

---

## Sosiodrama untuk Meningkatkan Kemampuan Berkomunikasi Peserta Didik

**Ida Dwi Ratnawati, Siti Sutarmi Fadhilah, Sri Wiyanti Hidayat**  
Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sebelas Maret  
email: aidar\_flix@yahoo.com

---

**Abstract.** The aim of the research were to know the effectiveness sociodrama technique to improve interpersonal communication ability of the seventh grade Junior High School students. This research was an experimental research which used Treatment by *Subject Design*. The subject of the research was the seventh grade students of Junior High School in Magetan which consist 32 students. The source of the data was premier data the students, the Technique of collecting data was interpersonal communication questionnaire. The result of hypotheses test used Paired-Sample T-test showed that  $t_{count} = 26,70$  and  $t_{table}=1,695$ , so  $t_{count} > t_{table}$  ( $26,70 > 1,695$ ). Based on the result of the calculation above, the data was significant. It means there were differences between the mean score of interpersonal communication questionnaire before treatment and the mean score after treatment. Based on the research, it can be concluded that sociodrama technique is effective to improve interpersonal communication ability.

---

**Keywords:** treatment by subject, sociodrama, interpersonal, communication.

---

### PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk monodualis yang terdiri dari jasmani dan rohani. Antara jasmani dengan rohani memiliki keterkaitan yang erat dan saling mempengaruhi. Disamping manusia sebagai makhluk monodualis manusia juga sebagai makhluk sosial, yang berinteraksi dengan individu yang lain. Manusia sebagai makhluk sosial berarti setiap individu membutuhkan individu yang lain untuk berinteraksi dalam memenuhi kebutuhannya, yang tidak hanya kebutuhan biologis, tetapi juga kebutuhan psikologis. Gerungan menjelaskan, "Sejak dari lahir individu membutuhkan individu lain untuk berinteraksi sosial untuk merealisasikan kehidupannya yang bukan hanya kehidupan individual tetapi juga dalam kehidupan sosial" (1996: 24). Sebagai makhluk sosial perlu melakukan komunikasi interpersonal dengan individu lain untuk mengungkapkan perasaannya kepada orang lain dalam aktivitas sehari-hari, agar tercipta hubungan yang baik dengan orang lain.

Komunikasi interpersonal yang terjadi antara individu satu dengan yang lain berbeda-beda, karena masing-masing individu memiliki kekhasan sendiri-sendiri, yakni hubungan yang terjalin antara individu yang satu dengan yang lain berbeda tingkat keeratannya. Hardjana menjelaskan, "Hubungan yang terjalin antara individu satu dengan yang lain dalam melakukan komunikasi interpersonal berbeda-beda rasa keterkaitannya" (2003: 84). Hal tersebut menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal yang dilakukan antara individu satu dengan yang lain berbeda dalam hal cara, strategi, tujuan komunikasi, dan kedalaman komunikasi.

Komunikasi interpersonal sangat penting dalam kehidupan sehari-hari untuk setiap individu manusia, khususnya untuk para individu pada masa penyesuaian atau peralihan. Seperti halnya pada peserta didik yang baru saja mengalami masa peralihan dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama, yang akan mengalami penyesuaian diri dengan teman, guru, dan peraturan di sekolah yang baru. Oleh karena itu tidak jarang peserta didik pada sekolah menengah awal mengalami hambatan untuk berkomunikasi interpersonal. Di dalam kegiatan belajar mengajar di kelas dilaksanakan dalam bentuk interaktif yang di bangun untuk menumbuhkan kemampuan berkomunikasi secara efektif baik antara sesama peserta didik maupun peserta didik dengan guru. Komunikasi merupakan hal yang mutlak dalam kehidupan sosial individu yang satu dengan individu yang lain. Rakhmat (2009: 80) menjelaskan bahwa tanpa komunikasi, manusia dan orang lain tidak dapat berhubungan dan

---



bertukar pikiran, perasaan dan kehendak, yang berarti relasi antar individu dibangun melalui komunikasi.

Komunikasi menjadi sarana yang ampuh untuk membangun sebuah relasi antara individu dengan individu lain, tanpa berkomunikasi dengan orang lain, individu tidak akan dapat menjalankan aktivitas sosialnya. Melalui komunikasi, individu bisa mengenal orang lain dan demikian sebaliknya individu juga dikenal oleh orang lain melalui komunikasi. Pernyataan yang menunjukkan komunikasi interpersonal sangat erat hubungannya dengan kehidupan sehari-hari, ditemukan dalam penelitian Rahardja pada kinerja Guru SMU K BPK Penabur Jakarta yang berjudul Hubungan Antara Komunikasi antar Pribadi Guru dan Motivasi Kerja Guru dengan Kinerja Guru SMUK BPK Penabur Jakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara komunikasi antarpribadi guru dan motivasi kerja guru secara bersama-sama dengan kinerja guru, semakin baik komunikasi antar pribadi, semakin tinggi motivasi guru, maka kinerja guru pun meningkat. Ditemukan fakta di dalam penelitian bahwa komunikasi interpersonal atau komunikasi antar individu sangat berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari untuk menciptakan hubungan yang baik, lebih lanjut dapat menumbuhkan motivasi keduanya dengan baik dalam hal kinerja maupun menyesuaikan diri dengan orang lain. Hal tersebut mengisyaratkan perlunya penyesuaian diri antara individu satu dengan yang lain, baik secara formal maupun non formal.

Sekolah menengah pertama merupakan masa peralihan peserta didik dari sekolah dasar yang memerlukan penyesuaian diri baik dengan sesama peserta didik, guru, maupun lingkungan. Pada sekolah menengah pertama peserta didik berumur berkisar 12–15 tahun, mereka dikategorikan sebagai masa remaja awal atau pubertas. Hurlock menjelaskan, “Masa pubertas atau pre adolescence adalah umur 10 atau 12 sampai 13 tahun” (1980: 185). Hal tersebut dikemukakan juga oleh Susilowinradini bahwa, “Masa pubertas atau remaja awal mulai umur 13 sampai 17 tahun dan umur 17 sampai 21 tahun merupakan remaja akhir atau late adolescence” (dalam Al-Mighwar, 2006: 61). Hal tersebut menunjukkan bahwa peserta didik di tingkat SMP dapat dikategorikan pra remaja, yang artinya persiapan remaja atau remaja awal.

Masa pubertas merupakan masa yang sangat rawan karena merupakan masa badai dan topan, artinya kondisi psikologis belum stabil mudah terpengaruh oleh hal-hal yang negatif dan belum mampu mengarahkan diri sendiri, sehingga perlu pengawasan agar tidak terjadi hambatan pada masa tersebut. Gejala-gejala negatif bisa terjadi pada masa pubertas dan perlu di sikapi lebih dini dengan mengetahui ciri-ciri yang khas. Hurlock mengungkapkan, “Gejala-gejala negatif pada masa pubertas adalah (1) keinginan untuk menyendiri, (2) kurangnya kemauan untuk kerja, (3) gelisah, dan (4) mengalami konflik sosial” (dalam M. Al-Mighwar, 2006: 68). Berdasarkan gejala negatif yang muncul pada masa pubertas, maka perlu disikapi dengan perhatian dan komunikasi interpersonal, agar kemunculan perilaku negatif segera dapat diatasi. Hal tersebut dapat terlihat pada perilaku peserta didik sekolah tempat penelitian, yang masih menunjukkan gejala negatif sebagai suatu hambatan di dalam berkomunikasi interpersonal.

Komunikasi interpersonal dapat di arahkan menjadi komunikasi efektif dengan cara melatih individu untuk dapat memahami diri dan orang lain saling mengendalikan diri, agar tercipta komunikasi yang terarah. Pada anak pubertas diharapkan dapat memiliki sifat positif di dalam menghadapi perkembangan, yakni mengenal kelebihan dan kekurangan diri serta mampu membawa diri di hadapan orang lain. Kenyataannya banyak anak pubertas termasuk peserta didik SMP Negeri di Magetan yang mengalami kesulitan komunikasi interpersonal, maka dapat berakibat pada peserta didik mengalami kesulitan dalam menerima dan menyampaikan pesan dari orang lain dan memahaminya, akibatnya sering terjadi selisih paham di antara peserta didik. Hal tersebut ditunjukkan para peserta didik yang belum dapat menyesuaikan diri dengan teman ataupun guru. Pernyataan tersebut di pertegas pula oleh guru Bimbingan dan Konseling tempat penelitian yang menjelaskan bahwa, masih banyak peserta didik kelas VII yang masih merasa sulit menerima pelajaran dan bersosialisasi dengan teman. Hal tersebut disebabkan oleh ketidak mampuannya berkomunikasi dengan teman

---

ataupun guru, atau lingkungannya. Padahal untuk keberhasilan belajar salah satunya ditentukan oleh kemampuan berkomunikasi interpersonal.

Sekolah merupakan salah satu tempat pendidikan bagi peserta didik untuk dapat mengembangkan diri secara fisik, psikologis, dan sosial. Bimbingan dan konseling memiliki tujuh jenis layanan yang semuanya merupakan layanan untuk membantu peserta didik yang memerlukan untuk mencapai perkembangan yang optimal. Ma'amur menjelaskan bahwa, "Berbagai layanan yang ada, bimbingan dan konseling mendukung adanya kegiatan belajar mengajar yang menjangkau semua aspek baik individual maupun kelompok" (2010: 118). Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan yang diakui tepat untuk memberikan kontribusi pada peserta didik untuk meningkatkan komunikasi interpersonal.

Layanan bimbingan kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan kepada sekelompok individu dengan memanfaatkan situasi dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu. Pemberian informasi yang akan dilaksanakan merupakan pemberian informasi yang sesuai dengan topik mampu meningkatkan komunikasi interpersonal. Layanan yang diberikan dalam suasana kelompok yang kondusif diharapkan akan meningkatkan kemampuan berkomunikasi interpersonal secara baik pada para peserta didik subjek penelitian.

Selain itu apabila dinamika kelompok dapat terwujud dengan baik maka anggota kelompok saling membantu, menerima dan berempati dengan tulus untuk mewujudkan komunikasi yang efektif. Bimbingan kelompok dilaksanakan dengan membentuk lingkungan yang kondusif yang dapat memberikan kesempatan bagi anggotanya untuk menambah penerimaan diri sendiri dan orang lain. Romlah menjelaskan bahwa proses kelompok yang efektif melibatkan anggota kelompok yang memiliki dinamika kelompok yang baik akan menghasilkan bimbingan kelompok yang efektif (2001). Bimbingan kelompok juga memberikan kesempatan kepada anggotanya untuk memberikan ide, perasaan, dukungan, bantuan alternatif pemecahan masalah dan pengambilan keputusan yang tepat, serta bertanggung jawab atas pilihan yang ditentukan sendiri. Suasana dalam bimbingan kelompok menumbuhkan perasaan berarti bagi anggotanya yang selanjutnya juga dapat meningkatkan komunikasi interpersonal. Di dalam bimbingan kelompok akan terjadi proses interaksi antar individu, yaitu terjadi komunikasi dua arah antara individu satu dengan individu yang lain yang saling mempengaruhi dan memiliki ikatan secara emosional. Bimbingan kelompok diharapkan dapat dijadikan wahana untuk berkomunikasi bagi peserta didik, khususnya komunikasi interpersonal yang dibentuk melalui pendekatan kelompok. Bimbingan kelompok memberikan kesempatan kepada individu untuk memperoleh informasi positif dan mengembangkan kemampuannya secara positif pula, karena di dalam bimbingan kelompok masing-masing individu mempunyai hak yang sama untuk saling berkomunikasi.

Pernyataan diatas didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Nurnaningasih (2011) yang menunjukkan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosi. Salah satu ciri kecerdasan emosi tinggi adalah mampu mendengarkan dan menghargai orang lain berbicara, hal tersebut ditunjukkan dalam kemampuannya untuk berkomunikasi interpersonal. Pernyataan tersebut semakin menguatkan bahwa bimbingan kelompok efektif membantu peserta didik untuk berkomunikasi lebih baik.

Soeharto dan Sutarno mengemukakan bahwa, "Bimbingan kelompok dilaksanakan melalui kegiatan-kegiatan diskusi, simulasi, sosio/psikodrama, homeroom atau kegiatan kelompok lainnya sebagai upaya agar peserta didik mencapai perkembangan yang optimal" (2009:47). Layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yang akan di gunakan dalam penelitian ini dengan tujuan membantu peserta didik untuk mampu berkomunikasi interpersonal secara baik. Pemilihan penggunaan teknik sosiodrama didasarkan karena permasalahan yang muncul yang berkaitan dengan masalah sosial yang terjadi pada peserta didik sekolah tempat penelitian ini yang mengalami masa penyesuaian, untuk berkomunikasi interpersonal baik dengan teman, guru, dan anggota sekolah lainnya sehingga sosiodrama dipandang tepat untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi interpersonal peseta didik ini.

---

## METODE

Pemberian perlakuan dengan bimbingan kelompok teknik sosiodrama tersebut adalah pemberian layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan dengan memerankan suatu naskah drama antar individu yang saling berinteraksi yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi interpersonal. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri di Magetan. Subjek penelitian adalah Peserta didik kelas VII yang terdiri dari enam kelas yaitu C, D, E, F, G, dan H yang memiliki kemampuan berkomunikasi interpersonal rendah. Penentuan subjek penelitian menggunakan angket tentang kemampuan berkomunikasi interpersonal disusun berdasarkan skala likert yang dimodifikasi menggunakan alternatif jawaban 4 (empat) kategori yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Item yang digunakan untuk mengungkap data terdiri dari item *favourable* dan *unfavourable* berjumlah 36 item.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan angket yang berupa daftar pernyataan. Jenis angket yang digunakan adalah angket tertutup, yaitu angket yang menggunakan item-item pernyataan yang menggali atau merekam informasi mengenai responden dan disertai kemungkinan jawabannya, sehingga tinggal memilih jawaban yang dinilainya paling sesuai. Angket yang digunakan pada penelitian ini adalah angket yang mengacu pada skala likert yang dimodifikasi, yaitu dengan daftar pernyataan yang menggunakan empat alternatif jawaban. Alternatif jawaban yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai dengan menggunakan pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Jumlah keseluruhan item angket yang direncanakan sebanyak 36 item, 18 item *favourable* dan 18 item *unfavourable*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik sosiodrama untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal. Penelitian ini menggunakan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design*. Berdasarkan rancangan tersebut maka penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok yang berlaku sebagai subjek eksperimen.

Langkah yang digunakan untuk mengetahui kemampuan awal komunikasi interpersonal peserta didik dilakukan dengan melaksanakan pengukuran awal (*pretest*) pada kelas VII C, D, E, F, G, dan H. Langkah tersebut kemudian menghasilkan data awal komunikasi interpersonal peserta didik dan terpilihlah 32 peserta didik yang menjadi subjek eksperimen. Subjek eksperimen tersebut kemudian diberi treatment berupa layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama selama 4 kali pertemuan dengan alokasi waktu setiap pertemuan

45 menit. Setelah *treatment* selesai dilakukan, kemudian dilaksanakan kegiatan evaluasi dengan melakukan pengukuran akhir (*posttest*), sehingga dapat diketahui perbedaan keadaan subjek eksperimen sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Selanjutnya, dilakukan penghitungan perbedaan mean atau rata-rata skor antara pre test dan post test. Berdasarkan perhitungan SPSS 16.0 menggunakan analisis deskriptif statistik yang telah dilakukan, diketahui bahwa mean subjek eksperimen pada pengukuran kondisi awal adalah sebesar 74,84 sedangkan *mean* pada pengukuran kondisi akhir adalah sebesar 100,44. Hal tersebut menunjukkan adanya perbedaan mean antara sebelum dengan sesudah perlakuan.

Berdasarkan penghitungan diketahui bahwa rata-rata tingkat kemampuan berkomunikasi interpersonal subjek eksperimen setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama lebih tinggi atau positif dibandingkan sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, terlihat dari peningkatan skor angket komunikasi interpersonal sebelum (*pretest*) dan sesudah perlakuan (*posttest*). Hasil uji hipotesis menggunakan Paired-Sample T Test menunjukkan rata-rata skor angket subjek eksperimen mengalami peningkatan sebesar 25,594 hasil tersebut didapatkan setelah menghitung selisih mean *posttest-pretest* (100,44 - 74,84). Melalui penghitungan analisis *Paired Sample T Test* pula, diperoleh  $t_{hitung}=26,70$  dan  $t_{tabel}=1,695$  maka  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $26,70 > 1,695$ ) yang berarti signifikan yaitu ada perbedaan rata-rata skor angket komunikasi interpersonal antara sebelum dan sesudah

perlakuan. Hal tersebut menunjukkan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi interpersonal pada subjek penelitian.

### PEMBAHASAN

Hasil penelitian dapat membuktikan Teori yang dikemukakan oleh Sukmadinata bahwa, “Sosiodrama adalah kegiatan yang bertujuan mendidik serta penyembuhan individu yang mengalami permasalahan sosial” (1983: 57). Pernyataan tersebut menegaskan bahwa sosiodrama melatih individu untuk menyelesaikan permasalahan sosial, kemampuan berkomunikasi interpersonal rendah termasuk dalam permasalahan sosial, sehingga sosiodrama cocok diterapkan untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi interpersonal peserta didik. Selain itu peningkatan kemampuan berkomunikasi interpersonal peserta didik tersebut juga sesuai dengan tujuan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, yaitu: 1) untuk memberikan pengertian tentang pentingnya berkomunikasi interpersonal dengan teman, 2) untuk menerapkan kemampuan berkomunikasi interpersonal dalam kehidupan sehari-hari. Hidayat, R.R. (2011) menyatakan bahwa kreativitas konselor untuk menggunakan berbagai musik, video, cerita, drama sesuai dengan apa yang disukai siswa, dapat meningkatkan efektifitas intervensi konseling yang dilakukan. Penerapan dalam kehidupan sehari-hari dapat dilihat dari peserta didik yang dapat bersosialisasi dengan teman, guru, dan anggota sekolah lainnya dengan baik. Hasil analisis untuk keseluruhan subjek penelitian membuktikan bahwa terdapat perubahan yang signifikan terhadap perilaku subjek penelitian. Perubahan perilaku tersebut ditunjukkan pada subjek mau bergabung dan mengobrol dengan teman, serta mampu mengemukakan pendapat pada saat diskusi kelompok dengan teman-teman.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini membuktikan bahwa teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi interpersonal pada peserta dengan hasil yang sangat signifikan. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat dilakukan tindak lanjut dan pengembangan untuk membantu peserta didik meningkatkan kemampuan berkomunikasi interpersonal, sehingga mereka dapat berperilaku positif dan mencapai keberhasilan yang diinginkan. Teknik Sosiodrama dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi interpersonal dan mempunyai peran yang positif berkaitan dengan peningkatan perilaku sosial.

### KESIMPULAN DAN SARAN

Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi interpersonal pada peserta didik subjek penelitian. Hal tersebut dapat dibuktikan berdasarkan dari hasil penelitian yang diperoleh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh subjek penelitian yang berjumlah 32 orang mengalami peningkatan kemampuan dalam berkomunikasi interpersonal setelah diberi layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama sebesar 25,6. Hasil tersebut berdasarkan penghitungan skor mean pretest 74,84 dan setelah diberikan treatment mengalami peningkatan skor mean posttest 100,44. Ada perbedaan rata-rata skor angket komunikasi interpersonal antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Hal tersebut ditunjukkan dengan  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $26,70 > 1,695$ ) yang berarti signifikan yaitu ada perbedaan rata-rata skor angket komunikasi interpersonal antara sebelum dengan sesudah perlakuan. Artinya layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi sbjek penelitian. Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat digunakan sebagai salah satu cara meningkatkan kemampuan berkomunikasi interpersonal pada peserta didik yang mengalami kesulitan dalam melakukan komunikasi interpersonal dengan orang lain. Teknik sosiodrama dapat digunakan untuk memecahkan masalah dengan cara memainkan peran bagi individu yang memiliki masalah sosial. Komunikasi interpersonal dapat dibangun melalui pemeranan bersama yang menggunakan tema komunikasi bersama.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mighwar. (2006). *Psikologi Remaja Petunjuk bagi Guru dan Orang Tua*. Bandung: CV Pustaka Setia
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Gerungan. 1996. *Psikologi Sosial*. Bandung: PT Eresco
- Hardjana, A.M. (2003). *Komunikasi Intrapersonal dan Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Kanisius
- Hidayat, R.R. (2011). *Efektivitas Penggunaan Healing Story dengan Media High School Musical Film untuk Resolusi Konflik Remaja*. Skripsi Tidak Diterbitkan. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang.
- Hurlock. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Terj. Istiwidayati & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga
- Liliwari. (1991). *Komunikasi antar Pribadi*. Bandung : PT. Citra Aditya Bakti
- Nurnaningsih. (2011). Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa. *Jurnal UPI: Edisi Khusus No. 1, Agustus 2011*
- Rahardja, A.T. (2004). Hubungan Antara Komunikasi antar Pribadi Guru dan Motivasi Kerja Guru dengan Kinerja Guru SMUK BPK PENABUR Jakarta. *Jurnal: Jurnal Pendidikan Penabur*. 3(3)
- Rahmat, J. (2009). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Romlah, T. (2001). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang Press
- Soeharto & Sutarno. (2009). *Bimbingan dan Konseling*. Surakarta: Yuma Pustaka
- Sukmadinata. (1983). *Teori dan Teknik Bimbingan Kelompok*. Bandung: Yayasan Pusat Bimbingan Penyuluhan Bandung.