

EFEKTIVITAS TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA

Ryan Fahrurrozi

Universitas PGRI Argopuro Jember, Indonesia

E-mail : ryanfahrurrozi911@gmail.com

Info Artikel

Accepted:

Agustus 2025

Published:

Desember 2025

Abstract

The purpose of this study was to determine how well sociodrama techniques work to improve the self-confidence students. A key component of adolescent psychological development, self-confidence influences social interactions, academic performance, and classroom flexibility. Sociodrama techniques, a learning approach through social roles that allows students to express themselves and understand others' perspectives, are one way to help students gain self-confidence. With a single-group pretest-posttest experimental design, this study employed a quantitative methodology. A self-confidence scale questionnaire, administered before and after therapy (pretest and posttest), served as the primary research tool. To find significant differences between the two groups, statistical tests were used to examine the data. The results showed that the self-confidence of junior high school students was improved by the efficient implementation of sociodrama techniques in guidance service.

Keywords: Effectiveness; sociodrama technique; self-confidence.

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memastikan seberapa baik teknik sosiodrama bekerja untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Komponen kunci dari perkembangan psikologis remaja, kepercayaan diri memengaruhi interaksi sosial, kinerja akademik, dan fleksibilitas di kelas. Teknik sosiodrama, pendekatan pembelajaran melalui peran sosial yang memungkinkan siswa untuk mengekspresikan diri dan memahami sudut pandang orang lain, adalah salah satu cara untuk membantu murid mendapatkan kepercayaan diri. Dengan desain pra-eksperimental pretest-posttest kelompok tunggal, penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif. Angket skala kepercayaan diri, yang diberikan sebelum dan sesudah terapi (pretest dan posttest), berfungsi sebagai alat utama penelitian. Untuk menemukan perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok, uji statistik digunakan untuk memeriksa data. Hasilnya, kepercayaan diri siswa sekolah menengah pertama ditingkatkan oleh penerapan teknik sosiodrama yang efisien dalam layanan bimbingan.

Kata kunci: Efektivitas; teknik sosiodrama; percaya diri.

PENDAHULUAN

Siswa SMP memasuki masa remaja awal, yang dimulai sekitar usia 12 hingga 15 tahun (Monks dkk. 2002). Masa remaja merupakan masa perubahan yang cepat, yang membuat seseorang labil dan emosional. Menurut Santrock (2003), Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan di mana seseorang mengalami perubahan biologis, sosioemosional, dan kemampuan kognitif. Remaja di masa transisi ini perlu mampu beradaptasi dengan berbagai perubahan yang terjadi; mereka yang tidak siap menghadapinya berisiko mengalami kegagalan dapat merasa tidak puas dengan keadaannya, yang dapat berujung pada kondisi kurang percaya diri. Salah satu konsekuensi dari perubahan ini adalah banyak remaja yang mengalami perasaan rendah diri, bahkan setelah pubertas (Hurlock, 1980).

Menurut Fatimah (2010), kepercayaan diri adalah kemampuan untuk memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri, lingkungan, atau situasi saat ini. Ciri-ciri orang dengan kepercayaan diri yang kuat antara lain merasa penting, berani, meraih lebih banyak, mempertimbangkan berbagai kemungkinan, dan memiliki otonomi untuk memilih cara terbaik dalam melakukan tugas atau pekerjaan yang sesuai dengan tingkat perkembangannya.

Di sisi lain, orang dengan kepercayaan diri yang rendah enggan dan takut untuk menyuarakan pendapat, berinteraksi dengan orang lain, dan bekerja sama. Mereka juga tidak mampu menunjukkan atau memaksimalkan kemampuan mereka. Hal ini menyiratkan bahwa seseorang membutuhkan tingkat kepercayaan diri yang tinggi untuk mengembangkan semua aspek keterampilannya. Namun, pada kenyataannya, banyak orang masih kurang percaya diri, terutama remaja. (Rakasiwi N. & Al Halik A.H. 2020).

Dari hasil observasi ketika melakukan PPL di SMP IT Grafika Pesanggaran ditemukan bahwa siswa kelas VII masih takut bertanya, takut gagal saat presentasi dan tidak aktif ketika di dalam kelas, anak-anak masih membawa budaya di Sekolah Dasar sehingga masih malu-malu. Hal tersebut menjadikan peneliti tertarik untuk melakukan analisis lebih mendalam gambaran percaya diri siswa kelas VII di SMP IT Grafika Pesanggaran.

Sifat-sifat remaja dibentuk oleh tingkat kepercayaan diri mereka, yang merupakan komponen penting dari kepribadian. Namun, kepercayaan diri merupakan proses yang harus dilalui seseorang untuk membangunnya (Ghufroon, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa alih-alih menjadi kualitas alami, kepercayaan diri dipelajari, dibentuk, dan ditumbuhkan melalui interaksi dengan

lingkungan. Menurut Lauster (2003), kepercayaan diri dapat diajarkan dan ditanamkan melalui pendidikan, sehingga upaya untuk membangun dan mengembangkan kepercayaan diri dapat dilakukan dengan berbagai cara.

Agar seseorang dapat mencapai potensi penuhnya, kepercayaan diri sangatlah penting. Kepercayaan diri, menurut Hakim (dalam Ramadhani, 2014), adalah sikap dan keyakinan pada keterampilan sendiri, penerimaan terhadap keterampilan sendiri apa adanya, baik itu sangat baik atau buruk, dan pertumbuhan serta pembelajaran melalui proses pembelajaran agar dapat memuaskan dirinya. Fondasi kepercayaan diri yang kuat akan memungkinkan seseorang untuk secara bertahap mewujudkan potensi penuhnya. Di sisi lain, seseorang dengan kepercayaan diri yang buruk cenderung menarik diri, mudah tersinggung ketika menghadapi tantangan, bersikap canggung terhadap orang lain, dan kesulitan menerima kenyataan (Aristiani, 2016). Kepercayaan diri yang tinggi memungkinkan siswa untuk belajar lebih efisien dan mencapai lebih banyak prestasi. Perilaku dan watak siswa selama proses belajar mengajar, terutama keberanian, inisiatif, dan aktualisasi diri mereka, akan berubah sebagai akibatnya, selain juga akan memengaruhi hasil belajar mereka (Aristiani, 2016).

Untuk mencapai potensi maksimal, seseorang harus memiliki rasa percaya diri. Hakim (dalam Ramadhani, 2014) menggambarkan rasa percaya diri sebagai pandangan dan ide seseorang tentang kemampuannya sendiri, menerimanya baik secara positif maupun negatif, untuk mencapai kepuasan diri. Kepercayaan diri ini diciptakan dan dipelajari melalui proses pembelajaran. Seseorang dapat secara progresif mencapai potensi penuhnya jika memiliki fondasi kepercayaan diri yang kuat. Sebaliknya, orang dengan kepercayaan diri rendah bersikap tidak nyaman dengan orang lain, menarik diri, cepat tersinggung ketika dihadapkan dengan kesulitan, dan sulit menerima kenyataan (Aristiani, 2016). Kepercayaan diri yang tinggi memungkinkan siswa untuk belajar lebih efisien dan mencapai lebih banyak prestasi. Hasil belajar akan dipengaruhi serta perilaku dan sikap siswa selama proses belajar mengajar, khususnya keberanian, keterlibatan, dan aktualisasi diri mereka (Aristiani, 2016).

Bersumber pada temuan penelitian, layanan konseling kelompok yang menggunakan pendekatan sosiodrama dapat membantu siswa merasa lebih nyaman berbicara di depan kelas. Pada tahun 2022, Silvia dkk. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pendekatan sosiodrama bekerja dengan baik untuk meningkatkan harga diri siswa dalam

layanan bimbingan kelompok. (Rakasiwi N. & Al Halik A.H., 2020). Berdasarkan temuan penelitian, kepercayaan diri siswa kelas X E 3 dapat ditingkatkan melalui pengarahan kelompok menggunakan pendekatan sosiodrama. Hal ini ditunjukkan dengan nilai Z estimasi = -2,524; < Z tabel = 1,645, yang menolak H_0 dan menerima H_a . Hal ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok berbasis sosiodrama dapat meningkatkan harga diri di SMAN 5 Bandar Lampung (Mukti, 2024).

Studi ini memiliki implikasi untuk pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana lingkungan belajar memengaruhi pertumbuhan kepercayaan diri siswa. Para pembuat kebijakan pendidikan di Kabupaten Pesanggaran dapat menggunakan temuan ini sebagai dasar untuk merancang intervensi atau program yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Selain itu, studi ini dapat memajukan penelitian ilmiah untuk meningkatkan dampak psikologis siswa. Studi ini juga diharapkan dapat menawarkan wawasan penting untuk meningkatkan standar pengajaran dan mendorong perkembangan kepribadian siswa di Kabupaten Pesanggaran.

Fenomena ini membutuhkan solusi. Dalam hal ini, peneliti meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas tujuh di SMP IT Grafika Pesanggaran dengan

menggabungkan pendekatan sosiodrama dengan layanan bimbingan kelompok. Penggunaan teknik sosiodrama yang dipadukan dengan layanan bimbingan kelompok diyakini dapat memengaruhi kepercayaan diri siswa. Layanan bimbingan kelompok dipilih karena layanan tersebut sangat menekankan konsep dan dinamika kelompok yang mendukung pengembangan kepercayaan diri siswa.

Bimbingan kelompok, menurut Romlah (2013), adalah suatu bentuk bimbingan yang digunakan dalam lingkungan kelompok dengan tujuan membantu individu. mencapai pertumbuhan optimal sesuai dengan keterampilan, minat, nilai, dan bakatnya. Dari sudut pandang lain, bimbingan kelompok adalah latihan diskusi yang mendorong pertumbuhan sosial dan pribadi setiap anggota kelompok dan meningkatkan kerja sama tim untuk berbagai tujuan yang bermanfaat (Winkel & Hastuti, 2004). Berdasarkan pernyataan ahli di atas, tujuan umum layanan bimbingan kelompok sejalan dengan tujuan penelitian, yaitu membantu siswa mengembangkan keterampilan sosialisasi terutama keterampilan komunikasi, yang dalam hal ini meningkatkan kepercayaan diri dan fungsinya, yaitu membantu siswa memahami dan berkembang.

Melalui supervisi kelompok, siswa akan belajar menghargai gagasan orang lain, mengomunikasikan maksud dan tujuan mereka secara konstruktif, berpartisipasi aktif dalam kelompok, dan mengungkapkan pendapat mereka secara jujur dan terbuka. Kemampuan ini membantu anak-anak menjadi lebih percaya diri. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul "Efektivitas Teknik Sociodrama dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VII SMP IT Grafika Pesanggaran".

Winkel mendefinisikan sociodrama sebagai dramatisasi isu-isu yang mungkin muncul dalam hubungan sosial, seperti perselisihan yang umum ditemui dalam lingkungan sosial. Di sisi lain, Tatiek Romlah (2013) menggambarkan sociodrama sebagai jenis permainan peran yang bertujuan untuk membahas isu-isu sosial yang muncul dalam hubungan interpersonal. Baik penyakit kepribadian maupun ketegangan sosial yang mendalam tidak digambarkan dalam sociodrama. Sociodrama, menurut *Complete Dictionary of Psychology*, adalah jenis permainan dan dramatisasi yang digunakan untuk mengajarkan keterampilan sosial.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan mendefinisikan sociodrama sebagai upaya menggunakan permainan peran untuk membantu siswa dan konselor

lebih mampu memahami dan mengantisipasi masalah sosial yang muncul dari hubungan interpersonal. Konflik antarteman dan masalah komunikasi hanyalah dua dari sekian banyak masalah sosial yang dapat diatasi dengan sociodrama (R. F. Yani, 2023). Uraian di atas mendefinisikan sociodrama sebagai teknik bermain peran di mana anggota kelompok berperan sebagai konseling dan pendampingan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memastikan apakah teknik sociodrama dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa sekolah menengah pertama.

METODE

Bagian metode penelitian terdiri dari:

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Peneliti menggunakan desain penelitian pra-eksperimental. Meskipun belum sepenuhnya memenuhi persyaratan untuk dianggap sebagai eksperimen, penelitian kuantitatif dengan desain pra-eksperimental merupakan bentuk penelitian yang digunakan untuk mengkaji dampak suatu perlakuan terhadap variabel tertentu. Desain pra-eksperimental, menurut Sugiyono (2017), adalah desain penelitian di mana individu menerima terapi tanpa kelompok kontrol atau pengacakan yang ketat. Karena potensi

faktor luar untuk memengaruhi temuan penelitian, hal ini menyebabkan validitas internal yang rendah. Selain itu, penelitian pra-eksperimental dimanfaatkan sebagai investigasi awal untuk memastikan dampak potensial suatu perlakuan sebelum melanjutkan dengan eksperimen yang lebih menyeluruh (Arikunto, 2010). Strategi ini biasanya digunakan dalam domain sosial atau pendidikan, terutama dalam situasi di mana peneliti tidak memiliki kendali penuh atas faktor-faktor eksternal.

Sumber Data

Data penelitian berasal dari populasi dan sampel. Populasi dalam penelitian ini adalah area yang ingin diteliti oleh peneliti. Menurut Sugiyono (2017), populasi adalah kategori luas yang terdiri dari objek atau individu dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang dipilih peneliti untuk dipelajari dan dari mana kesimpulan akan diambil. Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti menggunakan SMP IT Grafika Pesanggaran sebagai acuan untuk mengidentifikasi populasi yang akan digunakan, bahkan untuk tahun ajaran 2024–2025.

1. Siswa SMP IT Grafika Pesanggaran kelas VII merupakan populasi penelitian.
2. Pengambilan sampel secara purposive sampling, yaitu metode pemilihan sampel berdasarkan standar yang telah

ditentukan oleh peneliti, digunakan untuk memilih sampel dalam penelitian ini. Siswa yang memenuhi kriteria tersebut memiliki skor kepercayaan diri yang rendah.

Teknik Pengumpulan Data

Menurut Hendriana dkk. (dalam Andriani & Aripin, 2019), rasa percaya diri ditunjukkan dengan sejumlah ciri, seperti 1) memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, 2) bertindak mandiri saat mengambil keputusan, 3) memiliki persepsi diri yang positif, dan 4) memiliki keberanian untuk berbicara. Angket kepercayaan diri yang digunakan dalam metode pengumpulan data penelitian ini dikembangkan berdasarkan indikator dari Hendriana, dkk (Andriani & Aripin, 2019). Penelitian ini menggunakan angket skala Likert yang memiliki 4 pilihan jawaban yakni sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Angket tersebut bertujuan untuk mengukur tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan teknik sosiodrama. Angket tersebut mencakup pernyataan *favorable* dan *unfavorable* berdasarkan indikator keyakinan diri, sikap positif terhadap diri, kemandirian, serta kemampuan berinteraksi sosial, yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya.

Teknik Analisis Data

Uji Wilcoxon digunakan dalam analisis data penelitian ini. Uji statistik non-parametrik yang disebut uji Wilcoxon digunakan untuk membandingkan dua set data berpasangan, terutama ketika data tidak terdistribusi secara teratur. Uji ini sering digunakan untuk membandingkan dua kondisi dalam sampel yang sama (misalnya, sebelum dan sesudah perlakuan). Santoso (2014) menyatakan bahwa uji Wilcoxon digunakan untuk memastikan apakah dua kondisi berpasangan berbeda secara signifikan satu sama lain. Uji ini dapat digunakan dalam berbagai pengaturan eksperimen atau observasional dan tidak memerlukan asumsi apa pun mengenai distribusi data. Menurut uji Wilcoxon, jika nilai-p kurang dari α (katakanlah, 0,05), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang menunjukkan bahwa kedua kondisi berbeda secara signifikan. Nilai-p $\geq \alpha$ menunjukkan bahwa H_0 diterima.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa efektif pendekatan sosiodrama dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VII di SMP IT Grafika Pesanggaran. Survei kepercayaan diri dilakukan sebagai bagian dari

penelitian ini di SMP IT Grafika Pesanggaran, Kabupaten Banyuwangi.

Populasi penelitian ini adalah dua puluh tujuh siswa kelas VII SMP IT Grafika Pesanggaran. Pengambilan sampel secara purposif digunakan untuk memilih enam siswa kelas VII sebagai sampel dari populasi ini. Enam siswa yang terpilih dalam penelitian ini memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, berdasarkan hasil pretes.

Temuan penelitian ini, yang dapat dijadikan laporan, sejalan dengan tujuan peneliti. Temuan ini menunjukkan bagaimana tingkat kepercayaan diri siswa SMP IT Grafika Pesanggaran berubah sebelum dan sesudah konseling kelompok sosiodramatis, serta apakah konseling kelompok sosiodramatis dapat menurunkan tingkat kepercayaan diri atau tidak.

A. Uji Instrumen

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Instrumen

a) Hasil Uji Validitas

Angket yang diberikan kepada 90 responden juga diuji validitasnya. Setelah itu, data yang terkumpul ditabulasi dan diinklusi.

b) Hasil Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas pada alat distribusi angket juga diperlukan karena instrumen yang reliabel akan menghasilkan hasil

yang dapat diandalkan. Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan, semua item instrumen dinilai reliabel, dan skor Cronbach's Alpha untuk keyakinan adalah 0,725, termasuk dalam kategori reliabilitas tinggi.

B. Uji Wilcoxon

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon di SPSS, nilai Z uji dua sisi adalah -2,207 dengan tingkat signifikansi 0,027. Hasil uji ini menunjukkan bahwa nilai Asymp. Sig. dua sisi sebesar 0,027 lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, teori alternatif ini disetujui. Setelah menerima perlakuan menggunakan teknik sosiodrama, siswa kelas tujuh yang menjadi sampel penelitian menunjukkan peningkatan kepercayaan diri. Para peneliti memeriksa skor kepercayaan diri sebelum dan sesudah perlakuan untuk memastikan hasil penelitian. Berdasarkan hasil uji ini, para peneliti menemukan bahwa banyak sampel penelitian mengalami perubahan yang cukup signifikan dalam kepercayaan diri, dari rendah ke tinggi.

Hasil uji *pre-test* dan *post-test* menunjukkan perubahan signifikan dalam kepercayaan diri dari rendah ke tinggi setelah perlakuan metode sosiodrama. Hal ini menunjukkan bahwa siswa kelas VII di SMP IT Grafika Pesanggaran, sebagai sampel penelitian ini, mendapatkan manfaat dari teknik sosiodrama dalam hal peningkatan kepercayaan diri mereka.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik sosiodrama memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa kelas VII SMP IT Grafika Pesanggaran. Berdasarkan hasil pretest, enam siswa yang menjadi subjek penelitian memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, ditandai dengan rasa ragu terhadap kemampuan diri, kesulitan mengemukakan pendapat, serta kecenderungan menghindari situasi sosial. Namun, setelah mengikuti serangkaian kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, terjadi peningkatan skor pada hasil posttest yang menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotor siswa terkait kepercayaan diri.

Peningkatan ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Romlah (2013), bahwa sosiodrama merupakan teknik dalam bimbingan kelompok yang memberikan kesempatan bagi siswa untuk memainkan peran tertentu dalam situasi sosial yang mirip dengan kehidupan nyata. Melalui peran yang dimainkan, siswa belajar mengekspresikan diri, memahami sudut pandang orang lain, serta membangun keberanian dalam mengemukakan pendapat di depan orang lain. Hal ini berimplikasi pada meningkatnya keyakinan terhadap

kemampuan diri dan munculnya sikap positif terhadap diri sendiri. Dengan demikian, kegiatan sosiodrama tidak hanya memberikan pengalaman emosional, tetapi juga pembelajaran sosial yang berkontribusi langsung terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian terdahulu. Menurut Nursalim (2013), teknik sosiodrama efektif digunakan untuk mengembangkan kemampuan sosial dan emosional siswa, termasuk kepercayaan diri, karena memberikan ruang bagi siswa untuk berekspresi secara bebas dan berlatih menghadapi situasi sosial dengan aman. Demikian pula, penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dan Arifin (2018) menunjukkan bahwa penerapan sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan rasa percaya diri melalui proses interaksi kelompok, pemberian umpan balik, dan pengalaman langsung dalam memainkan peran. Dalam konteks penelitian ini, siswa yang semula pasif dan enggan tampil di depan kelas mulai menunjukkan keberanian berbicara dan menunjukkan sikap lebih terbuka setelah mengikuti sesi sosiodrama.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII SMP IT Grafika Pesanggaran.

Melalui kegiatan bermain peran dalam suasana kelompok yang suportif, siswa memperoleh kesempatan untuk mengeksplorasi diri, belajar dari pengalaman sosial, dan membangun keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki. Keberhasilan ini menunjukkan pentingnya penerapan teknik sosiodrama sebagai salah satu metode intervensi dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah untuk membantu siswa mengatasi hambatan psikologis dan sosial yang berhubungan dengan rendahnya kepercayaan diri.

SIMPULAN

Berdasarkan data kuantitatif dan teori yang mendasari, dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VII di SMP IT Grafika Pesanggaran. Peningkatan skor posttest yang signifikan (dari 48,3 menjadi 71) dan nilai signifikansi uji Wilcoxon sebesar 0,027 menunjukkan bahwa kegiatan sosiodrama memberikan dampak positif terhadap perkembangan psikososial siswa. Dengan demikian, teknik ini layak untuk terus dikembangkan dan digunakan sebagai bagian integral dari layanan bimbingan konseling di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Halik A.H & Rakasiwi N. (2020). *Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa*.
- Andriani, D., & Aripin, U. (2019). *Analisis Kemampuan Koneksi Matematik Dan Percaya Diri Siswa SMP*. JPMI:Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif, 2(1), 25–32.
- Aristiani, Rina. (2016). *Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audiovisual*. Jurnal Konseling Gusjigang. Vol. 2, No.2, Juli
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fatimah, E. (2010). *Psikologi perkembangan: perkembangan peserta didik*. Bandung: Pustaka Setia.
- Ghufron. M. & Risnawita, R. (2022). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar Ruzzmedia.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Monks, dkk. (2002) *Psikologi Perkembangan – Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Mukti N. D., (2024). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Kelas X SMAN 5 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2023/2024*.
- Nursalim, M. (2013). *Pengembangan teknik sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan sosial siswa SMP*. Jurnal Bimbingan Konseling, 2(1), 45–52.
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2014). *Hubungan antara percaya diri dengan citra diri pada remaja akhir*. Jurnal Spirits, 4(2), 22–32.
- Romlah, T. (2013). *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Santoso, S. (2014). *Menguasai Statistik dengan SPSS 22*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Erlangga. Jakarta.
- Silvia et al., (2022). *Peningkatan Percaya Diri Siswa Berbicara Di Depan Kelas Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama*.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Winkel, W. S. & Hastuti, S. (2004). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Wulandari, D., & Arifin, M. (2018). *Efektivitas teknik sosiodrama dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa SMP*. Jurnal Konseling dan Pendidikan, 6(3), 134-140.
- Yani R. F., (2023). *Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Komunikasi antar Pribadi Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama di SMK Negeri 3 Bandar Lampung*.