
Keefektifan Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial

Anggun P. Asmarawati, Sutarno, Ahmad Syamsuri

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sebelas Maret
email: anggun_pa@gmail.com

Abstract. This study aims at determining the effectiveness of group counseling with sociodrama techniques to improve students' social skills in junior high school students. The participant of this study were 32 students. The results of this study show that the value of $F_o=132.312$ while $F_t=3.92$ with a significance of $0.000<0.05$, which means that there is a difference in the values of social skills before and after the treatment given in the experimental group and the control group; the value of $F_o=97.209$ while $F_t=3.92$ with a significance of $0.000<0.05$, which means that there is a significant difference in the values of social skills between the experimental group and the control group; the value of $F_o = 105.478$ while $F_t = 3.92$ with a significance of $0.000 < 0.05$, which means that there is an interaction between the values of social skills before and after given treatment in the experimental group and the control group.

Keywords: Group Counseling, Sociodrama Technique, Social Skills

PENDAHULUAN

Peserta didik usia SMP termasuk ke dalam kategori remaja awal. Sebagai masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Kartono (2007: 150) memaparkan bahwa anak SMP kelas VII berada pada masa remaja awal periode pueral (prapubertas atau pubertas awal). Ciri khas dari masa tersebut adalah peserta didik menjadi suka menentang.

Remaja sebagai individu dituntut untuk mampu mengatasi segala permasalahan yang timbul sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungan sosial dan mampu menampilkan diri sesuai dengan aturan atau norma yang berlaku. Oleh karena itu setiap remaja dituntut untuk menguasai ketrampilan-ketrampilan sosial dan kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekitarnya. Keterampilan-keterampilan tersebut biasanya disebut sebagai aspek psikososial. Merrel (dalam Satria : 2008) memberikan pengertian ketrampilan sosial (*Social Skill*) sebagai perilaku spesifik, inisiatif, mengarahkan pada hasil sosial yang diharapkan sebagai bentuk perilaku seseorang. Kegagalan remaja dalam menguasai ketrampilan-ketrampilan sosial akan menyebabkan remaja sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya sehingga dapat menyebabkan rasa rendah diri, dikucilkan dari pergaulan, cenderung berperilaku yang kurang normatif dan bahkan dalam perkembangan yang lebih ekstrim dapat menyebabkan terjadinya gangguan jiwa, kenakalan remaja, tindakan kriminal, dan tindakan kekerasan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling sekolah tempat penelitian diketahui bahwa masih banyak peserta didik yang kurang mampu mengembangkan ketrampilan sosialnya dalam pergaulan utamanya di lingkungan sekolah. Ketidaktahuan peserta didik dalam mengembangkan ketrampilan sosial menjadi salah satu penyebab peserta didik mengalami penolakan dalam pergaulan. Dalam hal ini peserta didik tidak mampu mengelola emosi, mengeluarkan pendapat dengan baik, mendengar keluhan, mentaati aturan atau norma yang berlaku menjadi tersingkir di dalam pergaulannya. Hal tersebut jika dibiarkan akan menjadikan peserta didik minder dan merasa tidak diterima oleh lingkungan pergaulannya. Sehingga kondisi psikis peserta didik menjadi terganggu.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi ketidakmampuan peserta didik dalam menggunakan ketrampilan sosialnya adalah melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama. Penerapan teknik sociodrama akan menimbulkan interaksi yang didalamnya menerapkan berbagai macam ketrampilan sosial seperti berkomunikasi dengan



oranglain, mendengarkan oranglain dalam berbicara dan mengelola emosi. Selain itu, pada saat sosiodrama berlangsung juga akan terjadi diskusi dan saling bertanya jawab atas masalah yang sedang diungkap dalam drama. Dalam proses diskusi tersebut peserta didik dilatih untuk menerapkan ketrampilan sosialnya dengan cara belajar menghargai pendapat orang lain, menerima atau memberi kritik terhadap oranglain serta kemampuan diri dalam mengelola emosi.

METODE

Metode penelitian yang dipilih dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen semu atau eksperimen quasi dengan rancangan *nonequivalent control group design* dengan membagi sampel menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen adalah kelompok yang akan diberi perlakuan atau *treatment* sedangkan kelompok kontrol adalah kelompok yang tidak diberi perlakuan atau *treatment*. Kelompok kontrol hanya berfungsi sebagai pembanding. Subjek penelitian ini adalah peserta didik SMP Negeri di Surakarta sebanyak 64 peserta didik yang telah dipilih menggunakan teknik *Purposive Random Sampling*.

Teknik pengumpulan data menggunakan angket ketrampilan sosial. Uji validitas dan reliabilitas menggunakan aplikasi SPSS 16.0 dengan teknik uji validitas yaitu *Product Moment* dan teknik uji reliabilitas menggunakan *Cronbach Alpha*. Sementara untuk analisis data menggunakan teknik *Two Ways Anova* dengan aplikasi SPSS 16.0

Pada penelitian eksperimen ada tiga prosedur yang harus dilakukan yaitu pemberian *pretest*, pemberian *treatment* dan pemberian *posttest*. *Pretest* atau test awal diberikan kepada sampel penelitian dengan menggunakan angket ketrampilan sosial. Pemberian *treatment* dilakukan hanya pada kelompok eksperimen saja, kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. Kemudian pemberian *posttest* dilakukan setelah pemberian *treatment* baik kepada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Treatment berupa bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dilaksanakan pada peserta didik kelas VII kelompok eksperimen dengan 32 peserta didik dalam 3 kali pertemuan dan alokasi waktu 60 menit setiap pertemuan. Berdasarkan hasil skor *pretest* kelompok eksperimen diperoleh *mean* sebesar 19,91 dan standar deviasi 1,637 sedangkan hasil skor *posttest* diperoleh *mean* sebesar 26,03 dengan standar deviasi sebesar 1,576. Pada kelompok kontrol berdasarkan skor *pretest* diperoleh *mean* sebesar 19,50 dengan standar deviasi sebesar 1,849 sedangkan *mean posttest* sebesar 19,41 dan standar deviasi sebesar 1,829.

Tabel 1. Deskripsi Data *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.

Kelompok	Test	Mean	Std. Deviation
Eksperimen	<i>Pretest</i>	19,91	1,637
	<i>Posttest</i>	26,03	1,576
Kontrol	<i>Pretest</i>	19,50	1,849
	<i>Posttest</i>	19,41	1,829

Selanjutnya adalah dengan melakukan pengujian persyaratan analisis yang merupakan langkah dalam melakukan pengujian hipotesis yaitu membuktikan hipotesis yang dirumuskan diterima atau ditolak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji one sample Kolmogorov-Smirnov dengan taraf signifikan 0,05. Data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 0,05. Uji normalitas data *pretest* pada kelompok eksperimen diperoleh harga *kolmogorov smirnov* 0,150 sebesar dengan signifikansi sebesar 0,066 Karena harga signifikansi sebesar 0,066 > 0,05 maka H_0 diterima sedangkan Uji normalitas data *pretest* pada kelompok kontrol diperoleh harga *kolmogorov smirnov* sebesar 0,137 .dengan signifikansi sebesar 0,132 Karena harga signifikansi sebesar 0,132 > 0,05 maka H_0 diterima. Dengan

demikian dapat disimpulkan bahwa distribusi data ketrampilan sosial pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdistribusi normal.

Uji normalitas data *posttest* pada kelompok eksperimen diperoleh harga *kolmogorov smirnov* sebesar 0,148 dengan signifikansi sebesar 0,071. Karena harga signifikansi sebesar $0,071 > 0,05$ maka H_0 diterima sedangkan Uji normalitas data *posttest* pada kelompok kontrol diperoleh harga *kolmogorov smirnov* sebesar 0,151 dengan signifikansi sebesar 0,061. Karena harga signifikansi sebesar $0,061 > 0,05$ maka H_0 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa distribusi data ketrampilan sosial pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdistribusi normal.

Hasil perhitungan uji homogenitas skor *pretest* dengan menggunakan uji Levene's Test diperoleh harga sebesar 0,309 dengan signifikansi sebesar 0,581. Karena harga signifikansi $0,581 > 0,05$ maka H_0 diterima sedangkan hasil perhitungan uji homogenitas skor *posttest* diperoleh harga sebesar 0,719 dengan signifikansi sebesar 0,400. Karena harga signifikansi $0,400 > 0,05$ maka H_0 diterima. Berdasarkan perhitungan uji homogenitas diatas dapat disimpulkan bahwa sampel dari kedua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tersebut merupakan kelompok yang memiliki variasi yang seimbang.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis *two ways anova*. Dalam teknik *Two Ways Anova* diperlukan adanya pengujian hipotesis. Hipotesis kerja atau H_a dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan ketrampilan sosial peserta didik kelas VII SMP Negeri di Surakarta.

Tabel 3.1 Hasil Perhitungan Nilai F_{hitung} dengan *Two Way Anova*

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	992.500 ^a	3	330.833	111.666	0.000
Intercept	57630.125	1	57630.125	1.94574	0.000
kelompok	392.000	1	392.000	132.312	0.000
tes	288.000	1	288.000	97.209	0.000
kelompok * tes	312.500	1	312.500	105.478	0.000
Error	367.375	124	2.963		
Total	58990.000	128			
Corrected Total	1359.875	127			

a. R Squared = ,730 (Adjusted R Squared = ,723)

Berdasarkan tabel penghitungan nilai F_{hitung} di atas maka dapat diketahui perolehan nilai F_{hitung} untuk mengetahui adanya perbedaan ketrampilan sosial dalam pergaulan di lingkungan sekolah sebelum diberi perlakuan (*pretest*) dan setelah diberi perlakuan (*posttest*) F_{hitung} Tes (*pretest-postest*) sebesar 97.209 dengan signifikansi sebesar 0,000. F_{hitung} untuk mengetahui adanya perbedaan ketrampilan sosial dalam pergaulan di lingkungan sekolah pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. F_{hitung} Kelompok (kelompok kontrol-kelompok eksperimen) sebesar 132.312 dengan signifikansi 0,000. F_{hitung} untuk mengetahui adanya interaksi nilai ketrampilan sosial dalam pergaulan di lingkungan sekolah sebelum diberi perlakuan (*pretest*) dan setelah diberi perlakuan (*postest*) pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. F_{hitung} interaksi antara Kelompok dan Tes sebesar 105.478 dengan signifikansi sebesar 0,000.

Derajat kebebasan atau *degree of freedom* (df) terdiri dari df 1 dan df 2 digunakan untuk mencari F_{hitung} dengan F_{tabel} untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Nilai F_{tabel} untuk mengetahui adanya perbedaan ketrampilan sosial dalam pergaulan di lingkungan sekolah sebelum diberi perlakuan (*pretest*) dan setelah diberi perlakuan (*postest*) F_{tabel} untuk Tes (*pretest-postest*) sebesar = 3,92 dengan df 1 = 1 dan df 2 = 124. F_{tabel} untuk mengetahui adanya perbedaan ketrampilan sosial dalam pergaulan di lingkungan sekolah pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. F_{tabel} untuk Kelompok (kelompok kontrol dan kelompok

eksperimen) sebesar = 3,92 dengan $df_1 = 1$ dan $df_2 = 124$. F_{tabel} untuk mengetahui adanya interaksi nilai ketrampilan sosial dalam pergaulan di lingkungan sekolah sebelum diberi perlakuan (*pretest*) dan setelah diberi perlakuan (*posttest*) pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol F_{tabel} untuk interaksi antara Kelompok dan Tes sebesar = 3,92 dengan $df_1 = 1$ dan $df_2 = 124$.

Hasil perhitungan nilai F baik F_{hitung} maupun F_{tabel} selanjutnya digunakan untuk membuat keputusan pengujian hipotesis yang telah ditetapkan, yaitu Ada perbedaan nilai ketrampilan sosial dalam pergaulan di lingkungan sekolah sebelum diberi perlakuan (*pretest*) dan setelah diberi perlakuan (*posttest*) pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan penghitungan statistik untuk mencari F diperoleh F_{hitung} sebesar = 132.312 sedangkan F_{tabel} sebesar = 3,92 maka $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima dan dengan signifikansi sebesar = 0,000 < 0,05 maka ada perbedaan yang signifikan. Maka dapat disimpulkan, ada perbedaan nilai ketrampilan sosial dalam pergaulan di lingkungan sekolah sebelum diberi perlakuan (*pretest*) dan setelah perlakuan (*posttest*) pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Analisis kedua, berdasarkan penghitungan statistik untuk mencari F diperoleh F_{hitung} sebesar = 97.209 sedangkan F_{tabel} sebesar = 3,92 maka $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima dan dengan signifikansi sebesar = 0,000 < 0,05 maka ada perbedaan yang signifikan. Kesimpulannya, ada perbedaan ketrampilan sosial dalam pergaulan di lingkungan sekolah antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol secara signifikan. Analisis ketiga, berdasarkan penghitungan statistik untuk mencari F diperoleh F_{hitung} sebesar = 105.478 sedangkan F_{tabel} sebesar=3,92 maka $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima dan dengan signifikansi sebesar = 0,000 < 0,05 maka ada perbedaan yang signifikan. Dapat disimpulkan, ada interaksi antara kelompok nilai ketrampilan sosial dalam pergaulan di lingkungan sosial sebelum diberi perlakuan (*pretest*) dan setelah diberi perlakuan (*posttest*) dengan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Berdasarkan analisis di atas maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis dari penelitian eksperimen tersebut adalah bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan ketrampilan sosial dalam pergaulan di lingkungan sekolah pada peserta didik.

KESIMPULAN

Berdasarkan penghitungan statistik untuk analisis 1 mencari F diperoleh $F_{hitung} = 132.312$ sedangkan $F_{tabel} = 3,92$ maka $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima dan dengan signifikansi sebesar = 0,000 (0,00 < 0,05) maka ada perbedaan yang signifikan. Adanya penerimaan H_a dan tingkat signifikansi yang telah diketahui membuktikan bahwa ada perbedaan kelompok nilai *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan penghitungan statistik untuk analisis 2 mencari F diperoleh F_{hitung} sebesar = 97.209 sedangkan $F_{tabel} = 3,92$ maka $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima dan dengan signifikansi sebesar = 0,000 < 0,05 maka ada perbedaan yang signifikan. Adanya penerimaan H_a dan tingkat signifikansi yang telah diketahui membuktikan bahwa ada perbedaan ketrampilan sosial dalam pergaulan di lingkungan sekolah antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol secara signifikan.

Berdasarkan penghitungan statistik untuk analisis 3 mencari F diperoleh F_{hitung} sebesar = 105.478 sedangkan F_{tabel} sebesar=3,92 maka $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima dan dengan signifikansi sebesar=0,000 (0,00 < 0,05/ maka ada perbedaan yang sangat signifikan. Adanya penerimaan H_a dan tingkat signifikansi yang telah diketahui membuktikan bahwa ada interaksi antara kelompok nilai *pretest* dan *posttest* dengan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan hipotesis penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama efektif untuk Meningkatkan Ketrampilan sosial dalam Pergaulan di Lingkungan Sekolah pada Peserta didik sekolah tempat penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian, maka penelitian ini menyarankan beberapa hal sebagai berikut: Kepala sekolah diharapkan dapat memberikan dukungan dalam proses pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Guru BK diharapkan menerapkan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama pada pertemuan kelas untuk mengatasi

ketidakmampuan peserta didik dalam menerapkan ketrampilan sosialnya di lingkungan sekolah dengan baik. Peserta didik diharapkan mampu mengembangkan ketrampilan sosialnya dalam pergaulan di lingkungan sekolah dengan lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Kartono, K.(2007). Psikologi Anak (Psikologi Perkembangan). Bandung: Mandar Maju.
Romlah, T. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang
Santrock, J..W. (2007). *Remaja edisi 11 jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
Satria. (2008). Pengertian Keterampilan Sosial (Social Skill). Diperoleh dari
<http://id.shvoong.com/socialsciences/psychology/2176661-pengertian-sosial-social-skill/>
Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PT Radja Grafindo