

## **PENINGKATAN PERCAYA DIRI MELALUI METODE *JOURNAL WRITING* PADA SISWA KELAS XI SMK N 1 DEPOK**

Oleh  
Argo Yulan Indrajat  
NIM 08104244034

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan percaya diri pada siswa kelas XI SMK N 1 Depok melalui metode *journal writing*.

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan dengan subjek penelitian siswa kelas XI SMK N 1 Depok yang berjumlah 15 siswa. Penelitian ini dilaksanakan dalam 2 siklus secara kolaborasi antara peneliti dan guru BK yang dimulai pada tanggal 14 November 2012 sampai dengan 29 November 2012. Pelaksanaan metode *journal writing* dilakukan dalam 2 siklus dimana pada siklus I meliputi 2 tindakan dalam 4 pertemuan dan siklus II meliputi 2 tindakan dalam 2 pertemuan. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologis, observasi dan wawancara. Instrumen yang digunakan adalah skala percaya diri, pedoman observasi dan pedoman wawancara. Analisis data menggunakan analisis deskriptif. Uji validitas menggunakan *Product Moment Person* diperoleh nilai validitas 0,361 sedangkan uji reliabilitas instrumen menggunakan Alpha Cronbach dan diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0,951.

Hasil penelitian menunjukkan percaya diri dapat ditingkatkan melalui metode *journal writing* yang terdiri dari menulis permasalahan yang dihadapi, menyusun menjadi sistematis, mengubah pengalaman negatif menjadi pengalaman positif, pemutaran video, dan diskusi. *Journal writing* yang dilaksanakan pada siklus I tidak menggunakan pemutaran video, sedangkan pada siklus II menggunakan pemutaran video. Peningkatan percaya diri dibuktikan dengan perolehan hasil pra tindakan sebesar 60,57%, pasca tindakan siklus I sebesar 73,8%, dan siklus II sebesar 81,7% yang berada pada kategori tinggi.

Kata kunci: *percaya diri, journal writing*