

PENERAPAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI DALAM KETERAMPILAN BERKOMUNIKASI SISWA SMA NEGERI 1 PACET MOJOKERTO

Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

kiky_yones21@yahoo.com

Dr. Najlatun Naqiyah, S. Ag., M.Pd

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi di SMA Negeri 1 Pacet Mojokerto. Subyek penelitian adalah siswa kelas XI IPA 4 SMA Negeri 1 Pacet Mojokerto. Dari angket *pre-test* ditemukan 9 siswa dari 35 siswa yang memiliki rasa percaya diri rendah. Dengan ciri-ciri, tidak yakin dalam mengutarakan pendapat, ragu - ragu bertanya pada guru, kesulitan berbicara pada saat melakukan presentasi di depan kelas, dan ragu – ragu jika ingin menjawab pertanyaan. Setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, hasil *post-test* menunjukkan adanya peningkatan rasa percaya diri pada kesembilan siswa tersebut. Jenis penelitian ini adalah *Pre-Test dan Post-Test One Group Design*. Diketahui $\rho = 0,016$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ menunjukkan adanya perbedaan skor rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi. Metode analisis data yang digunakan adalah uji jenjang bertanda *Wilcoxon*, dapat diketahui nilai paling kecil menjadi $T_{hitung} = 0$ bila (α) taraf kesalahan 5% (uji 2 fihak), maka $T_{tabel} = 6$ dengan $N=9$. Dengan demikian ($T_{hitung} < T_{tabel}$) atau ($0 < 6$). Maka dapat disimpulkan bahwa penerapan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi pada siswa SMA Negeri 1 Pacet Mojokerto.

This research to know the use of sociodrama in group guidance to improve students' confidence in communication at State Senior High School 1 Pacet Mojokerto. The subjects of this research are the students of science 4 at eleventh grade of State Senior High School 1 Pacet Mojokerto. Based on the questionnaire on the pre test, the researcher found 9 among 35 students have low confidence in communication. Their characteristics are, they are not sure to state their argument, they are doubt to ask the teacher, they are difficulties when they are presenting in front of the class, and they are doubt in answering the questions. After the students were given sociodrama technique, the result of the post test shows that there is an improvement of students' confidence. This test is a Pre Test and Post Test One Group Design. Than $\rho = 0,016$ is lower than $\alpha = 0,05$. it shows the difference scores of confidence in communication. The data analysis used in this research is sign test Wilcoxon. It can be know that the lowest score $T_{count}=0$ if (α) mistake level 5% (Two sides test), so the $T_{tabel}=6$ and $N=9$. Based on that data ($T_{count} < T_{tabel}$) or ($0 < 6$). It can be concluded that the use of sociodrama in group guidance can improve students' confidence in communication at State Senior High School 1 Pacet Mojokerto.

Kata kunci : Bimbingan kelompok teknik sosiodrama, percaya diri, komunikasi.
Keywords : Sociodrama technique in group guidance, confidence, communication.

Latar Belakang

Di sekolah terdapat layanan bimbingan dan konseling yang di dalam layanannya terdapat bidang bimbingan pribadi-sosial. Menurut Sukardi (2008) mengungkapkan bahwa bimbingan pribadi-sosial merupakan usaha bimbingan dalam menghadapi dan memecahkan masalah pribadi-sosial seperti penyesuaian diri, menghadapi konflik dan pergaulan. Sedangkan menurut Ahmadi (1991) Bimbingan pribadi-sosial adalah seperangkat usaha bantuan kepada peserta didik agar dapat menghadapi sendiri masalah-masalah pribadi dan sosial yang dialaminya, mengadakan penyesuaian pribadi dan sosial, memilih kelompok sosial, memilih jenis-jenis kegiatan sosial dan kegiatan rekreatif yang bernilai guna, serta berdaya upaya sendiri dalam memecahkan masalah-masalah pribadi, rekreasi dan sosial yang dialaminya.

Dapat disimpulkan bahwa bimbingan pribadi-sosial merupakan suatu bimbingan yang diberikan oleh konselor kepada individu atau kelompok dalam membantu individu menghadapi dan memecahkan masalah-masalah pribadi-sosial seperti penyesuaian diri menghadapi konflik dan pergaulan. Hal ini sangat sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti mulai tanggal 29 Oktober sampai tanggal 29 November 2012 untuk mengamati berbagai permasalahan yang terjadi di sekolah. Pada pengamatannya dilakukan antara 2 sampai 3 kali tiap minggu. Berdasarkan pengamatan tersebut dijumpai sekitar 20% siswa yang mengalami kesulitan mengutarakan pendapat di kelas, ragu - ragu jika bertanya dan menjawab kepada guru, serta yang mengalami kesulitan berbicara dalam melakukan presentasi di depan kelas. Hal tersebut berlaku pada hampir semua mata pelajaran terutama pelajaran bahasa Indonesia yang sering melakukan metode pembelajaran diskusi kelompok. Setelah ditanyakan lebih lanjut kepada siswa ternyata banyak faktor yang menyebabkan mereka mempunyai perilaku tersebut, antara lain adalah adanya ketakutan siswa jika apa yang mereka katakan tidak sesuai dengan harapan dan keinginan bapak atau ibu guru, malu jika harus ke depan kelas untuk presentasi atau menjawab pertanyaan, tidak yakin bahwa apa yang ingin siswa sampaikan benar, dan pada akhirnya ditertawakan oleh teman – temannya.

Pernyataan tersebut juga diperoleh dari data observasi yang telah dilakukan oleh peneliti di SMA Negeri 1 Pacet Mojokerto dan hasil wawancara dengan guru

bimbingan dan konseling bahwa di kelas XI-IPA 4 terdapat siswa yang memiliki rasa percaya diri rendah, sehingga mengganggu dalam mencapai prestasi akademik. Menurut wali kelas dan guru mata pelajaran bahasa Indonesia tersebut banyak siswa yang kesulitan dalam mengungkapkan pendapat, sering berkata tidak bisa sebelum mencoba berpendapat, tidak percaya diri saat melakukan presentasi di depan kelas, dan merasa takut dan malu jika menjawab pertanyaan dari guru.

Perilaku – perilaku yang ditunjukkan siswa SMAN 1 Pacet Mojokerto tersebut mengindikasikan bahwa siswa mempunyai tingkat percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi rendah. Menurut Surya (2007) gejala siswa tidak percaya diri adalah cemas, khawatir, tak yakin, tubuh gemetar ketika siswa hendak memulai melakukan sesuatu. Wajah siswa menunjukkan roman tak berdaya dan ketakutan, padahal siswa tersebut belum melakukan apa – apa. Jika siswa melakukan sesuatu, sering berhenti di tengah jalan karena rasa tak berdaya siswa sedemikian besar sehingga siswa mengurungkan niatnya melakukan sesuatu.

Kebutuhan siswa dalam menunjang prestasi akademik tidak hanya pada peran kognitif anak saja, namun membutuhkan peran dari kecerdasan-kecerdasan lain yang menunjang, kecerdasan tersebut meliputi kecerdasan atau kemampuan berbahasa, kemampuan berinteraksi siswa dengan temannya, kemampuan sikap empati siswa dan aktifitas atau keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran, yang paling utama dalam menunjang penerimaan informasi yang disampaikan guru adalah sudut pandang terhadap diri sendiri akan kemampuan yang dimiliki. Terkadang seseorang memandang dirinya mampu dalam melaksanakan tugas atau mengoptimalkan potensi yang dimiliki, namun tidak sedikit individu yang memandang dirinya atau kemampuan yang dimilikinya rendah atau kurang dibandingkan dengan yang lain. Hal ini yang menyebabkan siswa merasa minder, rendah diri, dan tidak percaya diri dengan kemampuannya.

Kondisi individu yang seperti ini dalam kehidupan sosial akan lebih terasing atau malah mengasingkan diri. Sikap rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi terhadap kemampuan diri yang kurang ini akan menjadikan permasalahan yang berdampak pada prestasi belajar, perilaku seperti itu lebih banyak disebut rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi rendah siswa. Di mana individu tersebut merasakan bahwa kemampuan yang dimilikinya kurang dibandingkan dengan orang lain, serta merasa tidak percaya diri dalam berinteraksi. Padahal pada kenyataannya kemampuan yang dimiliki individu tersebut belum tentu rendah dan penerimaan orang lain juga belum tentu mengucilkan atau menganggap

individu tersebut rendah, rasa tidak percaya diri inilah yang hanya ditimbulkan oleh pemikiran-pemikiran individu itu sendiri.

Rumusan Masalah

Merujuk pada latar belakang di atas, maka peneliti mengemukakan rumusan masalah sebagai berikut : “ Apakah penerapan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi siswa kelas XI-IPA 4 di SMA Negeri 1 Pacet Mojokerto?”.

Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dirumuskan di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi siswa kelas XI-IPA 4 di SMA Negeri 1 Pacet Mojokerto.

Kajian Teori

Rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi sendiri diartikan oleh Hakim (2002) merupakan keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya. Percaya diri merupakan modal dasar seorang manusia dalam memenuhi berbagai kebutuhannya sendiri. Seseorang mempunyai kebutuhan untuk kebebasan berpikir dan berperasaan. Sehingga seseorang yang mempunyai kebebasan berpikir dan berperasaan akan tumbuh menjadi manusia dengan rasa percaya diri.

Santrock (2003) berpendapat bahwa rasa percaya diri juga dapat disebut sebagai gambaran diri. Seseorang dapat mengatakan bahwa dirinya baik atau pintar jika hanya dia percaya diri dengan apa yang ada dalam dirinya dan menerima secara positif semua kekurangan dan kelebihan yang dia miliki. Menurut Lie (2003) “percaya diri berarti yakin akan kemampuannya untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah”. Percaya diri dapat membuat orang menjadi merasa berharga dan dengan mudah menjalankan kehidupannya serta dapat menentukan pilihan atas hidupnya sendiri. Sedangkan rasa penghargaan terhadap diri menurut Dobson (2005) tidak dimiliki oleh semua individu termasuk remaja dan salah satu faktornya karena mereka tidak punya hak istimewa seperti anak-anak dan bebas seperti orang dewasa.

Kurang aktifnya siswa-siswi dalam kegiatan belajar mengajar di kelas ini menjadi masalah yang perlu diperhatikan, yang menyebabkan siswa tersebut takut untuk berpendapat atau dampak yang diperoleh siswa dengan perilaku tidak berani atau tidak memiliki rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi. Salah satu karakteristik siswa kurang percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi adalah penuh keragu-raguan untuk mengungkapkan apa yang dipikirkan atau kurang terampil dalam berbicara dan merasa tidak mampu, Santrock (2003).

Sistem pembelajaran yang diterapkan oleh guru-guru di SMA Negeri 1 Pacet Mojokerto lebih banyak melibatkan keaktifan siswa dalam pembahasan materi atau pemahaman materi, hal ini dikemukakan oleh guru bidang studi bahasa Indonesia yang menyatakan sering mengkodisikan anak untuk berdiskusi atau tanya jawab dengan guru, dalam pembelajaran proses ini akan menjadi masalah anak merasa dirinya tidak mampu, merasa rendah (*inferiority*) sehingga keaktifan siswa kurang, dan merasa tidak percaya diri. Beberapa faktor penyebabnya adalah Individu tersebut merasa asing ketika berada pada lingkungan orang banyak. Lebih lanjut, siswa beralasan bahwa kekhawatiran mereka merasa tidak percaya diri adalah adanya ketakutan-ketakutan dalam diri sendiri meliputi ketakutan dikritik atau dinilai (secara negatif), takut malu dan terhina, takut gagal, takut terhadap apa yang tidak diketahui, ketakutan-ketakutan tersebut berasal dari pemikiran-pemikirannya sendiri.

Melihat fenomena permasalahan tersebut maka peneliti tertarik untuk memberikan suatu alternatif penyelesaian terhadap permasalahan tersebut. Dengan begitu siswa mampu mengurangi rasa kurang percaya diri tersebut. Salah satu cara yang digunakan oleh konselor di dalam menyelesaikan masalah anak yang mengalami kurang memiliki adalah melalui bimbingan kelompok. Intervensi melalui bimbingan kelompok dapat dilakukan dengan berbagai teknik, salah satunya adalah teknik sosiodrama.

Menurut Nurihsan (2006) “bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok, bimbingan kelompok tersebut dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial”. Menurut Slameto (dalam Nursalim dan Suradi, 2002) “manfaat dari bimbingan kelompok antara lain: anak dapat mengenal dirinya melalui hidup, bergaul dengan teman lain, dalam interaksi sosial terpengaruh sifat dan sikapnya menjadi baik, misalnya mempunyai rasa toleransi, menghargai pendapat orang lain, dapat mengurangi rasa malu, agresif, penakut, emosional, dapat mendorong anak lebih aktif dalam

melaksanakan tugas, suka berkorban kepada kepentingan orang lain dan suka menolong”.

Alternatif yang digunakan dalam bimbingan kelompok ini adalah teknik sosiodrama. Dengan menerapkan teknik sosiodrama yang tujuan dan manfaatnya yaitu menumbuhkan, mengembangkan serta memperkaya sikap rasional dan kritis terhadap sikap yang harus atau tidak diambil dalam situasi sosial tertentu, Winkel (dalam Sukardi, 2008), dan mengembangkan sikap kritis terhadap tingkah laku yang harus atau jangan dilakukan dalam situasi sosial tertentu. Nursalim dan Suradi (2002).

Menurut Nursalim dan Suradi (2002) “Sosiodrama merupakan teknik dalam bimbingan kelompok yang bertujuan untuk memecahkan masalah-masalah sosial melalui kegiatan bermain peran”. Konselor memilih siswa yang akan memainkan peran dan siswa yang menjadi kelompok penonton yang berfungsi untuk mengamati dan memberikan tanggapan. Setelah bermain peran, dilakukan diskusi umum untuk mencari penyelesaian bersama.

Menurut Lie (2003) ciri-ciri orang yang mencerminkan sikap kurang percaya diri adalah tidak yakin kepada diri sendiri (berpikir irasional), bergantung pada orang lain, ragu-ragu, merasa diri tidak berharga, dan tidak memiliki keberanian untuk bertindak. Dengan mengembangkan pikiran dan memperkaya sikap rasional dan kritis ini akan dapat mengatasi siswa yang merasa kurang percaya diri yang selalu bersikap irrasional dengan tidak yakin atau ragu-ragu dalam bertindak.

Diharapkan dengan adanya perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dengan bermain peran secara optimal, siswa dapat mengalami perubahan dan mencapai peningkatan yang positif dalam rasa percaya diri setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Siswa yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dapat secara langsung berlatih menciptakan dinamika kelompok, yakni berlatih berkomunikasi, menanggapi, mendengarkan dan bertenggang rasa dalam suasana kelompok.

Definisi Istilah

Untuk menghindari kesalahan dalam penafsiran maka dipaparkan beberapa definisi istilah dalam penelitian ini sebagai berikut:

a. Bimbingan kelompok teknik sosiodrama

Adalah suatu proses membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta

nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok dengan teknik yang menggunakan unsur “memainkan peran” atau suatu teknik drama dalam situasi yang diciptakan, dimana si individu ikut serta, tidak sebagai individu (si A tidak sebagai si A), tetapi dalam peranan orang lain dengan maksud lebih banyak belajar dengan mengerti lebih baik sikap dalam hubungan antar manusia.

b. Rasa percaya diri

Merupakan suatu gambaran dan keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dalam mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.

c. Keterampilan berkomunikasi

Santrock (2007) menyatakan bahwa keterampilan berkomunikasi adalah keterampilan yang diperlukan seseorang dalam berbicara, mendengar, mengatasi hambatan komunikasi verbal, memahami komunikasi nonverbal, dan mampu memecahkan konflik secara konstruktif. Sedangkan Edgen (2004) berpendapat bahwa keterampilan komunikasi adalah ketika seseorang menggunakan pengetahuannya dalam teknik komunikasi verbal, non verbal, melalui media komunikasi secara efektif untuk mempertahankan keaktifan dalam bertanya, kolaborasi, dan interaksi siswa yang sifatnya mendukung di dalam kelas.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen, karena ada suatu perlakuan (*treatment*) yang di terapkan oleh peneliti. Menurut Sugiyono (2008) penelitian eksperimen diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.

Menurut Sugiyono (2008) ada beberapa bentuk design penelitian eksperimen, yaitu : *pre-experimental design*, *true experimental design*, *factorial design* dan *quasi experimental*. Penelitian ini termasuk jenis penelitian *pre-experimental design* karena peneliti tidak memakai variabel kontrol dan sampel tidak di pilih secara random (Sugiyono, 2008). Bentuk rancangan *pre-experimental design* ini memakai *one group pre-test – post-test design*, yaitu jenis rancangan yang memakai pengukuran awal (*pre-test*) dan pengukuran akhir (*post-test*) untuk membandingkan keadaan sebelum diberikan perlakuan. Perlakuan yang diberikan adalah bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk

mengetahui pengaruhnya pada tingkat rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi siswa.

Arikunto (2006) “subyek penelitian adalah subyek yang dituju untuk diteliti oleh peneliti yaitu siswa kelas XI-IPA 4 SMA Negeri 1 Pacet Mojokerto, pendapat tersebut berarti bahwa orang yang cocok dengan karakteristik variabel yang akan diteliti”. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi. Hasil angket menyatakan bahwa dari 42 item soal yang diuji cobakan terdapat 8 item soal yang dinyatakan tidak valid, sehingga 34 butir soal dinyatakan valid.

Menurut Arikunto (2006), validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau keabsaan suatu instrumen. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud. Dalam penelitian ini untuk mengetahui validitas suatu angket rasa percaya diri siswa dalam berkomunikasi menggunakan cara dengan mengkorelasikan skor tiap-tiap item dengan skor total, dengan menggunakan rumus *Product Moment* yang dikemukakan oleh Karl Pearson. Berdasarkan hasil perhitungan validitas dapat diketahui bahwa untuk item no.1 $r_{hitung} = 0,906$ yang kemudian dikonsultasikan dengan r_{tabel} dengan subyek $N = 61$ taraf signifikan 5% batas penolakan sebesar 0,254 (tabel nilai product moment). Dengan demikian r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} ($0,906 > 0,254$), maka data angket rasa percaya diri siswa dalam berkomunikasi untuk item no.1 dapat dikatakan signifikan atau valid.

Kemudian reliabilitasnya menurut Arikunto (2006), menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Dalam penelitian ini digunakan rumus *Spearman Brown*, yaitu dengan teknik belah dua. Dengan diperoleh r_{hitung} sebesar 0,855 kemudian dikonsultasikan dengan r_{tabel} dengan jumlah subyek $N = 61$ dengan taraf signifikan 5 % batas penolakan hipotesis nihil (H_0) yaitu 0,254 (tabel nilai r *Product Moment*). Dengan demikian r_{hitung} lebih besar r_{tabel} ($0,855 > 0,254$), sehingga instrumen angket tentang rasa percaya diri siswa dalam keterampilan berkomunikasi di kelas XI-IPA 4 SMA Negeri 1 Pacet Mojokerto yang disusun dalam penelitian ini dinyatakan reliabel.

Hasil

Untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi ke 9 subjek agar tidak memberikan dampak negatif pada hasil belajar, maka selanjutnya diberikan perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dengan hasil yaitu meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam keterampilan berkomunikasi yang diukur kembali dengan menggunakan angket *post test*. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis statistik non parametrik dengan uji jenjang bertanda *Wilcoxon*.

Bimbingan kelompok teknik sosiodrama diberikan dalam tujuh kali pertemuan selama kurang lebih dua minggu. Setelah perlakuan selesai diberikan, maka peneliti melakukan pengukuran kembali (*post-test*) dengan menggunakan angket yang sama dengan angket pada pengukuran awal (*pre-test*) yaitu angket rasa percaya diri dalam berkomunikasi.

Untuk selanjutnya hasil yang diperoleh yaitu skor *pre-test* dan *post-test* dianalisis menggunakan uji statistik non parametrik dengan uji jenjang bertanda *Wilcoxon*. Dari analisis ini diperoleh $T_{hitung} < T_{tabel}$ ($0 < 4$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat diterapkan untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam berkomunikasi siswa kelas XI-IPA 4 SMAN 1 Pacet Mojokerto.

Sesuai hasil analisis data dengan menggunakan uji jenjang bertanda *Wilcoxon* dapat diketahui bahwa J hitung yang diperoleh adalah 0, sedangkan J tabel dengan taraf signifikan 5% dan $N= 9$ adalah 6. Jika J hitung $\leq J$ tabel maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat diartikan bahwa ada peningkatan skor rasa percaya diri dalam berkomunikasi siswa antara sebelum dan sesudah pemberian perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Hal ini dapat dilihat pada grafik *pre-test* dan *post-test* yang menunjukkan bahwa ada perbedaan atau perubahan rasa percaya diri dalam berkomunikasi siswa sebelum dan sesudah penerapan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

Siswa yang telah melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama mengaku mampu meningkatkan rasa percaya dirinya. Siswa lebih percaya diri untuk mengemukakan pendapat, berkomunikasi dengan orang yang belum dikenalnya, menampilkan bakat dan kemampuannya, serta menyelesaikan masalahnya. Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti, siswa dapat melaksanakan bimbingan kelompok dari awal sampai akhir dengan baik. Dalam melaksanakan bimbingan kelompok teknik sosiodrama siswa berani untuk mengemukakan pendapat, bertanya jika mereka tidak mengerti, memberikan umpan balik saat proses

bimbingan kelompok, antusias mengikuti bimbingan kelompok, dan mampu menyampaikan pesan dan kesan dari kegiatan bimbingan kelompok ini.

Berdasarkan hasil angket rasa percaya diri rendah dalam keterampilan berkomunikasi, sembilan siswa yang mempunyai skor percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi terendah akan dijadikan subyek penelitian. Ke sembilan siswa tersebut yakni AT, BY, CH, DM, DB, MY, ID, SY, dan ZN dengan memiliki masalah muka pendiam, takut dalam mengutarakan pendapat, malu dalam berbicara, tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki, ragu - ragu bertanya pada guru, kesulitan berbicara pada saat melakukan presentasi di depan kelas, dan takut dihina teman, serta ragu – ragu jika ingin menjawab pertanyaan diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Berikut hasil analisis individu ke sembilan subyek tersebut :

a. Subjek AT

AT mempunyai masalah ada ketakutan dalam pikirannya ketika akan mengutarakan pendapatnya di depan orang, hal ini dia rasakan dan nampak keluar keringat dingin ketika akan berbicara. Sejak kecil AT kurang terlatih berkomunikasi dengan orang, hal itu juga berdampak pada nilai akademik. Setelah mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, AT sedikit demi sedikit dapat merubah kebiasaan buruknya. Satu dua kali AT sudah dapat berkomunikasi dengan teman saat berada disekolah, dan juga berani menjawab pertanyaan dari guru mata pelajaran. Skor yang diperoleh AT saat *pre-test* adalah 117, skor ini termasuk dalam kategori rendah dan meningkat menjadi 141.

b. Subjek BY

BY mempunyai masalah malu karena cara berbicara bahasanya ‘medok’. Terdapat ketakutan dalam pikirannya ketika akan mengutarakan pendapatnya di depan orang, hal ini dia rasakan dan nampak gagap saat berbicara, hal itu juga berdampak pada nilai akademik. Skor yang diperoleh BY saat *pre-test* adalah 120, skor ini termasuk dalam kategori rendah dan meningkat menjadi 144. Setelah mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, BY sedikit demi sedikit dapat berbicara dengan lancar walaupun bahasanya masih terasa sedikit “medok”. Satu dua kali BY sudah dapat berkomunikasi dengan teman saat berada disekolah.

c. Subjek CH

CH memperoleh skor saat *pre-test* adalah 122, skor ini termasuk dalam kategori rendah. CH mempunyai masalah takut pendapatnya akan ditolak karena tidak yakin dengan kemampuannya sendiri, dia merasakan jantungnya berdegub kencang saat akan mengajukan pertanyaan saat pelajaran.

Setelah mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, CH sedikit demi sedikit dapat mengajukan pertanyaan dengan tenang saat pelajaran dan yakin dengan kemampuannya. Skor yang diperoleh CH saat *pre-test* adalah 122, skor ini termasuk dalam kategori rendah dan meningkat menjadi 140.

d. Subjek DM

Selalu berpikir negatif saat akan mengajukan pertanyaan dan berpendapat. Seperti, takut disalahkan, ditertawakan, dan ditolakoleh guru pelajarannya adalah masalah yang dialami DM. Hal ini ditunjukkan dari perilaku DM saat pelajaran berlangsung dan sesi tanya jawab di kelas, DM selalu menunduk dan cenderung menulis apa yang dipikirkannya tetapi tidak berani mengutarakannya. Hal itu juga berdampak dengan nilai akademisnya. DM memperoleh skor saat *pre-test* adalah 120, skor ini termasuk dalam kategori rendah.

Setelah mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, DM mulai berani mengajukan pertanyaan dan mengutarakan pendapatnya, hal ini membuat guru pelajaran DM senang atas perubahan DM. Skor yang diperoleh DM meningkat menjadi 141.

e. Subjek DB

Skor yang diperoleh DB saat *pre-test* adalah 117, skor ini termasuk dalam kategori rendah. DB mempunyai masalah takut pendapatnya tidak sesuai dengan pikiran teman-teman kelasnya. Sehingga DB cenderung diam saat pelajaran di kelas.

Setelah mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, DB mulai dapat mengutarakan pendapatnya saat kerja kelompok di kelas. Perubahan itu membuat teman-temannya kaget dan senang karena DB yang awalnya sering diam di kelas mulai berani berpendapat. Setelah DB menjalankan *post test* dan mendapatkan skor 143 yang termasuk dalam kategori tinggi.

f. Subjek MY

MY memperoleh skor saat *pre-test* adalah 121, skor ini termasuk dalam kategori rendah. MY mempunyai masalah ragu-ragu dalam bertanya karena tidak

dapat mengolah kata-kata dengan baik sehingga takut ditertawakan teman-temannya, ditunjukkan dari cara berbicaranya yang selalu 'mbulet' saat berkomunikasi dengan teman-temannya. Sehingga saat pelajaran MY ragu akan mengajukan pertanyaan karena takut diterwakan temannya.

Setelah mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, MY dapat percaya diri mengajukan pertanyaan dan aktif selama pelajaran berlangsung, karena teman-temannya tidak menertawakannya lagi. Setelah MY menjalankan *post test* dan mendapatkan skor 142 yang termasuk dalam kategori tinggi.

g. Subjek ID

ID memiliki masalah takut pendapatnya akan ditolak dan disanggah teman-teman serta gurunya sehingga tidak berani berkomunikasi selama pelajaran. ID cenderung tidak memperhatikan saat pelajaran berlangsung, karena menurutnya akan percuma memperhatikan penjelasan guru yang nantinya dia tidak mengerti dan tidak dapat bertanya ataupun memberikan pendapatnya. ID memperoleh skor saat *pre-test* adalah 118, skor ini termasuk dalam kategori rendah.

Setelah mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, ID selalu memperhatikan selama pelajaran berlangsung dan langsung mengajukan pertanyaan saat tidak mengerti dan memberikan pendapat saat penjelasan guru tidak sesuai apa yang dipikirkannya. Hal ini ditunjukkan dari keaktifan ID di kelas saat pelajaran berlangsung. Setelah ID menjalankan *post test* dan mendapatkan skor 142 yang termasuk dalam kategori tinggi.

h. Subjek SY

SY memperoleh skor saat *pre-test* adalah 113, skor ini termasuk dalam kategori rendah. SY mempunyai masalah takut akan dihina jika memberikan pendapat atau bertanya sehingga cenderung menyendiri di dalam kelas. Hal itu berpengaruh terhadap nilai akademisnya yang di bawah rata-rata kelas.

Setelah mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, SY mulai dapat percaya diri bahwa apapun yang akan dia ajukan tidak akan dihina oleh teman-temannya. Dan saat di kelas SY nampak bisa berbaur dan bergaul dengan baik dengan teman-temannya. Setelah SY menjalankan *post test* dan mendapatkan skor 142 yang termasuk dalam kategori tinggi.

i. Subjek Zainal Arifin

ZN memperoleh skor saat *pre-test* adalah 120, skor ini termasuk dalam kategori rendah. ZN mempunyai masalah pernah ditertawakan oleh seluruh teman

sekelasnya sehingga tidak berani berkomunikasi dan cenderung diam saat di sekolah. Dari masalah itulah nilai ZN semakin menurun. Yang pada mulanya ZN anak yang percaya diri di kelas tetapi karena pernah ditertawakan teman-temannya ZN menjadi cenderung diam. Hal ini ditunjukkan bahwa di rumah ZN termasuk anak yang ceria dan dapat berkomunikasi dengan baik dengan teman-teman bermainnya saat di rumah.

Setelah mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, ZN dapat berkomunikasi dengan baik dengan teman sekolahnya terutama teman sekelas. Hal ini ditunjukkan saat kerja kelompok di kelas, ZN aktif mengutarakan pendapat-pendapatnya dan teman-temannya tidak ada yang menertawakannya lagi tetapi lebih menghargai ZN. Setelah ZN menjalankan *post test* dan mendapatkan skor 142 yang termasuk dalam kategori tinggi.

Pembahasan Hasil

Dalam penelitian ini, siswa tidak mengalami kenaikan skor rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi yang sama. Perbedaan skor peningkatan rasa percaya dalam keterampilan berkomunikasi diri karena tiap siswa bersifat unik, memiliki kemampuan yang berbeda baik dalam menerima penjelasan / instruksi yang diberikan, dan kesadaran diri dalam melaksanakan prosedur yang diterapkan.

Dengan melakukan sosiodrama para siswa memperoleh tanggung jawab untuk bermain beberapa peran, yang dalam hal ini mewajibkan siswa untuk dapat menghayati dan mempelajari tokoh-tokoh dan peristiwa yang akan dilakukan atau diperankan oleh calon pemain. Oleh karena itu, pemain akan lebih mudah mengidentifikasi dirinya dengan lakon dan dengan permainan yang dibawakan, dalam peristiwa menghayati peran dan peristiwa inilah terjadi proses pembelajaran dalam menangani permasalahan, sehingga tujuan dari pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu menurut Tatiek (2002) adalah membantu individu untuk menemukan dirinya, mengarahkan diri dan dapat menyesuaikan diri dan lingkungannya dapat tercapai, dari proses pembelajaran lakon atau peristiwa inilah siswa mampu mengarahkan diri untuk bersikap dan dapat menyesuaikan diri dan lingkungan.

Menurut Sudirman (dalam Nursalim dan Suradi 2002) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok digunakan untuk meningkatkan pengertian diri sendiri dan orang lain, pernyataan ini sesuai dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini, siswa setelah melaksanakan bimbingan kelompok teknik sosidrama menyadari bahwa para siswa menemukan kekurangan dalam dirinya atau mengerti tentang dirinya bahwa ia

mengalami ketakutan ketika berbicara di depan orang banyak, menyadari bahwa dirinya kurang memiliki rasa percaya diri, siswa juga lebih mengerti dan memahami bagaimana dalam menghadapi orang lain ketika berdialog atau berdiskusi, hal ini sesuai dengan pendapat diatas di mana bimbingan kelompok bertujuan untuk meningkatkan pengertian diri dan lingkungan.

Tidak hanya itu melaksanakan sosiodrama dengan memerankan peran dan menghadapi suasana atau peristiwa tertentu, menurut siswa manfaat yang diperoleh adalah siswa mampu memperoleh pengalaman-pengalaman menghadapi masalahnya terutama rasa percaya diri dalam berkomunikasi di depan orang, dengan menghayati peran siswa mengaku memperoleh informasi bagaimana harusnya konseli bersikap jika dihadapkan dengan suasana tertentu, sehingga pernyataan ini sesuai dengan pendapat Sukardi, 2008 tentang tujuan dan manfaat dari sosiodrama yang salah satunya adalah menambah serta memperkaya pengalaman siswa untuk dapat menghayati tentang sesuatu yang dipikirkan, dirasakan atau diinginkannya dalam situasi – situasi sosial tertentu. Dimaksudkan dari pengalaman siswa untuk dapat menghayati tentang sesuatu yang dipikirkan adalah siswa setelah melakukan sosiodrama siswa memperoleh bekal informasi untuk mengatasi permasalahannya terutama rasa percaya diri dalam berkomunikasi baik dalam cara mengarahkan diri maupun dalam menyesuaikan dengan lingkungan. Dan hal ini sudah dirasakan siswa setelah melaksanakan sosiodrama dalam penelitian ini. Sehingga antara teori dan praktek dapat relevan membantu siswa dalam menangani permasalahannya.

Diskusi Hasil

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat diterapkan untuk membantu siswa meningkatkan rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi. Secara keseluruhan siswa mampu melaksanakan tahapan – tahapan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dengan baik. Siswa juga percaya bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama ini akan bermanfaat untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi mereka. Sehingga mereka menjadi pribadi yang lebih percaya diri dalam berkomunikasi.

Dalam proses penelitian ini juga terdapat beberapa kendala-kendala yang muncul yaitu tidak adanya instrumen khusus yang dapat digunakan untuk mengukur rasa percaya diri dalam keterampilan berkomunikasi, sehingga peneliti harus membuatnya sendiri. Serta waktu yang terlalu singkat, hal ini membuat pelaksanaan konseling ini tidak dapat berjalan secara optimal. Hambatan dalam pelaksanaan

bimbingan kelompok teknik sosiodrama ini adalah keterbatasan sarana ruang konseling kelompok yang kurang memadai, dimana hal ini karena pihak sekolah sedang melaksanakan pembangunan sekolah yang menyebabkan ruang bimbingan dan konseling tidak dapat digunakan sehingga sekolah hanya menyediakan masjid sekolah untuk melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok yang harus dimanfaatkan semaksimal mungkin dalam pelaksanaan penelitian. Sehingga ada kemungkinan bahwa data yang diperoleh belum sempurna. Namun, meskipun terdapat beberapa kendala dan hambatan penelitian ini juga didukung oleh pihak SMAN 1 Pacet Mojokerto yaitu dengan memberikan waktu dan tempat untuk melaksanakan proses bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

Dalam penerapan bimbingan kelompok teknik sosiodrama di sekolah, konselor harus memperhatikan beberapa hal penting diantaranya memperhatikan langkah-langkah di dalam pelaksanaan sosiodrama, mempersiapkan teks drama yang sesuai dengan kebutuhan atau masalah yang dialami oleh siswa, serta konselor mendampingi siswa sebagai sutradara dalam kegiatan bermain peran yang dilakukan oleh siswa.

Pada akhirnya, peneliti tetap berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat baik secara praktis maupun secara teoritis bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu bimbingan dan konseling. Peneliti juga berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian lanjutan. Serta bermanfaat pula bagi guru BK/ pihak sekolah setempat agar dapat membantu siswanya yang memiliki rasa percaya diri dalam berkomunikasi rendah.

Penerapan bimbingan kelompok teknik sosiodrama ini diharapkan dapat menjadi alternatif yang menarik dalam menyelesaikan masalah pribadi sosial siswa, sehingga siswa lebih aktif untuk bertanya serta tidak ragu-ragu dalam mengungkapkan pendapatnya di kelas, dan dapat melaksanakan tugas-tugas perkembangannya secara maksimal.

Simpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan :

1. Maka hipotesis dalam penelitian ini berbunyi, “Penerapan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam berkomunikasi siswa kelas XI-IPA 4 di SMA Negeri 1 Pacet Mojokerto dapat diterima”.

2. Treatment bimbingan kelompok teknik sosiodrama dalam penelitian ini meliputi, siswa dapat memiliki cara pandang positif, siswa mampu melakukan kontak sosial dan berkomunikasi dengan baik, berani menerima dan menghadapi penolakan serta tidak mudah menyerah, percaya akan kemampuan/kompetensi diri yang dimiliki, memiliki harapan yang realistis, dan siswa dapat memiliki keberanian bertindak sesuai dengan keinginannya sendiri.
3. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan menggunakan uji tanda diperoleh hasil : $N = 9$ dan $x = 0$, diperoleh $\rho = 0,016$ dengan taraf kesalahan $\alpha = 5\%$ adalah $0,05$. Maka dapat disimpulkan harga $0,016 < 0,05$ ($\rho < \alpha$). Hal ini berarti ada perbedaan yang signifikan pada skor rasa percaya diri dalam berkomunikasi antara sebelum dan sesudah bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

Saran

Berdasarkan simpulan diatas, maka beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi konselor sekolah
Konselor sekolah dapat mengimplementasikan bimbingan kelompok teknik sosiodrama sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam berkomunikasi.
2. Bagi peneliti lain
Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian serupa dengan menambah subyek penelitian dan waktu yang lebih lama, menambahkan alat pengumpulan data berupa observasi.

Daftar Pustaka

- Ahmadi, Abu dan Ahmad Rohani HM. 1991. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ahmadi, Abu. 2004. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: Pustaka Setia.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- _____. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Dobson, James C. 2005. *12 Strategi Membangun Harga Diri Anak*. Yogyakarta: Cinta Pena.

- Hakim, Thursan. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: PT. Bpk Gunung Mulia.
- Lie, Anita. 2003. *Menjadi Orangtua Bijak 101 Cara Menumbuhkan percaya Diri Anak*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia.
- Nurihsan, Ahmad Juntika. 2005. *Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Nursalim, Mochamad dan Suradi. 2002. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Surabaya: Unesa University Press.
- Romlah, Tatiek. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: UMM Press.
- Santrock, John W. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Terjemahan oleh Sherly Saragih. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- _____. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. 2008. *Statistika untuk Penelitian*. Alfabeta: Bandung.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.