

Prosiding International Seminar & Workshop Post Traumatic Counseling” tanggal 6 - 7 Juni 2012 di STAIN Batusangkar

PSIKODRAMA SATU TEKNIK KONSELING TRAUMATIK DALAM SUASANA KELOMPOK¹

Dr. Evia Darmawani, M.Pd, Kons²

¹. Disampaikan pada International Seminar & *Workshop Post-Traumatic Counseling* Taggal 6-7 Juni 2012 di STAIN Batusangkar-Indonesia.

². Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Palembang-Indonesia.

Abstract: *Humans in everyday life facing problems which require assistance from others in a group atmosphere. The problems caused by the influence of a variety of conditions can cause stress, anxiety, fear inherent in the structure of the personality of the person or group in a long time in mental health. Mental health disorders are often called Post Traumatic Disorders (Post Traumatic Stress Disorder or PTSD). PTSD is labilitas outonomik syndrome, anxiety, and emotional rentanan and flashbacks from a very poignant experience physical or emotional endurance beyond the limits of ordinary people. Allegedly using counseling with methods of psychodrama can help community groups that are experiencing interference PTSD restore and develop the personality structure, thus reducing even in spite of the influence of interference can be mental health. In psikodrama conducted by professional in academic, counselor social, motivator, facilitator, the reflection and evaluator. Konseli role as an actor; mengeksplorasi all fikiran, feeling, and his experiences which are then in dramakan similar theater and continued with the discussion of based on input reflesi and an audience. Terminated by a conclusion. The process of counseling using four stages namely; an escort (formation), the transfer, the exercise of, terminations.*

Abstrak: Manusia dalam kehidupan sehari-hari dihadapi permasalahan yang membutuhkan bantuan dari orang lain dalam suasana kelompok. Permasalahan disebabkan oleh pengaruh berbagai kondisi dapat menimbulkan stres, kecemasan, ketakutan yang melekat dalam struktur kepribadian seseorang atau kelompok dalam waktu lama dalam kesehatan mental. Gangguan kesehatan mental ini sering kali disebut Gangguan Pasca Trauma (Post Traumatik Stres Disorder atau PTSD). PTSD merupakan sindrom kecemasan, labilitas outonomik, ketidak rentanan emosional dan kilas balik dari pengalaman yang amat pedih secara fisik maupun emosional yang melampaui batas ketahanan orang biasa. Diduga dengan menggunakan konseling dengan metode psikodrama dapat membantu kelompok masyarakat yang mengalami gangguan PTSD mengembalikan dan mengembangkan struktur kepribadian sehingga mengurangi bahkan dapat terlepas dari pengaruh gangguan kesehatan mental. Dalam psikodrama dilaksanakan oleh konselor profesional secara akademik, sosial,, motivator, fasilitator, refleksi dan evaluator. Konseli berperan sebagai aktor; mengeksplorasi semua fikiran, perasaan, dan pengalamannya yang kemudian di dramakan mirip teater serta dilanjutkan dengan diskusi berdasarkan reflesi dan masukan audiensi. Diakhiri dengan Kesimpulan. Proses konseling menggunakan empat tahapan yaitu; pengawalan (pembentukan), peralihan, pelaksanaan, pengakhiran.

A. PENDAHULUAN

Pada hakikatnya manusia itu di samping sebagai makhluk individu juga makhluk sosial, makhluk susila dan makhluk religius. Untuk itu manusia dituntut saling berhubungan antara sesama dalam kehidupan nyata dimanapun berada. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia membutuhkan bantuan orang lain untuk mengatasi permasalahannya tersebut. Bantuan tersebut diantaranya terkait dengan prinsip-prinsip dan beberapa kaidah yang ada dalam psikoterapi, terapi ternyata yang digunakan, antara lain dalam konseling, pendidikan dan pengajaran, atau pun pemasaran. Terapi tingkah laku adalah pendekatan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berlandaskan pada berbagai teori tentang belajar dalam usaha melakukan perubahan tingkah laku. Diantara teknik yang digunakan dalam konseling adalah psikodrama.

Kata 'psikodrama' sering digunakan sebagai istilah umum dalam mengembangkan tindakan. J.L. Moreno mengemukakan Psikodrama adalah sebuah bentuk pengembangan manusia dengan eksplorasi, melalui tindakan dramatis, masalah, isu, keprihatinan, mimpi dan cita-cita tertinggi orang, kelompok, sistem dan organisasi. Sedangkan Psikodrama bersifat kegiatan terapi dan ditangani oleh seorang ahli psikoterapi (WS. Winkel, :571). Psikodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang berkaitan dengan gangguan serius dalam kesehatan mental para partisipan, sehingga tujuannya ialah perombakan dalam struktur kepribadian seseorang. Psikodrama bersifat kegiatan terapi dan ditangani oleh seorang ahli psikoterapi (WS. Winkel: 571). Psikodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang berkaitan dengan gangguan serius dalam kesehatan mental para partisipan atau anggota kelompok, sehingga tujuannya ialah perombakan dalam struktur kepribadian seseorang.

Persoalan atau permasalahan dengan gangguan serius dalam kesehatan mental fengan terkait dengan adanya berbagai situasi dan kondisi konflik, kekerasan, tekanan sosial, perkosaan dan bencana alam silih berganti yang dialami masyarakat. Pengaruh situasi dan kondisi ini menimbulkan. Pengaruh berbagai kondisi ini dapat menimbulkan stres, kecemasan, ketakutan yang melekat dalam struktur kepribadian seseorang atau kelompok dalam waktu lama dalam kesehatan mental. Gangguan kesehatan mental ini sering kali disebut Gangguan Pasca Trauma (Post Traumatik Stres Disorder atau PTSDL). PTSDL merupakan sindrom kecemasan, labilitas outonomik, ketidakrentanan emosional dan kilas balik dari pengalaman yang amat pedih secara fisik maupun emosional yang melampaui batas ketahanan orang biasa (Kaplan, 1998 dalam Jacob Gershoni, 2004).

Masyarakat atau individu kelompok banyak mendapat bantuan secara psikologis oleh berbagai elemen masyarakat namun sayangnya belum sampai menyentuh kepada pengembangan perombakan kepribadian. Bantuan tersebut umumnya hanya terjadi pada saat kejadian dalam waktu singkat dan bukan dari profesional, sehingga partisipan belum mampu mengembalikan ketahanan kepribadian seperti biasa. Bantuan tersebut hanya sebatas upaya menghilangkan stres atau saat berbagi latihan menghadapi situasi tersebut dikemudian hari. Dalam penulisan ini digambarkan konsep teknik psikodrama sebagai satu teknik traumatik konseling dalam situasi kelompok.

B. PSIKODRAMA SATU TEKNIK TRAUMATIK KONSELING KELOMPOK

Psikodrama adalah metode untuk membantu memperbaiki struktur kepribadian kelompok masyarakat yang mengalami berbagai masalah pribadi pengalaman dan berorientasi aksi yang, seperti praktek kerja sosial, bertujuan untuk

mengeksplorasi dan menyelesaikan masalah psikologis dan sosial. Psikodrama pada awalnya diperkenalkan dan dikembangkan oleh Jacob L. Moreno, seorang psikiater dari Rumania. Kata 'psikodrama' sering digunakan sebagai istilah umum ketika berbicara tentang tindakan berbagai metode yang dikembangkan J.L. Moreno. Menurut J.L. Moreno, Psikodrama adalah sebuah bentuk pengembangan manusia dengan eksplorasi, melalui tindakan dramatis, masalah, isu, keprihatinan, mimpi dan cita-cita tertinggi orang, kelompok, sistem dan organisasi. Hal ini kebanyakan digunakan sebagai metode kerja kelompok, di mana setiap orang dalam kelompok dapat menjadi agen penyembuhan (*therapeutic agent*) untuk satu sama lain dalam kelompok.

Mengendalikannya bahwa manusia belajar melalui tindakan dan interaksi dalam konteks tertentu, psikodrama bekerja dengan mengaktualisasi diri peserta yang mempunyai masalah-masalah atau daripada hanya berbicara tentang masalah yang mereka hadapi mereka (Blatner 1996, Moreno 1946).

Psikodrama kebanyakan digunakan sebagai metode kerja kelompok, di mana setiap orang dalam kelompok dapat menjadi agen penyembuhan (*therapeutic agent*) untuk satu sama lain dalam kelompok. Berbagai permasalahan yang dialami individu terkait dengan adanya konflik, kekerasan, bencana alam yang silih berganti. Dengan meyingkapkan lebih banyak tentang diri konseli untuk kepentingan pengarahan pribadi yang memerlukan suatu tingkat pelatihan psikoterapeutik.

Hal ini didasarkan pada hakikatnya manusia itu di samping sebagai makhluk individu juga makhluk sosial, makhluk susila dan makhluk religius. Untuk itu manusia dituntut saling berhubungan antara sesama dalam kehidupan nyata dimanapun berada. Namun berbagai situasi dan kondisi individu mengalami permasalahan yang menjadi perhatian masyarakat nasional dan internasional.

Dalam kelompok sebaya individu merasakan adanya kesamaan satu dengan yang lainnya seperti di bidang usia, kebutuhan dan tujuan yang dapat memperkuat kelompok itu. Di dalam *peer group* tidak dipentingkan adanya struktur organisasi, namun di antara anggota kelompok merasakan adanya tanggung jawab atas keberhasilan dan kegagalan kelompoknya. Dalam kehidupan sehari-hari, prinsip-prinsip dan beberapa kaidah yang ada dalam psikoterapi ternyata juga digunakan, antara lain dalam konseling, pendidikan dan pengajaran, atau pun pemasaran. Terapi tingkah laku adalah pendekatan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berlandaskan pada berbagai teori tentang belajar dalam usaha melakukan perubahan tingkah laku. Dalam penyelesaian masalah, kondisi masalah harus dispesifikkan. Saat ini, bentuk pendekatan ini banyak digunakan karena penekanannya pada perubahan tingkah laku dimana tingkah laku tersebut bisa didefinisikan secara operasional, diamati.

Psikodrama merupakan satu bentuk konseling atau psikoterapi. Dalam praktek, psikoterapi dilakukan dengan percakapan dan observasi. Percakapan dengan latihan dengan seseorang dapat mengubah pandangan, keyakinan serta perilakunya secara mendalam, dan hal ini sering tidak kita sadari. Beberapa contohnya, antara lain seorang penakut, dapat berubah menjadi berani, atau, dua orang yang saling bermusuhan satu sama lain, kemudian dapat menjadi saling bermaafan, atau, seseorang yang sedih dapat menjadi gembira setelah menjalani percakapan dengan seseorang yang dipercayainya. Bila kita amati contoh-contoh itu, akan timbul pertanyaan, apakah sebenarnya yang telah dilakukan terhadap mereka sehingga dapat terjadi perubahan tersebut? Pada hakekatnya, yang dilakukan ialah pembujukan atau persuasi. Caranya dapat bermacam-macam, antara lain dengan memberi nasehat, memberi contoh, memberikan pengertian, melakukan oto-

ritas untuk mengajarkan sesuatu, memacu imajinasi, melatih, dsb. Pembujukan ini dapat efektif asal dilakukan pada *saat* yang tepat, dengan *cara* yang tepat, oleh orang yang mempunyai cukup *pengalaman*. Pada prinsipnya pembujukan ini terjadi dalam kehidupan sehari-hari, dalam berbagai bidang, dan dapat dilakukan oleh banyak orang.

Psikodrama merupakan bagian dari permainan peranan (*role playing*). Bennet membagi permainan peranan menjadi dua macam yaitu sosiodrama dan psikodrama. Sosiodrama adalah permainan peranan yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Psikodrama biasanya dipentaskan secara spontan tanpa skenario yang telah ditetapkan. (Jacob Gershoni, 2004). Sebagaimana dikemukakan bahwa:

For many people, the term “psychodrama” is threatening for various reasons. The “psycho-” for some people carries a negative association with mental illness, or a deep exploration of emotional depths. The suffix, “-drama” also implies a more emotionally intense process. Settings that are wary of intensity thus are turned off by this term. Yet schools, businesses, and other settings can make use of the methods when they’re called “action methods,” “experiential techniques,” “role playing,” “behavioral simulations,” or some similar mixture of words. This is by no means deceitful, because these approaches need not be deeply emotionally evocative.

Dengan demikian jelas psikodrama usaha untuk membantu banyak masyarakat yang mempunyai hubungan sosial yang berkaitan dengan kesehatan mental dengan cara mengeksplorasi kedalaman emosioanal. Proses bantuan tersebut dengan berusaha menggunakan metode bermain peran melakukan simulasi yang mirip tindakan secara inten terhadap perilaku sosial konseli. Namun metode ini

merupakan pendekatan untuk menggugah emosional bukan merupakan penipuan.

1. Tujuan Psikodrama

Psikodrama bertujuan untuk membantu seorang pasien atau sekelompok pasien untuk mengatasi masalah masalah pribadi dengan cara menggunakan permainan peran, drama, atau terapi tindakan. Lewat cara cara itu pasien di bantu untuk mengungkapkan perasaan tentang konflik, kemarahan, agresi, perasaan bersalah dan kesedihan (Semiu, 2006:562). Psikodrama merupakan permainan peranan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep pada dirinya, menyatakan kebutuhannya-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya (Corey, 2008). Sedangkan Moreno berpendapat bahwa dalam teknik dramatik, manusia dapat berusaha menciptakan atau menciptakan kembali suasana fisik dan emosional yang dikehendaki dan yang harus dipahami adalah bahwa keaktifan dalam psikodrama tidak dimonopoli oleh konselor atau terapis tetapi juga konseli.

Jika dikaitkan dengan masalah yang dialami individu atau kelompok masyarakat yang tergolong PTSD yang mengganggu kesehatan mental, yang memerlukan bantuan untuk menstruktur kembali kepribadian, maka tujuan psikodrama dapat disimpulkan yaitu: upaya membantu konseli untuk mengembalikan dan mengembangkan struktur kepribadian yang PTSD dengan menampilkan kembali peran (bermain peran) berkenaan dengan masalah yang yang menyebabkan traumatik secara spontan dengan latihan berbicara dan bertindak untuk mengatasi permasalahan yang dialami konseli dengan tetap memperhatikan azas dalam pelayanan konseling al :kerahasiaan, kenormatifan, kekinian, kesukarelaan.

Dengan mendramatisasikan konflik-konflik batinnya, konseli dapat merasa

sedikit lega dan dapat mengembangkan pemahaman (*insight*) baru yang memberinya kesanggupan untuk mengubah perannya dalam kehidupan yang nyata.

2. Komponen utama/dasar psikodrama yang harus diperhatikan

- a. Setting tempat atau panggung permainan (*stage*): merupakan ruang kehidupan psikologis dan fisik bagi subjek atau pasien.
- b. Keberadaan konselor atau pemimpin psikodrama (*Director*): yaitu Psychodramatist terlatih yang membimbing peserta melalui setiap fase dari sesi.
- c. Pemegang peran utama (*protagonist*): Anggota yang dipilih untuk "mewakili tema" dalam kelompok drama.
- d. Peran pembantu (*Auxiliary egos*): Anggota kelompok yang diasumsikan mempunyai peran penting lain dalam drama.
- e. Pendengar (*Audience*): Anggota kelompok yang menyaksikan drama dan 'mewakili dunia' pada umumnya.

Dalam psikodrama, peserta mengeksplorasi konflik yang terjadi di dalam diri (*internal conflict*) dimunculkan keluar melalui tindakan dengan mengeluarkan emosinya (*acting*) dan interaksi antar-pribadi dengan pemain lainnya di atas panggung (*stage*). Sebuah psikodrama diberikan sesi (biasanya 90 menit sampai 2 jam) dengan fokus utama pada satu peserta (peserta yang mempunyai masalah), yang dikenal sebagai protagonis (*protagonist*). Sedangkan pemain lainnya bertugas membantu protagonis (*Auxiliary Egos*). Protagonis menguji hubungannya dengan berinteraksi dengan para pemain lain dan pemimpin (*Director*). Layaknya sebuah drama yang dipentaskan, psikodrama ini selain membutuhkan pemain juga membutuhkan suasana yang mendukung. Ada banyak teknik yang bisa digunakan misalnya saja dengan *doubling*

(psikodrama), pembalikan peran (bertukar peran dengan pemain lain), cermin, solilokui, dan diterapkan sosiometri.

Sebagaimana dikembangkan Moreno psikodrama menggunakan tempat yang menyerupai panggung. Hal ini bertujuan supaya pasien memainkan peran di alam khayal, dengan demikian dia merasa bebas mengungkapkan sikap-sikap yang terpendam dan motivasi-motivasi yang kuat. Ketika peran dimainkan, implikasi-implikasi realistis dari tingkah lakunya yang dramatis menjadi jelas, ketrampilan Terapis dalam mengenal dan menafsirkan dinamika yang diungkapkan memudahkan proses terapi.

3. Prosedur Pelaksanaan

Pelaksana psikodrama harus mempunyai kompetensi profesional secara akademik dalam bidang ilmu bimbingan dan konseling, sosial dan moral yang kreatif, berwawasan dan inovatif. Selain itu konselor berperan sebagai konselor atau pemimpin kelompok sebagai sutradra berperan mengatur adegan disamping sebagai motivator, fasilitator, mengarahkan, mengontrol laku dan refleksi. Sedangkan konseli berperan sebagai pemain peran (aktor utama, maupun pendukung) mengeksplorasi masalah terkait dengan drama, meminta bantuan dilanjutkan mendiskusikan masalah bersama anggota kelompok. selainnya sebagai audien (*observer*)

Langkah-langkah pelaksanaan psikodrama:

- a. Tahap pengawalan (*The warm-up*). Pada tahap pengawalan atau pembentukan dilakukan untuk memotivasi anggota kelompok agar mereka siap berpartisipasi secara aktif dalam permainan, menentukan tujuan permainan, menciptakan perasaan aman dan saling percaya pada kelompok sebagai pemanasan. Menciptakan suasana keakraban atau kehangatan. Suasana keakraban dimaksudkan agar konseli

tahu cara yang akan dilakukan konselor-konseli dalam proses konseling. Konselor akan bekerja untuk klien. Hubungan itu tidak seperti keakraban hubungan anak dengan orang tuanya, tidak pula sebagai sahabat, atau bagaikan pasien dengan dokter, bukan bagaikan paranormal yang bisa memberi resep akan tindakan yang mesti dilakukan konseli.

Konselor berusaha menjadi orang yang peka akan perasaan, pikiran atau perbuatan konseli, sehingga diharapkan konseli nanti yang akan menemukan sendiri keputusannya. Permisif terhadap nilai agar konseli merasa aman menyampaikan pengalamannya maka konselor orang yang tidak mempersoalkan nilai baik buruknya perbuatan konseli. Namun juga tidak diperkenan memberi label salah jadi benarnya perbuatan itu, bahkan hendaknya konselor tidak memperlihatkan ekspresi tertentu bila ada pengalaman konseli yang melanggar nilai itu. Konselor hendaknya menahan diri untuk menyampaikan penilaiannya, karena waktu konseling adalah milik klien bukan milik konselor.

- b. Tahap pelaksanaan (*the action*). Tahap pelaksanaan terdiri dari kegiatan dimana Konselor pada saat pelaksanaan harus mampu menumbuhkan *Relasi Bantuan*. Setelah ikatan konseling terjalin, maka dalam relasi bantuan atau saat klien menceritakan masalahnya, maka konselor terus menerus membangun relasi bantuan dengan cara;
 - 1) konselor lebih perhatian terhadap respon emosional dari pada respons pikiran. Misalkan, konseli diberi kesempatan mengeksplorasi masalah atau menyampaikan masalah "Orang tua saya marah karena saya tidak membayarkan uang buku". Konselor tidak menanyakan berapa jumlah uangnya, tetapi pertanyaan konselor lebih ditujukan apa bentuk marah orang tua klien itu.
 - 2) konselor memfokuskan kepada perasaan negatif konseli, seperti rasa benci atau permusuhan yang disampaikannya, kendatipun kadang-kadang ditutupi konseli
 - 3) menanggapi perasaan yang ambivalen, yaitu sikap mendua bagaikan penggabungan antara "benci tapi rindu"
 - 4) konselor perlu mencermati sikap dan perilaku konseli terhadap diri konselor sebagai penilaian konseli terhadap pengalaman konseling yang sedang berlangsung.
 - 5) *Pemahaman (insight)* konselor hendaknya memperhatikan perkembangan pemahaman (*insight*) klien terhadap selfnya, bila konseli telah bisa memaknai pengalamannya yang bertentangan dengan konsep dirinya mampu mengakumulasi membentuk pemahaman baru, dan terbentuk keinginan konseli untuk mengaktualisasikan dirinya, maka konseling sudah dapat diakhiri
 - 6) pemain utama dan pemain pembantu memperagakan permainannya. Dengan bantuan pemimpin kelompok dan anggota kelompok lain pemeran utama memperagakan masalahnya.
- c. Tahap diskusi atau tahap berbagi pendapat dan perasaan (*The sharing*). Dalam tahap diskusi atau tahap bertukar pendapat dan kesan, para anggota kelompok diminta untuk memberikan tanggapan dan sumbangan pikiran terhadap permainan yang dilakukan oleh pemeran utama. Tahap diskusi ini penting karena merupakan rangkaian proses perubahan perilaku pemeran utama ke arah keseimbangan pribadi.
- d. Tahap pengakhiran. Konselor meminta konseli memberikan kesempatan kepada konseli mengemukakan pengalamannya sebagai refleksi dan evaluasi serta mengambil kesimpulan. Kemudian dilakukan pengakhiran.

C. KESIMPULAN

Psikodrama ini merupakan salah satu metode bimbingan dan konseling kelompok yang sangat bermanfaat bagi konseli/klien/peserta didik. Walaupun Psikodrama ini pada awalnya digunakan untuk penyembuhan (psikoterapi), akan tetapi ada teknik-teknik dari psikodrama yang dapat diaplikasikan ke dalam metode bimbingan dan konseling maupun metode pembelajaran. Psikodrama dapat digunakan oleh konselor untuk membantu memecahkan masalah-masalah konseli yang bersifat psikologis. Metode psikodrama ini memang sangat membantu untuk pemecahan masalah karena konseli secara spontan dapat menggali sendiri masalahnya (mengeksplorasi potensi-potensi yang ada dalam dirinya), meluapkan emosi yang terpendam serta mendapatkan pemecahan masalah yang berasal dari konselor dan anggota kelompok lainnya.

Akan tetapi psikodrama ini akan sulit dilakukan pada konseli yang kepercayaan dirinya sangat lemah (*under estimate*), pendiam, tidak suka banyak bercerita, tertutup dan pemalu untuk mengungkapkan dirinya sendiri di depan banyak orang. Sementara bagi klien yang suka bercerita dan terbuka mudah saja dalam melakukan kegiatan psikodrama ini. Selain itu, anggota kelompok lain juga mampu menghayati peran atau menempatkan diri dalam posisi yang diperankan. Sehingga drama dapat berlangsung sesuai dengan yang diharapkan. Anggota kelompok dapat saling memberikan masukan dan pendapatnya pada akhir sesi dalam sudut pandang yang berbeda dengan sudut pandang tokoh utama. Pada psikodrama faksi masalah yang diselesaikan ini hanya satu konseli, setelah selesai dapat dilanjutkan masalah konseli yang lain sesuai kesepakatan. Sehingga anggota kelompok lain yang mempunyai masalah lain tidak bisa dilibatkan dalam drama yang sama. Melainkan, perlu melakukan kegiatan psikodrama lagi. Berguna untuk mem-

bantu meringankan beban konseli PTSD dengan mengubah perilaku mengembalikan struktur kepribadian

E. SARAN

Kegiatan psikodrama membutuhkan keterampilan konselor dalam membawakan psikodrama agar berjalan dengan baik, terutama untuk mengatur jalannya psikodrama agar tidak terlalu lama, fokus pada permasalahan dan tidak membosankan. Kegiatan psikodrama ini juga memerlukan tempat yang luas dan cukup hening, agar tidak terganggu oleh keramaian yang dapat merusak suasana psikodrama atau justru mengganggu kegiatan lain seperti kegiatan pembelajaran di sekolah. Psikodrama juga membutuhkan keterlibatan dari anggota kelompok untuk bermain peran dengan baik.

REFERENSI

- Baltner Adam M.D. FAQ (Frequently Asked Questions) About Psychodrama. 23 Mei 2012. <http://www.blatner.com/>
- Betary Maharani. *Psikodrama: Action dan Relax*. 27 Januari 2012. <http://betarymaharani.multiply.com>
- Corey, Corey. (2008). *Theory & Practice of Group Counseling*, Australia: Thomson Brooks/Cole.
- Gershoni Jacob. Editor. 2004. *Psychodrama in the 21 St Century, Cincial and Educational Applications*; New York: Spriger Publishig Compay
- Kaplan, H.I, B.J. Sadock, 1998. *Ilmu Kedokteran Jiwa Darurat*, Jakarta: Widia Medika
- Winkel, WS. (2006). *Bimbingan dan Konseling di Intuisi*. Yogyakarta: Media Abadi. w.w.w .