumen skala penilaian kepercayaan diri berkomunikasi siswa pada pra siklus diperoleh skor rata-rata 16 dengan kategori Sangat Rendah (SR). Pada pelaksanaan tindakan siklus I pertemuan pertama diperoleh skor rata-rata 17,8 Sangat Rendah (SR), pertemuan kedua diperoleh skor rata-rata 21, dengan kategori Sangat Rendah (SR), dan pertemuan ketiga diperoleh skor rata-rata 25 dengan kategori Rendah (R). Pada pelaksanaan tindakan siklus II pertemuan pertama diperoleh skor rata-rata 30,5 dengan kategori Rendah (R), pertemuan kedua diperoleh skor 42 dengan kategori Tinggi (T), dan pertemuan ketiga diperoleh skor 48 dengan kategori Tinggi (T). Berdasarkan hasil skor yang diperoleh tersebut, kepercayaan diri berkomunikasi siswa memperoleh peningkatan sebanyak 32 skor.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
LOGO.....	ii
JUDUL DAN PERSEMBAHAN.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
PRAKATA.....	vii
ABSTRACT.....	ix
ABSTRAK.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	6
1.6 Definisi Operasional.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS TINDAKAN	6
2.1 Pengertian Kepercayaan Diri.....	8
2.1.1 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Rasa Percaya Diri	9
2.1.2 Ciri-ciri Individu yang Memiliki Rasa Percaya Diri dalam Berkomunikasi	12
2.1.3 Aspek-aspek Rasa Percaya Diri	12
2.2 Pengertian Berkomunikasi	13
2.2.1 Aspek dalam Berkomunikasi	13

2.2.2	Jenis-jenis Komunikasi	16
2.2.3	Manfaat Komunikasi	22
2.3	Pengertian Kepercayaan Diri dalam Berkomunikasi	24
2.3.1	Cara Meningkatkan Percaya Diri dalam Berkomunikasi	24
2.4	Bimbingan Kelompok	26
2.4.1	Pengertian Bimbingan Kelompok	26
2.4.2	Tujuan Bimbingan Kelompok	27
2.4.3	Tahapan Bimbingan Kelompok	28
2.5	Teknik Sosiodrama	29
2.5.1	Pengertian Sosiodrama	29
2.5.2	Tujuan Sosiodrama	30
2.5.3	Jenis-jenis Sosiodrama	31
2.5.4	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Hasil Sosiodrama	32
2.5.5	Kelebihan Metode Sosiodrama	33
2.5.6	Langkah-langkah Pelaksanaan Sosiodrama	34
2.6	Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri dalam Berkomunikasi	37
2.7	Penelitian yang Relevan	37
2.8	Kerangka Berfikir	39
2.9	Hipotesis Penelitian	41
BAB III METODE PENELITIAN		42
3.1	<i>Setting</i> Penelitian dan Karakteristik Subjek Penelitian	42
3.1.1	<i>Setting</i> Penelitian	42
3.1.2	Karakteristik Subjek Penelitian	42
3.2	Rancangan Penelitian	44
3.2.1	Siklus I	45
3.2.2	Siklus II	47
3.3	Teknik Pengumpulan Data	50
3.3.1	Observasi	50
3.4	Wawancara	62
3.5	Analisis Data	68

3.6 Indikator Keberhasilan	69
3.6.1 Indikator Proses.....	69
3.6.2 Indikator Hasil.....	69
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	71
4.1 Hasil Penelitian	71
4.1.2 Pra Siklus.....	71
4.1.3 SIKLUS I.....	76
4.1.4 Hasil Pelaksanaan Penelitian Siklus II.....	110
4.1.5 Simpulan Hasil Peneliti.....	141
4.1.6 Uji Hipotesis Tindakan.....	141
4.2 Pembahasan.....	142
4.2.1 Pembahasan Hasil Penelitian Siklus I	142
4.2.2 Pembahasan Hasil Siklus II.....	145
4.2.3 Pembahasan Hasil Nilai Kepercayaan Diri Berkomunikasi Siswa dari Siklus I ke Siklus II.....	148
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	153
5.1 Simpulan.....	153
5.2 Saran.....	154
DAFTAR PUSTAKA	155

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Hasil Skala Penilaian Pra Siklus Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Berkomunikasi Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Sosiodrama</i>	72
Tabel 4.2	Hasil Wawancara Peneliti Terhadap Guru BK sebelum siswa Diberikan layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama.....	75
Tabel 4.2	Hasil Observasi Kolaborator Terhadap Aktivitas Peneliti Dalam Melaksanakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Sosiodrama</i> Pada Siklus I.	96
Tabel 4.3	Hasil Penilaian Aspek Kepercayaan Diri Berkomunikasi Pada Siklus I Pertemuan ke 1	98
Tabel 4.4	Hasil Aspek Penilaian Kepercayaan Diri Berkomunikasi Pada Siklus I Pertemuan ke 2	101
Tabel 4.5	Hasil Penilaian Aspek Kepercayaan Diri Berkomunikasi Pada Siklus I Pertemuan 3	103
Tabel 4.7	Hasil Refleksi Terhadap Peneliti dan Anggota Kelompok Pada Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Sosiodrama</i> Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Berkomunikasi Pada Siswa Kelas VIII B MTs Sunan Prawoto.	108
Tabel 4.8	Hasil Rekapitulasi Observasi Kolaborator terhadap Aaktivitas Peneliti dalam Melaksanakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Sosiodrama</i> pada Siklus II.....	125
Tabel 4.9	Hasil Penilaian Aspek Kepercayaan Diri Berkomunikasi Pada Siklus II Pertemuan Ke 1	127
Tabel 4.10	Hasil Penilaian Aspek Kepercayaan Diri Berkomunikasi pada Siklus II Pertemuan Ke 2	129
Tabel 4.11	Hasil Penilaian Aspek Kepercayaan Diri Berkomunikasi pada Siklus II Pertemuan Ke 3	131
Tabel 4.12	Hasil Peningkatan Skor Kepercayaan Diri Berkomunikasi Selama Pelaksanaan Siklus II	133
Tabel 4.13	Hasil Observasi Kolaborator terhadap Aktivitas Peneliti pada Siklus I dan Siklus II dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Sosiodrama</i>	135

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Skema Kerangka Berfikir	40
Gambar 3.1	Skema Siklus Penelitian Tindakan Kelas	45
Grafik 4.1	Hasil Penilaian Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Berkomunikasi Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama.....	74
Grafik 4.2	Hasil Observasi Kolaborator Terhadap Aktivitas Penelitian Dalam Melaksanakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Sosiodrama</i> Pada Siklus I.....	97
Grafik 4.3	Hasil Penilaian Aspek Kepercayaan Diri Berkomunikasi Pada Siklus I Pertemuan 1.....	100
Grafik 4.4	Hasil Penilaian Aspek Kepercayaan Diri Berkomunikasi Pada Siklus I Pertemuan 2.....	102
Grafik 4.5	Hasil Aspek Penilaian Kepercayaan Diri Berkomunikasi Pada Siklus I Pertemuan 3.....	104
Grafik 4.6	Hasil Rekapitulasi Peningkatan Skor Kepercayaan Diri Berkomunikasi Selama Siklus I.....	106
Grafik 4.9	Hasil Rekapitulasi Penilaian Kepercayaan Diri Berkomunikasi Siklus II Pertemuan Pertama.....	128
Grafik 4.10	Hasil Penilaian Aspek Kepercayaan Diri Berkomunikasi Pada Siklus II Pertemuan Kedua.....	130
Grafik 4.11	Hasil Penilaian Aspek Kepercayaan Diri Berkomunikasi Pada Siklus II Pertemuan Ketiga.....	132
Grafik 4.12	Hasil Rekapitulasi Peningkatan Skor Kepercayaan Diri Berkomunikasi Selama Siklus II.....	134
Grafik 4.13	Hasil Rekapitulasi Peningkatan Skor Peneliti dalam Melaksanakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Sosiodrama</i> Selama Siklus I dan Siklus II.....	137
Grafik 4.14	Peningkatan Skor Aspek Kepercayaan Diri Berkomunikasi Pada Pelaksanaan Layanan Pra Siklus, Siklus I dan Siklus II.....	140

DAFTAR LAMPIRAN

Hasil wawancara terhadap kolaborator sebelum melakukan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam berkomunikasi di depan umum.....	160
Hasil wawancara terhadap kolaborator sesudah melakukan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam berkomunikasi di depan umum siswa kelas VIII B MTs Sunan Prawoto	161
Data kasar skala penilaian kepercayaan diri dalam berkomunikasi siswa kelas VIII B MTs Sunan Prawoto melalui layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.....	165
Rencana pelaksanaan layanan (RPL) Siklus I Pertemuan I	170
Materi Pertemuan I Siklus I	174
Sinopsis	176
Daftar hadir siswa	178
Penilaian hasil layanan bimbingan dan konseling	179
Penilaian hasil layanan bimbingan dan konseling	179
Laporan pelaksanaan dan evaluasi (penilaian), analisis dan tindak lanjut rencana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok	182
Rencana pelaksanaan layanan (RPL) Siklus I Pertemuan II.....	186
Sinopsis	191
Daftar hadir siklus I pertemuan II	192
Penilaian hasil layanan bimbingan dan konseling	193
Laporan pelaksanaan dan evaluasi (penilaian), analisis dan tindak lanjut rencana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok	196
Rencana pelaksanaan layanan (RPL) Siklus I Pertemuan III.....	200
Materi	204
Sinopsis	205
Daftar hadir siklus I pertemuan III.....	206
Penilaian hasil layanan bimbingan dan konseling	207
Laporan pelaksanaan dan evaluasi (penilaian), analisis dan tindak lanjut rencana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok	210
Rencana pelaksanaan layanan (RPL) Siklus II Pertemuan I.....	214

Materi	218
Sinopsis	219
Daftar hadir siswa siklus II pertemuan I	220
Penilaian hasil layanan bimbingan dan konseling	221
Laporan pelaksanaan dan evaluasi (penilaian), analisis dan tindak lanjut rencana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok	225
Rencana pelaksanaan layanan (RPL) Siklus II Pertemuan II.....	228
Daftar hadir siswa siklus II pertemuan II.....	234
Penilaian hasil layanan bimbingan dan konseling	235
Laporan pelaksanaan dan evaluasi (penilaian), analisis dan tindak lanjut rencana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok	239
Rencana pelaksanaan layanan (RPL) Siklus II Pertemuan III	242
Materi	246
Daftar hadir siswa siklus II pertemuan III.....	248
Penilaian hasil layanan bimbingan dan konseling	249
Laporan pelaksanaan dan evaluasi (penilaian), analisis dan tindak lanjut rencana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok	252
Surat penelitian.....	256
Daftar riwayat hidup	257

