

**PENYAJIAN *CINEMA THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI**



Oleh:

Munawaroh.D
20200011115

TESIS

Diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk Memenuhi Salah
Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar *Master of Arts*
Program Studi *Interdisciplinery Islamic Studies*
Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam
Pascasarjana Uin Sunan Kalijaga

YOGYAKARTA
2022



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-606/Un.02/DPPs/PP.00.9/08/2022

Tugas Akhir dengan judul :PENYAJIAN CINEMA THERAPY UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MUNAWAROH, D, S.Pd
Nomor Induk Mahasiswa : 20200011115
Telah diujikan pada : Selasa, 09 Agustus 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : B+

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

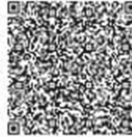
TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Moh. Mufid
SIGNED

Valid ID: 6304671400849



Penguji II

Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.
SIGNED

Valid ID: 62f6b1e484956



Penguji III

Dr. Eva Latipah, S.Ag., S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6303154081a37



Yogyakarta, 09 Agustus 2022
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 630475d0f345

PERNYATAAN KESALIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Munawaroh.D. S.Pd
Nim : 20200011115
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini adalah keseluruhan hasil karya saya sendiri terkecuali bagian-bagian yang terdapat sumber rujukan. Jika suatu hari terbukti naskah tesis ini bukan karya saya sendiri maka saya siap ditindak sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 22 Juli 2022



Munawaroh.D.
Munawaroh.D
Nim. 20200011115

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Munawaroh.D
Nim : 20200011115
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini benar-benar bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi saya siap ditindak sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 22 Juli 2022



Munawaroh.D

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Munawaroh. D
20200011115

NOTA DINAS PEMBIMBING

Assalamu'alaikum, wr.wb.

Kepada Yth,
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Setelah melakukan bimbingan, memberikan arahan dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul : **Penyajian *Cinema Therapy* Untuk Meningkatkan *Self Confidence***
Yang ditulis oleh :

Nama : Munawaroh.D
NIM : 20200011115
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Master of Art (M.A).

Wassalamualaikum, wr.wb.

Yogyakarta, 26 Juni 2022

Pembimbing

Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.

ABSTRAK

Munawaroh. D: Penyajian *Cinema Therapy* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri . Tesis. Program Study Interdisciplinary Islamic Studies, Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam. Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta 2022.

Cinema Therapy adalah suatu cara atau sistem untuk melakukan suatu terapi film merupakan metode yang akan digunakan untuk membantu siswa. Terapi film atau film yang akan diputar akan membantu memecahkan masalah yang dihadapi siswa. *Cinema Therapy* dapat digunakan untuk menangani beberapa kompleksitas perilaku remaja. Seperti meningkatkan motivasi, Prosocial, kepercayaan diri. Dengan menonton film atau video dapat melibatkan kesadaran remaja, dapat mengidentifikasi hubungan dengan situasi dan karakter dalam film yang mengarah ke eksplorasi dan wawasan pribadi sambil menjaga jarak emosional dari pengalaman stres. Potensi diri merupakan kemampuan atau kekuatan diri seseorang baik yang belum terwujud maupun yang telah terwujud, akan tetapi belum sepenuhnya terlihat atau dipergunakan secara maksimal oleh seseorang. Kepercayaan diri merupakan modal penting yang harus dimiliki oleh anak untuk masa depannya. Karena Kepercayaan diri berpengaruh terhadap mental dan karakter yang dimiliki oleh anak. Ketika anak memiliki mental yang kuat, maka anak akan lebih mudah merespon setiap tantangan dalam hidupnya dengan realistis.

Metode Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode pengumpulan data observasi, wawancara dan kuisioner (Angket) dengan butir angket 30 item yang dilakukan di SMA IT Washilatul Huda Bandar Dalam. Desain penelitian ini menggunakan one grup *Preetest Posttest* yang dilakukan 1 kelas dengan teknik sampling purposive sampling. berjumlah 32 peserta didik.

Hasil skor yang didapatkan dari *pretest* sebesar 849 dengan nilai rata-rata atau *mean* 84.9 .dan hasil skor yang didapatkan dari *posttest* yang telah diperoleh sebesar 2083 dengan hasil jumlah nilairata-rata atau *mean* 208.3 terdapat selisih antara hasil skor *pretest* dan hasil skor *posttest* sebesar 2083 dengan nilai rata-rata 208.3 Dari hasil jumlah skor dan nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* menunjukkan telah adanya peningkatan Kepercayaan diri dalam meningkatkan Potensi Diri peserta didik kelas X setelah diberikannya treatment. Dapat pula dilihat dari hasil *pretest* dan hasil *posttest* (dengan jumlah nilai skor : 849 < 2083 atau rata-rata : 84.9 < 208.3) dapat pula disimpulkan bahwa *Cinema Therapy* memiliki pengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri

Kata Kunci : *Penyajian Cinema Therapy*, Kepercayaan diri, Bimbingan Kelompok

MOTTO

Your chance of success in every condition can always be measured by how much you believe in yourself

Robert Collier-

Kesempatan Kamu Untuk Sukses Disetiap Kondisi Selalu Dapat Diukur Oleh Seberapa Besar Kepercayaan Kamu Pada Diri Sendiri

Robert Collier-



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT telah melimpahkan rahmat dan nikmatnya, Sholawat terbaik untuk junjungan Nabi Muhammad SAW, Alhamdulillah atas izinNya penulis dapat menyelesaikan penelitian Tesis ini yang berjudul: ***Penyajian Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri*** dengan baik sesuai yang diharapkan. Walaupun demikian Tesis ini tentu masih memerlukan saran, komentar, dan kritiknya dari pembaca sekalian, Tesis ini ditulis untuk memenuhi syarat kelulusan pada Progra Studi *Interdisciplinary Islamic Studies*, dengan konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, penulis menyadari bahwa ada banyak pihak yang membantu dalam terselesaikannya Tesis ini. Oleh karenanya penulis ucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof.Dr. Phil. Al-Makin, S.Ag., MA. Selaku Rektor Uin Sunan Kalijaga.
2. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag. Selaku Direktur Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu. Dr. Nina Mariana Noor. SS.,M.A. Selaku Kepala Program Studi *Interdiscilinary Islamic Studies*
4. Bapak Najib Kailani, S.Fil.I., M.A., Ph.D. Selaku Sekertaris Program Studi *Interdiscilinary Islamic Studies*
5. Ibu Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi, M.Si., Psi. Selaku dosen Pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu disela-sela kesibukannya untuk membimbing, mengarahkan, memberikan banyak masukan, kritikan dengan baik serta teliti, Penuh kesabarannya dan sekali lagi penulis mengucapkan banyak terima kasih.
6. Seluruh Dosen Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies* yang telah banyak memberikan wawasan pengetahuan dan memberikan gagasan secara kritis yang sangat berharga bagi penulis, khususnya Dosen yang pernah mengampu mata kuliah di konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam
7. Kedua Orang Tuaku Tercinta Ayahanda Daman Huri dan Ibu Hamidah (Alm) Tiada bisa membalas jasa dan perjuangan selain ucapan terimakasih atas doa tulus dan support dalam menjalankan pendidikan ini sehingga bisa berada dititik ini. Semoga Allah senantiasa menempatkan mu kejannah nya kelak Aamiin. Kaka kaka ku terimakasih telah memberikan support dalam menjalankan pendidikan ini serta terimakasih kepada adiku tercinta atas doanya semoga kita tergolong orang orang yang beruntung. Suport Sistemku Endang Kurniawan, S.E. Yang selalu memotivasi dikala lemah, membangkitkan dikala lelah. Semoga kelak engkau menjadi imam yang baik Aamiin...

8. Terimakasih Teman-teman *Interdiciplinery Islamic Studies* terkhusus Prodi Psikologi Pendidikan Islam 2020 telah melewati kebersamaan ini dan terimakasih selalu menjadi motivasi dan memberikan pengalaman yang sangat luar biasa.
9. Almamater Tercinta Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta

Yogyakarta, Juni 2022

Munawaroh. D
20200011115



DAFTAR ISI

Halaman

| | |
|-----------------------------|------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| HALAMAN PERNYATAAN..... | ii |
| HALAMAN BEBAS PLAGIASI..... | iii |
| NOTA DINAS PEMBIMBING..... | iv |
| MOTO..... | v |
| ABSTRAK..... | vi |
| KATA PENGANTAR..... | vii |
| DAFTAR ISI..... | viii |
| DAFTAR TABEL..... | ix |
| DAFTAR GAMBAR..... | x |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xi |

BAB I : PENDAHULUAN

| | |
|--|----|
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah..... | 8 |
| C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian..... | 8 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 8 |
| E. Kajian Pustaka..... | 11 |
| F. Kerangka Teoritis..... | 14 |
| G. Metode Penelitian..... | 14 |
| H. Sistematika Pembahasan..... | 29 |

BAB II : *CINEMA THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI

| | |
|---|----|
| A. <i>Chinema Therapy</i> | 30 |
| 1. Pengertian <i>Cinema Therapy</i> | 30 |
| 2. Manfaat Menonton Film..... | 31 |
| 3. Hakikat <i>Cinema Therapy</i> | 32 |
| 4. Tahapan-tahapan <i>Cinema Therapy</i> | 33 |
| 5. Langkah-langkah <i>Cinema Therapy</i> | 33 |
| 6. Prosedur Pelaksanaan <i>Cinema Therapy</i> | 35 |
| 7. Tujuan <i>Cinema Therapy</i> | 35 |
| B. Kepercayaan Diri..... | 36 |
| 1. Pengertian Kepercayaan Diri..... | 36 |
| 2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri..... | 36 |
| 3. Faktor-faktor Kepercayaan Diri..... | 37 |
| 4. Indikator Kepercayaan Diri..... | 39 |

**BAB III HASIL PENYAJIAN *CINEMA THERAPY* MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI**

| | |
|---|-----------|
| A. Hasil Penelitian | 46 |
| 1. Persiapan Penelitian..... | 46 |
| 2. Tahapan-tahapan Pelaksanaan Layanan..... | 55 |
| a) Pertemuan Pertama..... | 56 |
| b) Pertemuan Kedua | 58 |
| c) Pertemuan Ketiga | 58 |
| d) Pertemuan Ke Empat | 59 |
| e) Pertemuan Ke Lima | 61 |
| 3. Hasil Uji Wilcoxon | 62 |
| B. Pembahasan | 63 |

BAB IV HASIL PENUTUP

| | |
|----------------------------|-----------|
| A. Kesimpulan | 69 |
| B. Saran | 70 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel I Skor Alternatif Jawaban..... | 17 |
| Tabel II Kriteria Kepercayaan Diri | 17 |
| Tabel III Data Populasi | 18 |
| Tabel IV Data Sampel | 20 |
| Tabel V Definisi Oprasional Variabel..... | 22 |
| Tabel VI Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri..... | 23 |
| Tabel VII Jadwal Penelitian | 45 |
| Tabel VIII <i>Pretest</i> | 53 |
| Tabel IX Hasil <i>Posttest</i> | 53 |
| Tabel X <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> | 62 |
| Tabel X1 <i>Test Statistik</i> | 62 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|-----------|
| Gambar 1 Film <i>Negri 5 Menara</i> | 55 |
| Gambar II Film <i>Imperfect</i> | 57 |
| Gambar III Mars <i>Mimpi Ananda Raih Semesta</i> | 59 |
| Gambar IV Grafik <i>Pretes Posttes</i> | 61 |



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kurangnya kepercayaan diri dapat menimbulkan hambatan besar dalam kehidupan maupun dalam menjalankan kegiatan sehari-hari, seperti: depresi, bunuh diri, *anoreksia nervosa* (sebuah gangguan makan yang ditandai dengan penolakan untuk mempertahankan berat badan yang sehat dan rasa takut yang berlebihan terhadap peningkatan berat badan akibat pencitraan diri yang menyimpang), delinkuensi (tingkah laku yg menyalahi secara ringan norma dan hukum yang berlaku di suatu masyarakat), dan masalah penyesuaian diri lainnya.¹

Saat tingkat kepercayaan diri yang rendah berhubungan dengan proses belajar seperti prestasi rendah, atau kehidupan keluarga yang sulit, atau dengan kejadian-kejadian yang membuat tertekan, masalah yang muncul dapat menjadi lebih meningkat.² Permasalahan kepercayaan diri pada umumnya dapat terjadi pada siapapun dan tidak memandang usia, namun tidak sedikit pula masalah ini berada pada usia remaja. Kepercayaan yang rendah dapat mengakibatkan proses terhambatnya kegiatan belajar mengajar

Kegiatan Belajar Mengajar merupakan kegiatan hubungan timbal balik antara Tenaga pendidik dan peserta didik dan komunikasi berlangsung dengan balik yang berlangsung dalam situasi yang kondusif guna melancarkan proses kegiatan pembelajaran. Setiap pembelajaran berlangsung tenaga pendidik dan peserta didik adalah komponen yang tidak dapat dipisahkan Antara dua komponen

¹ Angelis, B.D. *Confidende: Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian*. (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 1997). 4

² Alex Sobur, *Psikologi Umum* (Bandung: Pustaka Setia, 2003) 134

tersebut harus terjaga hubungan dengan baik yang saling menunjang supaya kegiatan belajar peserta didik dapat terlaksana dengan baik.³ Kegiatan pembelajaran dalam hal ini diharuskan hubungan timbal balik antara satu sama lainnya dalam hal memajukan pendidikan dan kualitas pembelajaran disekolah.

Peserta didik SMA yang berada dalam tahap perkembangan sebagai seorang remaja tentunya sangat membutuhkan kepercayaan diri dalam dirinya untuk beraktualisasi dalam lingkungannya dengan baik. Khususnya siswa kelas X yang berada pada tahap remaja Hal tersebut mengingatkan bahwa remaja sebagai manusia yang dinamis akan selalu membentuk diri dan melaksanakannya, serta selalu membenahi keadaan dirinya sekarang untuk menuju masa depan. Oleh karena itu dibutuhkan kontak dengan orang lain, untuk menjadikan dirinya lebih berkembang. Manusia menggunakan fungsi dalam dirinya sebagai makhluk sosial yang dalam perkembangannya membutuhkan orang lain seperti halnya memecahkan masalah yang sedang dihadapi.⁴ Proses bantuan orang lain tersebut adalah guru atau tenaga pendidik.

Kemajuan pemulihan pendidikan ditandai dengan adanya suatu bantuan dari tenaga pendidik atau pendidik terhadap peserta didik disekolah guna meningkatkan kualitas pembelajaran atau hasil maksimal pembelajaran disekolah. Suatu perubahan tersebut ada timbal balik dari pendidik dan tenaga pendidik. Saling berinteraksi antara dua komponen tersebut, tidak semua orang dapat menyelesaikan permasalahan yang ada dengan sendiri, kebanakan individu akan membawa perubahan atas dasar bantuan orang lain. Agar dapat memulihkan

³ Kartikasari, L. T. "Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016". *Journal Simki-Pedagogia*. ISSN. (2015).

⁴ Kartikasari, L. T. "Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016". *Journal Simki-Pedagogia*. ISSN. (2015).

pendidikan kedalam suatu inovasi terbaru sebagai tenaga pendidik dapat membantu peserta didik dengan baik, dalam hal ini Allah jelaskan pula dalam Firman ALLAH SWT, surat Ar-Ra'du, ayat 11 yang berbunyi:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

Artinya:*Sungguh Kata Allah SWT tidak akan merubah suatu kaum kecuali mereka merubah keadaan pada diri mereka. dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya dan taka da perlindungan selain Allah SWT.*⁵

Ayat diatas menjelaskan bahwa Allah tidak akan mengubah suatu kaum kecuali mereka yang ingin mengubah suatu keadaan atau keadaanya sendiri. Tetapi kita sebagai manusia dalam hal ini tenaga pendidik dapat membantu peserta didik dalam melakukan perubahan. Manusia tidak akan sadar akan kesalahan-kesalahan, serta butuhnya bimbingan dan dorongan, tenaga pendidik dapat membantu peoses pencapaian perubahan, agar bisa membawa perubahan yang lebih maksimal dalam proses perubahan terhadap perilaku peserta didik yang diinginkan. Membantu proses meningkatnya suatu Kepercayaan Diri pada peserta didik disekolah. Perubahan dan peningkatan tersebut tidak luput dari proses bantuan orang lain dan kemauan pada peserta didik itu sendiri.

Kepercayaan Diri merupakan modal utama yang paling berperan dalam kehidupan yang harus dimiliki oleh peserta didik untuk masa depannya karna percaya diri merupakan membawa pengaruh terhadap perubahan peserta didik, dapat berbicara didepan umum, cepat dalam merespon guru atau tenaga

⁵ Qs. Ar-Ra'du :11

pendidik.⁶ Percaya diri merupakan modal utama dalam proses perkembangan pada peserta didik, menumbuhkan rasa Kepercayaan Diri terhadap peserta didik menumbuhkan anak memiliki mental yang kuat, karakter yang kuat, mudah merespon apa yang pendidik ucapkan, serta mudah dalam mengikuti proses kegiatan belajar mengajar karena ditumbuhkan dengan rasa Kepercayaan Diri yang baik.

Self confidence atau percaya diri seseorang terkait dengan dua hal yang paling mendasar dalam praktek hidup kita. Pertama, percaya diri terkait dengan bagaimana seseorang memperjuangkan keinginannya untuk meraih sesuatu (prestasi atau performansi). Kedua, percaya diri terkait dengan kemampuan seseorang dalam menghadapi masalah yang menghambat perjuangannya. Orang yang kepercayaan dirinya bagus akan cenderung berkesimpulan bahwa dirinya “lebih besar” dari masalahnya. Sebaliknya, orang yang memiliki rasa percaya diri rendah akan cenderung berkesimpulan bahwa masalahnya jauh lebih besar dari dirinya.⁷

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi Kepercayaan Diri anak. Kepercayaan Diri anak dapat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga seperti orang tua dan lingkungan sekitar seperti masyarakat, guru, pengasuh, dan lain sebagainya. Kepercayaan Diri yang kuat muncul karena adanya beberapa aspek dalam kehidupan anak, seperti pengalaman anak tersebut yang membuat diri anak yakin, mampu, dan percaya diri, berprestasi, memiliki potensi actual,

⁶ Fadillah, A. "Analisis Minat Belajar Dan Bakat Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa." *Mathline: Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika*, 1(2). (2016).

⁷ Ardhana, Y. A. "Efektivitas Terapi Film Dalam Meningkatkan Percaya Diri". *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 461-471. (2021).

serta memiliki pengalaman yang nyata terhadap diri sendiri.⁸ Teknik yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini menggunakan teknik *Cinema Therapy*

Cinema therapy merupakan metode penggunaan film untuk memberi efek positif pada Peserta Didik . Masalah yang bisa diatasi dengan menggunakan *cinema therapy* yaitu rendahnya motivasi, hubungan sosial yang rendah, Kepercayaan Diri yang rendah dan sebagainya, Namun tidak termasuk gangguan jiwa akut.⁹ Menonton film membuat individu merasa mengalami sendiri apa yang dirasakan tokoh-tokoh dalam cerita. Melalui simbol-simbol yang biasanya ada dalam film, alam bawah sadar lalu mencoba berkomunikasi dengan alam sadar. Meskipun film digunakan untuk media terapi sebenarnya tidak memecahkan masalah yang sebelumnya, tapi di sisi lain film membantu individu untuk memahami masalah yang sebelumnya belum terpecahkan yang mungkin selama ini mempengaruhi cara pandang dalam hidup, memotivasi hidup serta dapat meningkatkan *Kepercayaan Diri* pada peserta didik. Berdasarkan hal tersebut, salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan percaya diri adalah terapi film.

Terapi film adalah proses menggunakan film dalam terapi sebagai metafora untuk meningkatkan pertumbuhan dan wawasan pada peserta didik. Solomon menerangkan bahwa Film memiliki kekuatan untuk menarik kita keluar dari diri kita sendiri dan masuk ke dalam pandangan karakter mereka Dengan menonton film atau video dapat melibatkan kesadaran, remaja dapat

⁸ Ardhana, Y. A. "Efektivitas Terapi Film Dalam Meningkatkan Percaya Diri." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 461-471.(2021).

⁹ Birgit Wols, "E-Motion Picture Magic A Movie Lovers Guide To Healing Transformatiob". Colorado; Glendbridge Publishing.Ltd. (2004)

mengidentifikasi hubungan dengan situasi dan karakter dalam film yang mengarah ke eksplorasi dan wawasan pribadi sambil menjaga jarak emosional dari pengalaman stres. Terapi ini dilakukan untuk memberikan wawasan kepada para remaja yang kemudian diharapkan dapat meningkatkan Kepercayaan Diri yang dimilikinya. Sejatinya, terapi film ini dapat digunakan untuk mengatasi masalah-masalah seperti motivasi, hubungan, depresi, percaya diri dan lain sebagainya.¹⁰

Tujuan utama dari terapi film adalah untuk secara langsung menyediakan pengalaman emosional terapeutik dengan Peserta Didik . Film atau video sudah akrab bagi kebanyakan orang, sehingga Peserta Didik dan terapis dapat saling berbagi pengalaman dimana membantu membangun hubungan terapeutik. Dengan menonton film-film memberikan pembelajaran observasional kepada individu dengan sarana yang kuat dengan kesempatan untuk memilih di antara sikap dan perilaku yang berbeda. Alur cerita dari film mungkin tidak persis mewakili kehidupan individu tetapi dapat berfungsi sebagai metafora yang merupakan aspek penting.¹¹

Alfred Hitchcock (dalam Wolz) mendefinisikan bahwa film adalah ilusi kehidupan yang dilakukan dengan kadang menghilangkan bagian tertentu dalam kehidupan tersebut. teknik cinema therapy dapat menjadi salah satu alternatif dalam upaya meningkatkan motivasi belajar karena dengan *cinema therapy* dapat membangkitkan semangat diri bereksplorasi. Banyak hal yang dapat dipelajari dengan menggunakan *cinema therapy* atau dalam bahasa

¹⁰ Khoiriyati, S., & Amalia, E. R. "Efektifitas cinema therapy untuk meningkatkan Self-Confidence anak korban perceraian orang tua". *Aulada: Jurnal Pendidikan dan Perkembangan Anak*, 1(2), 36-48. (2019).

¹¹ Aliyanto, N. P. Pengembangan Media Cinema Therapy untuk meningkatkan Self-Confidence pada remaja di Badan Narkotika Nasional Provinsi (BNNP) Jawa Timur (*Jurnal Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya:2022*).

Indonesia dapat diartikan sebagai terapi film.¹² Teknik *Cinema Therapy* dapat membantu meningkatkan kepercayaan peserta didik dengan cara mengisnifirasi serta memotivasi guna meningkatkan Kepercayaan Diri dengan cara memelihatkan film-film yang dapat memicu meningkatkan Kepercayaan Diri peserta didik. teknik cinema therapy dapat menjadi salah satu alternatif dalam upaya meningkatkan motivasi belajar karena dengan *cinema therapy* dapat membangkitkan semangat diri bereksplorasi.¹³ Banyak hal yang dapat dipelajari dengan menggunakan *cinema therapy* atau dalam bahasa Indonesia dapat diartikan sebagai terapi film. Teknik *Cinema Therapy* ini peneliti sandingkan dengan pendekatan behavioral dalam pendekatan behavioral terdapat teknik *Self management* yang berfungsi untuk merubah perilaku diri sendiri. Penelitian ini digunakan pada peserta didik kelas X di Pondok Pesantren Washilatul Huda Bandar Dalam guna meningkatkan Kepercayaan Diri pada peserta didik disekolah.

Pondok Pesantren Washilatul Huda merupakan Pondok Pesantren campuran anantara moderen dan salafi, dimana Pondok Pesantren Washilatul Huda baru berdiri pada tahun 2016, Pondok Pesantren Washilatul huda baru berdiri sejak 2016 tetapi Pondok Pesantren ini sangat berkembang pesat dan diminati masyarakat, hebatnya lagi Pondok Pesantren Washilatul Huda termasuk Pondok Pesantren terpopuler di Lampung Selatan dan mengalahkan beberapa Pondok Pesantren yang sudah berdiri lama.¹⁴ Penelitian ini yang

¹²Ilifsemen Demir, "Cinema Therapy. Psychology Hurnal Of Metu; Cinema Therapy <http://psinema.metu.edu.to>" Diakses tanggal 04 Agustus 2018

¹³ Aliyanto, N. P. Pengembangan Media Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Remaja Di Badan Narkotika Nasional Provinsi (Bnnp) Jawa Timur (*Doctoral Dissertation, Uin Sunan Ampel Surabaya*) (2022).

¹⁴ Observasi Pada Tanggal, 20 Mei 2021

dilakukan oleh peneliti di Pondok Pesantren Washilatul Huda untuk mencari permasalahan yang ada di Pondok Pesantren tersebut.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Pondok Pesantren Washilatul Huda terdapat beberapa bakat dan potensi yang terpendam akan tetapi peserta didik kebanyakan kurang percaya diri dalam mengembangkan potensi tersebut, sehingga penulis melakukan penelitian guna meningkatkan Kepercayaan Diri Adapun alasan peneliti mengambil variabel bebas mengenai Kepercayaan Diri karna hasil survey menunjukan adanya potensi yang dimiliki peserta didik namun hal ini ditutup oleh kurangnya ketidakpercayaan diri sehingga peserta didik tidak dapat mengapresiasi potensi pada diri sendiri. Data tersebut di peroleh dari berbagai sumber yang relevan terutama guru dan peserta didik yang di ambil sebagai subjek penelitian. Dilihat dari sarana prasarana yang kurang memadai serta metode pengajaran atau media pembelajaran yang kurang memadai sehingga peserta didik keterbatasan dalam menyelurkan sebuah bakat dan di didorong oleh kurangnya Kepercayaan Diri sehingga timbulah permasalahan tersebut. Peneliti menggabungkan mengenai variabel *Cinema Therapy* dalam penelitian ini sebagai alat bantu untuk mendorong dari faktor luar yang bertujuan untuk meningkatkan Kepercayaan Diri tersebut guna untuk menggali potensi dari dalam diri sehingga perubahan perilaku pada peserta didik mengenai kurangnya kepercayaan diri ini kemauan untuk membawa perubahan untuk diri sendiri. Peneliti mengambil judul Penyajian *Cinema Therapy* untuk meningkatkan Kepercayaan Diri Terhadap Peserta Didik Di Pondok Pesantren Washilatul Huda Bandar Dalam Tahun Pelajaran 2020/2021 Sehingga penelitian ini layak untuk dikaji.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana Penyajian *Cinema Therapy* untuk Meningkatkan *Kepercayaan Diri* pada peserta didik Di Pondok Pesantren Washilatul Huda?
2. Apakah *Cinema Therapy* dapat meningkatkan *Kepercayaan Diri* pada peserta didik Di Pondok Pesantren Washilatul Huda?

C. Tujuan Dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

- a) Untuk meningkatkan *Kepercayaan Diri* menggunakan Penyajian *Cinema Therapy* pada peserta didik Di Pondok Pesantren Washilatul Huda
- b) Menerapkan penyajian *Cinema Therapy* untuk *Kepercayaan Diri* pada peserta didik Di Pondok Pesantren Washilatul Huda

2. Mafaat penelitian

Adapun Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat serta menjadikan sumbangsih bagi teoritis dan praktis sebagai berikut:

a) Manfaat Teoritis

Berdasarkan penelitian secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan memberikan khazanah keilmuan, pemikiran dan konsep dalam bidang psikologi pendidikan islam, serta hal-hal yang berkaitan dengan permasalahan yang dimiliki oleh peserta didik. Sehingga penelitian ini

berguna untuk akademis serta bermanfaat bagi penelitian lainya sebagai referensi maupun bahan acuan pada penelitian selanjutnya.

b) Manfaat Praktis

1. Bagi Guru

Bagi guru mata pelajaran agar lebih banyak lagi memperluas cara mengajar serta metode dan media pembelajaran agar peserta didik banyak pemahaman dalam meningkatkan potensi serta kepercayaan peserta didik dan dapat menghasilkan hasil belajar yang baik disekolah.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK)

Agar dapat memberikan program kegiatan konseling baik individu kelompok dan sebaya.. Kurangnya tenaga ahli dalam bidang konseling disekolah menjadi hambatan sehingga penulis menyarankan dapat membentuk anggota *Cinema Therapy* baru sehingga terbantunya kegiatan *Cinema Therapy* guna membantu guru bk dan peserta didik. Dan diharapkan dapat dilaksanakan sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh peserta didik dalam lingkungan sekolahnya.

3. Guru Kelas

Guru kelas di SMA IT Washilatul Huda diharapkan membicarakan permasalahan ini baik kepada kepala lembaga, kepala sekolah, ditinjau dari pengamatan yang berlaku layanan konseling disekolah sangat penting bagi perkembangan peserta didik, sehingga diberikan fasilitas yang memadai, sehingga terlaksanan layanan

bimbingan dan konseling dengan baik tidak lagi menggunakan ruang kelas menunggu jam belajar selesai.

4. Bagi penulis

Penelitian ini menjadikan pengalaman dalam menangani masalah didunia pendidikan untuk meningkatkan pembelajaran penulis sangat besar harapan dari penulis dapat bermanfaat untuk banyak orang. Karena keterbatasan pengetahuan dan refrensi, penulis menyadari Tesis ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulis berharap semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat terhadap dunia pendidikan, terutama penulis yang masih menempuh pendidikan Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta.

D. Kajian Pustaka

Peneliti melakukan *literature review* terhadap penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh peneliti lain dan terkait dengan variabel yang digunakan dalam penelitian ini. Dari hasil penelusuran didapatkan dua tema yaitu :

1. Ledyanita, Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Cinema Therapy* Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X Sma Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016. Penelitian ini dilatar belakangi oleh banyak siswa kelas X SMA Negeri 4 Kediri kurang memiliki rasa percaya diri seperti tidak berani untuk berbicara atau tampil didepan umum, malu untuk mengungkapkan pendapatnya, mudah putus asa dalam menghadapi suatu masalah, ragu-ragu dalam mengambil keputusan, sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan yang lebih penting lagi kurang yakin pada kemampuan atau kelebihan yang di milikinya. Penelitian ini menggunakan

penelitian kuantitatif dengan subyek penelitian siswa kelas X SMA Negeri 4 Kediri tahun pelajaran 2015/2016. Penelitian ini dilaksanakan dengan pemutaran sebuah film tentang percaya diri setelah itu siswa diberi angket percaya diri.¹⁵

2. Yoga Anggi Anggara, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi film dalam meningkatkan self Confidence Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan teknik sampel sampling purposive. Sampel penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 31 Samarinda sejumlah 60 siswa. Penelitian ini menggunakan *non-randomized pre test-post test control group design*. Teknik analisa statistik yaitu uji T-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi film efektif meningkatkan percaya diri siswa, hal tersebut berdasarkan hasil perhitungan menggunakan uji t-test dengan kaidah nilai $p (< 0.050)$ diperoleh nilai $p = 0.000$ pada kelompok eksperimen, sehingga hipotesis H1 diterima yang artinya subjek yang diberikan terapi film mengalami peningkatan percaya diri.¹⁶
3. Aliyanto Nur Putra Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui proses produk pengembangan cinema confident is important dan hasil pelaksanaan pengembangan cinema confident is important dalam meningkatkan *Kepercayaan Diri* Peserta Didik pada Badan Narkotika Nasional Provinsi (BNNP) Jawa Timur. Peneliti menggunakan metode penelitian research and development dengan melalui tujuh dari sepuluh langkah tahapan pengembangan produk. Hasil pelaksanaan Hasil uji dari

¹⁵Kartikasari, L. T. "Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016". *Journal Simki-Pedagogia*. ISSN. (2015).

¹⁶Ardhana, Y. A. "Efektivitas Terapi Film Dalam Meningkatkan Percaya Diri" *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 461-471. (2021).

para ahli produk media cinema confident is important, berdasarkan hasil validasi dengan uji ahli I, II, III diperoleh skor sebesar 137 dengan nilai konversi 95%.

4. Marsella Defriliana, Pengaruh Rasa Percaya Diri Siswa Tunarungu terhadap Cinema Therapy di Sekolah Menengah Atas Negeri 10 Surabaya. Hasil penelitian ini yaitu cinema therapy berpengaruh positif pada perubahan tingkat percaya diri yang dimiliki Peserta Didik. Dilihat dari hasil analisis data menunjukkan nilai f sebesar 10,47. Sedangkan pada tabel dengan taraf signifikan 1% sebesar 5,61 dan dengan taraf signifikan 5% sebesar 3,40. Hal ini menunjukkan pengaruh cinema therapy terhadap perubahan tingkat percaya diri siswa "x" mempunyai pengaruh yang tinggi.¹⁷

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa ada beberapa penelitian yang meneliti variabel meningkatkan *Kepercayaan Diri* namun pada penelitian ini menyertakan 2 teknik yaitu *self confidence* dan *self management*. Penggunaan teknik *Cinema Therapy* dimana Peserta Didik dapat meningkatkan Kepercayaan Diri sehingga mengubah kurangnya Kepercayaan Diri tersebut dari dua faktor yaitu dari dalam diri dan dari luar atau bantuan orang lain yaitu peneliti. Keterbaruan dalam penelitian ini menggunakan teknik *cinema therapy* dalam teknik tersebut peserta didik dapat mempertanggung jawabkan atas dirinya sendiri serta memenagement perilaku tersebut serta dibantunya dengan teknik *cinema therapy* guna proses dukungan dari faktor eksternal peserta didik.

¹⁷ Sancaya, S. A., & Arofah, L. "Efektivitas Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Di Depan Kelas Siswa Kelas Xi Pemasaran Smk Pgri 3 Kediri Tahun 2016/2017. Vol 2 No 1

E. Kerangka Teoritis

1. Pengertian *Cinema Therapy*.

Abraham Maslow mengatakan bahwa *Cinema therapy* sebuah teknik menggunakan film untuk memberi efek positif pada Peserta Didik . Permasalahan dapat diatasi dengan menggunakan *cinema therapy* beberapa masalah tersebut adalah meningkatkan motivasi, hubungan sosial, prososail, kepercayaan diri, tidak termasuk dengan gangguan jiwa akut. menonton film, Peserta Didik merasa mengalami sendiri apa yang dirasakan tokoh yang diceritakan dalam film. Meskipun film digunakan untuk media terapi sebenarnya tidak memecahkan masalah yang sebelumnya, tapi di sisi lain film membantu individu untuk memahami masalah yang sebelumnya belum terpecahkan yang mungkin selama ini mempengaruhi cara pandang.¹⁸

Menurut Enterprise Kepercayaan Diri adalah individu yang mandiri, yaitu berdiri sendiri tanpa tergantung pada individu lain sepenuhnya. Kemandirian pribadi percaya diri terbentuk karena yakin pada kemampuannya serta telah mengenal kekurangan dan kelebihan yang ada dalam dirinya.¹⁹

¹⁸ Abraham Maslow, *Cinema Therapy Dalam Kajian Manusia Utuh*, (Celeban Timur Yogyakarta: 2015). 45

¹⁹ Niva, H. "Penerapan Pendekatan Cinematherapy Untuk Meningkatkan Perilaku Prososial Pada Siswa Bosowa International School Makassar." *Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 41-48 (2016).

F. Metode Penelitian

1. Jenis Dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Penulis melakukan penelitian ini menggunakan penelitian secara langsung, jenis penelitian ini adalah jenis penelitian lapangan, yang dilakukan secara langsung terjun ke lapangan, penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Washilatul Huda Bandar Dalam Tahun Pelajaran 2021/2022

b. Sifat Penelitian

Penulis melakukan penelitian ini bersifat kuantitatif yaitu penelitian yang ini bertujuan untuk mencari data yang dilakukan secara eksperimen terjun secara langsung di lapangan. guna melakukan perubahan yang terjadi di lapangan. Khususnya meningkatkan Kepercayaan Diri pada peserta didik di Pondok Pesantren washilatul huda.

2. Design Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan bentuk atau jenis desain dari *Pre Eksperimental Design (One Group Pretest-Posttest Design)*. Dalam desain ini terdapat satu kelompok yang pelaksanaannya akan diberi perlakuan *treatment (X)* terhadap satu kelompok sebelum dan sesudah diberikannya *treatment* atau perlakuan terhadap peserta didik. Eksperimen sendiri dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat dari suatu perlakuan. Penelitian eksperimen dapat dilakukan di laboratorium, kelas atau lapangan. Penelitian eksperimen menurut John W Best terdiri dari tiga jenis, yaitu: Pra

Eksperimen yang benar (*True experimental*), Eksperimen semu (*quasi-experimental*).²⁰ Penelitian yang digunakan peneliti adalah menggunakan penelitian Pre-Exsperimental yaitu meneliti sebab akibat serta mengetahui hasil dari before after dalam mengukur suatu kejadian atau masalah pada peserta didik disekolah.

a) Tahapan *Pretest*

Tujuan dari *pretest* dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat *Kepercayaan Diri* peserta didik di Pondok Pesantren Washilatul Huda Bandar Dalam Tahun Pelajaran 2021/2022 dengan 33 peserta didik Pondok Pesantren Washilatul Huda Bandar Dalam Tahun Pelajaran 2021/2022 diberikan perlakuan

b) Perlakuan (*Posttest*)

Dalam pemberian perlakuan terhadap peserta didik penulis berencana diberikan dalam peserta didik yang telah ditentukan oleh hasil kuisisioner atau angket yang telah diisi setelah diberikannya *tritment* mengenai film atau *cinema therapy*. Dengan menggunakan Rencana Pelaksanaan Layanan rencana pemeberian *treatment* pada peserta didik meningkatkan kepercayaan diri ini dilakukan melalui 4 tahapan dengan waktu yang telah di rencanakan untuk pelaksanaan penelitian.

3. Sumber Data Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua sumber data yaitu data primer dan data sekunder.

²⁰ Zainal Arifin, *Penelitian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru*, (Bandung: Rosdakarya, 2012), 73

a. Data primer

Merupakan informasi yang didapatkan dan dikumpulkan dari sumbernya langsung, dalam hal ini adalah Peserta didik kelas X SMA IT Washilatul Huda Bandar Dalam.

b. Data sekunder

Merupakan informasi yang didapatkan dan dikumpulkan dari pihak lain. Dalam hal ini adalah orang-orang terdekat Peserta Didik yakni keluarga maupun teman-teman Peserta Didik. Serta sumber lain yang berkaitan dengan penelitian ini baik dari media cetak, elektronik, dan lainnya.²¹

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik Pengumpulan data yang lazim digunakan dalam mengumpulkan data informasi penelitian kuantitatif, yaitu kuesioner (Tes), observasi terencana, inventarisasi, skala rating, ukuran yang biasa diambil dalam teknik pengumpulan data.

²² Teknik pengumpulan data penelitian yang penulis lakukan adalah Menggunakan metode :

a. Skala Likers

Sugiono menyatakan bahwa kuisisioner adalah alat pengumpul data secara langsung dilapangan memberikan pertanyaan-pertanyaan terhadap suatu responden atau peserta didik untuk dijawab.²³ Angket Atau kuisisioner pada penelitian ini menggunakan skala likers dimana penelitian menggunakan 32

²¹ Jhon Creswell, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan Campuran Revisi II, (Celeban Timur 2018)*, 37

²² Hamdi dan Bahruddin, *Metodelogi Penelitian*, (2012) .47 – 48

²³ Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatanpraktik*, (Jakarta Rineka Cipta) 2011

pertanyaan dalam bentuk pertanyaan tertutup dengan Skala S (Setuju), SS (Sangat Setuju), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju).

Dalam penelitian ini, penulis membuat 30 item pertanyaan untuk menyesuaikan angket kepada peserta didik sesuai dengan jumlah sampel yang di teliti.

Alternatif jawaban skala likert yang digunakan hanya 1-4 dengan tidak menggunakan alternatif netral agar tidak menimbulkan keraguan responden dalam menjawab pernyataan. Adapun skor alternatif jawaban dapat dilihat pada tabel I sebagai berikut:

Tabel I
Skor Alternatif Jawaban

| Jenis Pernyataan | Alternatif Jawaban | | | |
|------------------------|--------------------|---------------|--------------|---------------------|
| | Setuju | Sangat Setuju | Tidak Setuju | Sangat Tidak Setuju |
| <i>Favorable (+)</i> | 4 | 3 | 2 | 1 |
| <i>Unfavorable (-)</i> | 1 | 2 | 3 | 4 |

Penilaian X Kepercayaan Diri dalam penelitian ini menggunakan rentang skor dari 1-4 dengan banyaknya item 30

Table II
Kreteria kepercayaan diri

| Interval | Kreteria | Diskripsi |
|----------|----------|---|
| 85 – 100 | Tinggi | Pada kategori ini peserta didik sudah terlihat sangat percaya diri akan potensi yang dimiliki sehingga ketercapaian dalam meningkatkan Kepercayaan Diri disekolah serta memiliki hasil belajar yang memuaskan |
| | | Pada kategori ini peserta didik cukup terlihat dalam meningkatkan Kepercayaan Diri pada peserta didik seperti sudah mulai bertanya didalam kelas, mulai |

| | | |
|-------|--------|---|
| 76-84 | Sedang | menampilkan bakat bakat yang dimiliki yang selama ini dipendam dalam keterbatasan kurangnya Kepercayaan Diri pada peserta didik tersebut sehingga potensi yang ada pada diri peserta didik terpendam karna adanya kurang kepercayaan diri |
| 53-75 | Rendah | Pada kategori ini peserta didik belum terlihat Kepercayaan Diri terhadap potensi yang dimiliki, Masih memiliki rasa malu yang tinggi dan kurang percaya diri akan kemampuan yang dimiliki oleh peserta didik tersebut. |

5. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi merupakan jumlah keseluruhan dari subjek penelitian dari beberapa sampel beberapa sampel yang memiliki karakter unik yang berbeda beda, serta ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.²⁴. Populasi dalam penelitian ini yang dijadikan sebagai subjek dari penelitian adalah peserta didik kelas X Pondok Pesantren Washilatul Huda Bandar Dalam. Berikut adalah populasi yang ditentukan adalah:

Tabel III
Data Populasi

| Kelas | LK | PR | Jumlah |
|-------|----|----|--------|
| X | 23 | 10 | 32 |

Melalui sumber Data dari Absen Kelas X Pondok Pesantren Washilatul Huda Bandar Dalam Tahun Pelajaran 2021/2022

b. Sampel

Sugiono menyatakan bahwa sampel merupakan sebagian dari beberapa jumlah yang telah diketahui karakteristik yang ditinjau dari populasi dan ditentukan teknik penentuan sampling. Berikut beberapa kondisi yang perlu

²⁴ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D*. (Bandung, Alfabeta:2013), 80

diperhatikan dalam pengambilan sampel menurut Gay, LR diantaranya dalam menentukan sampel adalah:

1. Apabila penelitian yang sedang dikerjakan merupakan penelitian deskriptif, maka ukuran sampel sekurang-kurangnya adalah sebesar 10% dari total elemen populasi.
2. Apabila penelitian yang dikerjakan merupakan penelitian bersifat korelasi atau berhubungan, maka ukuran sampel sekurang-kurangnya adalah sebesar 30 subjek (unit sampel).
3. Apabila penelitian yang dikerjakan merupakan penelitian bersifat perbandingan, maka ukuran sampel penelitian yang direkomendasikan adalah sebesar 30 subjek.
4. Apabila penelitian yang dikerjakan merupakan eksperimental berkelompok, maka ukuran sampel yang direkomendasikan adalah sebesar 15 sampel perkelompok.²⁵ Penelitian ini menggunakan penelitian *eksperimental one grup pretest Postest*. Sampel ini diambil dari data melalui kuisisioner yang telah disebar oleh peneliti dengan jumlah 30 butir kuisisioner/ angket serta direkomendasikan oleh Guru Bimbingan dan Konseling bahwa terdapat peserta didik yang kurangnya Kepercayaan Diri pada kelas X sehingga peneliti tertarik untuk meneliti mengenai permasalahan tersebut, Sehingga peneliti mennetuka jumlah sampel yang telah dihasilkan dari data pengolahan angket serta mencakup kesesuaian dalam karakteristik pemilihan sampel yaitu sebagai berikut:

²⁵ *Ibid*, 134

Tabel IV
Data Sampel Peserta Didik

| Nomor | Nama | Jenis kelamin |
|-------|------|---------------|
| 1 | AA | LK |
| 2 | AM | LK |
| 3 | AZ | PR |
| 4 | ES | PR |
| 5 | FM | PR |
| 6 | FRW | LK |
| 7 | JTA | PR |
| 8 | NAP | LK |
| 9 | NRD | LK |
| 10 | MAW | LK |
| 11 | WAY | LK |
| 12 | MAD | LK |
| 13 | ND | PR |
| 14 | ZM | LK |
| 15 | ZA | LK |

Sumber: Sampel penelitian Kelas X SMAIT Pondok Pesantren Washilatul Huda

Berdasarkan penjelasan table diatas jumlah sampel tersebut adalah sebesar 15 peserta didik yang mengalami kurangnya kepercayaan diri. Peneliti menggunakan skala likers dengan memperhatikan skor pada jawaban peserta didik dengan menggunakan tabel. Menurut Sugiyono, “skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data Pada penelitian ini.²⁶

²⁶ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Bandung: Alfabeta , 2019), h. 30

6. Definisi Oprasional Variabel

Oprasional variabel adalah pengertian variabel (yang diungkap dalam definisi konsep) tersebut, secara operasional, secara praktik, secara nyata dalam lingkup obyek penelitian/obyek yang diteliti. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel terikat. Segala sesuatu yang akan menjadi objek penelitian disebut variabel penelitian.²⁷ Dalam penelitian ini digunakan dua jenis variabel penelitian, yaitu:

1. Variabel Bebas (*Independen Variabel*)

Variabel ini sering disebut sebagai variabel stimulus, prediktor. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). *Variabel independen* sering juga disebut variabel respon yang dilambangkan dengan X. Dalam penelitian ini variabel independen yang digunakan adalah *Cinema Therapy*.

2. Variabel Terikat (*Dependen Variabel*)

Variabel dependen sering disebut variabel output, kriteria, konsekuen. Dalam bahasa Indonesia sering disebut variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel dependen atau variabel terikat adalah variabel yang nilainya tergantung dari variabel lain, dimana nilainya dapat berubah. *Variabel dependen* sering juga disebut variabel respon yang dilambangkan dengan Y.²⁸ Dalam penelitian ini variabel yang digunakan adalah Meningkatkan *Self-Confidence*.

Adapun Adapun variable beserta operasionalnya dijelaskan dalam tabel sebagai berikut :

²⁷ Jhon Creswell, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan campuran* edisi IV, (Celeban Timur : 2018) h.56

²⁸ Ibid, 58

Tabel V
Definisi Operasional Variabel

| No | Variabel | Definisi Variabel | Indikator | Sumber |
|----|------------------------|---|---|----------------------|
| 1 | <i>Cinema Therapy</i> | Maslow mengatakan bahwa <i>Cinema therapy</i> sebuah teknik menggunakan film untuk memberi efek positif pada Peserta Didik . | <ol style="list-style-type: none"> 1. Alur cerita 2. Naskah dialog 3. Gambar, warna dan symbol 4. Suara dan musik suara 5. Pergerakan gerakan Kesan hidup dalam film 6. Self reflection atau arahan sebagai demonstrasi (<i>Insfira si</i>) | Abraham Maslow, 2015 |
| 2 | <i>Self Confidence</i> | <i>Kepercayaan Diri</i> merupakan salah satu aspek kepribadian individu dalam meraih kesuksesan melalui hasil interaksi antara individu dengan lingkungannya untuk berperilaku sesuai dengan yang di harapkan, bekerja secara efektif serta dapat melaksanakan tugas dengan baik dan tanggung jawab | <ol style="list-style-type: none"> 1. Tampil percaya diri 2. Berpikir positif 3. Menyatakan keyakinan atas kemampuannya 4. Memilih dan lebih suka tantangan 5. Senag mencari dan memecahkan masalah | Gerald Corey, 2019 |

7. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti didalam mengumpulkan data agar pekerjaan lebih mudah dan hasilnya lebih baik sehingga lebih mudah diolah. Dalam penelitian ini imstrumen penelitian

menjadi jelas maka dikembangkan penelitian instrumen sederhana, yang dapat mempertajam serta dapat melengkapi data hasil pengamatan dan observasi.²⁹

Instrumen penelitian ini menggunakan angket, serta Rekomendasi Guru Bimbingan dan konseling hasil penelitian dibawah ini adalah kisi kisi pengembangan instrument likers Kepercayaan Diri peserta didik di SMA IT Washilatul Huda :

Tabel VI
Kisi- Kisi Instrument kepercayaan diri

| Variabel | Indikator | Positif | Negatif | Jumlah |
|------------------|---|-------------|-------------|--------|
| Kepercayaan diri | 1. Tampil percaya diri | 1,2,5 | 3,4,26 | 6 |
| | 2. Berpikir positif | 6,8,27 | 7,9, 10 | 6 |
| | 3. Menyatakan keyakinan atas kemampuannya | 11,12 | 13,14,15,28 | 6 |
| | 4. Memillih dan lebih suka tantangan | 16,18,19,29 | 17,20 | 6 |
| | 5. Senag mencari dan memecahkan masalah | 21,22,23 | 24,25 | 5 |
| JUMLAH | | 15 | 15 | 30 |

8. Uji Validitas Instrumen

Menurut Arikunto validitas adalah “suatu ukuran yang menunjukkan tingkat tingkatn kevalidan atau kesahihan suatu instrumen”. Sebuah tes dikatakan valid apabila tersebut mengukur apa yang hendak diukur. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari

²⁹Irwan Prasetya, *Logika Dan Prosedur Penelitian*, (STIA-LAN Jakarta :1999) 57

gambaran variabel yang dimaksud. Hasil uji coba akan dianalisis dengan menggunakan analisis butir. Skor yang ada pada item dikorelasikan dengan skor total. Hasil analisis kemudian dikonsultasikan dengan harga kritik *r product moment* dengan taraf signifikan 5%. Apabila *r* hitung lebih besar dari *r* tabel *product moment* maka instrument dikatakan valid dan dapat digunakan untuk mengambil data. Alasannya adalah untuk mengetahui tingkat kesesuaian atau kesejajaran hasil test dengan kriteria. Pengukuran validitas dalam penelitian ini adalah menggunakan bantuan *Software SPSS 22 for windows*. Dengan jumlah peserta didik yang digunakan yaitu 32 peserta didik. Jika $N=32$ dengan taraf signifikan 5% maka diperoleh $r_{tabel} = 0,334$, sehingga dapat dinyatakan :

Valid : jika $r_{hitung} > r_{tabel}$

Tidak valid : jika $r_{hitung} < r_{tabel}$

a. Validitas

Validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada obyek penelitian dengan daya yang dilaporkan peneliti. Uji validitas digunakan untuk menguji validitas angket, untuk keperluan ini diuji teknik korelasi jawaban pada setiap item dikorelasikan dengan total skor. Uji validitas dilakukan pada penelitian ini menggunakan rumus *korelasi product moment* dengan rumus:

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{\{N\sum x^2 - (\sum x)^2\}\{N\sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel X dan variabel Y. N = Jumlah sampel

$\sum xy$ = Jumlah perkalian antara variabel X dan Y $\sum x^2$ = Jumlah dari kuadrat X

$\sum y^2$ = Jumlah dari kuadrat Y $(\sum x)^2$ = Jumlah nilai X kemudian dikuadratkan

$(\sum x)^2$ = Jumlah nilai Y kemudian dikuadratkan.

Kriteria dasar pengambilan keputusan: Jika $r > r_{tabel}$, maka instrumen atau item soal dinyatakan valid. 55 Jika $r < r_{tabel}$, maka instrumen atau item soal dinyatakan tidak valid. Kaidah pengujian dengan $\alpha = 0,05$ yaitu jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka alat ukur dinyatakan valid, dan jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka alat ukur tersebut adalah tidak valid. Setelah dilakukan uji coba sebanyak butir item yang telah ditentukan maka apabila item yang tidak valid akan langsung dihapus dan yang dipakai untuk pengambilan data pada penelitian hanya butir item yang sudah dinyatakan validitasnya menggunakan bantuan komputer dengan program *IBM SPSS versi 22*.

b. Reliabilitas Data

Reliabilitas alat penilaian adalah ketetapan alat tersebut dalam menilai apa yang dinilainya. Analisis realibitas dilakukan untuk mengetahui soal yang sudah disusun dapat memberikan hasil yang tetap atau tidak tetap. Hal ini berarti apabila soal dikenakan untuk sejumlah subjek yang sama dalam waktu tertentu, maka hasil akan tetap atau relative sama. Instrument disebut reliabel mengandung arti bahwa instrument tersebut cukup baik sehingga mampu mengungkapkan data yang bisa dipercaya. Dalam penelitian ini menggunakan bantuan *Software SPSS 22,0 for windows* sebagai alat uji reabilitas. Reliabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Suatu data dinyatakan reliabel apabila dua atau lebih peneliti dalam obyek yang sama, menghasilkan data yang sama, apabila sekelompok data jika dipecah menjadi

dua menunjukkan data yang tidak berbeda³⁰. Sebelum angket diujikan kepada peserta didik, angket di ujikan terlebih dahulu kepada populasi diluar sampel untuk mengetahui tingkat reliabelitasnya dengan menggunakan rumus *alpha* sebagai berikut:

$$n1 = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 \frac{\sum \sigma^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

r11 =Reabilitas Instrumen

k =Banyaknya Butir Pertanyaan

$\sum \sigma^2$ =Jumlah Varian Butir³¹

9. Teknik Pengolahan Data dan Analisi Data

a. Pengolahan Data

1) *Editing*

Proses editing ini dilakukan pengecekan mengenai isian skala mengenai kelengkapan, kejelasan, relevansi, dan konsisten jawaban yang diberikan oleh responden. Responden mengisi data untuk dilengkapi pada saat itu juga dan pada saat itu tersebar pada jumlah populasi yang ada disekolah dengan kuisisioner atau angket guna mencari data.

2) *Coding*

Coding yaitu memberikan tanda pada masing masing jawaban dengan menggunakan angka. Yang bertujuan untuk mempermudah proses penginputan data. Untuk jawaban favorabel yaitu sangat setuju dengan kode:5, jawaban setuju kode:4, jawaban ragu ragu kode:3, jawaban tidak setuju kode: 2,

³⁰Sugiono, *metode penelitian pendidkn*, (Alfabeta:Bandung, 2013)364

³¹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Rineka Cipta,Jakarta). 171

jawaban sangat tidak setuju dengan kode:1. Begitupun sebaliknya pada unfavorabel sangat setuju:1, setuju:2, ragu ragu:3, tidak setuju:4 sangat tidak setuju :5.

3) *Procesing*

Pada tahap procesing ini data yang terisi secara lengkap dan yang telah melewati pengkodean maka akan dilakukanya pemrosesan data dengan memasukan data dari skala yang terkumpul keadalam program spss 22 (statistical product andservice solution) for windows reliease 22.

4) *Cleaning*

Proses cleaning yaitu proses pengecekan kembali data yang sudah dientri apakah ada kesalahan atau tidak.

b. Analisis data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber lain terkumpul.

Setelah dianalisa data hasil penelitian yang terkumpul selanjutnya adalah dengan menggunakan data yang bersifat kuantitatif yaitu jenis data yang diukur atau dihitung secara langsung sebagai variabel angka atau bilangan atau pengukuran yang mendeskripsikan suatu kasus atau objek penelitian.³²

Analisis data merupakan proses mencari data dan menyusun data secara sistematis atau tersusun yang diperoleh dari hasil wawancara dan observasi dengan cara mengurutkan data. Sehingga dapat terurai mana yang terpenting dan yang akan dpelajari serta yang mudah dipahami diri sendiri dan orang lain. Untuk mengetahui suatu bentuk keberhasilan eksperimen penyajian cinema therapy meningkatkan kepercayaan diri. Menurut Edi Riadi dalam

³²Irwan Prasetya, 68

buku Metode Statistika parametrik dan Nonparametrik mengatakan bahwa uji W untuk menganalisis hasil hasil pengamatan yang berpasangan dari dua data. Uji W tersebut guna menguji sampel yang sedikit atau kurang dari 30.³³ Analisis data penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon bantuan program *SPSS 22 (Statistical Product and service solution). For windows reliease 22*. Guna menghitung uji W:

$$Z = \frac{T - [1/4N(N+1)]}{\sqrt{1/24(N)(N-1)(2N-1)}}$$

Keterangan:

T=Selisih Terkecil

N=Jumlah Sampel

10. Hipotesis

Hipotesis merupakan suatu jawaban peneliti terhadap pertanyaan yang diajukan sebelum peneliti diajukan atau sifatnya sementara jawaban dalam bentuk sebuah pertanyaan.³⁴ Berdasarkan penelitian yang penulis lakukan didalam hipotesis yang diajukan dalam penelitian yaitu: *Cinema Therapi* dengan Teknik *Self-management* meningkatkan *Self-Confiden* di Pondok Pesantren Washilatul Huda Bandar Dalam. Maka Hipotesis penelitian ini adalah:

Ha: Penyajian *Cinema Therapi* untuk meningkatkan Kepercayaan Diri di Pondok Pesantren Washilatul Huda Bandar Dalam

Ho: Penyajian *Cinema Therapi* tidak dapat meningkatkan Kepercayaan Diri di Pondok Pesantren Washilatul Huda Bandar Dalam

³³ Edi Riadi, *Metode Statistika Parametrik dan Nonparametrik*, (Pustaka Mandiri).45

³⁴ Ibid, 78

G. Sistematika Pembahasan

Untuk memudahkan pembaca dalam memahami penelitian ini peneliti menulis sistematika pembahasan sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan pada bab ini Memebahas dan mengupas atau mengurai mengenai beberapa permasalahan dalam kajian ini membahas : Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah , Tujuan penelitian, Manfaat Penelitian, Kerangka Teori, Metode Penelitian, Sistematika Pembahasan

BAB II Penyajian. Penyajian pada bagian ini menguraikan mengenai teori yang dipakai dalam pengamplikasian penelitian ini mengenai Kepercayaan diri serta penuajian *Cinema Therapy* untuk meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik disekolah

BAB III Hasil dan pembahasan Hasil dan pembahasan pada penelitian ini mengenai *Cinema Therapy* Dengan Meningkatkan Kepercayaan Diri di Pondok pesantren Washilatul Huda, Hasil dari penyanayangan *Cinema Therapy* disekolah serta pembahasan yang berisi penyajian *Cinema Therapy*

BAB IV Penutup. Dibagian BAB IV ini berisi penutupan yang diawali dengan kesimpulan diakhiri dengan penutup.

BAB II

PENYAJIAN *CINEMA THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI

A. *Cinema Therapy*.

1. Pengertian *Cinema Therapy*.

Cinema therapy adalah salah satu bentuk terapi tambahan untuk masalah kesehatan medis dan mental dan manajemen kehidupan. Hal ini juga digunakan sebagai bentuk *self-help*. *Cinema therapy* diciptakan dan dipopulerkan oleh Dr. Gary Solomon, yang pertama untuk menulis menggunakan film sebagai terapi. *Cinema therapy* adalah sebuah proses dimana menggunakan film untuk tujuan terapeutik. Intervensi *Cinema therapy* muncul sebagai hasil metafora dari bibliotherapy yaitu menggunakan film atau video (audio-visual) sebagai intervensi terapeutik dalam proses konseling.¹

Maslow mengatakan bahwa *Cinema therapy* sebuah teknik menggunakan film untuk memberi efek positif pada Peserta Didik. Permasalahan dapat diatasi dengan menggunakan *cinema therapy* beberapa masalah tersebut adalah motivasi, hubungan sosial, prososail, kepercayaan diri, tidak termasuk dengan gangguan jiwa akut. menonton film, Peserta Didik merasa mengalami sendiri apa yang dirasakan tokoh yang diceritakan dalam film. Meskipun film digunakan untuk media terapi sebenarnya tidak memecahkan masalah yang sebelumnya, tapi di sisi

¹ Gary Solomon, *Reel Therapy: How Movies Inspire You To Overcome Life's Problems (Cinematherapy Book 2)* Kindle Edition, Second Book, , On The Subject Of Cinematherapy. 2001

lain film membantu individu untuk memahami masalah yang sebelumnya belum terpecahkan yang mungkin selama ini mempengaruhi cara pandang.²

Alfred Hitchcock Mengatakan bahwa film merupakan sebuah ilusi kehidupan yang dilakukan dengan menghilangkan bagian tertentu dalam kehidupan tersebut, *Cinema therapy* Adalah sebuah metode digunakan untuk suatu pemberian bantuan untuk menginspirasi, memotivasi kepada peserta didik. *Cinema therapy* atau film yang akan disajikan akan membantu permasalahan yang dialami oleh peserta didik.³ Teknik *Cinema Therapy* menemukan makna yang terkandung dari tayangan film. Misalnya, terapi film dengan menumbuhkan rasa percaya diri adalah film atau movie yang juga berkaitan untuk meningkatkan percaya diri siswa.⁴

1. Manfaat Menonton Film

Menurut Demir beberapa manfaat menonton film adalah sebagai berikut:

- a. Alur cerita dari film dapat membuat penonton memahami setting alur cerita dari film.
- b. Unsur gambar, symbol, warna, dapat menjadi sugesti dengan adanya indera yang berperan untuk melihat lalu membawa informasi melihat ke sistem kerja otak.
- c. Unsur Efek pada musik dapat berpengaruh dalam memberikan sugesti didalam alam bawah sadar si penonton. Cinema berguna dalam hal yang mendukung dalam proses pemberian sugesti.

² Abraham Maslow, *Cinema Therapy Dalam Kajian Manusia Utuh*, (Celeban Timur Yogyakarta: 2015) 45

³ Febi Nur Salisah, Leony Lidya, And Sarjon Defit, "Sistem Pakar Penentuan Bakat Anak Dengan Menggunakan Metode Forward Chaining" 1, No. 1 (2015) 5.

⁴ Al Aziz, Analisis Minat Belajar Dan Bakat Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. Mathline: Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika, *Jurnal Pendidikan Matematika*, (2000).1(2), 113-122.

- d. Kinestetik, dalam seni atau keindahan. Kinestetik berkaitan pada suatu gambar yang bergerak sehingga memberikan efek visual yang mendorong penonton dapat memahami arti dari alur film yang dipertontonkan dalam cerita film.⁵

2. Hakekat *Cinema Therapy*

Terapi (*Therapy*) diartikan sebagai satu perlakuan dan pengobatan yang ditujukan kepada penyembuhan satu kondisi patologis. *Therapy* juga memiliki tujuan yang melibatkan target preventif dalam menentukan *setting* terapinya. Tujuan *therapy* ini mempunyai tiga kemungkinan sasaran preventif, yaitu:

- a. Pencegahan primer yaitu terapi yang secara langsung mencegah munculnya masalah pada masa depan.
- b. Pencegahan sekunder yaitu terapi yang diarahkan langsung untuk mengobati masalah yang muncul dengan fokusnya untuk mencegah dampak buruk di bidang fungsi lain kehidupan individu.
- c. Pencegahan tersier yaitu terapi yang diarahkan untuk menurunkan atau menghilangkan masalah yang muncul untuk mencegah resiko kemunculannya pada masa depan.⁶

3. Tahapan-tahapan *Cinema Therapy*

a. Tahap *assessment*

Tahap ini bertujuan untuk mengumpulkan data seseorang anak yang berfungsi untuk melihat kemampuan dan kesulitan yang dihadapi

⁵ Ibid 20

⁶ Ledyanita Tri Kartikasari, Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Kediri, Skripsi Kediri: Universitas Nusantara PGRI Kediri Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, (2015)

seseorang saat itu, sebagai bahan untuk menentukan apa yang sesungguhnya dibutuhkan. Berdasarkan informasi tersebut guru akan dapat menyusun program pembelajaran yang bersifat realitas sesuai dengan kenyataan objektif.

b. Tahap implementasi

Tahapan ini merupakan pelaksanaan atau penerapan. Kedua kata ini bertujuan untuk mencari bentuk tentang hal yang telah disepakati.

c. Tahap *Debriefing*

Tahapan ini merupakan sebuah proses lanjut setelah sebuah tindakan, atau setelah sebuah pengalaman pelatihan, dalam mana anggota-anggota kelompok saling berbagi mengenai apa yang dialami, dirasakan dan yang telah dipelajari selama mengalami pelatihan, demikian juga memikirkan bagaimana pelajaran- pelajaran tersebut dapat bermanfaat untuk masa-masa mendatang.⁷

4. Langkah-langkah *Cinema Therapy* Dalam Konseling Kelompok

Cinema therapy sebagai intervensi konseling kelompok adalah konseling kelompok yang dilaksanakan dengan menggunakan film-film atau menonton film secara bersama- sama (anggota kelompok), yang bertujuan untuk membangkitkan keinginan atau suatu kesadaran terhadap seseorang dalam rangka mencapai suatu tujuan yang diharapkan. Berdasarkan penjelasan teoritis di atas, langkah-langkah yang dapat ditempuh dalam konseling kelompok *Cinema therapy* adalah:

⁷ Ledyanita Tri Kartikasari, Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Kediri, *Skripsi Kediri : Universitas Nusantara PGRI Kediri Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan*,(2015)

1. Tahap Pembentukan, yaitu tahap untuk membentuk sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan bersama, yang dilakukan dalam tahap ini diantaranya: Menentukan jumlah pertemuan, meminta anggota kelompok untuk membuat komitmen, membuat keputusan tentang tujuan.
2. Tahap Peralihan, yaitu tahap untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.
3. Tahap Kegiatan, yaitu tahap “kegiatan inti” untuk membahas dan mengentaskan masalah pribadi anggota kelompok. Yang dilakukan dalam tahap ini diantaranya: Pemilihan Film, menetapkan film utama sebagai pekerjaan rumah (Setiap anggota kelompok untuk menonton film di rumah sebelum pertemuan), dan mengajak mendiskusikan bersama tentang bagaimana reaksi terhadap film.
4. Tahap Penutupan, yaitu tahapan akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok. Pada akhir pertemuan masing-masing peserta akan menyebutkan secara singkat bagaimana perasaan tentang proses kelompok. Serta merencanakan kegiatan selanjutnya.⁸

⁸ Insan Suwanto & Athia Tamyizatun Nisa (Cinema Therapy Sebagai Intervensi Dalam Konseling Kelompok) Proceedings | Jambore Konseling 3 Pp. 147-152. © Indonesian Counselor Association (IKI) | [Http://Jambore.Konselor.Org](http://Jambore.Konselor.Org) (2017)

5. Prosedur Pelaksanaan Teknik *Cinema Therapy*

Dalam pelaksanaan teknik *cinema therapy* meliputi beberapa prosedur diantaranya :

- a. Tahap menyaksikan tayangan video
- b. Tahap diskusi

Yaitu proses di mana siswa atau orang-orang yang berdiskusi akan mendapat suatu kesempatan untuk berdiskusi dan berkontribusi dari pengalaman mereka dalam memecahkan suatu masalah-masalah secara umum. Di dalam diskusi ini harus ada tanggung jawab akan hasilnya serta harga diri setiap orang yang berdiskusi di dalamnya.

- c. Tahapan Menulis Kreatif

Tahap ini merupakan cara atau proses Peserta Didik akan lebih mengemukakan ide, gagasan atau pesan yang mengandung nilai tambah, keunikan, belum pernah ada sebelumnya, dan merupakan karya asli oleh penulis kepada pembaca dalam bentuk karya tulis seperti berita, surat, puisi dan karya sastra lain.⁹

6. Tujuan *Cinema Therapy*

Menurut pendapat Hasley sebagai ;

- a. Membuka sarana untuk diskusi dalam terapi
- b. Film dapat menunjukkan kehidupan pada Peserta Didik
- c. Film dapat memeberikan Peserta Didik panduan menuju jalan hidup/ tujuan

⁹ Aprilia Murdia Ningsih, Pengaruh Penggunaan Cinema Therapy Terhadap Peningkatan Self-Confidence dalam meningkatkan Potensi Diri Siswa Kelas XI SMA Negeri 59 Jakarta, *Jurnal Bimbingan Konseling*, vol. 5 No 1 (2016)

- d. Menonton film dapat bekerja aktif dalam otak, memahami isu-isu emosi
- e. Menemukan makna dari alur film untuk diterapkan kehidupan sehari-hari.¹⁰

B. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Pada kenyataannya rasa percaya diri merupakan modal penting yang harus dimiliki oleh anak untuk masa depannya. Karena rasa percaya diri berpengaruh terhadap mental dan karakter yang dimiliki oleh anak. Ketika anak memiliki mental yang kuat, maka anak akan lebih mudah merespon setiap tantangan dalam hidupnya dengan realistis.¹¹

Suharno menyatakan bahwa Kepercayaan Diri adalah kesadaran individu akan kekuatan dan kemampuan yang dimilikinya, menyakini adanya rasa percaya dalam dirinya, merasa puas terhadap dirinya baik bersifat batiniah maupun jasmaniah, dapat bertindak sesuai dengan kepastian serta mampu mengendalikannya dalam mencapai tujuan yang diharapkannya. Kepercayaan Diri merupakan salah satu aspek kepribadian individu dalam meraih kesuksesan melalui hasil interaksi antara individu dengan lingkungannya untuk berperilaku sesuai dengan yang di harapkan, bekerja secara efektif serta dapat melaksanakan tugas dengan baik dan tanggung jawab.¹²

Menurut Iswindharmanjaya & Enterprise Kepercayaan Diri adalah individu yang mandiri, yaitu berdiri sendiri tanpa tergantung pada individu lain sepenuhnya. Kemandirian dalam pribadi percaya diri terbentuk karena yakin

¹⁰ “Birifhit Wol *E-Motion Picture Magic A Movie Lovers Guide To Healing Transformatiob*. Colorado; 2004; Glendbridge Publishing.Ltd. 2004

¹¹Marlina “Efektivitas Teknik Cinema-Therapy Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Siswa Dalam Belajar - *Upi Repository*.” Accessed June 30, 2021, [Http: //Repository. Upi.Edu/ 47849/](http://Repository.Upi.Edu/47849/). (2019)

¹²Kartikasari, L. T. Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016. *Journal Simki-Pedagogia*. ISSN.27677778(2015).

pada kemampuannya serta telah mengenal kekurangan dan kelebihan yang ada dalam dirinya.¹³

- a. Rasional dan realitas, yaitu kemampuan menganalisis masalah atau kejadian dengan menggunakan pikiran yang masuk akal.¹⁴

2. Faktor-faktor *Self-Confidence*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *Kepercayaan Diri* menurut Vandini:

a. Faktor internal :

- 1) Konsep diri yaitu, terbentuknya rasa *Kepercayaan Diri* pada individu diawali perkembangan konsep diri yang diperoleh dari suatu pergaulan kelompok. Pergaulan kelompok memberikan dampak yang positif juga dampak negatif.
- 2) Harga diri yaitu, penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Individu yang memiliki harga diri tinggi akan menilai dirinya secara rasional bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan sales lain.
- 3) Kondisi fisik yaitu, perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada *Kepercayaan Diri Fisik* yang sehat dapat membantu individu dalam meningkatkan *Kepercayaan Diri* yang kuat. Sedangkan fisik yang kurang baik menyebabkan sales lemah dalam mengembangkan *kepercayaan diri*

¹³ Niva, H. "Penerapan pendekatan cinematherapy untuk meningkatkan perilaku prososial pada siswa Bosowa International School Makassar" *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 41-48. (2016).

¹⁴ Khoiriyati, S., & Amalia, E. R. Efektifitas Cinema Therapy untuk Meningkatkan Self-Confidence Anak Korban Perceraian Orang Tua. *Aulada: Jurnal Pendidikan Dan Perkembangan Anak*, 1(2), 36-48. (2019).

- 4) Pengalaman hidup yaitu, Kepercayaan Diri diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan karena dari pengalaman yang mengecewakan tersebut muncul rasa rendah diri sehingga nanti timbul Kepercayaan Diri yang kuat.¹⁵

b. Faktor Eksternal :

1. Pekerjaan yaitu, bekerja dapat mengembangkan kreativitas dan rasa self Confidence Kepuasan dan rasa bangga didapatkan karena mampu mengembangkan diri.
2. Lingkungan dan pengalaman hidup yaitu, lingkungan disini adalah lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan yang baik diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Dalam lingkungan masyarakat semakin bisa memenuhi norma dan diterima masyarakat.¹⁶

3. Aspek-aspek Kepercayaan diri

Aspek-aspek Kepercayaan Diri menurut Suharno sebagai berikut:

- a) Yakin akan kemampuan diri sendiri.
- b) Berani mengungkapkan pendapat.
- c) Mandiri.

¹⁵ Syahriar, C. W. "Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy untuk Meningkatkan Efikasi Diri Peserta Didik Kelas XI Administrasi Perkantoran SMK Wikarya Karanganyar Tahun Ajaran 2016/2017. *Jurnal Psikologi Pendidikan*(2019).

¹⁶ Syahriar, C. W. Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy untuk Meningkatkan Efikasi Diri Peserta Didik Kelas XI Administrasi Perkantoran SMK Wikarya Karanganyar Tahun Ajaran 2016/2017. *Jurnal Psikologi Pendidikan*. (2019).

- d) Mampu bergaul secara fleksibel.
- e) Mampu mengambil langkah pasti dalam kehidupannya.¹⁷

Lauster (1992) menyatakan individu yang memiliki *Kepercayaan Diri* yang positif adalah sebagai berikut:

- a. Keyakinan kemampuan diri, yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya. Individu mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukan.
- b. Optimis, yaitu sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.
- c. Objektif, yaitu orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung jawab, yaitu kesediaan individu untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional dan realitas, yaitu analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.¹⁸

¹⁷ Normanita, R. W., Kurniawan, K., & Nusantoro, E. "Meningkatkan Interaksi Sosial dengan Teman Sebaya Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Cinematherapy" *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(3), 1-7. (2018).

¹⁸ Nurma, I. "Penerapan Bimbingan Kelompok Berbasis Cinema Therapy untuk meningkatkan Resiliensi pada Siswa (SKP. BK 023)" (*Doctoral dissertation, universitas Muhammadiyah Tasikmalaya*). (2019).

4. Indikator Kepercayaan Diri

- a) Keyakinan akan kemampuan diri.
- b) Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal.
- c) Objektif, yaitu sikap seseorang yang memandang segala sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya.
- d) Tanggung jawab, yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.¹⁹

C. Kajian Relevan

Mengenai Judul penelitian penulis lakukan penulis meneliti mengenai meningkatkan Kepercayaan Diri pada peserta didik yang dilakukan di Pondok Pesantren Washilatul Huda dengan Teknik Cinema Therapy dengan beberapa literatur yang penulis gunakan adalah sebagai berikut:

1. Penelitian sebelumnya Oleh Kartika sari percaya diri adalah suatu kepercayaan kesemua bidang yang dimiliki serta kepercayaan itu mampu dalam mencapai berbagai tujuan hidupnya. Orang yang percaya diri memiliki kepaercayaan seperti optimis dengan talenta dengan yang dimiliki seseorang dalam tujuan tertentu. Tujuan penelitian ini guna meningkatkan *Kepercayaan Diri* dengan menggunakan teknik *cinema Therapy*. Metode yang digunakan dalam penelitian terdahulu ini metode pengumpulannya wawancara, observasi dokumentasi dengan menggunakan metode kualitatif

20

¹⁹ Worklife, *Membangun Kepercayaan Diri*, (Celeban Timur Yogyakarta:2018)76

²⁰ Kartikasari, L. T. "Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016. *Journal Simki-Pedagogia*. ISSN. (2015).

2. Peneliti sebelumnya Khoiriati Teknik *Cinema Therapy* merupakan salah satu resolusi yang dianggap siap memfasilitasi peningkatan *Kepercayaan Diri* mahasiswa, karena teknik perawatan medis bioskop dapat berupa semacam konten arahan dengan memberikan atau menayangkan film-film yang dapat dilihat siswa bahwa berturut-turut dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa. Hal ini didukung oleh pendapat Lefkoe yang menyatakan bahwa film atau movie dapat meningkatkan keyakinan atau percaya diri karena mereka menjalani proses film tersebut, penonton terlihat sangat mempercayai drama atau gambar tersebut. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis sistem *Kepercayaan Diri* dengan menonton film atau cinema therapy²¹
3. Menurut Suarez dalam Powell memberi pengertian bahwa cinema terapi adalah sebuah proses terapi menggunakan film sebagai media yang penuh makna untuk membantu seseorang mendapatkan pencerahan dan tumbuh secara optimal. *Kepercayaan Diri* pada peserta didik merupakan sikap dari peserta didik guna melatih mental untuk meningkatkan kualitas pembelajaran disekolah, tujuan dari penelitian ini adalah meningkatkan *Kepercayaan Diri* disekolah, penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode Observasi, wawancara dokumentasi dan kuisioner. Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan *Kepercayaan Diri* disekolah dengan desain penelitian eksperimental.²²
4. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh sandi sancaya, Penelitian yang dilatar belakangi oleh banyak peserta didik kelas X SMA Negeri 4 Kediri kurang

²¹ Khoiriyati, S., & Amalia, E. R. "Efektifitas Cinema Therapy untuk Meningkatkan Self-Confidence Anak Korban Perceraian Orang Tua" Aulada: *Jurnal Pendidikan Dan Perkembangan Anak*, 1(2), 36-48. (2019).

²² Andini, Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X Sma Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016, 2018

memiliki rasa percaya diri seperti tidak berani untuk berbicara atau tampil didepan halaiyak ramai, malu untuk mengungkapkan pendapatnya, mudah putus asa dalam menghadapi suatu masalah, ragu-ragu dalam mengambil keputusan, sulit untuk beradaptasi dengan lingkungannya dan yang lebih penting lagi kurangnya keyakinan pada kemampuan atau kelebihan yang di milikinya. Untuk menyelesaikan permasalahan tersebut peneliti melakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *cinema therapy*, dengan tujuan mengentaskan berbagai masalah kurang percaya diri yang dihadapi siswa.²³

5. Muhammad Defriyana Teknik *cinema therapy* adalah suatu meotode yang dapat dianggap membantu dalam meningkatkan percaya diri peserta didik. karena bimbingan kelompok didalam teknik *cinema therapy* yaitu salah suatu komponen dalam bimbingan konseling dengan cara memberikan atau memprtontonkan film yang bisa menginspirasi peserta didik yang pada akhirnya dapat membantu dalam peningkatan *Kepercayaan Diri* pada peserta didik berdasarkan hal tersebut film bisa meningkatkan *Kepercayaan Diri* atau meningkatkan suatu motivasi karena menghayati film tersebut. penonton seperti mempercayai sepenuhnya pada film tersebut. Dari penelitian terdahulu ini bertujuan untuk meningkatkan *self Confidence* Dengan menggunakan metode penlitian kuantitaif. Penelitian dilakukan secara langsung turun ke lapangan menggunakan metode observasi, dokumentasi, wawancara dan

²³ Sancaya, S. A., & Arofah, L. "Efektivitas Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Di Depan Kelas Siswa Kelas XI Pemasaran Smk PGRI 3 Kediri Tahun 2016/2017". (2017)

pembagian angket atau kuisioner guna menggali data untuk meningkatkan *Kepercayaan Diri* di sekolah.²⁴



²⁴ Defriliana, M. "Pengaruh Rasa Percaya Diri Siswa Tunarungu Terhadap Cinema Therapy Di Sekolah Menengah Atas Negeri 10 Surabaya"(*Doctoral Dissertation, Uin Sunan Ampel Surabaya*). (2015).

BAB III

PENYAJIAN *CINEMA THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI

A. Hasil

Saat Penulis melaksanakan kegiatan pra penelitian di SMA IT Washilatul Huda kelas X pada tanggal 21 Mei 2021 tahun ajaran 2020/2021 terdapat peserta didik yang memiliki permasalahan dalam kepercayaan diri, Data tersebut didapatkan melalui penyebaran kuisisioner skala likers kepercayaan diri disekolah SMA IT Washilatul Huda, Sehingga peneliti menentukan judul *Penyajian Cinema therapy* untuk meningkatkan Kepercayaan Diri Dari tanggal yang telah ditentukan oleh pihak sekolah dan kesepakatan antar peneliti maka dibuat jadwal guna melakukannya penelitian disekolah sehingga proses penelitian berjalan dengan lancar tanpa mengganggu kegiatan belajar mengajar disekolah. Proses selanjutnya dilakukanya penyebaran kuisisioner ini guna menentukan sampel penelitian dalam penelitian yang peneliti lakukan. Data tersebut hasil dari penggunaan atau penyebaran kuisisioner atau angket. Sampel penelitian ini yang diteliti adalah peserta didik yang memasuki tahun ajaran 2020/2021 pada kelas X Pondok Pesantren Washilatul Huda di Desa Bandar Dalam.

Dari hasil kegiatan penelitian mengenai judul “ *Penyajian Cinema Therapy* untuk meningkatkan Kepercayaan Diri Yang dilaksanakan pada tanggal 21 Maret 2022 jadwal kegiatan penelitian ini sesuai yang telah disepakati bersama-sama dengan peserta didik SMA IT Washilatul Huda. Didalam kegiatan penelitian ini peneliti akan membahas mengenai hasil penelitian :

1. Persiapan Penelitian

Pada kegiatan penelitian yang dilakukan di SMA IT Washilatul Huda pada kegiatan persiapan guna penelitian selanjutnya penyebaran kuisioner pada tahap ke 2 pada penelitian ini setelah diberikanya treatmen atau pembelajaran guna meningkatkanya Kepercayaan Diri dengan menggunakan *cinema therapy* atau film yang ditonton secara bersama sama guna meningkatkan Kepercayaan Diri pada peserta didik lalu setelah itu di berikan pembelajaran guna mengetahui makna dari film tersebut. Pada kegiatan penelitian ini yang dilaksanakan pada tanggal 21 Maret 2022 sampai dengan selesai pelaksanaan. Pada kegiatan persiapan tersebut telah disepakati oleh pihak sekolah sehingga tidak terbentur dengan jadwal lain. Dengan Prosedur surat menyurat untuk penerimaan penelitian di sekolah SMAIT Washilatul Huda Bandar Dalam yang di rekomendasikan oleh Kepala Tata Usaha dan melalui diskusi guru bimbingan dan konseling disekolah bahwa yang dijadikan sampel serta populasi disekolah hanya satu kelas saja yaitu kelas X SMAIT Washilatul Huda Bandar Dalam.

Berikut ini adalah jadwal yang telah disepakati sebagai pelaksanaan penelitian:

Tabel VII
Jadwal Penelitian Kelas X SMA IT Pondok
Pesantren Washilatul Huda

| No | Tanggal | Kegiatan |
|----|---------------|--|
| 1 | 20 Mei 2021 | Tahap Persiapan Awal |
| 2 | 22 Mei 2021 | Penyebaran kuisisioner <i>Pretest</i> |
| 3 | 21 Maret 2022 | Tahap Persiapan Penelitian |
| 4 | 23 Maret 2022 | Kegiatan <i>Cinema Therapy</i> Ditutup dengan Menyimpulkan film (Film 5 Negeri Menara) |
| 5 | 26 Maret 2022 | Kegiatan <i>Cinema Therapy</i> Ditutup dengan Menyimpulkan film (<i>Imperfect</i>) |
| 6 | 28 Maret 2022 | Kegiatan <i>Cinema Therapy</i> Ditutup dengan Menyimpulkan film (Mars Mimpi Ananda Raih Semesta) |
| 7 | 03 April 2022 | Penyebaran Kuisisioner (Tahap Posttset) |
| 8 | 10 April 2022 | Perpisahan serta ditutup dengan buka bersama |

Sumber: Kegiatan yang dilakukan peneliti di SMAIT Washilatul huda

Tabel diatas adalah penjelasan mengenai jadwal yang telah disepakati oleh pihak sekolah guna melaksanakan penelitian di SMAIT Washilatul Huda Bandar Dalam. Yang dilaksanakan secara berkala 1 bulan dalam meyelesaikan penelitian ekseprimental. Dalam hal tersebut peneliti memberikan penyajian disekolah dengan 3 film dalam meningkatkan *Self Confidence* dan ditutup pada tanggal yang ditentukan yaitu pada saat bulan ramadhan 1443 H yang dilaksankan pada tanggl 10 April 2022 ditutup dengan acara buka bersama di SMAIT Washilatul Huda Bandar Dalam sebagai perpisahan dari peneliti. Kegiatan yang dilakukan peneliti memberikan penyajian film atau disebut dengan *Cinema Therapy*. Penyajian film tersebut diantaranya adalah penyajian pertama yang dilakukan peneliti dalam penyajiannya yaitu film 5 negeri menara.

Film ini dikisahkan dari seorang pemuda bernama alif pada film tersebut menceritakan bahwa alif menimba ilmu di pondok pesantren namun berbeda dengan yang lain pemuda ini tidak ada satupun yang menemani dalam artian seorang diri. Serta pemuda tersebut memiliki kekurangan yang menurutnya tidak memiliki potensi serta bakat seperti teman teman yang lain. Namun berkat kerja keras dan menunjukkan kepiawaiannya dalam menghafal serta mengikuti kegiatan kegiatan dipondok pesantren yang awal mulanya tidak memiliki Kepercayaan Diri namun dengan melawan rasa kurang Kepercayaan Diri tersebut alif dapat meraih semuanya dimulai dari kejuaraan kejuaraan antar kelas dan juara umum di pondok pesantren. Lalu peneliti setelah memberikanya *treatment* pada penelitian ini yang menyajikan film 5 negeri menara ini setelah itu peserta didik merepleksikan apa yang dilihat serta ditonton dalam film tersebut. Peneliti juga meminta peserta didik menuliskan kesan moral dan nilai-nilai yang terandung dalam film tersebut setelah itu mereka merefleksikan mengenai film tersebut. Pada tahap selanjutnya sama halnya dengan pemberian *treatment* sebelumnya namun film yang disajikan berbeda agar peneliti dapat memaknai penyajian film-film berikutnya.

Penelitian Pre eksperimen sendiri dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat dari suatu perlakuan. Penelitian eksperimen dapat dilakukan di laboratorium, kelas atau lapangan. Penelitian eksperimen menurut Jonn W Best terdiri dari tiga jenis, yaitu 1) Pra-eksperimen (Pre-experimental), 2).Eksperimen yang benar (True experimental), 3) Eksperimen semu (quasi-experimental). Langkah dalam menentukan lamanya penelitian eksperimen diantaranya:¹

¹ Zainal Arifin, *Penelitian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru*, (Bandung: Rosdakarya, 2012), 73

- a) Selama 4 bulan perencnaannya dimulai dari observasi serta menentukan permasalahan yang di teliti sebagai bentuk langkah awal dimulai dari pretest kelompok A sebagai kelompok eksperimen diberikan materi yang sama dengan kelompok kontrol. Sedangkan metode pembelajaran yang digunakan berbeda. Kelompok A dengan metode pemecahan soal, sedangkan kelompok B dengan metode pemahaman konsep (umpama ini yang direncanakan).
- b) Pada penelitian eksperimental pada 1 kelompok selama pelaksanaan eksperimen diupayakan semaksimal mungkin agar kesesatan tidak timbul terutama kesesatan yang tidak konstan, baik siswa maupun guru pelaksana, agar tidak mengganggu hasil eksperimen. Penelitian ini dilakukan 1 kelompok eksperimen *one grup* dilakukan kurag lebih 1 bulan lamanya dalam memberikan *treatment*.
- c) Selama eksperimen perlu diamati semua perubahan yang terjadi berdasarkan pedoman observasi yang telah dipersiapkan, misalnya aspek perhatian siswa, keberanian siswa berpendapat, kondisi kelas, kedisiplinan siswa dan lain-lain.
- d) Sesudah waktu eksperimen selesai (sesudah 4 bulan), diadakan tes akhir eksperimen. Jenis tes, materi tes serta waktu pelaksanaan tes yang diberikan pada kelompok eksperimen dan kontrol harus sama.
- e) Sesudah data dikoreksi dan dianggap lengkap, ditabulasi dan diskripsikan sesuai dengan tujuan penelitian. Data yang sudah disusun dari kedua kelompok tersebut dianalisis dengan statistik uji w. Kalau kesimpulan menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan, maka perlu dilihat mana Meannya yang lebih besar itulah yang lebih efektif/baik. Kalau Mean pada kelompok eksperimen lebih baik, maka dapat disimpulkan bahwa metode

pemecahan soal lebih efektif dalam upaya meningkatkan prestasi belajar matematika yang berarti hipotesis kerjanya diterima.

2. Tahap Pelaksanaan Layanan

a. Tes Awal

Pada kegiatan awal kegiatan pada penelitian ini kedalam kelas mengucapkan salam, berdo'a menayakan sapaan selamat pagi, siang atau sore menayakan sudah sarapan, makan siang (melakukan attending) guna membuat peserta didik atau si konseli merasa nyaman dan terbuka, pada tahap konseling kelompok guru bimbingan dan konseling melakukan ice breaking guna membangun semangat peserta didik serta membuat peserta didik merasa nyaman dan terbuka,

Kegiatan inti dilakukan dimulainya menayakan permasalahan yang terjadi pada peserta didik hingga terpecahkan masalah dan mendapatkan solusi, sehingga permasalahan peserta didik dapat diselesaikan. jika belum mendapatkan solusi atau permasalahan pada peserta didik belum terpecahkan jalan keluarnya maka konseling dilanjutkan lain waktu dengan kesepakatan bersama agar terpecahkanya solusi serta menyelesaikan masalah pada peserta didik

Setelah diberikannya tahap inti pelaksanaan layanan diakhiri dengan memnayakan permasalahan peserta didik benar benar selesai hingga ditemukannya solusi, jalan keluar dalam menyelesaikan masalah. dengan demikian ditutup dengan berdoa dan diakhiri dengan salam.

Pada kegiatan layanan bimbingan konseling karna dianggap sangat penting dilakukan dan sangat berpengaruh bagi pembelajaran peserta didik, pihak sekolah melakukan kegiatan konseling ini dijadikan sebagai

ekstrakurikuler hal ini disampaikan langsung oleh guru bimbingan dan konseling di SMA IT Washilatul Huda Bandar Dalam. Kegiatan konseling ini dijadikan sebagai kegiatan layanan ekstrakurikuler pada hari sabtu sehingga setiap minggu terjadwal mengenai layanan bimbingan konseling tersebut.

Kegiatan pertama atau ditahap awal sebelum diberikannya perlakuan terhadap 15 peserta didik di kelas X SMAIT Washilatul Huda Bandar Dalam yang mengalami kurangnya Kepercayaan Diri yang dimiliki peserta didik yang telah diberikan *pre-test* dengan menggunakan angket atau kuisioner dengan jumlah 30 pernyataan yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana peningkatan Kepercayaan Diri terhadap potensi yang dimiliki peserta yang dialami oleh 15 peserta didik di Sekolah.

a. Tahap Pretest

Pada tahap *Pretest* yang diberikan kepada peserta didik kelas X yang sebelumnya diberikan perlakuan atau *treatment* terlebih dahulu dengan tujuan untuk mengetahui tentang keadaan atau kondisi awal mengenai kurangnya *Self-Confidence* yang dimiliki oleh peserta didik Yaitu:

Tabel VIII
Pretest (Tes Awal)

| No | Nama | Hasil pretest | Kategori |
|----|------|---------------|---------------|
| 1 | AA | 61 | Rendah |
| 2 | AM | 68 | Rendah |
| 3 | AZ | 63 | Rendah |
| 4 | ES | 68 | Rendah |
| 5 | FM | 58 | Sangat Rendah |
| 6 | FRW | 54 | Sangat Rendah |
| 7 | JTA | 66 | Rendah |
| 8 | NAP | 55 | Sangat Rendah |

| | | | |
|----|-----|----|--------|
| 9 | NRD | 61 | Rendah |
| 10 | MAW | 62 | Rendah |
| 11 | WAY | 63 | Rendah |
| 12 | MAD | 61 | Rendah |
| 13 | ND | 61 | Rendah |
| 14 | ZM | 62 | Rendah |
| 15 | ZA | 62 | Rendah |

Dapat disimpulkan bahwa hasil kegiatan penelitian ini yang telah diteliti adalah sebanyak 15 peserta didik yang memiliki kurangnya Kepercayaan Diri dalam meningkatkan Kepercayaan Diri yang rendah. berdasarkan hasil *pretest* di atas peserta didik kelas X di SMAIT Washilatul Huda Bandar Dalam pada kategori sedang dan rendah dalam kurangnya Kepercayaan Diri dalam meningkatkan kepercayaan diri dengan jumlah subyek dari penelitian 32 peserta didik.

b. Tahap Perlakuan (*Treatment*)

Suatu perlakuan yang diberikan kepada peserta didik untuk meningkatkan Kepercayaan Diri yang dimiliki peserta didik yakni dengan diberikannya suatu *treatment* dengan menggunakan *cinema therapy* terhadap peserta didik disekolah sebelumnya diberikan treatment secara langsung dengan cara menonton film secara langsung bersama sama disekolah dengan peneliti serta dibantu oleh konselor profesional atau guru bimbingan dan konseling disekolah tersebut. Pelaksanaan *treatment* dalam meningkatkan Kepercayaan Diri tersebut yang dilaksanakan sesuai dengan *treatment* yang dilakukan untuk masuk kedalam kelas, namun demikian dapat digantikan dengan pengembangan diri sehingga penulis dan tenaga pendidik atau guru bimbingan dan konseling sepakat untuk

melaksanakan layanan yang dilakukan disekolah guna meningkatkan Kepercayaan Diri meningkatkan potensi diri disekolah pada waktu tertentu. Sesuai dengan waktu yang telah direncanakan terlebih dahulu sebelumnya oleh pendidik atau guru bimbingan dan konseling, wali kelas, dan pendidik mata pelajaran lainnya agar memastikan peserta didik bisa tercapainya suatu tujuan pembelajaran serta dapat terlaksananya kegiatan penelitian *cinema therapy* yang diberikan disekolah.

Penelitian selanjutnya diberikannya kegiatan pada penelitian menggunakan *cinema therapy* pada penelitian ini dan latihan untuk meningkatkan Kepercayaan Diri disekolah, Penelitian ini dilakkan dengan menggunakan *Cinema Therapy* agar peserta didik dapat membangkitkan *Kepercayaan Diri* pada individu tersebut dari dalam diri dan dibantu dari faktor luar yaitu sebagai peneliti menyediakan media yaitu menggunakan *cinema Therapy* dengan adanya penelitian disekolah maka, sangat diharapkan dapat membantu peserta didik dengan jumlah sebanyak 15 peserta didik yang mengalami masalah kurangnya *Kepercayaan Diri* dalam meningkatkan potensi diri disekolah. Setelah diberikan kegiatan penelitian ini maka untuk melanjutkan ke tahapan selanjutnya adalah mulainya suatu kegiatan selanjutnya yang menggunakan 3 kali tahapan menonton film guna *Kepercayaan Diri* dalam meningkatkan potensi diri serta ditutup menyimpulkan dalam film tersebut.

c. Tahap *Posttest*

Setelah berakhirnya pemberian *treatment* dan diberikanya Pembelajaran guna meningkatkan *Kepercayaan Diri* dalam meningkatkan *Kepercayaan Diri* pada peserta didik di SMAIT Washilatul Huda Bandar Dalam yang telah diberikanya *posttest* dengan 30 pernyataan Pemberian instrumen tersebut guna

untuk membandingkan hasil dari angket dengan peserta didik yang memiliki kurangnya *Kepercayaan Diri* dalam meningkatkan *Kepercayaan Diri* pada peserta didik tersebut sebelum dan sesudah diberikanya sebuah treatment melalui *Cinema Therapy*.

Didalam suatu proses pelaksanaan kegiatan penelitian yang dilaksanakan disekolah yang telah dilaksanakan dengan berdasarkan suatu Rencana Pemberian Layanan (RPL) dalam meningkatkan *Kepercayaan Diri* dalam meningkatkan *Kepercayaan Diri* yang sudah dibuat oleh penulis dan telah didiskusikan bersama dengan informan yang bersangkutan.

Pemberian *posttest* kepada peserta didik SMAIT Washilattul Huda Bandar Dalam yang bertujuan untuk mengetahui tingkat perubahan peserta didik yang berkaitan dengan meningkatkan *Kepercayaan Diri* dalam meningkatkan potensi yang ada di dalam peserta didik setelah diberikanya *treatment* atau perlakuan melalui *cinema therapy* Dari hasil *psottest* ditunjukkan pada tabel dibawah ini:

Tabel IX
Hasil *Posttest*

| Interval | Kriteria | Frekuensi | Persentase |
|-----------------|-----------------|------------------|-------------------|
| 100-128 | Tinggi | 15 | 100% |
| 75-99 | Sedang | 0 | 0% |
| 25-49 | Rendah | 0 | 0% |

Sumber Angket Kepercayaan Diri SMAIT Washilatul Huda

Hasil penelitian dari hasil *posttest* diatas adalah mendapatkan suatu perubahan yang cukup signifikan dapat dilihat dari sebelum diberikannya

treatment dan sesudah diberikannya *treatment*. Dan dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan berjumlah 15 peserta didik memiliki hasil *posttest* yang tinggi. Hal ini dapat diketahui bahwasannya *Cinema Therapy* dapat berpengaruh untuk meningkatkan *Kepercayaan Diri* dalam meningkatkan potensi diri peserta didik disekolah.

Pada saat pemberian kegiatan Rencana Pemberian Layanan (RPL) tersebut direncanakan 5 (lima) pertemuan dalam melaksanakan proses penelitian ini dengan materi - materi dan metode pembahasan yang berbeda-beda pada setiap pertemuannya. Diantaranya yaitu:

a. Pertemuan Pertama

Pada pertemuan pertama yang dilakukan disekolah SMAIT Washilatul Huda pada kelas X dengan meningkatkan *Kepercayaan Diri* dalam menggunakan *cinema therapy*. Pada kesempatan pertama ini peneliti melakukan perkenalan terlebih dahulu sebelum melaksanakan penelitian disekolah yang dimulai dari guru dan peserta didik. Perkenalan yang dilakukan didalam kelas sekaligus melaksanakan *asasment* guna meneliti serta *need asasement* dalam penelitian. Setelah melakukan *asasment* peneliti juga melakukan kegiatan selanjutnya yang terhadap guru disekolah serta guru kelas sebagai sumber informasi yang lebih valid dalam menentukan penelitian ini. Peneliti membahas mengenai penentuan jadwal pelaksanaan penelitian agar tidak mengganggu kegiatan mengajar mengajar disekolah. Setelah terjadwal kegiatan penelitain ini selanjutnya di rekomendasikan untuk mengambil kelas X karna masih belum memiliki tingkat *Kepercayaan Diri* seserta belum padatnya jadwal kegiatan belajar mengajar. Jadwal penentuan ini dilakukan guru bimbingan dan konseling serta menyarankan

untuk mengambil penelitian didalam kelas X Guna meningkatkan meningkatkan Kepercayaan Diri Peneliti tertarik mengambil penelitian tersebut karna adanya permasalahan disekolah sehingga penelitian ini layak untuk dikaji.

b. Pertemuan Kedua

Pada pertemuan kedua peneliti mealkukan penelitian tahap selanjutnya yaitu menonton film. Peneliti menyajikan sebuah film yang pertama dengan judul film Negeri 5 menara Film yang diangkat dari novel karya AHMAD Fuadi ini mengangkat tema tentang, Tekad, kepercayaan diri, Kerja keras dan persahabatan. Sebelum tayangan dimulai peneliti menanyakan kesukaan terhadap menonton. Peneliti menanyakan opsi film yang kan ditonton antara film luar atau film Indonesia. Peserta didik lebih memilih film Indonesia, selaian lebih mengerti dan bisa difahami film Indonesia juga mereka menginginkan yang berbau islami. Pada film pertama ini dilakukan dalam judul film Negeri 5 Menara berjalanya waktu menonton sambil memperhatikan para subyek yang diteliti mereka sangat antusias dalam menonton bahkan seblum waktunya menonton peserta didik menanyakan kapan ditayangkan. Dalam teknik *Cinema Therapy* ini perlakuan subyek dalam melaksanakan penelitian guna benar benar tercapainya suatu tujuan dalam meningkatkannya kepercayaan diri. Dalam hal ini bukan hanya dihadiri oleh peserta didik saja namun dihadiri oleh para guru. setelah selesai menonton film tersebut peserta didik menyimpulkan apa arti dari film tersebut dan apa pesan pesan yang diangkat didalam film tersebut sehingga peserta didik dapat memahami apa arti film tersebut. Berikut adalah gambar memngenai penayanagna film Negeri 5 menara:



Gambar I Penayangan Film Negeri 5 Menara

Tayangan pada film tersebut menceritakan bahwa alif dilahirkan disebuah kampung kecil dipingir danau maninjau sejak kecil alif tidak pernah meninggalkan tanah kelahirannya namun ia bercita cita kelak melanjutkan pendidikan di ITB Institut Teknologi Bandung, namun lain hati ibunda alif ingin sekali alif masuk pesantren agar kelak hidupnya bermanfaat seperti Bung Hatta dan buya yahya. Dengan setengah hati alif menjalani keputusan orang tuanya dan bersekolah di pondok pesantren madani di ponorogo jawa timur. Semangat anak-anak tersebut sering kali muncul ketika diingatkan oleh ustad Salman (Guru Di pondok pesantren madani) Man Jadda Wa jadda.. Manj Jadda Wa Jadda.. Barang siapa yang bersungguh sungguh pasti berhasil, Quotes ini sering kali diingat alif ketika mulai lemahnya kepercayaan diri pada alif. Kegiatan tayangan ini dilakukan di kelas X dengan menggunakan media Proyektor untuk menonton film, Film pertama yang ditayangkan adalah film 5 negeri menara menceritakan kegiatan di pondok pesantren juga untuk

meningkatkan kepercayaan diri Setelah penayangan selesai peserta didik di menyimpulkan pendapatnya mengenai tayangan pada film tersebut dan di refleksikan oleh peneliti. Hasil dari kesimpulan menonton film tayangan pertama dengan judul negri 5 menara ini peserta didik antusias dan serta meyimpulkan bahwa film tersebut dapat memotivasi serta membangun kepercayaan diri tersebut.

c. Pertemuan Ketiga

Pada pertemuan ketiga dalam penelitian ini masih mengenai film dan menonton film yang ke 2 ini yang disutradari oleh Ernes Prakasa. Film ini dibintangi oleh jesika mila dan reza rahardian yang menggambarkan bahwa tingkat kepercayaan diri dimiliki oleh pribadi yang harus menerima segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki. Film tersebut menceritakan kisah rara yang terlahir dengan gen gemuk dan sawo matang dari warisan sang ayah, namun adiknya yang mengikuti gen ibunya yang diperankan oleh yasmin naper. Dalam proses menonton didalam film yang ke dua ini sebelumnya mengadakan perjanjian yang sudah terjadwal terlebih dahulu sehingga peserta didik sudah tau jadwal masing masing nya. Seperti biasanya pertemuan ketiga dalam menonton film yang kedua ini peserta didik setelah menonton film mereka menyimpulkan makna yang terkandung dalam film serta pesan pesan yang diangkat dalam film tersebut sehingga peserta didik dapat mengerti makna film tersebut.



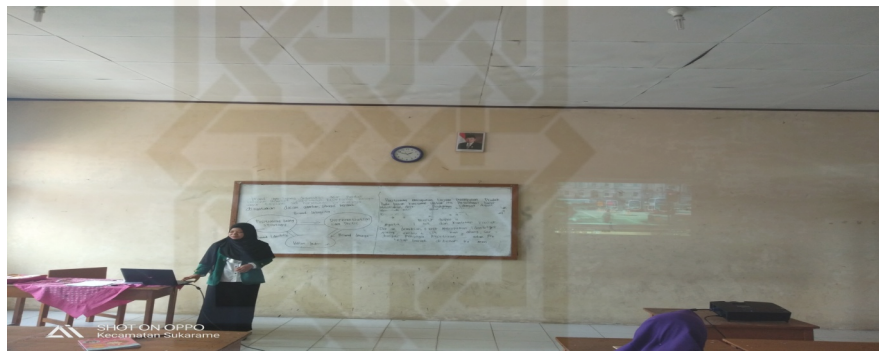
Gambar II *Penayangan Film Imperfect*

Pertemuan selanjutnya ini masih sama dengan pertemuan sebelumnya hal yang dilakukan adalah menonton film, namun dalam tayangan pertemuan ini film yang berbeda yaitu *Imperfect* sama halnya dengan sebelumnya penelitian sebelumnya menayangkan film namun pada penelitian ini berbeda judul namun intisari atau kesimpulannya sama halnya guna meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik. Setelah penayangan selesai peserta didik menyimpulkan pendapatnya mengenai tayangan pada film tersebut dan di refleksikan oleh peneliti. Setelah penayangan film, peserta didik menyimpulkan makna serta isi yang dapat dipetik dari film tersebut sehingga peserta didik dapat mengingat serta dapat mengikuti apa yang ada di alam bawah sadar setelah menonton film tersebut.

d. Pertemuan Ke Empat

Pada pertemuan selanjutnya peneliti mengulas kembali apa itu film yang ditayangkan sebelumnya. Setelah itu peneliti memberikan sedikit simpulan 2 film yang ditayangkan sebelumnya agar peserta didik mengingatnya akan inti dari tayangan film yang harus diambil dan dipetik

dalam isi tayangan film tersebut. Tayangan ini agar menambah wawasan dan pengetahuan mengenai kepercayaan diri dan potensi diri sebelum diberikannya *posttest* pada peserta didik, lalu selanjutnya dilanjutkan dengan mengerjakan soal *posttest* pengisian angket pada peserta didik sehingga peneliti mengetahui perkembangan dari peserta didik. Dengan 30 butir soal kuisioner dengan pertanyaan tertutup mereka mengerjakan dalam waktu kurang dari 1 jam.



Gambar III Penayangan Film *Mars Mimpi Ananda Raih Semesta*

Tayangan Film selanjutnya yaitu *Mars Mimpi Ananda Raih Semesta*, film ini diperankan oleh Aca septriasa sebagai peran utamanya. Film ini diadaptasi dari novel yang berjudul sama karangan Aishworo Ang, yang berdurasi 105 menit yang alurnya menceritakan kisah perjuangan wanita tua untuk anak kesayangannya. Meskipun Tupon buta huruf namun tidak berkecil hati untuk bekerja keras agar dapat menyekolahkan anaknya setinggi-tingginya. Wanita Tua itu berharap anaknya tidak seperti dirinya yang tidak berpendidikan dan di cela orang lain. Dengan penuh percaya diri dan membulatkan tekad nya sekar berjanji kepada ibunya agar bisa sekolah tinggi dan al hasil karna sekar melihat usaha ibunya sebagai support sistem dia dengan penuh kerja keras serta perjuangan sekar berhasil berkesempatan kuliah di jurusan Astronomi di Oxspord University (Inggris). Dalam hal ini

peneliti memberikan film terakhir sebagai penutupan dari penelitian. Setelah selesai menonton film peserta didik menyimpulkan film tersebut guna mengetahui apa intisari atau hikmah yang dapat dipetik dalam film tersebut. setelah selesai menonton tayangan film tersebut peserta didik menyimpulkan sebagaimana seperti pada pertemuan sebelumnya.

e. Pertemuan Kelima

Pada pertemuan kelima ini adalah tahap selanjutnya penyebaran kuisisioner terakhir atau *posttest* yang diberikan kepada peserta didik dalam menggunakan 30 butir item pada peserta didik. Setelah penyebaran kuisisioner atau *posttest* yang sudah dilalui selanjutnya adalah tahap perpisahan antar peserta didik dan tenaga pendidik juga. perpisahan ini ditutup dengan acara buka bersama karna pada saat penelitian terakhir dilaksanakan pada bulan ramadhan. Sebelumnya peneliti juga mewawancarai guru bimbingan dan konseling, waka kesiswaan dan beberapa siswa yang ikut andil dalam penelitian ini agar supaya penelitian ini valid dan dapat mengetahui proses didalam berpengaruhnya teknik *Chinema Therapy* dalam meningkatkannya kepercayaan dan potensi pada peserta didik disekolah.

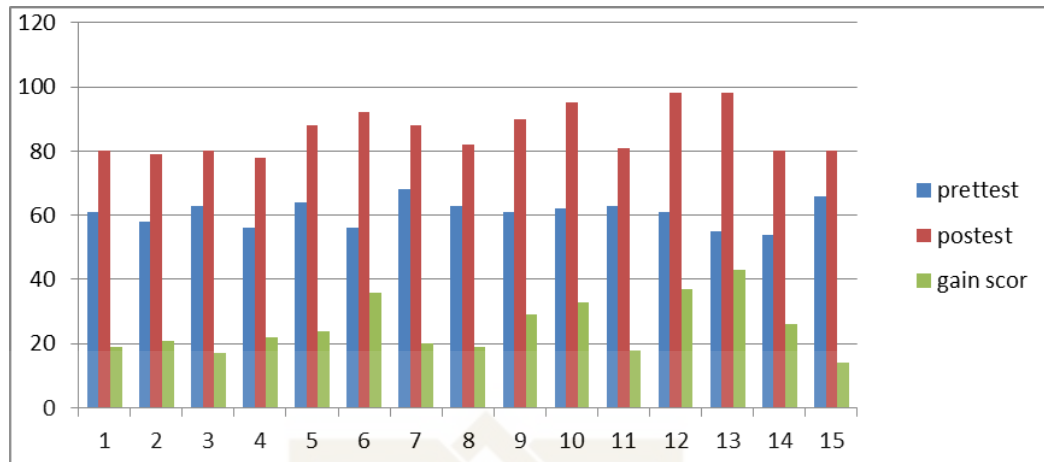
b) Hasil Uji Wilcoxon

Agar dapat mengetahui hasil skor peserta didik dari hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel X
Hasil Pretest posttest

| No | Nama peserta didik | <i>Pretest</i> | <i>Posttest</i> |
|-----------------------|--------------------|----------------|-----------------|
| 1 | AA | 61 | 80 |
| 2 | AM | 58 | 79 |
| 3 | AZ | 63 | 80 |
| 4 | ES | 56 | 78 |
| 5 | FM | 64 | 88 |
| 6 | FRW | 56 | 92 |
| 7 | JTA | 68 | 88 |
| 8 | NAP | 63 | 82 |
| 9 | NRD | 61 | 90 |
| 10 | MAW | 62 | 95 |
| 11 | WAY | 63 | 81 |
| 12 | MAD | 61 | 98 |
| 13 | ND | 55 | 98 |
| 14 | ZM | 54 | 80 |
| 15 | ZA | 66 | 80 |
| Jumlah | | 849 | 2.083 |
| Rata Rata dengan N=15 | | 70,75 | 173.58 |

Dari data dapat diketahui bahwa ada peningkatan yang signifikan dari sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada preeksperimen Rata-rata *pretest* adalah 70,75 (termasuk kategori rendah) ratarata *posttest* adalah 173.58 (termasuk kategori tinggi), maka terlihat bahwa terdapat peningkatan pada *pretest* dan *posttest* sebelum dan sesudah adanya *treatment*. Peningkatan ini dapat dilihat dari gambar berikut ini :



Grafik Pre Test, Post Test, dan Gain Score

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Berikut adalah hasil uji *wilcoxon* Pre eksperimen menggunakan *SPSS Versi 22*

Tabel XI
Wilcoxon Signed Ranks Test

| | N | Mean Rank | Sum Ranks |
|---------------------|-----|-----------|-----------|
| Negative Ranks | 0a | .00 | .00 |
| PrePretest–Posttest | 15b | | |
| Positive Ranks | 0c | 5.50 | |
| Ties | 15 | | 55.00 |
| Total | | | |

a. $Posttest_Eksperimen < Preetest_Eksperimen$

b. $Posttest_Eksperimen > Preetest_Eksperimen$

c. $Posttest_Eksperimen = Preetest_Eksperimen$

Berdasarkan uji *wilcoxon* pada tabel diatas diperoleh skor *negative ranks* 0 skor ini menunjukkan bahwa tidak ditemukan skor *posttest* peserta didik lebih kecil dari skor *pretest*. Sedangkan *positive ranks* sebesar 15 bahwa seluruh skor *posttest*

peserta didik mengalami peningkatan dibandingkan dengan *pretest*. Berikut hasil uji statistik *wilcoxon* pada *Preesperimen*:

Tabel XII
Test Statistics

| | <i>Pretest - Posttest</i> |
|------------------------|---------------------------|
| Z | -173.58b |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .005 |

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.

Dari tabel diatas dinyatakan jumlah Z hitung $-173.58 >$ dari Z tabel 0.05 dan jumlah nilai signifikan $0,005 < 0,05$, selain itu dapat dilihat tabel uji normalitas dibawah ini data *pretest* sebelum diberikan perlakuan dan *posttest* setelah diberikan perlakuan.

Hasil analisis Untuk pengujian dalam kegiatan penelitian ini, penulis menggunakan uji *Wilcoxon* yang merupakan salah satu dari uji *statistik non-parametric*. Pengujian duaberpasangan prinsipnya menguji apakah dua sampel berpasangan satu denganyang lainnya berasal dari populasi yang sama. Dalam penelitian ini menguji untuk 15 sampel diberikan *treatment* berupa meningkatkannya Self-Confidence Sebelum diberikannya *treatment*, sampel tersebut diberikan *pretest* dan sesudahnya diberikan *treatment* pada *cinema therapy* pada film yang dilakukannya *posttes* untuk mengetahui tingkat Kepercayaan Diri dalam meningkatkannya potensi peserta didik dan sesudah diberikannya *treatment*.

B. Pembahasan

Pada kegiatan penelitian yang dilakukan di sekolah pada kelas X SMAIT Washilatul Huda Bandar Dalam dalam meningkatkan Kepercayaan Diri dalam potensi diri dalam teknik *cinema therapy* pada penelitian ini dengan peningkatan yang signifikan peningkatan yang signifikan dari sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada preeksperimen Rata-rata *pretest* adalah 84.9 (termasuk kategori rendah) ratarata *posttest* adalah 2.08.3 (termasuk kategori tinggi), maka terlihat bahwa terdapat peningkatan pada *pretest* dan *posttest* sebelum dan sesudah adanya *treatment*. Pada kegiatan penelitian yang dilakukan tersebut peneliti menggunakan teknik *cinema therapy* dalam meningkatkannya Kepercayaan Diri dengan menggunakan Self-management disekolah. Dalam penelitian ini menyatakan bahwa penelitian yang dilakukan disekolah dengan menggunakan *cinema therapy* dapat mempengaruhi proses peningkatan kepercayaan diri, dilihat dari hasil *pretest* dan *posttest* yang dilakukan disekolah.

Dari hasil analisis data yang penulis lakukan dengan cara membandingkan antara hasil *pretest* dan hasil *posttest* peserta didik kelas X hasil skor yang didapatkan dari *pretest* sebesar 849 dengan nilai rata-rata atau *mean* 84.9 .dan hasil skor yang didapatkan dari *posttest* yang telah diperoleh sebesar 2.08.3 dengan hasil jumlah nilai rata-rata atau *mean* 2.08.3 terdapat selisih antara hasil skor *pretest* dan hasil skor *posttes* sebesar 2.08.3 dengan nilai rata-rata 2.08.3 Dari hasil jumlah skor dan nilai ratarata *pretest* dan *posttest* menunjukkan telah adanya peningkatan Kepercayaan Diri dalam meningkatkan Potensi Diri peserta didik kelas X setelah diberikannya *treatment*. Dapat pula dilihat dari hasil *pretest* dan hasil *posttest* (dengan jumlah nilai skor : $849 < 2083$ atau rata-rata : $84.9 < 2.08.3$) dapat pula disimpulkan bahwa *Cinema*

Therapy memiliki pengaruh dalam meningkatkan Kepercayaan Diri dalam meningkatkan Potensi Diri peserta didik disekolah.

Hal ini dapat pula dianalisis atau dikaji dengan membandingkan sebuah penelitian yang lebih terdahulu yang telah dilakukan oleh Ashari Mahfud dengan pencapaian skor yang di dapat pada saat *pretest* sebesar 1126 dengan jumlah nilai rata-rata 70.8 dan pada saat *posttest* jumlah skor yang diperoleh 1443 dengan jumlah nilai rata-rata 126,1. Atau dengan Ivan Abdul Aziz dengan pencapaian skor yang dapat dilihat pada saat *posttest* adalah sebesar 39.63 termasuk pada kategori rendah serta nilai *posttest* adalah sebesar 85.08 yang termasuk kedalam kategori tertinggi.

Hasil ini telah menunjukkan bahwa *cinema therapy* dapat meningkatkan secara signifikan untuk meningkatkan *Kepercayaan Diri* dalam meningkatkan Potensi Diri peserta didik.²

Hal inilah yang mempengaruhi *Kepercayaan Diri* dalam meningkatkan Potensi Diri siswa dan perhatian siswa terhadap prestasi belajarnya di sekolah. Guru sebagai pendidik disekolah memerlukan bantuan penuh dari orang tua sebagai mitra belajar anak dirumah. Untuk itulah penelitian ini dilakukan agar pendidik dapat mengetahui potensi yang dimiliki siswanya. Sehingga proses belajar mengajar dapat berlangsung optimal. Sekolah merupakan pendidikan yang sangat penting bagi manusia, kegiatan belajar mengajar disekolah merupakan kegiatan yang sangat penting sehingga pendidikan sangat diwajibkan untuk suatu perubahan. Perubahan terhadap peserta didik. Allah SWT menjelaskan dalam QS.Al-Mujadilah:11

²Ashari Mahfud, *Peningkatan Kualitas Hubungan Sosial Siswa Melalui Cinema Therapy Siswa Kelas X SMK Penerbangan Radin Intan Lampung,*” Jurnal Skripsi Strata 1 Institut Agama Islam Negeri, (2015), 58. 99

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا
 يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا
 مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

Artinya; Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.

Program pembelajaran di sekolah disusun untuk kebutuhan peserta didik / konseli dan kebutuhan sekolah. Berdasarkan peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan nomor 111 tahun 2014 tentang bimbingan dan konseling pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah, struktur program pembelajaran terdiri atas rasional visi dan misi kebutuhan, tujuan, komponen program, bidang dan layanan.³ Aktivitas belajar mengajar yaitu sebuah aktivitas yang tidak terpisahkan didalam suatu pembelajaran. Pembelajaran adalah tertuju terhadap apa yang dilakukan atau diberikan oleh seorang guru atau tenaga pendidik. Yang mana didalam pembelajaran guru harus berperan aktif dalam kegiatan belajar mengajar.

Sebagaimana yang perlu diketahui bahwa kemandirian belajar yaitu peristiwa yang sangat kompleks. Dalam peristiwa tersebut terdapat beberapa faktor-faktor

³ Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jendral Guru Dan Tenaga Pendididkan, (Panduan Oprasional Penyelenggaraan Bimbingan Dan Konseling SMA:2016) . 10

yang saling mempengaruhi dan saling menunjang, faktor tersebut adalah diantaranya terdapat dua faktor yang pertama dari guru mata pelajaran dan yang kedua dari diri peserta didiknya sendiri. Jadi secara teori dapat dipastikan bahwa ketercapainya suatu tujuan, khususnya tujuan pembelajaran diantaranya terdapat dua faktor yaitu faktor eksternal dan internal. Jika metode pembelajaran yang ditetapkan oleh tenaga pendidik sudah mencapai standar tertentu berarti perlu ditanyakan atau perlu diteliti terhadap peserta didiknya itu sendiri.

Dzakiyah Derajat mengatakan didalam proses pembelajaran, tenaga pendidik memegang peran penting karena guru pemegang sebagai peranan atau sebagai media didalam sebuah pembelajaran, yang berarti guru atau tenaga pendidik sebagai perantara dalam usaha beruntuk memperoleh suatu tingkah laku yang membawa ke perubahan peserta didik. Keberhasilan peserta didik terhadap proses-proses belajar tergantung dari jarak jauh guru sanggup memainkan peranannya.⁴

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

⁴ Zakiyah Darajat, *Keperibadian Guru*, (Bandung, PT Bulan Bintang, 2005), 3

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah:

Hasil dari merumuskan masalah dalam penelitian ini adalah mengenai bagaimana Penyajian *Cinema Therapy* untuk Meningkatkan *Kepercayaan Diri* pada peserta didik Di Pondok Pesantren Washilatul Huda serta Apakah *Cinema Therapy* dapat meningkatkan *Kepercayaan Diri* pada peserta didik Di Pondok Pesantren Washilatul Huda. Peserta didik mengalami peningkatan setelah menonton film yang disajikan diantaranya adalah Film 5 Negeri Menara, Imperfect, dan Mars Mimpi Ananda Raih Semesta. Dilihat dari hasil penelitian dan jumlah peningkatan dari hasil *pretest* dan *posttest* pada penelitian ini Rata-rata meningkat dengan signifikan. Penyajian *Cinema Therapy* tersebut menggunakan 5 pertemuan yang pertama adalah observasi atau mencari permasalahan disekolah serta membagikan skala likers kepercayaan diri, pertemuan selanjutnya adalah menonton film dengan merefleksikan dari inti yang disajikan pertemuan kedua ketiga dan ke empat sama halnya menonton film yang disajikan dengan film yang berbeda beda selanjutnya ditutup dengan pertemuan terakhir menyebarkan likers kepercayaan diri atau *posttes*.

Dari hasil analisis data yang penulis lakukan dengan cara membandingkan antara hasil *pretest* dan hasil *posttest* peserta didik kelas X hasil skor yang didapatkan dari *pretest* sebesar 849 dengan nilai rata-rata atau *mean* 84.9 .dan hasil skor yang didapatkan dari *posttest* yang telah diperoleh sebesar 2.08.3 dengan hasil jumlah nilairata-rata atau *mean* 2.08.3 terdapat selisih antara hasil skor *pretest* dan hasil skor *posttes* sebesar 2.08.3 dengan nilai rata-rata 2.08.3 Dari hasil jumlah skor dan nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* menunjukkan telah adanya peningkatan *Kepercayaan Diri* dalam meningkatkan

Potensi Diri peserta didik kelas X setelah diberikannya treatment. Dapat pula dilihat dari hasil *pretest* dan hasil *posttest* (Dengan jumlah nilai skor : $849 < 2083$ atau rata-rata : $84.9 < 2.08.3$) dapat pula disimpulkan bahwa *Cinema Therapy* memiliki pengaruh dalam meningkatkan Kepercayaan Diri dalam meningkatkan Potensi Diri peserta didik disekolah.

B. Saran

Berdasarkan dari hasil Penelitian disekolah dapat dibuktikan dengan penelitian lapangan secara langsung menggunakan observasi wawancara dan dokumentasi serta penyebaran kuisioner di SMAIT Washilatul Huda Bandar Dalam. Penleiti memberikan beberapa saran yang digunakan sebagai pertimbangan yaitu:

1. Bagi Guru

Bagi guru mata pelajaran agar lebih banyak lagi memperluas cara mengajar serta metoe dan media pembelajaran agar peserta didik banyak pemahaman dalam meningkatkan potensi serta kepercayaan peserta didik dan dapat menghasilkan hasil belajar yang baik disekolah.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK)

Agar dapat memberikan program kegiatan konseling baik individu kelompok dan sebyaya. konseling adalah layanan bantuan yang diberikan oleh teman sebayanya (biasanya seusia/tingkatan pendidikan hampir sama) yang telah terlebih dahulu diberikan pelatihan pelatihan untuk menjadi konselor sebaya sehingga dharapkan dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman temanya yang bermasalah atau mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadianya. Kurangnya tenaga ahli dalam bidang konseling disekolah menjadi hambatan sehingga penulis menyarankan dapat memebentuk

anggota *Cinema Therapy* baru sehingga terbantunya kegiatan *Cinema Therapy* guna membantu guru bimbingan dan konseling dan peserta didik. Dan diharapkan dapat dilaksanakan sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh peserta didik dalam lingkungan sekolahnya.

3. Guru Kelas

Guru kelas di SMA IT Washilatul Huda diharapkan membicarakan permasalahan ini baik kepada kepala lembaga, kepala sekolah, ditinjau dari pengamatan yang berlaku layanan konseling disekolah sangat penting bagi perkembangan peserta didik, sehingga diberikan fasilitas yang memadai, sehingga terlaksanan layanan bimbingan dan konseling dengan baik tidak lagi menggunkan ruang kelas menunggu jam belajar selesai.

4. Bagi penulis

Penelitian ini menjadikan pengalaman dalam menangani masalah didunia pendidikan untuk meningkatkan pembelajaran penulis sangat besar harapan dari penulis dapat bermanfaat untuk banyak orang. Karena keterbatasan pengetahuan dan refrensi, penulis menyadari Tesis ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulis berharap semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat terhadap dunia pendidikan, terutama penulis yang masih menempuh pendidikan konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta.

DAFATAR PUSTAKA

Referensi Buku:

- Arifin Zainal, *Penelitian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru*, (Bandung: Rosdakarya) 2012
- Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatanpraktik* Jakarta Rineka Cipta 2011
- Alisyahbana, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Karya Pustaka, 2008)
- Bredley T. Erford, *40 Teknik yang harus diketahui oleh konselor*, celeban timur, yogyakarta :2015
- Creswell Jhon, *metodelogi penelitian kuantitaif, kualitatif dan campuran revisi II Celeban Timur* 2018
- Hadi Sutrisno, *Metodologi Penelitian Research*, Fakultas Psikologi UGM., Yogyakarta, 1986, Jilid 1
- Kemdiknas, Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 BAB I Pasal 1 Ayat 14 (Jakarta: Depdiknas, 2003)
- Komalasari Gantina, Eka Wahyuni, *Karsih, Teori dan Teknik Konseling*, Permata Putri media, Jakarta::2011
- Koentjara Ningrat, *Metode-Metode Penelitian Masyarakat*, (Gramedia, Jakarta, 1986)
- Maslow Abraham, *Cinema Therapy Dalam Kajian Manusia Utuh*, Celeban Timur Yogyakarta: 2015.
- Maslow Abraham, *Cinema Therapy Dalam Kajian Manusia Utuh*, Celeban Timur Yogyakarta: 2015
- Prasetya Irwan, *Metodelogi penelitian pendidikan*, Rineka Cipta, jakarta, 2005
- Prasetya Irwan, *logika dan prosedur penelitian pengantar teori dan panduan praktis penelitian sosial bagi mahasiswa dan peneliti pemula*, Jakarta: STIA-LAN PRESS: 1999).
- Solomon Gary, *Reel Therapy: How Movies Inspire You To Overcome Life's Problems (Cinematheapy Book 2) Kindle Edition, Second Book, Volume 2, On The Subject Of Cinematheapy*. 2001
- Sugiono, 2015, *Metode Pannelitian Kuantitaif*, Bandung: Alfabetha
- Singgih D. Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi*, (Jakarta: Libri, 2011)

Jurnal :

- Andini, *Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X Sma Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016*, 2020
- Aliyanto, N. P. (2022). *Pengembangan Media Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Remaja Di Badan Narkotika Nasional Provinsi (Bnnp) Jawa Timur* (Doctoral Dissertation, Uin Sunan Ampel Surabaya).
- Ardhana, Y. A. (2021). *Efektivitas Terapi Film Dalam Meningkatkan Percaya Diri*. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 461-471.
- Defriliana, M. (2015). *Pengaruh Rasa Percaya Diri Siswa Tunarungu Terhadap Cinema Therapy Di Sekolah Menengah Atas Negeri 10 Surabaya* (Doctoral Dissertation, Uin Sunan Ampel Surabaya).
- Defriliana, M. (2015). *Pengaruh Rasa Percaya Diri Siswa Tunarungu Terhadap Cinema Therapy Di Sekolah Menengah Atas Negeri 10 Surabaya* (Doctoral Dissertation, Uin Sunan Ampel Surabaya).
- Eka F. *Efektivitas Teknik Cinema-Therapy Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Siswa Dalam Belajar-UpiRepository*,”Diakses pada June 30, 2021, [Http://Repository.Upi.Edu/47849/](http://Repository.Upi.Edu/47849/).
- Fadilah, A. 2016, *Analisis, Minat Belajar Dan Bakat Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa*. *Mathline: Journal Matematika dan Pendidikan Matematika*. J (2) 113-122 .
- Insan Suwanto & Athia Tamyizatun Nisa (*Cinema Therapy Sebagai Intervensi Dalam Konseling Kelompok*) *Proceedings | Jambore Konseling 3* (2017), Pp. 147-152. © Indonesian Counselor Association (IKI) | [Http://Jambore.Konselor.Org](http://Jambore.Konselor.Org)
- Kartikasari, L. T. (2015). *Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016*. *Journal Simki-Pedagogia*. ISSN. 45555576
- Khoiriyati, S., & Amalia, E. R. (2019). *Efektifitas Cinema Therapy untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Korban Perceraian Orang Tua*. *Aulada: Jurnal Pendidikan Dan Perkembangan Anak*, 1(2), 36-48.
- Khotimah Binti Khusnul, *Pengaruh Konseling Individu Dengan Teknik Selfmanagement Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Kelas Viii Di Smp Wiyatama Bandar Lampung* (Lampung: Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2017)
- Larasati Iga Tri, *Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X Sma Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016*
- Larasati Iga Tri, “*Efektivitas Teknik Cinema-Therapy Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Siswa Dalam Belajar - Upi Repository*,” Accessed June 30, 2021, [Http://Repository.Upi.Edu/47849/](http://Repository.Upi.Edu/47849/).

- Ledyanita Tri Kartikasari, *Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Kediri*, Skripsi (Kediri : Universitas Nusantara PGRI Kediri Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, 2015
- Ilfisemen Demir; *Cinema Therapy. Psychology Hurnal Of Metu; Cinema Therapy* [http://psinema.metu.edu.to\(makale/cinematherapy.pdf](http://psinema.metu.edu.to(makale/cinematherapy.pdf) diakses tanggal 04 Agustus 2018
- Marlina “*Efektivitas Teknik Cinema-Therapy Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Siswa Dalam Belajar - Upi Repository*,” Accessed June 30, 2021, [Http: //Repository. Upi.Edu/47849/](Http://Repository.Upi.Edu/47849/).
- Ningsih Murdia Aprilia, *Pengaruh Penggunaan Cinema Therapy Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri dalam meningkatkan Potensi Diri Siswa Kelas XI SMA Negeri 59 Jakarta*, Jurnal Bimbingan Konseling, vol. 5 no 1 Tahun 2016
- Nurma, I. (2019). *Penerapan Bimbingan Kelompok Berbasis Cinema Therapy untuk meningkatkan Resiliensi pada Siswa (SKP. BK 023)* (Doctoral dissertation, universitas Muhammadiyah Tasikmalaya).
- Normanita, R. W., Kurniawan, K., & Nusantoro, E. (2018). *Meningkatkan Interaksi Sosial dengan Teman Sebaya Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Cinematherapy*. Indonesian
- Niva, H. (2016). Penerapan pendekatan cinematherapy untuk meningkatkan perilaku prososial pada siswa Bosowa International School Makassar. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 41-48.
- Niva, H. (2016). *Penerapan pendekatan cinematherapy untuk meningkatkan perilaku prososial pada siswa Bosowa International School Makassar. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 41-48
- Nurma, I. (2019). *Penerapan Bimbingan Kelompok Berbasis Cinema Therapy untuk meningkatkan Resiliensi pada Siswa (SKP. BK 023)* (Doctoral dissertation, universitas Muhammadiyah Tasikmalaya).
- Riadi Edi *Metode Statistika Parametrik dan Nonparametrik*, (Pustaka Mandiri:).45
- Sari Kartika, *Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Thrapy Terhadap Rasa percaya Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2015/2016* Journal Simki Pedagogis ISSN 2015
- Salsilah Febi Nur, Leony Lidya, And Sarjon Defit, “*Sistem Pakar Penentuan Bakat Anak Dengan Menggunakan Metode Forward Chaining*” 1, No. 1 (2015)
- Syahriar, C. W. (2019). *Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy untuk Meningkatkan Efikasi Diri Peserta Didik Kelas XI Administrasi Perkantoran SMK Wikarya Karanganyar Tahun Ajaran 2016/2017*.

- Sancaya, S. A., & Arofah, L. (2017). *Efektivitas Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Di Depan Kelas Siswa Kelas Xi Pemasaran Smk Pgri 3 Kediri Tahun 2016/2017*.
- Sari, B. D. K. R., & Lianawati, A. (2020). *Bimbingan Kelompok Cinema Therapy Efektif Meningkatkan Perilaku Prosocial Pada Siswa SMPN 3 Waru*. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 189-196.
- Wofi Azizah, Analisis Minat Belajar Dan Bakat Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *Mathline: Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika*, 1(2), 113-122. Abstrak.Pdf," n.d.
- Wols Birgit, *E-Motion Picture Magic A Movie Lovers Guide To Healing Transformatiob*. Colorado; 2004; Glendbridge Publishing.Ltd.
- Wols Birifhit: 2014, *E-Motion Picture Magic A Movie Lovers Guide To Healing Transformatiob*. Colorado; 2004; Glendbridge Publishing.Ltd.
- Yusuf Mohamad, M. K. A. (2018). *Terapi mutaba'ah al-yaum untuk meningkatkan Self-management pada seorang mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).