

**BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK CINEMA THERAPY
UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA
SMAN 1 MOJO KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Prodi Bimbingan dan Konseling



OLEH :
REFINA AL FAZZA
NPM: 2114010064

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**

202

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh:

REFINA AL AFAZZA

NPM: 2114010064

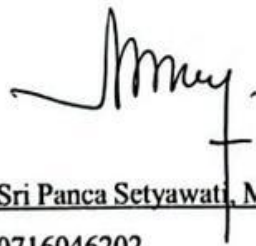
Judul:

**BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK CINEMA THERAPY
UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA
SMAN 1 MOJO KEDIRI**

Telah disetujui untuk diajukan kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi Bimbingan dan Konseling
FKIP UN PGRI Kediri

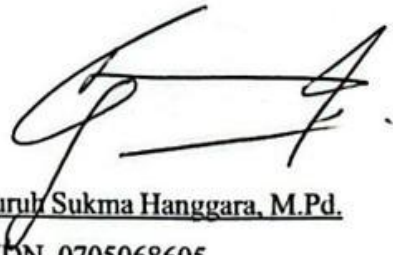
Tanggal: 5 Januari 2026

Pembimbing I



Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.
NIDN. 0716046202

Pembimbing II



Guruh Sukma Hanggara, M.Pd.
NIDN. 0705068605

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh:
REFINA AL FAZZA
NPM: 2114010064

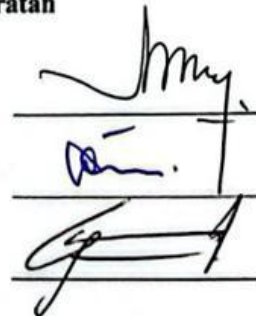
Judul:
**BIMBINGAN KEOMPOK DENGAN TEKNIK CINEMA THERAPY
UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA SMAN 1 MOJO
KEDIRI**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP UN PGRI Kediri
Pada tanggal: 20 Januari 2026

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji

- | | |
|---------------|--------------------------------------|
| 1. Ketua | : Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd. |
| 2. Penguji I | : Dr. Atrup, M.Pd., MM. |
| 3. Penguji II | : Guruh Sukma Hanggara, M.Pd. |



Mengetahui,
Dekan FKIP

Dr. Agus Widodo, M.Pd
NIDN. 0024086901

LEMBAR MOTTO

“Percaya diri bukan tentang sempurna, melainkan tentang berani melangkah menuju kesuksesan”

-Refina

Persembahan:

“Hasil Karya ini saya persembahkan sebagai tanda bukti kepada Alm. Ayah dan Ibu tercinta, dan juga keluarga, pasangan, sahabat dan teman teman yang selalu memberi suport baik selama mengerjakan skripsi dan mendengarkan suka duka” Karya ini saya persembahkan kepada diri saya sendiri yang telah berjuang hingga detik ini.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang betanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Refina Al Fazza
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat/tgl Lahir : Kediri, 19 April 2002
NPM : 2114010064
Fak/Jur/Prodi : FKIP / S1 Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 3 Februari 2026

Yang Menyatakan



REFINA AL FAZZA

NPM: 2114010064

PRAKATA

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas perkenan-Nya tugas penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Penyusunan skripsi ini merupakan bagian dari salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Bimbingan dan Konseling.

Pada kesempatan ini saya mengucapkan terimakasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd selaku Rektor UN PGRI Kediri yang telah memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswa.
2. Dr. Agus Widodo, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberi dorongan motivasi kepada mahasiswa.
3. Drs. Hj. Sri Panca Setyawati, M. Pd. Selaku dosen pembimbing I yang telah sabar dalam membimbing dan memberi motivasi
4. Guruh Sukma Hanggara, M.Pd. selaku dosen pembimbing II yang juga telah sabar dalam membimbing dan memberikan motivasi.
5. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu serta banyak pengalaman yang telah diberikan selama perkuliahan
6. Kepala sekolah dan Bapak Ibu Guru SMAN 1 Mojo Kota Kediri, atas izin dan kesempatan yang diberikan dalam melaksanakan penelitian di sekolah.
7. Alm. Ayah sebelum akhir hayatnya yang telah memberikan doa, keyakinan, dukungan dan pengorbanan yang tak terhingga untuk saya.
8. Ibu, kakak dan keluarga besar yang selalu memberikan doa, keyakinan, pengorbanan yang tak terhingga untuk saya
9. Sahabat dan teman teman bimbingan dan konseling angkatan 2021 yang selalu menghibur, membantu, dan memberikan semangat dalam mengerjakan skripsi ini dan juga memberikan banyak kenangan ketika ada dikelas.
10. Serta ucapan terimakasih juga disampaikan kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan masukan berupa kritik dan saran dari berbagai pihak untuk memperbaiki kualitas penulisan di masa mendatang.

Kediri, 3 Februari 2025

Yang Menyatakan,

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Refina Al Fazza', written over a horizontal line.

REFINA AL FAZZA

NPM. 2114010064

RINGKASAN

Refina Al Fazza Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa SMAN 1 Mojo Kediri, Skripsi, BK, FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2025.

Kata kunci: bimbingan kelompok, teknik cinema therapy, percaya diri

Percaya diri merupakan faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan siswa dalam proses belajar. Namun siswa kelas X di SMAN 1 Mojo Kediri menunjukkan perilaku kurangnya percaya diri yang ditandai siswa sering menunjukkan tidak berani mengangkat tangan saat guru meminta pendapat atau jawaban, siswa mudah cemas dan takut gagal, cenderung menyendiri karena rendahnya inisiatif berinteraksi sosial. Kurangnya percaya diri siswa tidak hanya memengaruhi hasil belajar, namun juga akan mengganggu hubungan sosial dalam lingkungan bermasyarakat dan sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan baru. Upaya dalam mendukung siswa dalam meningkatkan percaya diri dapat dilakukan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik cinema therapy. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah bimbingan kelompok dengan teknik cinema therapy dapat meningkatkan percaya diri siswa SMAN 1 Mojo Kediri.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental* dengan teknik *one-group pretest-posttest*. Penelitian ini menggunakan angket percaya diri dan disusun berdasarkan Skala Likert. Populasi pada penelitian ini seluruh kelas X di SMAN 1 Mojo Kediri yang berjumlah 365. Jenis sampel pada penelitian ini yaitu *nonprobability* dengan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 10 siswa kelas X-7 yang memiliki kurang percaya diri. Setelah menentukan sampel dilaksanakan treatment yaitu bimbingan kelompok dengan teknik cinema therapy. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji wilcoxon. Hasil analisis uji Wilcoxon menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata percaya diri dari 47,2 (pretes) menjadi 73,7 (post test). Hasil Uji wilcoxon diperoleh nilai $Z = -3.923$ dengan $p \text{ Value} < 0,05$ yang artinya ada perbedaan yang signifikan antara skor pretes dengan skor posttes, Hasil ini membuktikan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik cinema therapy dapat meningkatkan percaya diri siswa SMAN 1 Mojo Kediri.

Berdasarkan hasil simpulan penelitian ini, saran untuk sekolah agar memberikan dukungan optimal terhadap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik cinema therapy melalui penyediaan fasilitas dan alokasi waktu yang memadai. Guru Bimbingan dan Konseling diharapkan dapat memanfaatkan teknik cinema therapy secara terstruktur dan sesuai dengan karakteristik siswa untuk meningkatkan percaya diri. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan mengembangkan kombinasi teknik cinema therapy dengan metode lain serta mengujinya pada konteks dan jenjang pendidikan yang berbeda guna memperluas generalisasi temuan penelitian.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR MOTTO	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN	v
RINGKASAN	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Peneliti	6
E. Manfaat Peneliti	6
BAB II LANDASAN TEORI	7
A. Percaya Diri	7
1. Pengertian Percaya Diri	7
2. Ciri-Ciri Percaya Diri	8
3. Ciri-Ciri Rendahnya Percaya Diri	9
4. Proses Terbentuknya Percaya Diri	10
5. Aspek-Aspek Percaya Diri	11
6. Indikator Percaya Diri	11
7. Faktor yang Memengaruhi Percaya Diri	12
8. Cara Meningkatkan Percaya Diri	13
B. Bimbingan Kelompok	14
1. Pengertian Bimbingan Kelompok	14

2. Manfaat Bimbingan Kelompok	15
3. Tujuan Bimbingan Kelompok	16
4. Asas-Asas Bimbingan Kelompok	17
5. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok	18
C. Teknik Cinema Therapy	19
1. Pengertian Cinema Therapy	19
2. Manfaat Cinema Therapy	20
3. Tahap Pelaksanaan Cinema Therapy	20
D. Penelitian Terdahulu	23
E. Kerangka Berpikir	25
F. Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Desain Penelitian	28
1. Pendekatan Penelitian	28
2. Teknik Penelitian	29
B. Definisi Operasional Variabel.....	30
1. Variabel Independek (X): Bimbingan Kelompok dengan Teknik Cinema Therapy	31
2. Variabel Dependen (Y): Percaya Diri	31
C. Alat, Bahan, dan Instrumen Penelitian	31
1. Pengembangan Intrumen	31
2. Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen	36
D. Populasi dan Sampel	41
1. Populasi.....	41
2. Sampel	42
E. Prosedur Penelitian	43
1. Tahap Persiapan.....	43
2. Tahap perizinan.....	43
3. Observasi	43
4. Wawancara.....	43
5. Menentukan Subjek dan Sampel Penelitian.....	43

6. Penyusunan Instrumen Penelitian	44
7. Tahap Pelaksanaan.....	44
8. Tahap Analisis data.....	45
F. Tempat dan Waktu Penelitian	46
1. Tempat Penelitian	46
2. Waktu Penelitian	46
G. Teknik Analisis Data	47
1. Teknik Statistik Deskriptif	48
2. Uji Normalitas.....	48
3. Uji Hipotesis	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	50
A. Deskripsi Data Variabel	50
1. Deskripsi Data Variabel Bebas.....	53
2. Deskripsi Data Variabel Terikat	52
3. Hasil Analisi Data	59
4. Pembahasan	61
BAB V PENUTUP	64
A. Kesimpulan.....	64
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA.....	67
LAMPIRAN.....	71

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen Skala Percaya Diri Siswa Sebelum Uji Validasi	32
Tabel 3.2 Tabel Skoring Skala Likert : Percaya Diri.....	34
Tabel 3.3 Prosedur Bimbingan Kelompok dengan Teknik Cinema Therapy...	35
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Skala Percaya Diri	37
Tabel 3.5 Hasil uji validitas	39
Tabel 3.6 Kisi- Kisi Instrumen Percaya Diri Setelah Uji Validitas	39
Tabel 3. 7 Interpretasi Nilai Reliabilitas	41
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas	41
Tabel 3.9 Data Siswa Kelas X SMAN 1 Mojo Kediri	42
Tabel 3.10 Kegiatan Penelitian	46
Tabel 4.1 Jadwal Pertemuan.....	50
Tabel 4.2 Kategori Interval	53
Tabel 4.3 Deskripsi Hasil Pre-Test Percaya Diri Siswa kelas X-7	54
Tabel 4.4 hasil pretest siswa sebelum dilakukan perlakuan	56
Tabel 4.5 Grafik Pretest sebelum perlakuan Grafik Pretest sebelum perlakuan	56
Tabel 4.6 Kategori Percaya Diri Siswa Sebelum Dilakukan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Cinema Therapy.....	57
Tabel 4.6 kategori percaya diri setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik cinema therapy	56
Tabel 4.7 Grafik Posttest sebelum perlakuan Grafik Posttest sesudah perlakuan	58
Tabel 4.8 kategori Skala Interval sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik cinema therapy	58
Tabel 4.9 Grafik perbandingan pretest dan posttest.....	58
Tabel 4.10 hasil uji statistic.....	59
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk.....	60
Tabel 4.12 Uji Wilcoxon.....	61

DAFAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	26
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Skala Percaya diri Sebelum Uji Coba	72
Lampiran 2 Lembar Skala Percaya diri Sesudah Uji Coba.....	75
Lampiran 3 Surat Pengantar Izin Penelitian.....	80
Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian	91
Lampiran 5 Surat Keterangan Penelitian	82
Lampiran 6 Dokumentasi Uji Instrumen.....	83
Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian	84

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan salah satu pilar utama dalam meningkatkan kualitas individu, hal ini bertujuan dalam membentuk kepribadian mandiri dan komitmen atas sebuah tanggung jawab diri sendiri serta untuk masyarakat sekitar. Sekolah untuk institusi pendidikan formal, memainkan peran krusial untuk memfasilitasi pengembangan potensi siswa secara maksimal. Adanya peningkatan standar kelulusan yang ditetapkan oleh pemerintah, siswa didorong untuk terus meningkatkan kompetensi diri melalui bimbingan dari pendidik sekolah dan dukungan orang tua di lingkungan rumah. Salah satu faktor yang menentukan keberhasilan siswa yaitu memiliki percaya diri. Tidak bisa disangkal bahwa percaya diri adalah faktor yang sangat penting dalam mewujudkan keberhasilan hidup seseorang. Percaya diri bukan sifat yang muncul secara optimis, melainkan aspek kepribadian yang berkembang melalui proses dan mempengaruhi sikap serta perilaku individu.

Percaya diri individu dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. faktor internal seperti konsep diri, harga diri, kondisi fisik, pengalaman hidup. Dan faktor eksternal seperti pekerjaan, lingkungan dan pengalaman hidup, dan pendidikan. (Alkhofiyah, 2021).

Menurut (Afifah & Nasution, 2023: 370) percaya pada diri sendiri sangat penting sebagai tujuan kesuksesan dalam hidup seseorang. Percaya diri merupakan faktor penting untuk menentukan seberapa jauh seseorang melangkah dalam karir mereka dan dalam banyak aspek lain di kehidupan mereka, namun dalam faktanya tidak semua orang memiliki tingkat kepercayaan diri yang baik.

Menurut (Pranoto, 2016: 100) Percaya diri merupakan modal dasar seseorang dalam memenuhi berbagai kebutuhan sendiri. Siswa yang mempunyai percaya diri tinggi dapat mengoptimalkan semua kemampuan yang dimiliki dirinya sendiri dalam mencapai tujuan hidup yang dicita-citakan.

Menurut (Novita, 2021) bahwasannya sebuah rasa percaya diri akan menjadikan siswa berkembang untuk berbagai pengalaman dan kemampuannya yang dimana akan menjadi individu yang sehat dan mandiri. Semisal siswa tidak memiliki percaya diri, siswa tersebut akan kesulitan dalam bergaul dan tidak berani menunjukkan kemampuannya kepada orang lain. Rendahnya percaya diri dapat menumbuhkan masalah untuk siswa dalam proses belajar di sekolah maupun di rumah. Lauster, 2003 dalam (Yenni et al., 2022: 48) mengatakan siswa dengan kepercayaan diri rendah sering kali menunjukkan tanda-tanda seperti ragu dalam bertindak, enggan berbicara di depan umum, serta merasa cemas dalam situasi sosial. Masalah percaya diri yang rendah juga dijumpai di SMAN 1 Mojo Kediri.

Merujuk pada temuan hasil observasi dan wawancara oleh guru Bimbingan dan Konseling di SMAN 1 Mojo Kediri, teridentifikasi beberapa fenomena spesifik yang mencerminkan rendahnya percaya diri siswa terutama dikalangan siswa kelas X yang juga dalam masa transisi dari jenjang SMP ke SMA. Salah satu fenomena yang muncul adalah kurangnya partisipasi aktif dalam kegiatan di kelas seperti diam tidak berani mengangkat tangan saat guru meminta pendapat atau jawaban, sehingga menciptakan suasana dimana mereka tidak terlibat aktif dalam pembelajaran, yang dapat menghambat perkembangan akademis mereka. Siswa juga menunjukkan mudah merasa cemas atau takut gagal sehingga menghindari tantangan atau tanggung jawab yang sebenarnya sesuai dengan kapasitas mereka, rendahnya inisiatif dalam berinteraksi sosial misalnya siswa cenderung menyendiri, tidak percaya pada kemampuan dirinya. Banyak dari mereka mengaku takut akan penilaian negatif dari teman sekelasnya, sehingga memilih untuk tidak berbicara.

Menurut (Nofembri et al., 2021) kurangnya kepercayaan diri siswa tidak hanya memengaruhi hasil belajar, namun juga akan mengganggu hubungan sosial dalam lingkungan bermasyarakat dan sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan baru. Dengan itu peran seorang guru BK sangat penting dalam membimbing siswa untuk aspek pribadi dan sosial. Salah satu penyebab kurangnya percaya diri siswa bisa dalam kurangnya layanan dari guru bk tersendiri. Dalam praktiknya, guru bk

sering sekali tidak memanfaatkan jam pelajaran tersebut untuk masuk ke kelas dan memberikan layanan bimbingan secara langsung dikarenakan keterbatasan jumlah guru bk. Selain itu guru bk lebih fokus melaksanakan layanan individu. Kondisi ini menyebabkan siswa kehilangan kesempatan mendapatkan materi dan pembinaan yang seharusnya diberikan melalui pendekatan klasikal atau kelompok di kelas. Selain itu pendekatan layanan bimbingan yang masih bersifat konvensional dan kurang menarik bagi siswa, sehingga mereka enggan terlibat secara aktif. Peran guru BK yang kurang inovatif, serta belum mampu menghadirkan metode yang menyentuh aspek emosional dan psikologis siswa secara efektif. Akibatnya, layanan bimbingan dan konseling belum mampu memberikan dampak signifikan terhadap penguatan karakter siswa, khususnya dalam hal keberanian, percaya diri, dan kemandirian.

Upaya dalam mendukung siswa dalam meningkatkan sebuah rasa percaya diri bisa dengan melalui bimbingan konseling. Bimbingan konseling menjadi bentuk penyaluran bantuan dari pada konselor terhadap konseli dalam menangani permasalahan yang dihadapi. Salah satu diantaranya layanan pada kegiatan bimbingan dan konseling adalah bimbingan kelompok. Menurut (Astuti & Mustakim, 2022) bimbingan kelompok merupakan layanan bantuan yang diberikan kepada individu dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan sebuah dinamika kelompok. Layanan ini bertujuan membantu individu memperoleh berbagai informasi yang bermanfaat sebagai dasar dalam menyusun rencana dan mengambil keputusan yang tepat.

Melalui bimbingan kelompok, individu diharapkan mampu memahami dirinya sendiri, orang lain, serta lingkungan sekitarnya, sehingga dapat menunjang terbentuknya perilaku yang efektif, terjadi perubahan sikap dalam kehidupan, dan berkembang secara optimal. Melalui bimbingan kelompok, siswa dapat berbagi pengalaman, mendapatkan dukungan dari teman sebaya, serta belajar keterampilan sosial dalam lingkungan yang aman dan suportif. Selain itu, penggunaan teknik yang menarik dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan efektivitas layanan yang diberikan. Salah satu teknik yang dapat diterapkan dalam bimbingan kelompok adalah Cinema Therapy.

Menurut (Maretha et al., 2020) cinema therapy merupakan teknik yang memanfaatkan film sebagai media refleksi dan pembelajaran bagi individu atau kelompok. Melalui film, siswa dapat melihat contoh nyata mengenai bagaimana seseorang menghadapi rasa takut, mengembangkan percaya diri, serta mengatasi hambatan dalam kehidupan. Pelaksanaan diskusi setelah menonton film dapat membantu siswa memahami nilai-nilai positif yang dapat mereka terapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut (Sriyani et al., 2024) bahwasannya teknik cinema therapy dapat meningkatkan sebuah rasa percaya diri seseorang, dengan sebuah metode film yang dapat memberikan sebuah pengaruh yang positif dan meningkatkan sebuah rasa percaya diri secara informasi yang berada dalam isi film tersebut.

Sejalan dengan hasil penelitian (Isna & Winingsih, 2022) dengan judul *“Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy untuk Meningkatkan Efikasi Diri Karir Siswa”*. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol dan eksperimen, serta analisis data menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik cinema therapy efektif meningkatkan efikasi diri karir siswa, dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar $0,018 < 0,05$. Penelitian ini menegaskan bahwa cinema therapy dapat meningkatkan keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya dalam merencanakan dan mencapai tujuan karir.

Sejalan dengan hasil penelitian (Juliantika, 2017) dengan judul *“Penerapan Cinema Therapy untuk Meningkatkan Empati Siswa Kelas X Multimedia di SMKN 1 Driyorejo”*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis data uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan cinema therapy mampu meningkatkan empati siswa secara signifikan, ditunjukkan dengan adanya perbedaan skor pre-test dan post-test, di mana skor post-test lebih tinggi dibandingkan pre-test. Penelitian ini membuktikan bahwa cinema therapy efektif digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling untuk mengembangkan aspek afektif siswa, khususnya empati.

Berdasarkan hasil kajian terhadap penelitian terdahulu tersebut, dapat disimpulkan bahwa teknik cinema therapy dalam layanan bimbingan kelompok

terbukti efektif dalam meningkatkan aspek psikologis siswa, seperti empati dan efikasi diri karir. Namun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya masih berfokus pada variabel empati dan efikasi diri, serta belum secara khusus mengkaji kepercayaan diri siswa sebagai variabel utama.

Selain itu, penelitian terdahulu juga belum banyak menyoroti karakteristik siswa yang berada pada masa transisi pendidikan, khususnya siswa kelas X SMA yang sedang menyesuaikan diri dari jenjang SMP ke SMA. Padahal, masa transisi tersebut merupakan fase yang rentan terhadap munculnya permasalahan psikologis, salah satunya rendahnya percaya diri.

Dengan demikian, masih terdapat celah penelitian terkait penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik cinema therapy untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA, khususnya pada siswa kelas X yang dimana dalam masa transisi jenjang SMP ke SMA. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk melengkapi dan memperluas temuan penelitian sebelumnya, sekaligus memberikan alternatif layanan bimbingan dan konseling yang inovatif dan sesuai dengan kebutuhan siswa sehingga peneliti tertarik mengambil judul “Bimbingan Kelompok dengan Teknik Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa di SMAN 1 Mojo Kediri”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah, diidentifikasi masalah yang terjadi di SMAN 1 Mojo Kediri adalah rendahnya tingkat percaya diri siswa di kelas X dikarenakan kelas tersebut sedang berada dalam masa transisi dari jenjang SMP ke SMA. Salah satu fenomena yang muncul adalah kurangnya partisipasi aktif dalam kegiatan di kelas seperti diam tidak berani mengangkat tangan saat guru meminta pendapat atau jawaban, siswa juga menunjukkan mudah merasa cemas atau takut gagal sehingga menghindari tantangan atau tanggung jawab yang sebenarnya sesuai dengan kapasitas mereka, rendahnya inisiatif dalam berinteraksi sosial misalnya siswa cenderung menyendiri, tidak percaya pada kemampuan dirinya.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan yang telah dikemukakan, masalah pokok dalam penelitian ini dapat dirumuskan yaitu: Apakah bimbingan kelompok dengan teknik cinema therapy dapat meningkatkan percaya diri siswa SMAN 1 Mojo Kediri?

D. Tujuan Peneliti

Tujuan dalam penyusunan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah bimbingan kelompok dengan teknik cinema therapy dapat meningkatkan percaya diri siswa SMAN 1 Mojo Kediri.

E. Manfaat Peneliti

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan kontribusi terhadap perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling.
- b. Mampu dijadikan untuk bahan rujukan bagi peneliti berikutnya melalui kajian yang sama tetapi pada ruang lingkup yang lebih luas dan mendalam di bidang bimbingan dan konseling

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, selaku rujukan guna meninggikan perasaan percaya diri siswa melalui pembagian program layanan bimbingan kelompok melalui teknik cinema therapy guna meninggikan percaya diri
- b. Bagi guru BK, mampu dijadikan rujukan ataupun pedoman guru bimbingan dan konseling ketika meninggikan rasa percaya diri melalui pembagian layanan program bimbingan kelompok kepada siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- AD Yahya, W. (2020). Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Padang Cermin Kabupaten Pasawaran. *Jurnal Bimbingan Konseling (E-Journal)*, 03(1), 41.
- Afifah, N., & Nasution, F. (2023). Peran Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri dan Kesejahteraan (Well Being) Siswa. *Munaddhomah*, 4(2), 368–380.
<https://doi.org/10.31538/munaddhomah.v4i2.458>
- Alkhofiyah, M. S. (2021). Solusi Terhadap Problem Percaya Diri (Self Confidance). *AlGhazali*, 4(1), 30–45.
https://doi.org/10.52484/al_ghazali.v4i1.197
- Amir, S. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, 03(02), 160.
- Anggitawati, H., Herlina, A., Hadiyanti, D., & Bruri, Y. (2023). *IMPLEMENTASI MODEL PROBLEM BASED LEARNING UNTUK MENINGKATKAN SIKAP PERCAYA DIRI DAN KEMAMPUAN KOMUNIKASI PESERTA DIDIK Dalam proses pembelajaran tentunya tidak terlepas dari kegiatan satu hal yang penting untuk dimiliki*. 23(2), 159–174.
- Astuti, F. H., & Mustakim, I. (2022). Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar. *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2). <https://doi.org/10.33394/realita.v6i2.4539>
- DRA. Sukarni, & DR. Basuki Agus, M. P. (2020). Teknik Outbound Untuk Meningkatkan kepercayaan diri. *IJoCE : Indonesian Journal of Counseling and Education*, 1(1), 24–31.
- Fadilah, S. N. (2019). Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 167. <https://doi.org/10.29240/jbk.v3i2.1057>
- Hanggara, G. S, & Khususiyah. (2016). Efektifitas Cinema Terapy Untuk Mengembangkan Karakter Respek Siswa. *Seminar Nasional Bimbingan Konseling*, (1), 115–121.

- HASAN, I. (2025). PENERAPAN TEKNIK CINEMA THERAPY UNTUK MENGEMBANGKAN IKLIM KELAS DAMAI DI MAN 1 MAJENE. *Jurnal Konseling Andi Matappa*.
- Isna, N. M., & Winingsih, E. (2022). Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy untuk Meningkatkan Efikasi Diri Karir Siswa. *Jurnal BK UNESA*, 13(1), 760–771. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/45717>
- Jayati, B. D. (2019). The Utilization of Cinema Therapy in Groupguidance To Improve. *Jurnal BK UNESA*.
- Juliantika, Y. T. (2017). Penerapan Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Empati Siswa Kelas X Multimedia Di SMKN 1 Driyorejo. *Jurnal Bk Unesa*, 7(3).
- Lestari, D. S. A., & Khusumadewi, A. (2020). Pengembangan Video Cinematherapy Bullying Bagi Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 2 Gedangan. *JurnalBK*, 374–381. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/33446>
- Lombu, D., & Lase, F. (2023). *Membangun Rasa Percaya Diri Individu Dalam KomunikasiInterpersonal*. 2(1), 241–251. <https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.144>
- Maretha, T., Susanti, R. H., & Sari, E. K. W. (2020). Keefektifan Teknik Cinema Therapy untuk Meningkatkan Sikap Altruistik Siswa Kelas VIII DI SMPN 1 Gondanglegi Kabupaten Malang. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 5(2), 54–61. <https://doi.org/10.21067/jki.v5i2.4438>
- Mas'ulah, S., & Widyarto, W. G. (2024). Efektivitas Bimbingan Kelompok Menggunakan Video Edukasi Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Di Kabupaten Jombang. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 7(2), 32. <https://doi.org/10.22373/taujih.v7i2.22709>
- Ningsih, A. M., Hidayat, D. R., & Setiyowati, E. (2015). PENGARUH PENGGUNAAN CINEMATHERAPY TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR SISWA (Studi Kuasi Eksperimen Terhadap Siswa Kelas XI di SMA Negeri 59 Jakarta). *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.21009/insight.051.01>

- Ningsih, S. P., & Warmi, A. (2021). Analisis Kepercayaan Diri (Self-Confidence) pada Pembelajaran Matematika Siswa SMP. *MAJU: Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika*, 8(2), 2579–4647.
- Nofembri, A., Fitria, L., & Radyuli, P. (2021). Hubungan Self Disclosure dengan Kepercayaan Diri Siswa dalam Mengemukakan Pendapat di Depan Kelas. *Jurnal PTI (Pendidikan Dan Teknologi Informasi) Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universita Putra Indonesia" YPTK" Padang*, 64–70.
- Novita, L. (2021). Pengaruh konsep diri terhadap kepercayaan diri siswa. *Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran Guru Sekolah Dasar (JPPGuseda)*, 4(2), 92–96.
- Novitasari, Z., Cahyaningrum, V. D., Setyoningsih, Y. D., & Susilo, H. (2022). Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Cinematherapy Untuk Meningkatkan Empati Siswa SMA Negeri 1 Malo. *Jurnal Nusantara of Research*, 9(2), 177–186.
- Nurzannah, A., Sagala, A. F., & Lubis, F. (2023). AS- SYAR ' I: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga AS- SYAR ' I: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga. *AS- SYAR ' I: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 5(3), 533–544. <https://doi.org/10.47476/assyari.v5i2.2082>
- Pranoto, H. (2016). Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di SMA Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara. *Jurnal Lentera Pendidikan Pusat Penelitian LPPM UM Metro*, 1(1), 100–111.
- Puri, P. R., Samsudin, A., & Siddik, R. R. (2021). Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Mi Muslimin Yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(3), 191. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i3.7171>
- Rahman, M. M. (2013). Kepercayaan Diri Pada Anak Usia Dini. *Penelitian Pendidikan Islam*, 8(2), 1–16.
- Shapiro, S. S., & Wilk, M. B. (1965). An analysis of variance test for normality (complete samples). *Biometrika*, 52(3–4), 591–611.
- Sriyani, Sendayu, F. S., & Suriatie, M. (2024). Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Cinematherapy Untuk Meningkatkan Pemahaman

- Kepercayaan Diri Peserta Didik. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pandohop*, 4(2), 75–83. <https://doi.org/10.37304/pandohop.v4i1.15476>
- Sumantri, L., Rangka, I. B., & Fahmi, R. N. (2017). Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Membina Self Efficacy Siswa. *Insight Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 156–164. <https://doi.org/10.21009/insight.062.04>
- Tanjung, Z., & Amelia, S. H. (2017). Menumbuhkan kepercayaan. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2), 1–5.
- Yenni, R., Modestus, D., & Ayu, S. A. (2022). Kepercayaan diri siswa pada pelaksanaan proyek penguatan profil pelajar pancasila. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 9(1), 46–57.
- Yuliasari, V. E., Suhendri, & Primaningrum, M. (2024). Efektifitas Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Terhadap Perilaku Phubbing. *Jurnal Insan Pendidikan Dan Sosial Humaniora*, 2(2), 56–68.

