



EFEKTIVITAS TEHNIK SOSIODRAMA DALAM MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 4 BAUBAU

Wa Ode Husniah
Universitas Muhammadiyah Buton
odehusniah@gmail.com

Abstrak

Penelitian bertujuan untuk menguji efektifitas tehnik sosiodrama dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa. Metode penelitian menggunakan kuasi-eksperimen dengan desain penelitian *nonequivalent pretest-posttest control group design* dan menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Baubau Tahun Pelajaran 2015/2016, menggunakan *teknik simple random sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji *t independent (independent sample t test)*. Penelitian ini menghasilkan simpulan: (1) profil penyesuaian diri siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Baubau secara umum berada pada kategori sedang, (2) penyesuaian diri siswa mengalami peningkatan yang positif, dan (3) pelaksanaan sosiodrama yang diberikan terbukti efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Kata kunci: sosiodrama dan penyesuaian diri siswa.

Abstract

The purpose of this research was to examine the effectiveness of socio drama technique in increasing the students' acclimatization. The method of research used quasi experiment with the design of research was nonequivalent pre-test - post-test control group design and used quantitative approach. The sample of this research was the students of class VIII at SMP Negeri 4 Baubau in academic year 2015/2016 by using the technique of random sampling. The technique of data analysis was the test analysis of t independent (independent sample t test). The results of this Research were (1) the profile of students' acclimatization was on average category; (2) the students' acclimatization had positive improvement; (3) the performance of Socio Drama was proved effectively to increase acclimatization.

Key words: *socio drama and students' acclimatization*

Pendahuluan

Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang selalu membutuhkan orang lain untuk dapat mempertahankan hidupnya. Proses kehidupan manusia yang dimulai

sejak lahir hingga dewasa mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan. Salah satu fase perkembangan manusia adalah masa remaja. Masa remaja merupakan masa yang penuh gejolak dan masa di mana keingintahuan tentang segala sesuatu yang remaja belum tahu, termasuk didalamnya adalah tentang bagaimana melakukan hubungan interpersonal yang baik agar bisa diterima oleh lingkungan sosialnya.

Havighurst (dalam Hurlock, 1995,p.10) mengemukakan bahwa dalam perkembangannya remaja memiliki tugas perkembangan yang menitik beratkan kepada hubungan sosial yang diantaranya: mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita, mencapai peran sosial pria dan wanita. mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, serta memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.

Siswa di Sekolah Menengah Pertama memasuki tahap perkembangan remaja awal. Awal masa remaja berlangsung dari usia 13-16 tahun, Hurlock (1999,p.206). Remaja adalah individu yang mengalami peralihan dari satu tahap ke tahap berikutnya dan mengalami perubahan baik emosi, tubuh, minat, pola perilaku, dan juga penuh dengan masalah-masalah, Hurlock (1999:207). Oleh karenanya, remaja sangat rentan sekali mengalami masalah psikososial, yakni masalah psikis atau kejiwaan yang timbul sebagai akibat terjadinya perubahan sosial.

Di sekolah, remaja dihadapkan pada masalah penyesuaian diri, terutama pada siswa SMP. Remaja dituntut untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan barunya. Dalam proses penyesuaian diri sering remaja dihadapkan pada persoalan penerimaan dan penolakan dalam pergaulannya. Tingkah laku yang ditunjukkan selalu ingin tampil beda dan mampu berbuat apa saja tanpa ragu. Salah satu tugas perkembangan remaja adalah mampu membina hubungan baik dengan teman sebaya baik sejenis maupun lawan jenis, Hurlock (1999:209). Menurut Satmoko (dalam Gufron & Risnawati, 2011 : 50) Penyesuaian diri dipahami sebagai interaksi seseorang yang kontinu dengan dirinya sendiri, orang lain, dan dunianya. Seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang berhasil apabila ia dapat mencapai kepuasan dalam usahanya memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, bebas dari berbagai simptom yang mengganggu, frustrasi dan konflik. Sebaliknya, gangguan penyesuaian diri terjadi apabila seseorang tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapi dan menimbulkan respon dan reaksi yang tidak efektif, situasi emosional tidak terkendali, dan keadaan tidak memuaskan.

Hal tersebut di atas juga dialami oleh siswa SMP Negeri 4 Baubau, berdasarkan studi pendahuluan melalui observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan diperoleh data bahwa masih banyak siswa yang belum dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekolah, terkadang terlihat frustrasi, adu mulut dengan temannya, suka tegang dalam menghadapi mata pelajaran tertentu dan kurang berinteraksi dengan teman, guru dan lingkungan sekolah.

Tentunya masalah ini membutuhkan proses bimbingan secara khusus agar siswa mampu mengatasi masalah penyesuaian diri. Sosiodrama adalah salah satu teknik Layanan bimbingan kelompok yang merupakan salah satu jenis layanan yang diberikan dalam bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah penyesuaian diri siswa. Sosiodrama biasanya digunakan untuk menangani masalah yang berkaitan dengan masalah sosial seperti krisis kepercayaan diri jika di hadapan kelompok, menumbuhkan rasa kesetiakawanan sosial dan rasa tanggung jawab serta untuk mengembangkan keterampilan tertentu. Sosiodrama dipergunakan sebagai salah satu teknik untuk memecahkan masalah – masalah sosial dengan melalui kegiatan bermain peran.

Sosiodrama adalah salah satu teknik Layanan bimbingan kelompok yang merupakan salah satu jenis layanan yang diberikan dalam bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah penyesuaian diri siswa. Sosiodrama dipergunakan sebagai salah satu teknik untuk memecahkan masalah – masalah sosial dengan melalui kegiatan bermain peran. Di dalam sosiodrama ini seseorang akan memerankan suatu peran tertentu dari situasi masalah sosial. (Djumhur & Muh Surya,2001 :109).

Tujuan penelitian ini adalah menguji efektivitas sosiodrama dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Baubau.

Metode Penelitian

Pendekatan ini menggunakan kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui Efektifitas Teknik Sosiodrama dalam meningkatkan penyesuaian diri. Penelitian kuantitatif menggunakan angka-angka dan analisis datanya menggunakan statistik (Sugiyono, 2008:13). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Eksperiment*. Penelitian ini bertempat di SMP Negeri 4 Baubau, yang dilaksanakan pada bulan Oktober – Desember

2015. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 72 siswa yang diambil menggunakan tehnik *simple random sampling*.

Prosedur

Penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimental dengan *nonequivalent control group design*. Penelitian eksperimen ini melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok control. Kedua kelompok tersebut diberi *pre-test* dan *post-test*, pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan dengan memberikan tehnik sosiodrama, perbedaan hasil atau variabel dependen pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat menunjukkan efektif atau tidaknya perlakuan yang diberikan kepada kelompok eksperimen.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini digunakan skala penyesuaian diri siswa yang terdiri dari 5 alternatif jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Kurang Setuju (KS) Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Uji validitas item menggunakan rumus korelasi *product moment*. Uji reliabilitas item menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* (α).

Tehnik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan analisis uji t independen (*independent sample t test*). Sebelum dilakukan uji t, langkah pengujian efektifitas teknik sosiometri dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa ini dilakukan juga uji normalitas untuk mengetahui apakah hasil penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas data pada penelitian ini adalah *Kolmogrov-Smirnov Test*, dengan menggunakan bantuan program komputer (*software*) *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 16.0 for Windows*. Dasar pengambilan keputusan didasarkan pada nilai probabilitas (*Asymptotic Significance*), yaitu:

- a. Jika probalitas $> 0,05$ maka data yang digunakan berdistribusi normal.
- b. Jika probalitas $< 0,05$ maka data yang digunakan tidak berdistribusi normal.

Berikut, uji homogenitas yaitu untuk menilai apakah data hasil penelitian dari dua kelompok yang diteliti memiliki varians yang sama atau tidak. Jika data memiliki varians yang cenderung sama (homogen), maka dikatakan bahwa sampel dari kedua kelompok tersebut berasal dari populasi yang sama/seragam. Menguji homogenitas varians data gain kedua kelompok ($p > 0,05$) dengan bantuan SPSS 15.0.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian mengenai profil umum penyesuaian diri siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Baubau disajikan dalam tabel 1.

Tabel 1. Profil Umum Penyesuaian Diri Siswa

Kategori	Kriteria	F	Persentase
Tinggi	$X \geq 170$	1	1,389
Sedang	132-170	37	51,39
Rendah	$X \leq 132$	34	47,22
Jumlah		72	100

Tabel 1 menunjukkan tingkat penyesuaian diri siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Baubau yang secara umum berada pada kategori tinggi dengan persentase 1,389 atau hanya 1 siswa dan kategori sedang dengan persentase 51,39 atau sebanyak 37 siswa, sedangkan kategori rendah dengan persentase 47,22 atau sebanyak 34 siswa. Hal ini berarti bahwa secara umum dapat dikatakan bahwa mayoritas siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Baubau memiliki Penyesuaian Diri berada pada kategori belum baik. Hal tersebut menggambarkan mayoritas siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Baubau belum cukup memahami potensi yang dimilikinya dalam penyesuaian diri.

Secara deskriptif, profil penyesuaian diri siswa dapat dilihat dari indikator yang disajikan pada tabel 2 berikut.

Tabel 2. Profil Penyesuaian Diri Siswa Berdasarkan Indikator

Indikator	Kategori	Kriteria	F	Persentase
Kemampuan dalam mencapai kematangan emosional	Tinggi	$X > 39$	9	12,5
	Sedang	33-39	50	69,44
	Rendah	$X \leq 33$	12	16,67
Kemampuan dalam mencapai kematangan intelektual	Tinggi	$X > 13$	46	63,89
	Sedang	9-13	22	30,56
	Rendah	$X \leq 9$	4	5,556
Kemampuan dalam mencapai kematangan sosial	Tinggi	$X > 62$	15	20,83
	Sedang	53-62	38	52,78
	Rendah	$X \leq 53$	19	26,39
Kemampuan dalam bertanggung jawab	Tinggi	$X > 60$	1	1,389
	Sedang	37-60	1	1,389
	Rendah	$X \leq 37$	70	97,22

Tabel 2 menunjukkan bahwa dalam setiap indikator terlihat sebaran kategori penyesuaian diri yang beragam. Indikator 1 kemampuan dalam mencapai kematangan emosional, siswa berada pada kategori tinggi artinya siswa yang telah memiliki kemampuan dalam mencapai kematangan emosional ada sebanyak 9 siswa (12,5%), 50 siswa (69,44%) berada pada kategori sedang, artinya siswa telah cukup baik memiliki kemampuan dalam mencapai kematangan emosional, ada sebanyak 12 siswa (16,67%) berada pada kategori rendah, artinya siswa pada kategori ini belum baik dan belum memiliki kemampuan dalam mencapai kematangan emosionalnya.

Pada tabel 2 terlihat bahwa Indikator 2, kemampuan dalam mencapai kematangan intelektual, siswa berada pada kategori tinggi artinya siswa yang telah memiliki kemampuan untuk mencapai kematangan intelektualnya ada sebanyak 46 siswa (63,89%), 22 siswa (30,56%) berada pada kategori sedang, artinya siswa telah cukup baik dalam memiliki kematangan intelektualnya, ada sebanyak 4 siswa (5,556%) berada pada kategori rendah, artinya siswa pada kategori ini belum baik dalam intelektualnya. Indikator 3, kemampuan dalam mencapai kematangan sosial, terdiri dari 15 siswa (20,83%) berada pada kategori tinggi ini menunjukkan bahwa siswa telah baik dan mampu dalam mencapai kematangan sosialnya, 38 siswa (52,78%) berada pada kategori sedang, artinya siswa telah cukup mencapai kematangan sosialnya, dan ada sebanyak 19 siswa (26,39%) berada pada kategori rendah, artinya siswa pada kategori ini belum baik dan belum mampu dalam mencapai kematangan sosialnya. Indikator 4, kemampuan dalam bertanggung jawab, ada 1 siswa (1,389%) berada pada kategori tinggi, artinya berada pada kategori tinggi ini bahwa siswa telah mampu dalam bertanggung jawab, ada sebanyak 1 siswa (1,389%) berada pada kategori sedang, artinya bahwa siswa telah cukup baik dan mampu dalam bertanggung jawab, dan ada sebanyak 70 (97,22%) berada pada kategori rendah, artinya siswa belum mampu dalam bertanggung jawab.

Adapun efektifitas sosiodrama dianalisis dengan cara menghitung normalitas data yang dilakukan dengan statistika *uji Z Kolmogrov Smirvov Test* ($p > 0,05$) melalui bantuan *software* SPSS 15.0, baik kelompok eksperimen dan kelompok control diperoleh nilai $p = 0,2$, data penyesuaian diri siswa berdistribusi normal karena nilai $p > 0,05$. Dasar pengambilan keputusan didasarkan pada nilai probabilitas (*Asymptotic Significance*),

Hasil uji homogenitas untuk kelompok eksperimen diperoleh nilai $p = 0,2$ dan kelompok kontrol diperoleh nilai $p = 0,3$. Data penyesuaian diri siswa memiliki varians yang cenderung sama (homogen), karena kedua kelompok memiliki nilai $p > 0,05$.

Pengujian t independen gain kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dilakukan dengan menggunakan *software* SPSS 15.0. Tabel 3 menyajikan hasil uji t independen gain setiap indikator penyesuaian diri.

Tabel 3. Hasil Uji-t Independen Data Gain Setiap Indikator pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Indikator	Eksperimen		Kontrol		Perbedaan mean	Harga t	Nilai p	keterangan
	Mean	Deviasi	Mean	deviasi				
1	-2.90	3.071	1.00	1.414	-3,900	-3.647	0.002	Signifikan
2	-2.30	2.497	1.00	1.414	-3.300	-3.637	0.002	Signifikan
3	-2.90	3.071	4.30	4.448	-7.200	-4.212	0.001	Signifikan
4	2.30	1.636	10	1.370	-2.200	3.260	0.004	Signifikan

Pada Tabel 3 tampak bahwa setelah memperoleh perlakuan melalui konseling kelompok terdapat perbedaan rata-rata kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol. Pada indikator 1 (kemampuan dalam mencapai kematangan emosional) mengalami peningkatan signifikan, artinya layanan sosiodrama efektif untuk mencapai kematangan emosional dalam mampu bersikap menerima kenyataan diri sendiri, mampu dalam mengontrol emosional dengan baik, dan mampu dalam bersikap realistic dan objektif. Pada indikator 2 (kemampuan dalam mencapai kematangan intelektual) juga mengalami peningkatan yang signifikan, artinya sosiodrama efektif dalam mencapai kematangan intelektual dalam mengambil keputusan dengan baik dan mampu memahami orang lain.

Tabel 3 menunjukkan bahwa pada indikator 3 (kemampuan dalam mencapai kematangan sosial) mengalami peningkatan, artinya layanan sosiodrama efektif dalam mencapai kematangan sosial dalam menyesuaikan diri terhadap masalah sosial yang terjadi dilingkungan sekolah. Indikator 4 (kemampuan dalam bertanggung jawab) juga mengalami peningkatan yang signifikan, artinya layanan sosiodrama efektif dalam bertanggung jawab dalam melaksanakan perencanaan yang telah dibuat.

Secara keseluruhan, dapat dikatakan bahwa setelah memperoleh layanan sosiodrama, kelompok eksperimen mengalami peningkatan dibandingkan kelompok kontrol yang memperoleh layanan secara konvensional.

Pembahasan

Penyesuaian diri memberikan arah/orientasi terhadap apa yang individu lakukan dimasa depan terkait dengan apa yang akan individu lakukan. Penyesuaian diri memungkinkan individu untuk mengambil langkah-langkah strategis dalam kesehariannya, sehingga individu lebih fokus menuju hal yang memang ingin dilakukan. Setiap mahluk di alam semesta ini melakukan apa yang dinamakan

Penyesuaian baik berupa penyesuaian terhadap lingkungan maupun penyesuaian terhadap yang lain individu atau mahluk yang lemah dan tidak dapat menyesuaikan diri akan tersingkir dan hilang atau tak bisa meneruskan eksistensinya menurut teori Evolusi Darwin. Penyesuaian diri atau (Adjustment) merupakan suatu istilah yang sulit didefinisikan karena memiliki makna yang banyak dan kriteria dalam menilai penyesuaian diri sulit dirumuskan secara jelas. sebagai antonimnya yaitu ketidakmampuan menyesuaikan diri (maladjustment) memiliki batas yang sama sehingga akan mengaburkan perbedaan diantara keduanya. Dengan demikian, apabila kita mau menghilangkan kekacauan atau salah pengertian mengenai apa itu penyesuaian diri, maka kita harus tahu konsep-konsep dasarnya.

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Baubau menunjukkan 1 siswa (1,389) berada pada kategori tinggi (matang), 37 siswa (51,39) berada pada kategori sedang (cukup matang), dan 34 siswa (47,22) berada pada kategori rendah. Terlihat rata-rata siswa belum sempurna atau belum mencapai pada tingkatan yang terbaik dalam merespon indicator penyesuaian diri sesuai dengan tuntutan dan keharusan.

Penyesuaian diri merupakan suatu konstruksi/bangunan psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Dengan perkataan lain, masalah penyesuaian diri menyangkut aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya (Desmita, 2009:191). Penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya. Sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan, dan lain-lain emosi negative sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis (Kartini Kartono, 2002:56)

Penyesuaian diri yang baik menggambarkan ketercapaian setiap siswa dalam memenuhi empat indikator penyesuaian diri, yaitu mencapai kematangan dalam emosional,

kematangan intelektual, kempuan dalam mencapai kebaikan sosial, serta kemampuan dalam bertanggung jawab. Penyesuaian diri merupakan salah satu sikap agar seorang individu dapat menyelaraskan hubungan individu dengan realitas.

Sejalan dengan pandangan di atas, Mohammad Ali dan Mohammad Asrori (2009:176) menyatakan bahwa orang yang di pandang mempunyai peyesuaian diri yang baik adalah individu yang telah belajar bereaksi terhadap dirinya dan lingkunganya dengan cara-cara yang matang, efisien, memuaskan dan sehat, serta dapat mengatasi konflik mental, frustasi, kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengembangkan perilaku simptomotik dan gangguan psikosomotik yang mengganggu tujuan-tujuan moral, sosial, agama, dan pekerjaan. Orang seperti itu mampu menciptakan dan mengisi hubungan antar pribadi dan kebahagiaan timbal balik yang mengandung realisasi dan perkembangan kepribadian secara terus menerus.

Hasil analisis uji komparatif dengan rumus uji t independen menggunakan bantuan program computer SPSS for windows 15.00, menunjukkan bahwa nilai $p=0,000$, karena nilai $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, diketahui bahwa pelaksanaan sosiodrama efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan terjadi peningkatan penyesuaian diri skor matang sebesar 80,56% dimana skor matang penyesuaian diri siswa kelompok eksperimen sebelum mengikuti kegiatan sosiodrama sebesar 11,49% dan skor matang penyesuaian diri setelah mengikuti kegiatan sosiodrama sebesar 12,40%. Hal ini diindikasikan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap aspek yang telah dikembangkan melalui sosiodrama.

Data yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa pelaksanaa sosiodrama dalam meningkatkan penyesuaian siswa menunjukkan adanya perubahan sikap terhadap penyesuaian diri. Hal ini tergambarakan dengan hasil evaluasi siswa selama kegiatan sosiodrama berlangsung. Dimana hasil evaluasi adalah setelah pemberian layanan sosiodrama, sekarang siswa sudah dapat memahami dirinya, mampu dalam mengambil keputusan dengan baik, dapat memahami bagaimana cara berkomunikasi dengan baik, serta memiliki kemampuan dalam mengenal lingkungan.

Mareno (dalam kellermann, 2007:1) Sosiodrama adalah suatu pengalaman grup sebagai satu jalan utuh untuk eksplorasi sosial dan transformasi konflik antar kelompok. Sosiodrama adalah permainan peran yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia, Romlah (1999:104). Selain itu dapat dikatakan bahwa

teknik sosiodrama lebih tepat digunakan untuk mencapai tujuan yang mengarah pada (1) aspek afektif motorik dibandingkan pada aspek kognitif, terkait dengan kehidupan hubungan sosial. Sehubungan dengan itu maka materi yang disampaikan melalui teknik sosiodrama bukan materi yang bersifat konsep- konsep yang harus dimengerti dan dipahami, tetapi berupa fakta, nilai, mungkin juga konflik-konflik yang terjadi di lingkungan kehidupannya, (2) melalui permainan sosiodrama, konseli diajak untuk mengenali, merasakan suatu situasi tertentu sehingga mereka dapat menemukan sikap dan tindakan yang tepat seandainya menghadapi situasi yang sama. Diharapkan akhirnya mereka memiliki sikap dan keterampilan yang diperlukan dalam mengadakan penyesuaian sosial, Wingkel (2004,p.474). Dengan demikian tehnik sosiodrama adalah tehnik bermaian peran efektif dalam membantu siswa memecahkan permasalahan penyesuaian dirinya.

Simpulan dan Saran

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian gambaran umum menunjukkan bahwa kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Baubau menunjukkan 47,22% siswa berada pada kategori rendah yang artinya siswa belum sempurna atau belum mencapai pada tingkatan yang terbaik dalam merespon indicator penyesuaian diri sesuai dengan tuntutan dan keharusan. Berdasarkan hasil *pre test* penyesuaian diri siswa pada kelompok eksperimen siswa berada pada kategori rendah, artinya penyesuaian diri siswa belum baik (11,49%), setelah dilaksanakan layanan sosiodrama terjadi peningkatan skor berdasarkan hasil *post test* penyesuaian diri siswa menjadi tinggi (12,40%) berarti penyesuaian diri siswa berada pada kategori baik, sehingga dapat disimpulkan pelaksanaan sosiodrama efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, disarankan: (1) pihak sekolah harus terus berupaya dalam meningkatkan peran guru dalam memanfaatkan sosiodrama sebagai teknik dalam bimbingan konseling untuk mengatasi masalah penyesuaian diri, (2) hasil penelitian ini hendaknya dijadikan sebagai bahan evaluasi guru bimbingan konseling di sekolah dalam mengatasi masalah penyesuaian diri, (3) perlu diadakan penelitian lanjutan mengenai bimbingan konseling atau khusus mengenai sosiodrama, untuk memperluas perkembangan penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Ali Mohammad, Asrori Mohammat (2009). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik: Panduan Bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP, SMA*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Ferguson, M. (2012). *Pengertian Efektifitas*. [Online]. Tersedia di <http://madhiennyutnyut.blogspot.com> diakses tanggal 4 September 2015.
- Ghufroon & Risnawati. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Jokjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hurllock, E.B. (1995). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Ka, Fitri (2008). *Teknik Sociodrama*. Tersedia di <http://fitrika1127.blogspot.co.id> Diakses tanggal 4 November 2015.
- Kartono, K. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Roneka Cipta.
- Katukk Moredy, (2014). *Dunia Psikologi*. Tersedia di <http://Moredykatukk.blogspot.com>. Diakses tanggal 25 Januari 2015.
- Kellermann, G.P.F. (2007). Sociodrama and collective trauma. *Jurnal of personality and social psychology*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Prayitno dan Amti. E. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Komalasari, Dkk. (2011). *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). *Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Virgin. (2011). *Teknik sosiodrama dan psikodrama bimbingan dan konseling*. Tersedia di <http://misscounseling.blogspot.com/2011/03/teknik-sosiodrama-dan-psikodrama.html>. diambil tanggal 17 Mei 2014.
- Wingkel, 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia.