

## **TEKNIK SOSIODRAMA DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGEMBANGKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL SISWA SMA**

**Marinda Syalafiah<sup>1</sup>, Rima Irmayanti<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Marindasyalafiah@gmail.com. <sup>2</sup>rima16o5@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
IKIP Siliwangi

### **Abstract**

*The background of this study is the problem in high school students, namely the inability of students to interpersonal communication. Students who have difficulty doing interpersonal communication will find it difficult to adjust to the surrounding environment. So that the behavior exhibited by students such as tend to withdraw and take aggressive actions, difficult to adjust, easy to get angry, tend to force the will, selfish, and want to win themselves so that they are easily involved in disputes. Efforts are made to overcome these problems by using group guidance services through sodiodrama techniques. The purpose of this study is to examine the effectiveness of group counseling to develop interpersonal communication of high school students. The approach used in this research is a qualitative approach. with the literature review method. The results of the literature review show that the sociodrama technique in group guidance is considered effective for overcoming students who have difficulty communicating interpersonal, because through sociodrama students can freely communicate with other people and learn to speak in front of many people through role playing which is contained in the sociodrama technique.*

**Keywords:** *Interpersonal Communication, Group Guidance, Sociodrama Techniques.*

### **Abstrak**

Latar belakang dari penelitian ini adalah adanya permasalahan pada siswa tingkat sekolah menengah atas (SMA) yakni ketidak mampuan peserta didik dalam melakukan komunikasi interpersonal. Siswa yang memiliki kesulitan dalam melakukan komunikasi interpersonal akan sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Sehingga perilaku yang ditunjukkan oleh peserta didik yaitu seperti cenderung menarik diri dan melakukan tindakan agresif, sulit menyesuaikan diri, mudah marah, cenderung memaksakan kehendak, egois, dan ingin menang sendiri sehingga mudah terlibat perselisihan. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok melalui teknik sodiodrama. Tujuan penelitian ini untuk mengkaji keefektifan bimbingan kelompok untuk mengembangkan komunikasi interpersonal siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif. dengan metode kajian literatur. Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa teknik sodiodrama dalam bimbingan kelompok dinilai efektif untuk mengatasi siswa yang sulit berkomunikasi interpersonal, karena melalui sodiodrama siswa dapat secara leluasa untuk berkomunikasi dengan orang lain serta belajar berbicara didepan orang banyak melalui permainan peran yang tepat dalam teknik sodiodrama tersebut.

**Kata Kunci:** Komunikasi Interpersonal, Bimbingan Kelompok, Teknik Sociodrama.

---

## **PENDAHULUAN**

Manusia adalah makhluk sosial. Hal tersebut mengandung arti bahwa manusia tidak dapat hidup sendiri dan selalu menjalin hubungan dengan orang lain, baik hubungan

dengan orang tua, orang dewasa, anak-anak maupun remajalainnya. Kebutuhan manusia akan mudah terpenuhi apabila terjalin suatu hubungan yang baik antar sesama manusia yang saling berinteraksi dalam suatu lingkungan. Kebutuhan hidup tersebut tidak akan terpenuhi secara optimal tanpa adanya bantuan dari individu lain. Oleh karena itu setiap individu dituntut untuk dapat berhubungan baik dengan individu-individu lain agar kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat terpenuhi.

Pada fase remaja individu dihadapkan pada masa yang penuh gejolak dan masa dimana keingintahuan tentang bagaimana melakukan hubungan interpersonal yang baik agar bisa diterima oleh lingkungan sosialnya. Dalam perkembangannya remaja memiliki tugas perkembangan yang menitikberatkan 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, Siswa dalam perkembangannya mempunyai kebutuhan untuk berkomunikasi dan memiliki teman. Hal tersebut sejalan dengan yang diungkapkan oleh Suherman (2019) Dengan komunikasi individu dapat melangsungkan hidupnya baik di lingkungan keluarga, sekolah maupun di masyarakat.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zuhara (2015) bahwa siswa yang memiliki kesulitan dalam melakukan komunikasi interpersonal akan sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya dan akan mengakibatkan ketidakmampuan melakukan komunikasi interpersonal. Hal tersebut senada dengan yang dikemukakan oleh Septiani, dkk (2019) bahwa Komunikasi interpersonal merupakan salah satu faktor yang bisa memberikan pengaruh terhadap konsep diri seseorang. Hal yang tidak kalah pentingnya dari aspek psikologis dalam komunikasi yaitu pikiran bahwa diri pribadi terletak dalam diri sendiri yang mustahil untuk secara langsung diamati.

Upaya dalam membantu mengembangkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa di sekolah dapat dilakukan melalui layanan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling berperan dalam meningkatkan perkembangan sosial terkait dengan komunikasi interpersonal siswa. Salah satunya dengan pemberian layanan bimbingan kelompok melalui teknik sosiodrama untuk mengembangkan komunikasi interpersonal siswa. Oleh sebab itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Teknik Sosiodrama dalam Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Komunikasi Interpersonal Siswa SMA"

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode kajian literatur. Menurut Afifuddin (Yusuf, 2019) Kajian literature yaitu alat yang penting sebagai context review, karena literature sangat berguna dan sangat membantu dalam memberi konteks dan arti dalam penulisan yang sedang dilakukan, serta melalui kajian literature ini peneliti dapat menyatakan secara eksplisit dan pembaca mengetahui, mengapa hal yang ingin diteliti merupakan masalah yang memang harus diteliti, baik dari segi subjek yang akan diteliti dan lingkungan manapun dari sisi hubungan penelitian dengan tersebut dengan penelitian lain yang relevan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Komunikasi Interpersonal

Menurut Suranto, (Alisyahbana, 2014) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal adalah proses penyampaian pesan dan penerimaan pesan antara pengirim pesan (*sender*) dan penerima pesan (*receiver*) baik secara langsung maupun tidak langsung. De Vito (Hamid, 2018) mendefinisikan komunikasi interpersonal sebagai proses penyampaian berita yang dilakukan seseorang dan diterimanya berita tersebut oleh orang lain atau kelompok kecil dari orang-orang, dengan satu akibat dan umpan balik yang segera. Komunikasi interpersonal berorientasi pada perilaku, sehingga penekanannya pada proses penyampaian informasi dari satu orang ke orang lain.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal adalah proses penyampaian pesan dan penerimaan pesan antara pengirim pesan dan penerima pesan. yang dilakukan seseorang dan diterimanya berita tersebut oleh orang lain atau kelompok kecil.

Menurut DeVito (Zuhara, 2015) yakni: (1) menemukan jati diri; (2) menemukan dan mengenal dunia luar, seperti berbagai objek dan peristiwa; (3) membentuk dan memelihara hubungan dengan orang lain; (4) mengubah sikap-sikap dan perilaku orang; (5) hiburan dan kesenangan, dan (6) membantu orang lain dalam interaksi interpersonal sehari-hari.

Suranto (Alisyahbana, 2014) mengemukakan ciri-ciri komunikasi interpersonal sebagai berikut:

- a. Arus pesan dua arah. Komunikasi interpersonal menempatkan sumber pesan dan penerima dalam posisi yang sejajar, sehingga memicu terjadinya pola penyebaran pesan mengikuti arus dua arah.
- b. Suasana nonformal. Komunikasi interpersonal biasanya biasanya berlangsung dalam suasana nonformal. Dengan demikian, apabila komunikasi itu berlangsung antara para pejabat di sebuah instansi, maka para pelaku komunikasi itu tidak secara kaku berpegang

- pada hirarki jabatan dan birokrasi, namun lebih memilih pendekatan secara individu yang bersifat pertemanan.
- c. Umpan Balik Segera. Oleh karena komunikasi Interpersonal biasanya mempertemukan para pelaku komunikasi secara bertatap muka, maka umpan balik dapat diketahui dengan segera. Seorang komunikator dapat segera memperoleh balikan atas pesan yang disampaikan dari komunikan, baik secara verbal maupun nonverbal.
  - d. Peserta komunikasi berada dalam jarak yang dekat. Komunikasi interpersonal merupakan metode komunikasi antarindividu yang menuntut agar peserta komunikasi dalam jarak dekat, baik jarak dalam arti fisik maupun psikologis.
  - e. Peserta komunikasi mengirim dan menerima pesan secara simultan dan spontan, baik secara verbal maupun non verbal. Untuk meningkatkan keefektifan komunikasi interpersonal, peserta komunikasi dapat memerdayakan pemanfaatan kekuatan pesan verbal maupun nonverbal secara bersamaan, saling mengisi, saling memperkuat sesuai tujuan komunikasi.

### **Bimbingan Kelompok**

Menurut Yusuf & Nurihsan (2016) bimbingan merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami diri dan lingkungannya. tujuan bimbingan adalah perkembangan secara optimal. yaitu perkembangan yang sesuai dengan potensi dan sistem nilai tentang kehidupan yang baik dan benar. Sedangkan Bimbingan kelompok menurut Farozin, dkk (2016) adalah bantuan kepada kelompok-kelompok kecil yang terdiri atas 2-10 peserta didik/konseli agar mereka mampu melakukan pencegahan masalah, pemeliharaan nilai-nilai, dan pengembangan keterampilan-keterampilan hidup yang dibutuhkan.

Menurut Irmayanti (2018) bimbingan kelompok bertujuan untuk mengembangkan kemampuan individu dalam bersosialisasi utamanya dalam hal berkomunikasi. namun secara khusus layanan bimbingan kelompok lebih mengarah pada pengembangan perasaan, sikap, pikiran dan pemahaman individu terhadap kondisi yang berkaitan dengan luar dirinya agar mampu berperilaku dan berkomunikasi secara lebih positif dan efektif. Menurut Farozinn (2016) Topik bimbingan kelompok bersifat umum dan tidak rahasia. Seperti: cara-cara belajar yang efektif, penanganan konflik, dan pergaulan sosial.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan pemberian bantuan kepada peserta didik agar mampu memahami dirinya dan lingkungannya. melalui kelompok-kelompok kecil dengan topik yang tidak rahasia. Dengan tujuan untuk mengembangkan kemampuan individu dalam bersosialisasi utamanya dalam hal berkomunikasi.

Nurisan (2014) mengemukakan tujuan dari bimbingan kelompok adalah agar peserta didik dapat merencanakan kegiatan penyesuaian studi, mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimiliki seoptimal mungkin, menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, serta

dapat mengatasi hambatan serta kesulitan yang dihadapi dalam studi dan penyesuaian diri dengan lingkungan sosial.

Prayitno (Setianingsih, dkk 2014) menyatakan bahwa tujuan dan fungsi layanan bimbingan kelompok adalah agar setiap anggota mampu berbicara di muka orang banyak; mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan kepada banyak orang; belajar menghargai pendapat orang lain; bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya; mampu mengendalikan diri dan menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negative); dapat bertenggang rasa; menjadi akrab satu sama lainnya; dan Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.

Farozin. (2016) mengemukakan bahwa teknik bimbingan kelompok yang digunakan guru bimbingan dan konseling atau konselor antara lain diskusi kelompok, bermain peran, *home room program*, dan teknik lain yang relevan.

a. Diskusi Kelompok

Diskusi kelompok adalah interaksi komunikasi antar anggota kelompok dalam memahami topik atau mengembangkan keterampilan tertentu secara bersama-sama dengan cara mengutarakan masalah, ide-ide, saran, dan saling menanggapi satusama lain. teknik: diskusi panel, lokakarya, diskusi terfokus.

b. Bermain Peran

Bermain peran (*role Playing*) adalah dramatisasi tingkah laku untuk memfasilitasi peserta didik/konseli melakukan dan menafsirkan suatu peran. Bermain peran yang dapat dijadikan teknik bimbingan kelompok diantaranya psikodrama dan sosiodrama. Menurut Farozin. (2016).

Irmayanti (2018) menyatakan bahwa kegiatan bimbingan kelompok berlangsung dalam berapa tahap. Dalam tahapnya terdapat masing-masing kegiatan yang dilakukan pada tahap tersebut.

a. Tahap Pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap perlibatan diri atau tahap memasukkan diri kedalam kehidupan suatu kelompok.

b. Tahap Peralihan

Menurut Irmayanti (2018) Tahap kedua merupakan jembatan antara tahap pertama dan ketiga. Artinya para anggota kelompok dapat segera memasuki kegiatan tahap dengan penuh kemauan dan kesukarelaan.

a. Tahap Inti

Tahap inti dimana masing-masing kelompok saling berinteraksi memberikan tanggapan dan lain sebagainya (Irmayanti. 2018) Pada tahap ini kegiatan bimbingan kelompok bebas atau kelompok tugas secara nyata. Bimbingan

b. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran bimbingan kelompok, pokok perhatian utama bukanlah pada beberapa kali kelompok itu harus bertemu, tetapi pada hasil yang telah dicapai oleh kelompok itu.

### **Teknik Sociodrama**

Teknik adalah cara, langkah atau metode yang dilakukan untuk mencapai suatu tujuan. Menurut Farozin (2016) ada beberapa teknik seperti diskusi kelompok, lokakarya, bermain peran, seperti: psikodrama dan sociodrama. Menurut Nugraha (2019) Teknik sociodrama adalah permainan peran yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Menurut Winkel (Indriasari 2016) sociodrama merupakan dramatisasi dari berbagai persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang-orang lain, termasuk konflik yang sering dialami dalam pergaulan sosial. bahwa metode sociodrama merupakan metode mengajar dengan cara mempertunjukkan kepada siswa tentang masalah-masalah, caranya dengan mempertunjukkan kepada siswa masalah bimbingan hubungan sosial tersebut didramatisir oleh siswa dibawah pimpinan guru.

Murnita (2016) Tujuan sociodrama bagi siswa adalah : 1) siswa berani mengungkapkan pendapat secara lisan; 2) memupuk kerjasama diantara para siswa; 3) siswa menunjukkan sikap berani dalam memerankan tokoh yang diperankan; 4) siswa menjiwai tokoh yang diperankan; 5) siswa memberikan tanggapan terhadap pelaksanaan jalannya sociodrama yang telah dilakukan; 6) melatih cara berinteraksi dengan orang lain.

Endriani (2016) Tujuan teknik sociodrama yaitu: 1) Agar siswa dapat menghayati dan menghargai perasaan orang lain, 2) Dapat belajar bagaimana membagi tanggung jawab, 3) Dapat belajar bagaimana mengambil keputusan dalam situasi kelompok secara spontan, 4) Merangsang kelas untuk berpikir dan memecahkan masalah dan 5) Dapat menghilangkan malu, di mana bagi siswa yang tadinya mempunyai sifat malu dan takut dalam berhadapan dengan sesamanya, sehingga tumbuh kepercayaan diri, menjadi terbiasa dan terbuka untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan sosiodrama yaitu agar siswa berani dalam mengungkapkan pendapatnya secara lisan, dapat belajar bagaimana membagi tanggung jawab, dapat mengatasi masalah dan dapat berinteraksi dengan orang lain dengan baik.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian Zuhara (2015) Teknik sosiodrama untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas X SMA Kartika Siliwangi 2 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014. berada pada kategori sedang, artinya siswa sudah dapat menunjukkan keterbukaan tetapi hanya sebatas kepada orang terdekat, menunjukkan sikap empati kepada teman tetapi masih sebatas berempati kepada teman yang dikenalnya. Teknik sosiodrama memiliki signifikansi terhadap kemampuan komunikasi interpersonal siswa, artinya teknik sosiodram efektif untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa. Hal ini terlihat adanya peningkatan rata-rata skor hubungan interpersonal kepada sasaran intervensi secara keseluruhan baik dari setiap aspek.

Hal serupa dikemukakan oleh Hamid (2018) Berdasarkan analisa data dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa: Tingkat keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas X SMK Negeri 8 Makassar pada kondisi awal umumnya berada pada kategori rendah. Setelah pelaksanaan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok menunjukkan adanya perubahan yang cukup signifikan. Artinya, apabila teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok ini diterapkan maka dapat membantu meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas X SMK Negeri 8 Makassar.

Serta penelitian ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayati (2015) Hasil penelitian menunjukkan bahwa dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa SMK Perindustrian Yogyakarta. maka disarankan guru BK dapat menggunakan teknik bermain sosiodrama pada bimbingan di bidang lainnya.

## KESIMPULAN

Komunikasi interpersonal merupakan proses penyampaian pesan dan penerimaan pesan antara pengirim pesan (*sender*) dan penerima pesan (*receiver*) baik secara langsung maupun tidak langsung. Siswa yang memiliki kesulitan dalam melakukan komunikasi interpersonal akan sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan pembahasan diatas, dapat disimpulkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama efektif digunakan untuk mengembangkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa SMA. Keberhasilan tersebut dapat dilihat dari perubahan yang terjadi pada peserta didik yang sudah bisa berkomunikasi interpersonal secara baik.

## REFERENSI

- Alisyahbana, I. B. (2014). Penerapan Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal pada Kelas VII F di SMPN I Kemlagi Mojokerto. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling UNESA*, 4(3).
- Endriani, A. (2016). Pengaruh Teknik Sociodrama Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Ma Nurul Ishlah NW Beleka Kabupaten Lombok Tengah. *Jurnal Teknologi Pendidikan: Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pembelajaran*, 1(1), 77-87
- Farozin. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling SMA*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Hamid, I. (2018). Penerapan Teknik Sociodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK Negeri 8 Makassar. *Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial*, 1(1).
- Hidayati, N. (2015). Peningkatan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Melalui Teknik Sociodrama Pada Siswa SMK Perindustrian Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(12).
- Indriasari, E. (2016). Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Pada Siswa Kelas Xi Ips 3 Sma 2 Kudus Tahun Ajaran 2014/2015. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 2(2).
- Irmayanti, R. (2018) *Teknik Bimbingan dan Konseling*. Bandung: IKIP Siliwangi.
- Murnita, A. (2016). Upaya Meningkatkan Perilaku Pro-Sosial Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Sociodrama. *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan & Konseling*, 2(1).
- Nugraha, A. B., & Ajie, G. R. (2019). Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Terhadap Kontrol Diri. *Indonesian Journal Of Educational Research and Review*, 2(3), 408-414.
- Nurihsan, J. (2014). *Bimbingan & Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT Refika Aditama.

- Rama, R., Sultani, S., & Anisah, L. (2019). Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Etika Pergaulan Di Sekolah Pada Siswa Kelas Viii Di Smp Negeri 2 Martapura. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 5(2), 91-94.
- Septiani, D., Azzahra, P. N., Wulandari, S. N., & Manuardi, A. R. (2019). SELF DISCLOSURE DALAM KOMUNIKASI INTERPERSONAL: KESETIAAN, CINTA, DAN KASIH SAYANG. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 2(6), 265-271.
- Suherman, M. M. (2019). Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Peer Group untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Siswa. *Quanta*, 3(2), 44-50.
- Setianingsih, E. S., Sutoyo, A., & Purwanto, E. (2014). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Teknik Pemecahan Masalah untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2).
- Yusuf, S. & Nurihsan, J. (2016) *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Rosdakarya.
- Zuhara, E. (2015). Efektivitas teknik sosiodrama untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa (penelitian kuasi eksperimen kelas X di SMA Kartika Siliwangi 2 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014). *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 1(1), 80-89.