

EFEKTIVITAS TEKNIK SOSIODRAMA MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF VERBAL SISWA SMP

Retno Winarlin, Blasius Boli Lasan, Widada

Bimbingan dan Konseling-Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Malang-Jl.Semarang No. 5 Malang

E-mail: retno_winarlin@yahoo.com

Abstract: This research aims to know the effectiveness of group-counseling sociodramas to reduce verbal aggressive of junior High School student. The research design used is quasi-experiment, which is one group pretest posttest. The treatment is sociodramas done in five session. The subjects are 16 eight-grader's of SMP with high verbal aggressiveness scores. The pretest and the posttest is in the form of verbal aggressive inventory. The analysis result Wilcoxon Signed Ranked Test shows value $Z = -3.517^a$ with $p = 0.000 < 0,05$ and from mean 236,69 is decrease 122,75 which proves group-counseling sociodramas are effective to reduce verbal aggressive acts of Junior High School student.

Keywords: sociodramas; aggressive acts; verbal aggressive

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan teknik sosiodrama melalui bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku agresif verbal siswa SMP. Rancangan penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu yaitu *one group pretest posttest*. *Treatment* berupa teknik sosiodrama yang dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan. Subyek penelitian sebanyak 16 siswa kelas VIII SMP yang memiliki skor agresivitas verbal tinggi. *Pretest* dan *posttest* berupa inventory perilaku agresif verbal. Pemberian *treatment* dilakukan sebanyak lima kali pertemuan. Hasil analisis uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $Z = -3.517^a$ dengan $p = 0.000 < 0,05$ dan dari mean 236,69 turun menjadi 122,75 artinya bahwa teknik sosiodrama melalui bimbingan kelompok efektif untuk mengurangi perilaku agresif verbal siswa SMP.

Kata kunci: sosiodrama; perilaku agresif; agresif verbal

Menurut Glynis M. Breakwell (2002: 17) agresi didefinisikan sebagai setiap bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau merugikan seseorang yang bertentangan dengan kemauan orang itu. Perilaku agresif verbal merupakan bentuk perilaku agresif yang menyakiti atau melukai perasaan orang lain, misalnya menghina, mengancam, memermalukan, marah, membentak, dll.

Seseorang berperilaku agresif karena adanya pengalaman masa lampau dalam proses pembelajaran seorang individu melalui orang lain baik itu orang yang dijadikan model maupun keterlibatan langsung dalam lingkungan sosial yang mendorong munculnya perilaku agresif seseorang. Hal ini senada dengan teori belajar sosial yang dikemukakan oleh Albert Bandura yang menyatakan bahwa tingkah laku manusia bukan semata-mata refleks otomatis atas stimulus, melainkan juga akibat reaksi yang timbul sebagai hasil interaksi antara lingkungan dengan skema kognitif manusia itu sendiri (Bandura dalam Suyono, 2012: 66). Dalam hal ini, seorang siswa belajar mengubah perilakunya sendiri melalui penyaksian cara orang atau sekelompok orang

mereaksi atau merespons sebuah stimulus tertentu dan dapat mempelajari respons-respons baru dengan cara pengamatan terhadap perilaku orang lain.

Dari hasil observasi yang dilaksanakan selama magang di SMP Negeri 15 Malang terhadap 16 siswa, terlihat bahwa siswa lebih cenderung untuk melakukan perilaku agresif secara verbal (kata-kata), seperti menghina, mengejek, membantah, berteriak, mengucapkan kata-kata kotor, dan mudah marah.

Bimbingan dan konseling merupakan bagian integral di sekolah yang mampu memberikan pelayanan yang tepat bagi keadaan dan kebutuhan siswa sehingga dapat mencapai tugas-tugas perkembangan secara optimal. Salah satu layanan bimbingan dan konseling di sekolah adalah bimbingan kelompok. Salah satu teknik dalam bimbingan kelompok yaitu sosiodrama. Sosiodrama merupakan permainan peranan yang digunakan untuk memecahkan masalah dalam konteks sosial.

Menurut Romlah, Tatiek (2013: 104) sosiodrama adalah permainan peranan yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Sosiodrama dipandang sebagai salah satu teknik yang tepat untuk mengurangi perilaku agresif karena memberikan kesempatan kepada siswa untuk memerankan peran tertentu dari situasi masalah sosial dan mengajarkan cara-cara bertingkah laku dalam hubungan antara sesama manusia sehingga siswa dapat merasakan secara langsung pengalaman yang didapatkan melalui perannya. Melalui keterlibatan siswa secara aktif dalam proses permainan peranan, siswa dapat mengembangkan pengertian-pengertian baru dan mempraktikkan keterampilan-keterampilan baru (Corsini dalam Romlah, 2013: 99).

Penelitian mengenai efektivitas teknik sosiodrama yang dilakukan oleh peneliti senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Djannah, Wardatul dan Drajat Edy (2012), dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan interaksi sosial dengan teman sebaya (Sumber: <http://eprints.ums.ac.id/1333/1/F100020084.pdf>). Hasil penelitian serupa juga datang dari Djannah, Wardatul dan Ayom Yulita (2012), hasil penelitian tindakan kelas bimbingan dan konseling yang dilaksanakan dalam dua siklus, menyatakan bahwa hipotesis yang dirumuskan telah terbukti kebenarannya yaitu teknik sosiodrama efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta tahun pelajaran 2011/2012 (Sumber: <http://eprints.ums.ac.id/4834/1/F100040265.PDF>). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengurangi perilaku agresif verbal siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.

METODE

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one-group pretest-posttest* (Sugiyono, 2011: 74). *Treatment* diberikan kepada siswa yang memiliki tingkat agresivitas tinggi dengan teknik sosiodrama. Untuk mengetahui keefektifan teknik sosiodrama adalah dengan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* perlakuan kepada kelompok eksperimen. Kegiatan yang dilakukan dalam penelitian ini disajikan dalam tabel 1.

Ada tiga tahapan dalam pelaksanaan *treatment* yaitu pembukaan, kegiatan inti, dan penutup. Pertama, tahap pembukaan yaitu pembinaan hubungan baik, menyampaikan tujuan layanan dan topik *treatment*. Kedua, tahap kegiatan inti yaitu menentukan kelompok pemain dan penonton beserta tugasnya, menyampaikan garis besar cerita, rambu-rambu pemain, adegan demi adegan, pelaksanaan sosiodrama, evaluasi dan diskusi. Terakhir, tahap penutup yaitu pemberian motivasi dan terminasi.

Subyek penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP berjumlah 16 siswa yang memiliki tingkat agresivitas verbal tinggi dengan skor tertinggi 251. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa inventory perilaku agresif verbal, pedoman observasi yang digunakan untuk peneliti selama memberikan *treatment* dan pedoman observasi untuk siswa selama pelaksanaan sosiodrama. Format pedoman observasi untuk peneliti dan siswa berbentuk *rating scale*. Format pedoman observasi untuk peneliti menjelaskan tentang tahapan-tahapan yang harus dilakukan selama pemberian *treatment*. Sedangkan format pedoman observasi untuk siswa menjelaskan tentang keseriusan, pemahaman, penjiwaan, dan keaktifan siswa selama *treatment* berlangsung.

Berdasarkan hasil uji coba instrumen terdapat 68 butir yang valid dari 75 butir pernyataan. Artinya bahwa butir yang tidak valid sebanyak 7 butir. Tujuh butir pernyataan yang tidak valid tersebut dihilangkan

Tabel 1. Kegiatan Penelitian

Pertemuan	Tanggal	Topik <i>Treatment</i>	Durasi/waktu
Pertama	11 Maret 2016	<i>Pretest</i>	40 menit
Kedua	14 Maret 2016	Berhenti menghina dan mengejek teman yang miskin	40 menit
Ketiga	17 Maret 2016	Berhenti mengutuk dan mengejek teman	40 menit
Keempat	19 Maret 2016	Berhenti mengejek dan menghina teman	40 menit
Kelima	21 Maret 2016	Ayoo berhenti mengejek dan membantah	40 menit
Keenam	24 Maret 2016	Berhenti menghina teman yang berbeda status sosial ekonomi	40 menit
Ketujuh	25 Maret 2016	<i>Posttest</i>	40 menit

Tabel 2. Kisi-kisi Inventory Perilaku Agresif Verbal

Sub Variabel	Indikator	Jumlah sebelum uji coba	Jumlah setelah uji coba
Agresif verbal	Menghina:	12	11
	• Menjelek-jelekkkan badan teman		
	• Menjelek-jelekkkan pekerjaan dan nama orang tua teman		
	• Menjelek-jelekkkan apa yang dikerjakan teman		
	Berteriak:	13	13
	• Berteriak memanggil teman		
	• Berbicara dengan suara keras (berteriak-teriak)		
	• Berteriak ketika marah		
	• Berteriak ketika dikagetkan teman		
	Mengutuk:	12	8
• Menyumpahkan teman yang kurang disenangi			
• Menyumpahkan teman sebagai bentuk ungkapan meyakinkan diri sendiri			
• Menyumpahkan teman agar sengsara hidupnya			
• Menyumpahkan teman dengan perkataan yang kotor			
Mengejek:	23	22	
• Mengejek barang yang dimiliki teman			
• Mengejek teman yang kalah			
• Mengejek teman yang perilakunya buruk			
Membantah:	15	14	
• Tidak menjalankan perintah			
• Membantah ketika dinasehati			
• Membantah ketika ditegur			
• Membantah ketika pendapatnya disalahkan			
Jumlah		75	68

dan tidak digunakan untuk mengukur tingkat agresivitas siswa. Kemudian, butir pernyataan diacak digunakan saat *pretest*, begitu juga saat *posttest* dilakukan pengacakan kembali. Inventory perilaku agresif verbal berjumlah 68 butir valid dengan validasi butir $r = 0,3$ dan reliabilitas instrumen 0,922. Siswa yang berada pada klasifikasi agresivitas rendah menunjukkan bahwa siswa tersebut memiliki tingkat agresivitas rendah. Sebaliknya, siswa yang berada pada klasifikasi agresivitas tinggi menunjukkan bahwa siswa tersebut memiliki tingkat agresivitas tinggi. Kisi-kisi inventori perilaku agresif verbal disajikan dalam tabel 3.

Sebelum diberikan *treatment* dengan teknik sosiodrama, peneliti membuat materi berupa skenario mengenai perilaku agresif verbal siswa. Terdapat lima skenario sosiodrama yang sesuai dengan indikator perilaku agresif verbal. Setiap skenario terdapat enam butir penilaian mengenai ketepatan, kegunaan, kemudahan, dan kemenarikan. Untuk skor penilaian materi yaitu sangat baik (4), baik (3), kurang baik (2), dan tidak baik (1).

Tabel 3. Perbedaan Data Hasil *Pretest*, *Posttest*, dan Observasi:

No	Subyek Penelitian	<i>Pretest</i>	Klasifikasi	<i>Posttest</i>	Klasifikasi	Perbedaan <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	Hasil Observasi/ <i>follow up</i>	Klasifikasi
1	AY	221	tinggi	130	rendah	91	118	rendah
2	FAH	225	tinggi	122	rendah	103	113	rendah
3	HAN	238	tinggi	110	rendah	128	107	rendah
4	IMB	227	tinggi	128	rendah	99	105	rendah
5	KAR	235	tinggi	124	rendah	111	108	rendah
6	MUR	236	tinggi	116	rendah	120	115	rendah
7	NAB	240	tinggi	121	rendah	119	112	rendah
8	BIL	233	tinggi	120	rendah	113	118	rendah
9	PUN	251	tinggi	123	rendah	128	119	rendah
10	RIC	223	tinggi	120	rendah	103	109	rendah
11	RUR	238	tinggi	131	rendah	107	116	rendah
12	SAP	242	tinggi	126	rendah	116	111	rendah
13	SIN	245	tinggi	124	rendah	121	108	rendah
14	VIV	244	tinggi	130	rendah	114	116	rendah
15	WIN	242	tinggi	118	rendah	124	110	rendah
16	YOI	247	tinggi	121	rendah	126	128	rendah

HASIL

Dari data yang diperoleh, terjadi perubahan tingkat agresivitas yang signifikan pada semua subyek penelitian. Subyek penelitian mengalami penurunan tingkat agresivitas dan masuk pada klasifikasi rendah. Perbedaan data hasil *pretest*, *posttest*, dan observasi disajikan dalam tabel 3. Hasil pengujian hipotesis berdasarkan uji beda *two related sample test* Wilcoxon diperoleh nilai $Z = -3,517$ dengan $p = 0,000$ dan beda mean dari 236,69 turun menjadi 122,75. Dilihat dari hal tersebut maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan teknik sosiodrama efektif untuk mengurangi perilaku agresif verbal.

PEMBAHASAN

Dari hasil pengamatan, terjadi perubahan perilaku agresif verbal yang signifikan pada semua subyek penelitian. Perubahan perilaku yang tampak yaitu berkurangnya perkataan kotor dan berteriak-teriak, tidak mudah emosi terhadap teman, tidak mengejek dan menghina teman, dan mengerjakan apa yang diperintah oleh teman. Misalnya, jika tidak dipinjami pensil atau pulpen maka mereka akan meminjam ke teman yang lain atau kepada guru, memperhatikan ketika guru berbicara di depan kelas, menghapus papan tulis dengan segera, mendekati teman ketika akan berbicara, tidak meneruskan kata yang diucapkan ketika sadar bahwa kata tersebut merupakan kata-kata kotor, dan tidak mengejek teman.

Penelitian mengenai efektivitas teknik sosiodrama yang dilakukan oleh peneliti senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyawati, (2013), penelitian tersebut menunjukkan bahwa teknik sosiodrama efektif untuk mengurangi perilaku *bullying* pada siswa SMP. Hal ini dapat dilihat melalui penghitungan statistik dengan uji Wilcoxon bahwa nilai signifikansi 0,012, artinya bahwa nilai signifikansi kurang dari 0,05. Di samping itu, hasil penelitian serupa yang dilakukan oleh Djannah, dan Drajat (2012), penelitian tersebut menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan interaksi sosial dengan teman sebaya karena adanya perubahan pada siklus I dan siklus II (Sumber: <http://eprints.ums.ac.id/1333/1/F100020084.pdf>). Terdapat juga hasil penelitian serupa dari Djannah, dan Yulita (2012), hasil penelitian tindakan kelas bimbingan dan konseling yang dilaksanakan dalam dua siklus, menyatakan bahwa hipotesis yang dirumuskan telah terbukti kebenarannya, yaitu teknik sosiodrama efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta tahun pelajaran 2011/2012 (Sumber: <http://eprints.ums.ac.id/4834/1/F100040265.PDF>).

Dari berbagai hasil penelitian yang dilakukan oleh para peneliti tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama merupakan metode dalam bimbingan kelompok yang efektif untuk membantu memecahkan masalah dalam konteks sosial. Hal ini dikarenakan bahwa sosiodrama merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mendidik daripada menyembuhkan. Sosiodrama dilakukan jika sebagian besar siswa mempunyai permasalahan sosial yang sama, dan untuk melatih atau mengubah sikap-sikap tertentu.

Menurut Bennet (dalam Romlah, 2013:99), permainan peranan adalah suatu alat belajar yang mengembangkan keterampilan-keterampilan dan pengertian-pengertian mengenai hubungan antar manusia dengan jalan memerankan situasi-situasi paralel yang sedang terjadi dalam kehidupan sebenarnya. Oleh karena itu, permainan peranan dilakukan secara berkelompok yang terdiri dari 15–20 orang/siswa, terbagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok pemain dan kelompok penonton.

Corsini (dalam Romlah, 2013), menyatakan bahwa salah satu manfaat sosiodrama yaitu untuk melatih keterampilan-keterampilan baru yang dapat dipraktikkan dan dikembangkan salah satunya adalah keterampilan perilaku baru yang adaptif. Sosiodrama sebagai kegiatan yang bertujuan untuk mendidik, siswa memerankan peranannya tanpa teks dan tanpa latihan intensif terlebih dahulu, melainkan siswa belajar kreatif dan berpikir imajinatif. Siswa memainkan peran sesuai dengan karakter tokoh yang diperankan. Siswa hanya diberikan kesempatan untuk membaca garis besar isi cerita dan rambu-rambu pemain, kemudian dalam bermain peran siswa dituntut untuk menghayati karakter tokoh yang dimainkan. Pengembangan peran dalam cerita diserahkan kepada masing-masing pemain.

Sosiodrama dapat menjadi media untuk mengubah perilaku agresif verbal dan menggantinya dengan perilaku-perilaku baru yang dipelajarinya. Proses pembelajaran bertujuan untuk mengembangkan aspek afektif dan kognitif siswa sehingga selain mempelajari perilaku baru, siswa juga memiliki pemahaman jika perilaku yang mereka perbuat terhadap teman sebayanya kurang baik dalam hubungan sosial.

Hal ini senada dengan teori belajar sosial Albert Bandura yang menyatakan bahwa tingkah laku manusia bukan semata-mata refleks otomatis atas stimulus, melainkan juga akibat reaksi yang timbul sebagai hasil interaksi antara lingkungan dengan skema kognitif manusia itu sendiri (Bandura dalam Suyono, 2012: 66). Bandura melalui teori belajar sosialnya menyatakan bahwa individu mempelajari perilaku sosial melalui pengamatan dan imitasi, serta dengan diberi imbalan dan hukuman (dalam Myers, 2010: 79). Dalam hal ini seorang siswa belajar mengubah perilakunya sendiri melalui penyaksian cara orang atau sekelompok orang mereaksi atau merespons sebuah stimulus tertentu dan dapat mempelajari respons-respons baru dengan cara pengamatan terhadap perilaku orang lain.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil analisis uji beda *two related sample test* Wilcoxon, menunjukkan bahwa antara skor *pretest* dan skor *posttest* terdapat perbedaan yang menunjukkan penurunan perilaku agresif verbal. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama efektif untuk mengurangi perilaku agresif verbal pada siswa SMP.

Berdasarkan pada kesimpulan yang menyatakan bahwa teknik sosiodrama efektif untuk mengurangi perilaku agresif verbal siswa SMP, maka peneliti mengajukan beberapa saran yang dapat dipertimbangkan yaitu: (1) konselor dapat menggunakan teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku agresif, (2) konselor diharapkan membantu siswa untuk mengurangi perilaku agresif verbal melalui layanan konseling setelah pelaksanaan sosiodrama.

DAFTAR RUJUKAN

- Breakwell, G. M. 2002. *Coping With Aggressive Behavior*. Yogyakarta: Kanisius
- Djannah, Wardatul & Ayom Yulita W.A.N. 2012. *Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012*. (Online), (<http://eprints.ums.ac.id/4834/1/F100040265.PDF>), diakses 20 Maret 2015

- Djannah, Wardatul & Edy, Drajat K. 2012. *Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Interaksi Sosial dengan Teman Sebaya*. (Online), (<http://eprints.ums.ac.id/1333/1/F100020084.pdf>), diakses 20 Maret 2015
- Myers, David G. 2010. *Social Psychology*. Singapore: Mc Graw Hill
- Romlah, Tatiek. 2013. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Setiyawati, Viky. 2013. *Efketivias Teknik Sociodrama untuk Mengurangi Perilaku Bullying Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)* . Skripsi tidak diterbitkan. Malang: Universitas Negeri Malang