

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan yang memiliki peranan penting dalam kehidupan individu. Pada fase ini, remaja mengalami berbagai perubahan yang berlangsung secara cepat, baik dari aspek fisik, kognitif, emosional, maupun sosial. Bagi remaja putri, perubahan tersebut sering kali disertai dengan berbagai tantangan dan tekanan yang bersifat kompleks.¹ Salah satu permasalahan yang cukup sering muncul pada masa ini adalah rendahnya kepercayaan diri. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan peserta didik dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, menjalin hubungan sosial, mengemukakan pendapat, serta mengembangkan potensi akademik maupun nonakademik yang dimilikinya. Oleh karena itu, kepercayaan diri menjadi salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan dalam perkembangan peserta didik, khususnya pada tingkat pendidikan menengah pertama.

Kepercayaan diri dapat diartikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam menyelesaikan tugas, menghadapi berbagai hambatan, serta mengambil keputusan secara tepat.² Kepercayaan diri juga

¹ G. Marwoko, "Psikologi Perkembangan Masa Remaja," *Tasyri: Jurnal Tarbiyah-Syariah Islamiyah* 26, no. 1 (2019): 60–75, 60.

² B. Andayani dan T. Afiatin, "Konsep Diri, Harga Diri, dan Kepercayaan Diri Remaja," *Jurnal Psikologi* 23, no. 2 (1996): 23–30, 24.

mencerminkan penilaian positif seseorang terhadap nilai dan kemampuan dirinya.

Kepercayaan diri merupakan aspek penting yang perlu dimiliki peserta didik untuk mengembangkan potensi dirinya. Menurut Thalib, rendahnya kepercayaan diri berkaitan dengan konsep diri yang negatif sehingga individu cenderung meragukan kemampuan yang dimilikinya. Sejalan dengan itu, Bandura menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mencapai hasil yang diharapkan. Oleh karena itu, peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah cenderung kurang berani mengemukakan pendapat, takut melakukan kesalahan, dan kurang mampu mengaktualisasikan potensi dirinya.³

Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri dapat ditunjukkan melalui berbagai bentuk perilaku negatif. Kondisi tersebut dapat terlihat dari munculnya kecemasan dalam berinteraksi sosial, perasaan rendah diri, kesulitan dalam mengambil keputusan, kecenderungan menyalahkan diri sendiri secara berlebihan, menarik diri dari lingkungan sosial, hingga meningkatnya kerentanan terhadap tindakan perundungan (bullying) maupun perilaku berisiko lainnya. Dalam jangka panjang, rendahnya kepercayaan diri berpotensi menghambat perkembangan potensi peserta didik secara optimal, memengaruhi kesiapan dalam merencanakan masa depan, mengganggu pembentukan hubungan sosial yang sehat, serta berdampak pada kualitas hidup secara keseluruhan. Oleh sebab itu, pengembangan kepercayaan diri pada remaja putri perlu mendapat perhatian sejak dini.

Permasalahan rendahnya kepercayaan diri pada siswi tidak hanya menjadi

³ Nur Hikmah Hartati, Hidayat Ma'ruf, dan Nurul Rahmi, "Efektivitas Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di MAN Barito Utara," *Proceeding ICIEGC* 2, no. 1 (2022): 152.

kajian teoritis, tetapi juga merupakan fenomena yang banyak ditemukan di lingkungan pendidikan, termasuk di Indonesia. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di MTs Raudhatussyubban, ditemukan sejumlah siswi yang menunjukkan indikasi kurang percaya diri. Hal tersebut terlihat dari kecenderungan siswi yang merasa malu untuk berbicara di depan kelas, enggan menyampaikan pendapat di hadapan guru maupun teman sebaya, insecure terhadap kondisi fisik, ragu menyampaikan pendapat, serta merasa ragu dalam mengambil keputusan. Selain itu, beberapa siswi tampak sering membandingkan dirinya dengan teman yang dianggap lebih populer atau lebih berprestasi. Kondisi tersebut memunculkan perasaan tidak aman terhadap diri sendiri yang pada akhirnya berdampak pada menurunnya tingkat kepercayaan diri. Pengaruh media sosial yang sering menampilkan standar kesempurnaan tertentu juga turut memperkuat perasaan kurang mampu pada diri siswi sehingga siswi merasa tidak cukup baik dibandingkan orang lain.

Pendidikan memiliki peranan yang sangat penting dalam membentuk kualitas sumber daya manusia serta menentukan kemajuan suatu bangsa. Oleh karena itu, pemerintah melalui Departemen Pendidikan Nasional terus berupaya meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia. Salah satu bentuk upaya tersebut diwujudkan melalui kebijakan yang tertuang dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menyatakan bahwa:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual

keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.⁴

Dalam perspektif Islam, penguatan kepercayaan diri juga memiliki dasar yang kuat, seperti dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 286 yang berbunyi :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا
أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا
طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah Swt. tidak akan memberikan beban atau ujian kepada manusia melebihi batas kemampuan yang dimilikinya. Melalui keadilan dan kasih sayang-Nya, Allah telah menetapkan keseimbangan antara ujian yang dihadapi dengan kemampuan setiap individu untuk mengatasinya. Ujian yang diberikan dipandang sebagai sarana untuk meningkatkan kualitas diri, seperti kesabaran, keteguhan hati, dan sikap tawakal kepada Allah. Pemahaman ini juga mengajarkan bahwa setiap kesulitan yang dihadapi dengan ikhlas akan bernilai pahala dan menjadi jalan memperoleh keberkahan. Oleh karena itu, manusia dianjurkan untuk senantiasa berusaha secara maksimal disertai dengan doa dan sikap berserah diri kepada Allah.⁵ Dalam QS. Al-Baqarah ayat 286 juga terkandung keterkaitan dengan konsep kepercayaan diri yang menjadi fokus penelitian. Allah

⁴ Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Surabaya: Bina Ilmu, 2003), 7.

⁵ A. A. Khuluq dan M. R. F. A. F. Nasrulloh, "Keseimbangan Antara Ujian dan Kemampuan Manusia: Telaah Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 286 dalam Tafsir *Al-Mishbah*," *Journal of International Multidisciplinary Research* 2, no. 11 (2024): 150–160, 152.

Swt. menegaskan bahwa setiap manusia diberikan kemampuan sesuai dengan kadar beban yang dihadapinya. Hal ini menunjukkan bahwa setiap individu memiliki potensi yang dapat dikembangkan dan tidak sepatutnya merasa rendah diri atau meragukan kemampuan yang dimilikinya. Dengan demikian, peserta didik diharapkan memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri, berani menghadapi tantangan, serta mampu mengembangkan potensi yang dimiliki melalui proses belajar dan layanan bimbingan dan konseling.

Selain Al-Qur'an, pentingnya memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri juga diperkuat melalui hadis Rasulullah Saw. yang diriwayatkan dari Abu Hurairah RA., bersabda:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ وَفِي كُلِّ خَيْرٍ إِحْرَصَ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتَعِزَّ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ. وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَ كَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَّرَ اللَّهُ، وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ». رَوَاهُ مُسْلِمٌ

Hadis tersebut memberikan pesan bahwa seorang muslim dianjurkan untuk menjadi pribadi yang kuat, baik secara fisik, mental, maupun spiritual. Kekuatan mental tercermin melalui keyakinan terhadap kemampuan diri, sikap optimis, semangat untuk terus berusaha, serta tidak mudah menyerah ketika menghadapi berbagai tantangan. Nilai-nilai tersebut sejalan dengan konsep kepercayaan diri yang menjadi fokus penelitian ini, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam menghadapi berbagai situasi secara positif. Oleh karena itu, pengembangan kepercayaan diri melalui layanan konseling kelompok dengan

teknik *cinema therapy* tidak hanya memiliki dasar secara psikologis, tetapi juga selaras dengan nilai-nilai yang diajarkan dalam Islam.

Dalam lingkungan pendidikan, salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu peserta didik mengembangkan kepercayaan diri adalah melalui layanan bimbingan dan konseling. Layanan ini berperan dalam membantu peserta didik memahami dirinya, mengembangkan potensi yang dimiliki, serta mengatasi berbagai permasalahan yang berkaitan dengan aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karier. Dengan adanya layanan bimbingan dan konseling, peserta didik diharapkan mampu mencapai perkembangan yang optimal sesuai dengan tugas-tugas perkembangannya.

Dalam upaya membantu mengatasi permasalahan kepercayaan diri pada siswi, berbagai pendekatan konseling telah dikembangkan dan diterapkan. Salah satu pendekatan yang dinilai relevan dan efektif adalah konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan suatu proses konseling yang melibatkan sekitar 5–10 individu yang memiliki permasalahan atau tujuan yang relatif sama dan dilaksanakan dalam suasana kelompok dengan bimbingan seorang konselor. Pendekatan ini memanfaatkan dinamika kelompok sebagai sarana untuk membantu anggota memperoleh pemahaman diri, mengembangkan kemampuan sosial, serta mencapai perubahan perilaku yang positif.⁶ Keunggulan konseling kelompok terletak pada kemampuannya menciptakan suasana yang aman, suportif, dan penuh penerimaan sehingga anggota kelompok dapat saling berbagi pengalaman,

⁶ Heory and Practice of Group Counseling, 9th ed. (*Boston: Cengage Learning, 2016*), 4–10.

memberikan dukungan, serta belajar dari pengalaman satu sama lain.⁷

Dalam pelaksanaan konseling kelompok, terdapat berbagai teknik yang dapat digunakan untuk membantu peserta didik mencapai tujuan layanan. Salah satu teknik yang dinilai sesuai dengan karakteristik remaja adalah *cinema therapy*. *Cinema therapy* merupakan teknik konseling yang memanfaatkan media film untuk membantu individu memahami dirinya, merefleksikan pengalaman hidup, serta menemukan alternatif pemecahan masalah melalui tokoh, peristiwa, dan alur cerita yang ditampilkan dalam film.⁸

Penggunaan film dalam proses konseling didasarkan pada berbagai prinsip psikologis yang saling berkaitan. Salah satunya adalah identifikasi dan proyeksi, yaitu ketika individu mampu mengenali dirinya pada karakter atau situasi tertentu dalam film sehingga mendorong munculnya refleksi terhadap pengalaman pribadi yang dimiliki. Melalui proses proyeksi, berbagai perasaan dan konflik internal yang sulit diungkapkan secara langsung dapat disalurkan melalui karakter dalam film, sehingga memudahkan pembahasan berbagai permasalahan yang bersifat sensitif.

⁹Selain itu, film juga berfungsi sebagai sarana pembelajaran observasional, di mana individu dapat mempelajari perilaku positif yang ditunjukkan oleh tokoh dalam menghadapi kesulitan, membangun ketahanan diri, maupun mengembangkan keterampilan tertentu sebagaimana dijelaskan dalam teori pembelajaran sosial

⁷ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Padang: Universitas Negeri Padang Press, 2009)*, 56–63.

⁸ E-Motion Picture Magic: A Movie Lover's Guide to Healing and Transformation, 3rd ed. (Centennial, CO: Glenbridge Publishing, 2010), 3–11.

⁹ Gary Solomon, *The Motion Picture Prescription (Santa Rosa, CA: Aslan Publishing, 1995)*, 11–18

Bandura.

Sebagai media reflektif, film mampu memunculkan diskusi yang bermakna mengenai berbagai tema kehidupan, seperti keberanian, pengambilan keputusan, dan harga diri. Melalui diskusi tersebut, siswi dapat menghubungkan pengalaman tokoh dalam film dengan pengalaman yang siswi alami dalam kehidupan sehari-hari.¹⁰ Selain itu, film juga dapat memunculkan katarsis emosional, yaitu proses pelepasan emosi yang selama ini terpendam sehingga dapat dipahami dan dikelola secara lebih sehat melalui kegiatan kelompok. Kisah-kisah inspiratif yang disajikan dalam film juga mampu menumbuhkan motivasi, harapan, serta keyakinan bahwa perubahan positif dapat dicapai melalui usaha dan pengembangan diri yang berkelanjutan.

Meskipun konseling kelompok dan *cinema therapy* telah banyak diteliti secara terpisah, penelitian yang mengombinasikan kedua pendekatan tersebut untuk mengembangkan kepercayaan diri siswi masih relatif terbatas, khususnya dalam konteks pendidikan di Indonesia. Sebagian besar penelitian mengenai *cinema therapy* lebih banyak difokuskan pada permasalahan seperti kecemasan, depresi, atau pengembangan empati dan umumnya diterapkan dalam konseling individual. Di sisi lain, penelitian mengenai konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri lebih sering menggunakan teknik-teknik konvensional tanpa memanfaatkan media film sebagai sarana intervensi. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki urgensi untuk memberikan kontribusi terhadap pengembangan layanan

¹⁰ E-Motion Picture Magic: A Movie Lover's Guide to Healing and Transformation, 3rd ed. (Centennial, CO: Glenbridge Publishing, 2010), 18–25.

bimbingan dan konseling melalui pemanfaatan kombinasi konseling kelompok dan teknik *cinema therapy* dalam mengembangkan kepercayaan diri siswi.

Menurut Santrock, remaja putri cenderung lebih rentan mengalami penurunan kepercayaan diri dibandingkan remaja putra, terutama pada masa transisi dari sekolah dasar menuju sekolah menengah pertama. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya pemberian bantuan psikologis dan edukatif yang sesuai untuk membantu remaja putri mengembangkan kepercayaan dirinya.¹¹ Salah satu alternatif yang dapat digunakan adalah layanan konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* yang memanfaatkan film sebagai media refleksi dan pengembangan pemahaman diri.

Kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis remaja, khususnya siswi tingkat SMP/MTs, karena berkaitan dengan kemampuan dalam mengemukakan pendapat, menghadapi tantangan, serta membentuk konsep diri yang positif. Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti dengan beberapa siswi kelas VII MTs Raudhatussyubban, diketahui bahwa masih terdapat siswi yang memiliki kepercayaan diri rendah. Hal tersebut ditunjukkan melalui pernyataan siswi yang mengaku kurang berani menyampaikan pendapat di depan kelas, merasa gugup ketika diminta berbicara atau presentasi, sering meragukan kemampuan diri sendiri, serta kurang yakin dalam mengambil keputusan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswi masih perlu dikembangkan sehingga diperlukan layanan bimbingan dan konseling yang dapat membantu

¹¹ John W. Santrock, *Adolescence*, Edisi ke-16 (New York: McGraw-Hill Education, 2019), 381–384.

meningkatkan kepercayaan diri mereka.

Hasil observasi juga menunjukkan bahwa sebagian besar siswi masih mengalami hambatan dalam mengembangkan kepercayaan diri secara optimal. Apabila kondisi tersebut tidak segera ditangani, maka dapat berdampak pada prestasi akademik maupun kemampuan bersosialisasi di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, diperlukan suatu pendekatan konseling yang menarik, reflektif, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan remaja. Salah satu pendekatan yang berpotensi digunakan adalah konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* yang memanfaatkan tayangan film sebagai media untuk membantu peserta didik mengenali, memahami, dan mengubah pola pikir serta perasaan yang dimilikinya.

Teknik ini bisa membantu mengembangkan kepercayaan diri melalui proses identifikasi terhadap tokoh dalam film, refleksi pengalaman emosional, serta diskusi kelompok yang konstruktif. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* dalam mengembangkan kepercayaan diri siswi kelas VII di MTs Raudhatussyubban. Pemilihan fokus pada kelompok siswi didasarkan pada kecenderungan siswi yang lebih rentan mengalami permasalahan kepercayaan diri dibandingkan siswa, serta adanya sistem pemisahan antara siswa dan siswi di sekolah tersebut sehingga penelitian yang berfokus pada kelompok siswi dinilai lebih relevan untuk dilaksanakan.

B. Definisi Operasional

Untuk menghindari terjadinya perbedaan penafsiran terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka perlu dijelaskan definisi operasional dari setiap variabel penelitian sebagai berikut:

1. Efektivitas

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), efektif berarti memiliki pengaruh, akibat, atau mampu menghasilkan sesuatu sesuai dengan tujuan yang diharapkan.¹² Efektivitas mengacu pada tingkat keberhasilan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Meskipun sering disamakan dengan efisiensi, efektivitas lebih menekankan pada hasil yang diperoleh. Dalam penelitian ini, efektivitas diartikan sebagai tingkat keberhasilan layanan konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* dalam mengembangkan kepercayaan diri siswi kelas VII MTs Raudhatussyubban. Efektivitas tersebut ditunjukkan melalui adanya perubahan positif pada tingkat kepercayaan diri siswi setelah mengikuti layanan yang diberikan. Dalam penelitian ini efektivitas ditunjukkan melalui adanya peningkatan skor kepercayaan diri setelah perlakuan yang dibuktikan melalui hasil uji statistik.

2. Cinema Therapy

Cinema therapy merupakan salah satu teknik konseling yang memanfaatkan media film untuk membantu individu melakukan refleksi diri, meningkatkan

¹² Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*, Balai Pustaka, Jakarta, 2000, h. 352.

pemahaman terhadap dirinya, serta mendorong perkembangan pribadi.¹³ Dalam penelitian ini, *cinema therapy* digunakan sebagai teknik dalam layanan konseling kelompok dengan memanfaatkan film-film yang mengandung nilai-nilai kepercayaan diri. Pelaksanaannya meliputi beberapa tahapan, yaitu pemilihan film, penayangan film, identifikasi tokoh dan peristiwa yang terdapat dalam film, refleksi terhadap pesan yang diperoleh, serta diskusi kelompok untuk menghubungkan isi film dengan pengalaman pribadi anggota kelompok. Film yang digunakan terdiri atas lima film pendek yang mengangkat tema kepercayaan diri, optimisme, tanggung jawab, dan penerimaan diri yang ditayangkan selama empat kali sesi konseling kelompok.

3. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dan potensi yang dimilikinya yang muncul melalui penerimaan diri secara positif, baik terhadap kelebihan maupun kekurangan yang ada pada dirinya.¹⁴ Dalam penelitian ini, kepercayaan diri diartikan sebagai keyakinan siswi kelas VII MTs Raudhatussyubban terhadap kemampuan dirinya sehingga mampu bertindak, mengambil keputusan, menyampaikan pendapat, serta berinteraksi dengan orang lain secara positif. Tingkat kepercayaan diri diukur menggunakan skala kepercayaan diri yang disusun berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri, yaitu keyakinan terhadap kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realistis.

¹³ Mary Banks Gregerson (ed.), *The Cinematic Mirror for Psychology and Life Coaching* (New York: Springer Science+Business Media, 2010), 92.

¹⁴ T. N. Ramadhani dan F. G. Putrianti, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Citra Diri pada Remaja Akhir," *Jurnal Psikologi Sarjanawiyata Tamansiswa* 4 (2014): 22–32, 22.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat kepercayaan diri siswi kelas VII di MTs Raudhatussyubban sebelum diberikan konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy*?
2. Bagaimana tingkat kepercayaan diri siswi kelas VII di MTs Raudhatussyubban setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy*?
3. Apakah pemberian konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* efektif untuk mengembangkan kepercayaan diri siswi di MTs Raudhatussyubban?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan di atas, fokus penelitian dalam penelitian ini sebagai berikut

1. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswi kelas VII di MTs Raudhatussyubban sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy*.
2. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswi kelas VII di MTs Raudhatussyubban setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy*.

3. Untuk mengetahui efektivitas pemberian konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* untuk mengembangkan kepercayaan diri siswi di MTs Raudhatussyubban.

E. Signifikansi Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, yaitu sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling, terkait efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* dalam mengembangkan kepercayaan diri siswi kelas VII di MTs Raudhatussyubban.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Guru BK

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif layanan yang dapat digunakan oleh guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan kepada peserta didik. Melalui penerapan teknik *cinema therapy*, guru BK dapat mengembangkan metode konseling yang lebih variatif, menarik, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik, khususnya dalam upaya mengembangkan kepercayaan diri siswi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam mendukung perkembangan sosial dan emosional peserta didik di lingkungan sekolah.

2. Bagi Siswi

Penerapan teknik *cinema therapy* diharapkan dapat membantu siswi menjadi lebih terbuka dalam mengikuti proses konseling, lebih nyaman dalam mengungkapkan pikiran dan perasaannya, serta mampu mengembakankan kepercayaan diri yang dimiliki. Peningkatan kepercayaan diri tersebut diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap prestasi belajar maupun interaksi sosial siswi di lingkungan sekolah.

3. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengalaman, dan pemahaman peneliti mengenai efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* dalam mengembangkan kepercayaan diri siswi kelas VII di MTs Raudhatussyubban. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi sarana untuk mengembangkan kemampuan peneliti dalam menerapkan teori bimbingan dan konseling ke dalam praktik penelitian secara langsung.

F. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Sebagai pembanding dari penelitian ini, penulis mencantumkan hasil penelitian- penelitian terdahulu sebagai berikut :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Febriana Misgawati dengan judul “*Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Modeling melalui Film Imperfect dalam Meningkatkan Self Confidence Peserta Didik di MTs Al-Islamiyah SMIP*”

1946 Banjarmasin” pada tahun 2023.¹⁵ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik modeling melalui film *Imperfect* dalam meningkatkan self confidence peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik modeling melalui film *Imperfect* efektif dalam meningkatkan self confidence peserta didik. Hal tersebut dibuktikan melalui hasil uji Paired Sample T-Test yang memperoleh nilai signifikansi $0,00 < 0,05$ sehingga H_0 diterima. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada penggunaan layanan konseling kelompok serta pemanfaatan media film sebagai sarana intervensi untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Adapun perbedaannya terletak pada teknik yang digunakan, yaitu penelitian terdahulu menggunakan teknik modeling, sedangkan penelitian ini menggunakan teknik cinema therapy.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Sriyani, Fendahapsari Singgih Sendayu, dan Mimi Suriatie dengan judul “*Bimbingan Kelompok Menggunakan Cinema Therapy untuk Meningkatkan Pemahaman Kepercayaan Diri Peserta*” pada tahun 2024.¹⁶ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *cinema therapy* dalam meningkatkan pemahaman kepercayaan diri peserta didik. Penelitian

¹⁵ Febriana Misgawati, Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Modeling melalui Film *Imperfect* dalam Meningkatkan Self Confidence Peserta Didik di MTs Al-Islamiah SMIP 1946 Banjarmasin (*Skripsi, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, 2023*), 34.

¹⁶ Sriyani, F. S. S., & Suriatie, M. Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Cinematherapy Untuk Meningkatkan Pemahaman Kepercayaan Diri Peserta Didik. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop*, 4(2).

menggunakan metode eksperimen dengan desain one group pretest-posttest terhadap 6 peserta didik yang memiliki pemahaman kepercayaan diri rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik cinema therapy efektif meningkatkan pemahaman kepercayaan diri peserta didik, yang ditunjukkan oleh peningkatan skor pretest ke posttest serta nilai t-hitung sebesar 22,345 yang lebih besar daripada t-tabel sebesar 2,015. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada penggunaan teknik cinema therapy untuk meningkatkan aspek kepercayaan diri peserta didik. Adapun perbedaannya, penelitian terdahulu menggunakan layanan bimbingan kelompok dan berfokus pada pemahaman kepercayaan diri, sedangkan penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok dan berfokus pada peningkatan kepercayaan diri peserta didik.

3. Penelitian oleh Maulidyah dan Muwakhidah yang berjudul “*Efektivitas Teknik Cinema Therapy dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA*” yang dipublikasikan pada Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan tahun 2024.¹⁷ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik *cinema therapy* dalam layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA Hang Tuah 1 Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *one group pre-test post-test* terhadap 6 siswa yang

¹⁷ Maulidyah, F. E., & Muwakhidah, M., *Efektivitas Teknik Cinema Therapy dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA*, Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan, Vol. 4 No. 12 (2024). <https://doi.org/10.17977/um065.v4.i12.2024.10>.

memiliki kepercayaan diri rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik *cinema therapy* dalam layanan konseling kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji Wilcoxon yang memperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar $0,027 < 0,05$ sehingga hipotesis penelitian diterima. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada penggunaan teknik *cinema therapy* dalam layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Selain itu, kedua penelitian sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen. Adapun perbedaannya terletak pada subjek dan lokasi penelitian, yaitu penelitian terdahulu dilakukan pada siswa SMA Hang Tuah 1 Surabaya, sedangkan penelitian ini dilakukan pada siswi kelas VII MTs Raudhatussyubban.

G. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir yang telah diuraikan, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian mengenai efektivitas konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* dalam mengembangkan kepercayaan diri siswi kelas VII di MTs Raudhatussyubban. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H_0 : Konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* tidak efektif dalam mengembangkan kepercayaan diri siswi kelas VII MTs Raudhatussyubban.

H_a : Konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* efektif dalam

mengembangkan kepercayaan diri siswi kelas VII MTs Raudhatussyubban.

H. Asumsi Penelitian

Asumsi dalam penelitian ini adalah bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* dapat membantu siswi mengembangkan kepercayaan diri melalui proses identifikasi terhadap tokoh dalam film, refleksi terhadap pengalaman pribadi, serta diskusi kelompok yang memberikan kesempatan kepada anggota untuk memperoleh dukungan sosial, berbagi pengalaman, dan membangun pemahaman yang lebih positif terhadap diri sendiri.

Berdasarkan asumsi tersebut, penelitian ini beranggapan bahwa pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* dapat menjadi salah satu upaya yang efektif dalam mengembangkan kepercayaan diri siswi kelas VII di MTs Raudhatussyubban.

I. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan ini disusun untuk memberikan gambaran mengenai struktur serta isi skripsi sehingga pembahasan dapat tersusun secara sistematis dan mudah dipahami. Berdasarkan jenis penelitian yang dilakukan, skripsi ini dibagi menjadi tiga bagian utama, yaitu bagian awal, bagian inti, dan bagian akhir, yaitu: Bagian awal terdiri dari Halaman Sampul, Halaman Logo, Halaman Judul, Halaman Pernyataan Keaslian Tulisan, Halaman Bukti Bebas Plagiasi, Halaman Persetujuan, Halaman Pengesahan, Halaman Abstrak, Halaman Kata Pengantar, Halaman Transliterasi, Halaman Daftar Isi, Halaman Daftar Tabel, Halaman Daftar

Gambar, dan Halaman Daftar Lampiran. Bagian isi terdiri dari lima bab dan masing-masing bab memiliki subbab di antaranya:

1. BAB I Pendahuluan, memuat latar belakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, penelitian terdahulu yang relevan, dan sistematika penulisan.
2. BAB II Kajian Teori dan Kerangka Berpikir, berisi tinjauan teori serta kerangka berpikir yang digunakan dalam penelitian.
3. BAB III Metode Penelitian menjelaskan tentang jenis dan pendekatan penelitian, desain penelitian, lokasi penelitian, populasi dan sampel penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, teknik analisis data, serta teknik validitas dan keabsahan data.
4. BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan memaparkan gambaran umum lokasi penelitian, penyajian data hasil penelitian yang meliputi data *pretest*, data *posttest*, hasil uji prasyarat analisis, hasil uji hipotesis, pembahasan, serta keterbatasan penelitian.
5. BAB V Penutup memuat kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang telah dilakukan.
6. Bagian akhir skripsi terdiri atas daftar pustaka, lampiran-lampiran, serta daftar riwayat hidup penulis.