

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Setiap manusia memiliki kelebihan dan kekurangan dalam berbagai aspek, termasuk rasa percaya diri. Berbicara tentang rasa percaya diri, tentunya akan terlihat secara jelas ketika seseorang sedang melakukan berbagai macam kegiatan atau aktivitas sehari-hari, yang perlu diketahui adalah masing-masing individu memiliki pengalaman yang berbeda-beda tentang rasa percaya diri, baik pada diri mereka sendiri, teman, keluarga atau orang lain yang ada disekitar mereka. Memang tidak mudah untuk melihat setiap karakteristik orang yang memiliki rasa percaya diri dengan baik, dan juga mengetahui bagaimana mereka bisa memiliki rasa percaya diri yang lebih baik. Namun, hal itu bukan terjadi pada diri beberapa individu, karena semua orang juga mengalami hal yang sama seperti itu.

Menurut Thantaway (2005: 87) "Percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan". Sujanto (2006:41) menyatakan bahwa percaya diri merupakan suatu keyakinan seseorang yang tumbuh dari sikap sanggup berdiri sendiri yaitu kesanggupan untuk berbuat baik, menguasai diri, mengontrol tindakan sendiri, mengatur diri sendiri, dan bebas dari pengendalian orang lain.

Dari beberapa pendapat diatas, peneliti menyimpulkan kepercayaan diri merupakan suatu mental psikologis diri seseorang untuk berbuat baik, menguasai diri, mengontrol tindakan sendiri, mengatur diri sendiri, dan bebas dari pengendalian orang lain.

Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri berfikir negative, kurang percaya pada kemampuannya (insecure), karena itu sering menutup diri. Terkadang seseorang menyadari jika disatu kegiatan yang seseorang lakukan terasa asing atau sedang bertemu dengan orang-orang yang baru dikenal, tentunya muncul perasaan minder atau tidak ada kepercayaan diri yang baik untuk melakukan hal itu, walaupun seiring berputarnya waktu seseorang bisa mulai

untuk mengurangi dan mengatasi rasa minder tersebut. Namun, disisi lain, seseorang bisa memiliki rasa percaya diri yang lebih baik ketika sedang melakukan kegiatan atau aktivitas yang seseorang lakukan sendiri, atau seseorang sudah terbiasa melakukan hal tersebut.

Kesuksesan dalam hidup berkaitan secara langsung dengan kemampuan berkomunikasi dan keterampilan membina hubungan pada orang lain. Komunikasi merupakan aspek utama dalam menyampaikan pendapat seseorang agar maksud dan tujuan seseorang dapat dimengerti oleh orang lain atau banyak orang. Komunikasi adalah proses, dimana seseorang atau beberapa orang, kelompok, organisasi menciptakan dan menggunakan informasi agar terhubung dengan lingkungan dan orang lain. Pada umumnya dilakukan secara lisan atau verbal yang dapat dimengerti keduanya, komunikasi dapat dilakukan menggunakan badan atau bahasa tubuh, menunjukkan sikap tertentu, misalnya tersenyum, menggelengkan kepala, mengangkat bahu, dan lain-lain. Cara seperti itu disebut komunikasi Bahasa nonverbal atau yang sering disebut bahasa tubuh.

Tujuan utama adalah untuk berkomunikasi dan bertujuan supaya dapat menyampaikan suatu pikiran secara efektif, semestinya pembicara itu lebih mengerti, memahami makna (arti) dari segala sesuatu yang ingin dibicarakan atau dikomunikasikan. Pembicara harus mampu mengevaluasi efek baik ataupun buruk dari komunikasinya terhadap pendengarannya dan harus mengenal secara spesifik prinsip-prinsip yang mendasari segala situasi pembicaraan, baik itu berbicara dihadapan umum maupun perorangan (*face to face*).

Keberanian dalam komunikasi sangat diperlukan agar setiap informasi yang ingin disampaikan dapat diterima orang lain dengan baik, tetapi orang sering memiliki ketakutan tersendiri jika ingin menyampaikan pendapatnya kepada orang lain, hal ini dikarenakan individu merasa malu atau segan bahkan takut menyampaikan maksud hatinya kepada orang lain, jika hal ini terus berlangsung lama, maka sudah pasti akan terjadi *misskommunication* yang berakibat pada perasaan merasa tertekan kepada individu yang bersangkutan.

Hal yang wajar ketika seseorang merasa *insecure*, minder, tertekan, gerogi atau mengalami tekanan perasaan lainnya saat melakukan kegiatan atau aktivitas

yang baru pertama kali seseorang lakukan, namun bukan berarti kewajaran itu harus menguasai diri. Seseorang tidak boleh tertekan dengan perasaan seseorang sendiri, seseorang harus bisa mengatasi segala macam bentuk tekanan dengan pengendalian diri yang lebih baik. Karena rasa percaya diri yang seseorang miliki akan memudahkan seseorang untuk menuju kesuksesan.

Rasa percaya diri yang kurang baik adalah akibat dari kejadian buruk di masa kanak-kanak yang telah membuat seseorang bersikap acuh tak acuh. Hasil akhir dari kurangnya rasa percaya pada seseorang biasanya mengarah pada penghubungan terhadap diri sendiri yang akan merampas keyakinan dirinya, serta kemampuannya untuk berfikir rasional.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang peneliti lakukan terhadap siswa di MTs Sunan Prawoto bahwa beberapa siswa di kelas VIII B memiliki rasa percaya diri dalam berkomunikasi yang baik, terlihat dari cara berinteraksi, bertutur dan bisa mengungkapkan pendapat kepada guru dan teman-temannya dengan lebih baik. Namun ada beberapa yang masih memiliki keperibadian kurang percaya diri dalam berkomunikasi. Adapun perilaku kurangnya rasa percaya diri dalam berkomunikasi seperti siswa belum mampu memulai suatu hubungan, kurang yakin terhadap diri sendiri, kurang mampu berfikir positif, kurang mampu menggunakan Bahasa yang baik dan benar, kurang bersikap tenang saat berkomunikasi, belum bisa berkomunikasi dengan suara yang didengar banyak orang. Kurang mampu mencairkan Suasana saat berkomunikasi, kurang mampu bersosialisasi, merasa takut saat berkomunikasi dengan banyak orang, belum bertanggung jawab dengan apa yang diucapkannya. Upaya yang dilakukan sekolah untuk mengatasi permasalahan tersebut yaitu dengan siswa diwajibkan ikut kegiatan ekstra kulikuler.

Untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam berkomunikasi, peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok dengan tujuan yang bertujuan untuk membantu mengetahui masalah individu yang dihadapi secara kelompok.

Menurut Prayitno (2008: 270) “bimbingan kelompok merupakan bimbingan yang dilakukan secara berkelompok dengan minat kelompok, yang membahas hal-hal yang bersifat umum”

Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan dari bimbingan konseling yang mempunyai manfaat bagi siswa, dalam mengembangkan kemampuan diri siswa, dan juga menambah ilmu pengetahuan siswa. Dalam bimbingan kelompok ada beberapa teknik yang dapat digunakan, yaitu diskusi kelompok, kegiatan kelompok, psikodrama dan lain sebagainya dalam penerapan teknik ini harus disesuaikan dengan topik dan tujuan yang akan dilakukan melalui layanan bimbingan kelompok, karena setiap teknik mempunyai kelebihan siswa lebih memahami tentang kepercayaan diri siswa dalam bersosialisasi yang baik, termasuk dalam pemecahan masalah sosial dapat diterapkan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama.

Sudjana (2002: 84), berpendapat bahwa dalam “metode sosiodrama dan bermain peranan (*role playing*) merupakan dua istilah kembar yang dalam pemakaiannya pun sering disilih gantikan.” Melalui bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama diharapkan dapat tercapai tujuan-tujuan yang sesuai dengan kebutuhan-kebutuhan individu dalam kelompok. Kegiatan layanan bimbingan kelompok sangat bermanfaat karena melalui kelompok akan terjadi sebuah interaksi antar anggota kelompok dan dapat mengembangkan komunikasi antar pribadi sehingga tugas perkembangan siswa remaja dapat terpenuhi dengan baik seperti kebutuhan akan kepercayaan diri baik secara pribadi maupun sosial.

Dari latar belakang masalah tersebut, maka peneliti mengadakan penelitian dengan judul “Meningkatkan Kepercayaan Diri Dalam Berkomunikasi di Depan Umum Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama pada siswa kelas VIII B MTs Sunan Prawoto Tahun Pelajaran 2020/2021.”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dipaparkan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan-permasalahan antara lain:

1. Bagaimana aktivitas peneliti dalam penerapan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama di MTs Sunan Prawoto dalam meningkatkan kepercayaan diri dalam berkomunikasi di depan umum?

2. Apakah kepercayaan diri dalam berkomunikasi siswa kelas VIII B MTs Sunan Prawoto dapat ditingkatkan melalui Layanan Bimbingan Kelompok teknik Sociodrama?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang disebutkan di atas, maka penulis merumuskan tujuan penelitian sebagai berikut:

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.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Kegunaan penelitian ini diharapkan menambah dan memperkaya wawasan, pengetahuan, dan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bimbingan dan konseling, khususnya layanan bimbingan dan konseling dengan teknik Sociodrama.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

##### **1.4.2.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling**

Dengan penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan konselor dalam usaha membantu siswa menjadi pribadi yang lebih percaya diri dalam berkomunikasi dengan lingkungan dan antara pribadi.

##### **1.4.2.2 Bagi Siswa**

Melalui penelitian ini diharapkan siswa dapat mempunyai percaya diri dalam berkomunikasi di depan umum dalam menghadapi segala hal agar dapat berkomunikasi dengan baik yang akan bermanfaat untuk kehidupannya ke depan.

## 1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Sesuai dengan judul penelitian yaitu: Meningkatkan Kepercayaan Diri dalam Berkomunikasi di Depan Umum melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama, maka yang menjadi ruang lingkup penelitian hanya mengungkap tentang peningkatan kepercayaan diri dalam berkomunikasi dan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama.

## 1.6 Definisi Operasional

Berdasarkan judul penelitian “Meningkatkan Kepercayaan Diri dalam Berkomunikasi di Depan Umum melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama”. Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel. Variabel ini digunakan dalam penelitian ini yaitu layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama sebagai variabel bebas dan kepercayaan diri dalam berkomunikasi di depan umum, dengan definisi operasional sebagai berikut:

### 1.6.1 Kepercayaan Diri Berkomunikasi di Depan Umum

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap 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.

Siswa yang memiliki kepercayaan diri dalam berkomunikasi di depan umum harus memiliki aspek-aspek berikut ini, diantaranya memiliki rasa keyakinan akan kemampuan diri, optimis (berfikir positif), obyektif (mampu segala sesuatu berdasarkan kebenaran), berani mengemukakan pendapat, bertanggung jawab serta memiliki pemikiran yang rasional.

### 1.6.2 Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama

Bimbingan kelompok tersebut merupakan salah satu jenis layanan dalam bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk membantu siswa mengembangkan kemampuan kognitif, efektif dan psikomotorik. Ketiga kemampuan tersebut perlu dikembangkan karena sangat berguna bagi individu

dalam kehidupannya dimasyarakat dan dalam hubungannya dengan orang lain. Sedangkan sosiodrama merupakan salah satu teknik bimbingan kelompok yaitu *role playing* atau teknik bermain peran dengan cara mendramatisasikan bentuk tingkah laku dalam hubungan sosial.

Dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, peneliti memberikan informasi berupa materi yang berkaitan dengan perilaku sopan santun sehingga peneliti dapat membantu individu untuk berperilaku sopan santun. Ketika dapat bersikap sopan santun maka individu tersebut sadar akan adanya konsekuensi atas tindakan yang di lakukan dalam perbuatannya tersebut.

Dalam uraian di atas dapat di simpulkan bahwa proses layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Dalam pelaksanaan tahapan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. di harapkan mampu meningkatkan perilaku sopan santun dalam kehidupan sehari-hari.