



PENGEMBANGAN MODEL BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA

Nur Aini✉, DYP. Sugiharto, Anwar Sutoyo

Prodi Bimbingan Konseling, Program Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima September 2014
Disetujui Oktober 2014
Dipublikasikan November 2014

Keywords:
Adjustment;
Group guidance;
Sosiodrama Technique

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *research and development* dengan subjek penelitian berjumlah 10 orang yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terbukti efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Berdasarkan analisis skor terhadap skala penyesuaian diri yang diberikan kepada subjek penelitian sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*) adalah 52,3% dan setelah diberikan perlakuan (*post-test*) menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, tingkat penyesuaian diri siswa mengalami peningkatan menjadi 64%, terjadi peningkatan sebesar 11,7%. Berdasarkan hasil pengujian menggunakan rumus uji t dengan menggunakan bantuan perangkat lunak (*software*) SPSS 16.00 for Windows, nilai signifikansi hitung (*Sig. 2-tailed*) yang diperoleh adalah 0,000 pada taraf signifikansi 95%. Oleh karena nilai signifikansi hitung $< 0,05$ maka hipotesis alternatif (H_a) diterima yang berarti bahwa model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terbukti mampu untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Abstract

*This research aims to create Guidance Group Model by using Sosiodrama Technique to Improve Student Adjustment. The method of research used is Research and development method. It was taken 10 students who were chosen as the research subject with purposive sampling technique. The results showed that the model of group guidance by using sosiodrama techniques proven to be effective to improving student adjustment. Based on the score analysis toward the adjustment scale which was given to research subjects before treatment (*pre-test*) was 52,3% and after giving treatment (*post-test*) utilizing group guidance model by sosiodrama techniques, it shows that students' adjustment degree has 64%, An increase of 11,7%. According to t-test of SPSS 16.00 for Windows, the significance two-tailed is 0.000 in 95% degree of significance. It is lower than 0.05 (<0.05), therefore, alternative hypotetic is accepted, meaning that group guidance model by using Sosiodrama Technique value is verified to improve students' adjustment.*

© 2014 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:
Kampus Unnes Bendan Ngisor, Semarang, 50233
Email: Nur.aini165@yahoo.com

Pendahuluan

Siswa merupakan remaja yang sedang dalam proses berkembang ke arah kematangan dan kemandirian baik secara pribadi maupun sosial, dalam proses perkembangan tersebut seorang siswa perlu menyesuaikan diri dengan lingkungan yang ada. Menurut Hurlock (2004) pada masa remaja penyesuaian diri dengan standar kelompok merupakan hal yang sangat penting bagi dirinya dibandingkan dengan nilai-nilai individualitasnya. Sehingga secara tidak sadar dengan adanya interaksi dan komunikasi antar pribadi di dalam situasi kelompok tersebut, dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik dari perilaku mereka sebelumnya, terutama dalam hal penyesuaian diri dengan lingkungan masyarakat, sekolah, atau dengan teman sebayanya.

Menurut Walgito (2002) penyesuaian diri adalah individu dapat meleburkan diri dengan keadaan di sekitarnya atau sebaliknya individu dapat mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan dalam diri individu sesuai apa yang diinginkan oleh individu yang bersangkutan.

Penyesuaian diri merupakan upaya individu untuk dapat hidup aman dan nyaman dalam mencapai keharmonisan antara dirinya sebagai individu dengan lingkungannya yang berlangsung secara terus-menerus, dengan siswa mampu menyesuaikan diri dengan baik maka mempunyai kemungkinan lebih besar untuk mencapai prestasi yang optimal. Siswa yang berhasil dalam menyesuaikan diri adalah siswa yang mampu berinteraksi secara aktif dengan lingkungannya sehingga siswa tersebut tidak mendapatkan kesulitan-kesulitan dalam menyesuaikan diri, dan meskipun terdapat kesulitan-kesulitan dalam penyesuaian diri, siswa akan dapat mengatasinya.

Bimbingan kelompok dapat menjadi media bagi siswa-siswi yang cenderung berkelompok dengan teman sebaya sehingga memungkinkan bagi mereka mencontoh atau meniru hal-hal positif yang terjadi dalam kelompok. Bimbingan kelompok merupakan lingkungan yang kondusif yang memberikan kesempatan bagi anggotanya untuk menambah penerimaan diri dan orang lain, memberikan ide, perasaan, dan dapat berlatih tentang perilaku baru serta bertanggung jawab atas pilihan yang ditentukan sendiri.

Gibson (2011) mendefinisikan bimbingan kelompok sebagai aktivitas yang dirancang untuk

menyediakan kepada individu-individu sejumlah informasi atau pengalaman yang memajukan karier atau pengertian tentang pendidikan, pertumbuhan pribadi dan penyesuaian sosial mereka. Bimbingan kelompok yaitu mengacu kepada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman melalui sebuah aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi, merupakan layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada individu untuk membahas masalah atau topik umum secara luas dan mendalam yang bermanfaat bagi anggota kelompok.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi ketidakmampuan siswa dalam melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sekolah adalah melalui Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama. Menurut Wibowo (2005), bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama. Hal tersebut mengidentifikasi bahwa dalam kegiatan bimbingan kelompok pelaksanaannya dilakukan secara bersama-sama terhadap sejumlah individu sehingga masing-masing individu dapat memahami kegiatan bimbingan yang tengah diterapkan.

Bimbingan kelompok memiliki beberapa teknik yang dapat diterapkan sesuai dengan kebutuhan dan pelaksanaannya. Salah satu teknik tersebut adalah sosiodrama. Winkel (2004) menyatakan bahwa sosiodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang lain, tingkat konflik-konflik yang dialami dalam pergaulan sosial. Sosiodrama merupakan salah satu tehnik dalam bimbingan kelompok yaitu *role playing* atau teknik bermain peran dengan cara mendramatisasikan bentuk tingkah laku dalam hubungan sosial, permainan peran secara luas telah diterima sebagai teknik yang melatih berbagai macam hubungan antar pribadi. Dengan kata lain menurut Romlah (2006) menyatakan bahwa kepribadian seseorang adalah keseluruhan peran yang diperankannya dalam kehidupan sehari-hari dalam lingkungan keluarga, masyarakat dan pekerjaan. Individu dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang baik apabila ia dapat berperilaku sesuai dengan peranan yang dimilikinya baik sebagai makhluk individu maupun makhluk sosial.

Pendapat tersebut dapat dimaknai bahwa

teknik sosiodrama merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok di sekolah dengan cara memerankan perilaku yang berkaitan dengan masalah-masalah sosial.

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan peneliti terhadap guru bimbingan dan konseling di SMK Islam Adiluwih Pringsewu Lampung, ditemukan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di sekolah tersebut belum optimal, hal ini ditandai dengan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang masih bersifat insidental dan tidak berdasarkan dengan analisis kebutuhan siswa, pelaksanaannya belum sesuai dengan tahapan-tahapan dalam layanan bimbingan kelompok sehingga terkesan penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok tidak terstruktur dengan baik. Selain itu guru bimbingan dan konseling juga belum menggunakan teknik-teknik bimbingan kelompok yang dapat di internalisasi kedalam layanan bimbingan dan konseling, khususnya layanan bimbingan kelompok.

Selain persoalan tentang pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, juga diperoleh informasi mengenai gambaran perilaku siswa di SMK Islam Adiluwih Pringsewu Lampung. Kenyataan yang terjadi di SMK Islam Adiluwih Pringsewu-Lampung terdapat banyak siswa yang belum mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari guru Bimbingan dan konseling di SMK Islam Adiluwih Pringsewu Lampung, para siswa khususnya siswa kelas X masih banyak yang mengalami ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah, baik dengan teman sebaya, dengan guru maupun dengan peraturan yang ada (tata tertib sekolah).

Beberapa masalah yang terjadi pada siswa kelas X SMK Islam Adiluwih Pringsewu-Lampung sebagai aspek/akibat tidak dapat menyesuaikan diri antara lain terjadi permasalahan sosial dengan teman karena perbedaan kebudayaan, senang menyendiri, tidak mau menanggapi pendapat teman, kurang aktif dalam kelas, membolos, tidak masuk sekolah tanpa izin dan tanpa keterangan yang jelas, terlambat datang ke sekolah, lalai dalam mengerjakan tugas, mencontek, berpakaian tidak sesuai dengan peraturan sekolah dan merokok. Siswa yang menunjukkan perilaku-perilaku karena akibat dari kurang bisanya siswa dalam menyesuaikan diri yaitu cenderung masih merasa malu, takut dan bingung dalam menghadapi sekolah baru, sehingga mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan teman dan lingkungan. Kesulitan dalam

penyesuaian diri membuat siswa merasa tidak nyaman berada di sekolah yang berakibat siswa membolos atau tidak masuk sekolah tanpa izin dan keterangan yang jelas.

Pemilihan penggunaan teknik sosiodrama didasarkan pada alasan karena permasalahan yang muncul berkaitan dengan permasalahan sosial yang terjadi dalam hubungan lingkungan sekitar utamanya dengan lingkungan sekolah, sehingga sosiodrama dipandang tepat untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Tujuan yang ingin dicapai oleh penulis adalah untuk mendapatkan gambaran mengenai pelaksanaan bimbingan kelompok dan gambaran mengenai tingkat penyesuaian diri siswa di SMK Islam Adiluwih Pringsewu Lampung. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan menyusun model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa serta mengetahui efektifitas pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode *Research and Development*. Dasar pertimbangan penggunaan pendekatan ini adalah pendapat Borg dan Gall (2007) yang menyatakan bahwa strategi penelitian dan pengembangan efektif untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan. Produk pendidikan yang dapat dihasilkan melalui pendekatan penelitian dan pengembangan adalah buku teks, film instruksional, program komputer, metode mengajar, dan berbagai program pendidikan lainnya. Prosedur pengembangan dalam penelitian ini terdiri dari 6 tahapan yakni studi pendahuluan, merumuskan model hipotetik, uji kelayakan model hipotetik, perbaikan model hipotetik, uji coba terbatas serta menyusun model akhir.

Desain uji coba dalam penelitian pengembangan ini dilakukan dengan menyusun dan mengembangkan model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dengan melakukan beberapa kali uji coba. Uji ahli dilakukan dengan melibatkan 2 orang pakar dalam layanan bimbingan dan konseling untuk memvalidasi model hipotetik agar menjadi sebuah model yang secara rasional mampu meningkatkan penyesuaian diri siswa. Uji praktisi dilakukan dengan melibatkan 2 orang praktisi dalam layanan bimbingan dan konseling untuk memvalidasi model hipotetik agar menjadi sebuah model yang praktis/mudah dalam pelaksanaannya nanti. Sedangkan

ujicoba terbatas akan dilakukan dengan desain eksperimen yaitu metode *one group pre test – post test design*. Untuk lebih jelasnya digambarkan pada tabel 1.

Tabel 1: Desain One Group Pre test-Post test

Pretest	Perlakuan	Posttest
O ₁	X	O ₂

Keterangan :

O₁ : Nilai pretest (sebelum diberi bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama)

O₂ : Nilai posttest (setelah diberi bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama)

X : Treatment yang di lakukan

Dalam uji coba terbatas 10 orang siswa sebagai subjek penelitian diambil dengan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengumpulan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2009). Subjek penelitian diberikan *pretest* untuk mengukur kondisi keterampilan sosial awal lalu diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, langkah selanjutnya adalah dilakukan *posttest* dan kemudian membandingkan nilai *pretest* dan *posttest* untuk melihat keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari pedoman wawancara terhadap guru BK, lembar validasi ahli dan lembar validasi praktisi untuk mengumpulkan data kualitatif dan skala psikologis penyesuaian diri siswa untuk mengumpulkan data kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskripsi kualitatif dan analisis data hasil uji statistik. Untuk membuktikan hipotesis dalam penelitian ini penulis membandingkan tingkat penyesuaian diri siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menggunakan rumus *t-test* dengan menggunakan bantuan perangkat lunak (*software*) *SPSS 16.00 for Windows*. Jika hasil uji menunjukkan hasil yang signifikan, maka model

bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di SMK Islam Adiluwih Pringsewu Lampung masih bersifat insidental meskipun telah masuk dalam program layanan bimbingan dan konseling yang telah dibuat. Model layanan bimbingan kelompok yang diselenggarakan di sekolah tersebut adalah model bimbingan kelompok konvensional yang tidak memperhatikan tahapan-tahapan bimbingan kelompok dalam tahapan pelaksanaannya, yang hanya mengandalkan diskusi kelompok yang terkesan hanya seperti diskusi biasa sebagai teknik yang digunakan. Untuk kondisi objektif penyesuaian diri siswa dapat dilihat pada tabel 2.

Berdasarkan pada tabel di atas diperoleh data bahwa kondisi penyesuaian diri siswa di SMK Islam Adiluwih Pringsewu-Lampung tergolong rendah bahkan ada beberapa siswa dengan kondisi penyesuaian dirinya yang sangat rendah. Umumnya yang menjadi penyebab yang tampak adanya siswa dengan tingkat penyesuaian diri rendah dan sangat rendah di SMK Islam Adiluwih Pringsewu-Lampung yaitu siswa kurang bisa menyesuaikan diri dengan peraturan-peraturan yang ada di sekolah tersebut misalnya beberapa siswa masih selalu melanggar tata tertib yang ada yaitu membolos, memakai baju seragam tidak sesuai dengan ketentuan sekolah, merokok di lingkungan sekolah, tidak masuk sekolah tanpa surat izin dan sebagainya itu yang berkaitan dengan masalah tata tertib sekolah.

Sedangkan yang menjadi penyebab penyesuaian diri siswa rendah yang berkaitan dengan (1) ciri afektif emosional yaitu: siswa merasa kurang percaya diri, minder, bersikap memusuhi, tidak berani dan merasa tidak nyaman ketika berada di lingkungan sekolah

Tabel 2. Gambaran penyesuaian diri siswa Kelas X SMK Islam Adiluwih Pringsewu Lampung

No	Klasifikasi	Jumlah Siswa	Prosentase
1	Sangat Tinggi	5	3%
2	Tinggi	50	31%
3	Rendah	103	63,5%
4	Sangat Rendah	4	2,5%
Total		162	100%

sehingga ketika menghadapi masalah siswa tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya cenderung menyalahkan orang lain dan ketika berada di kelas untuk menyelesaikan tugas-tugas sekolah tidak bisa dengan maksimal karna tingkat kepercayaan diri dan keberanian yang kurang sehingga menyebabkan penyesuaian diri yang rendah. Yang menjadi penyebab penyesuaian diri siswa rendah yang berkaitan dengan (2) ciri perkembangan intelektual (kognitif) yaitu: siswa kurang bisa memahami diri sendiri dan orang lain, kurang bisa berkomunikasi dan kurang bisa melihat kenyataan hidup. Sikap ini mengakibatkan siswa tidak bis menyelesaikan permasalahan yang sedang dialaminya, kurang bisa berdiskusi dengan teman sebaya, kurang bisa berkomunikasi dan berdiskusi dengan guru, tidak bis menerima kekurangan dan kelebihan yang dimiliki dan tidak berani mengeluarkan pendapat. Serta penyebab penyesuaian diri siswa di SMK Islam Adiluwih Lampung rendah yang berdasar pada (3) ciri perkembangan sosial yaitu: kurangnya kemampuan dalam mengembangkan potensi diri, kurang bisa bekerjasama dan kurang bisa belajar dari pengalaman yang ada, sehingga mengakibatkan siswa malas untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah, malas belajar kelompok, tidak punya gairah untuk berprestasi dan berusaha untuk menjadi yang lebih baik serta siswa malas untuk bersosial baik dengan guru maupun dengan teman-temannya.

Berdasarkan data tersebut, penulis berkesimpulan bahwa perlu adanya upaya bantuan bagi siswa agar dapat meningkatkan penyesuaian diri mereka. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang konvensional dengan teknik diskusi tidak efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa. Guru bimbingan dan konseling membutuhkan sebuah model pelayanan bimbingan kelompok yang tepat dan efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri yang rendah.

Oleh karena itu, penulis menyusun sebuah model layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama sebagai sebuah alat yang dapat digunakan untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Validator ahli I memberikan skor 58, validator ahli II memberikan skor 47, validator praktisi I memberikan skor 53 dan validator praktisi II memberikan skor 53. Berdasarkan hasil uji kelayakan oleh ahli dan praktisi bimbingan dan konseling, maka diperoleh kesimpulan bahwa model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa telah layak untuk digunakan di sekolah.

Model bimbingan kelompok dengan teknik

sosiodrama yang telah melalui uji kelayakan, selanjutnya akan diuji cobakan untuk melihat keefektifannya dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa. Uji coba dilaksanakan di SMK Islam Adiluwih Pringsewu Lampung sebanyak 8 kali pertemuan dengan menentukan topik tugas sebagai topik yang akan dibahas dalam kegiatan uji coba. Untuk melihat peningkatan penyesuaian diri siswa sebelum dan sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Skor *pretest* dan *post-test*

Skor rata-rata <i>pretest</i>	Skor rata-rata <i>posttest</i>
111,1	136,4

Dari tabel di atas, terlihat bahwa penyesuaian diri siswa mengalami peningkatan setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. uji efektifitas model yang dikembangkan sekaligus untuk menjawab hipotesis penelitian adalah dengan membandingkan perbedaan antara skor *pre test* dan skor *post test* menggunakan *T-test* dengan menggunakan bantuan perangkat lunak (*software*) *SPSS 16.00 for Windows*. Kaidah yang digunakan adalah menguji hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Berdasarkan hasil pengujian tersebut, diperoleh nilai signifikansi hitung (*Sig. 2-tailed*) adalah 0,000 pada taraf signifikansi 95%. Oleh karena nilai signifikansi hitung $< 0,05$ maka hipotesis alternatif (H_a) diterima yang berarti bahwa model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terbukti mampu untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Bimbingan dan konseling sebagai bagian dari sekolah yang khusus memberikan pelayanan kepada siswa adalah pihak yang tepat dalam upaya mengintervensi penyesuaian diri siswa dengan berbagai jenis layanan yang dapat diberikan. Salah satu layanan yang dianggap tepat untuk memberikan intervensi terhadap penyesuaian diri siswa adalah bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok merupakan upaya membantu siswa dalam suasana kelompok agar siswa dapat memahami diri serta mencegah timbulnya masalah dengan memanfaatkan dinamika kelompok agar siswa yang bersangkutan dapat menjalani perkembangannya secara optimal. Di dalam kelompok, anggota belajar meningkatkan diri dan kepercayaan terhadap orang lain, selain

itu mereka juga mempunyai kesempatan untuk meningkatkan system dukungan dengan cara berteman secara akrab dengan sesama anggota. Interaksi antar anggota kelompok merupakan sesuatu yang khas yang tidak mungkin terjadi pada konseling perorangan karena interaksi tersebut dapat mengubah sikap atau membentuk sikap baru. Hasil pengembangan/ Model akhir bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa terdiri dari : (a) rasional, (b) visi dan misi, (c) tujuan, (d) materi bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, (e) peran dan fungsi konselor, (f) kualifikasi konselor, (g) sifat topik dan suasana interaksi, (h) tahap-tahap bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, dan (i) monitoring, evaluasi dan tindak lanjut.

Bimbingan kelompok merupakan lingkungan yang kondusif yang memberikan kesempatan bagi anggotanya untuk menambah penerimaan diri dan orang lain, memberikan ide, perasaan, dukungan bantuan alternatif pemecahan masalah dan mengambil keputusan yang tepat, dapat berlatih tentang perilaku baru dan bertanggung jawab atas pilihannya sendiri. Di dalam kelompok, anggota belajar meningkatkan diri dan kepercayaan terhadap orang lain, selain itu mereka juga mempunyai kesempatan untuk meningkatkan sistem dukungan dengan cara berteman secara akrab dengan sesama anggota. Interaksi antar anggota kelompok merupakan sesuatu yang khas yang tidak mungkin terjadi pada konseling perorangan karena interaksi tersebut dapat mengubah sikap atau membentuk sikap baru.

Pengalaman peneliti sebagai pemimpin kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok dengan memanfaatkan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, ditemukan bahwa prosedur pelaksanaan layanan peningkatan penyesuaian diri siswa dengan model bimbingan kelompok melalui teknik sosiodrama memberikan akses yang sama untuk masing-masing anggota kelompok untuk terlibat dan aktif. Mulai dari tahap pembentukan sampai pada tahap pengakhiran. Kondisi tersebut memungkinkan terlaksananya pelaksanaan pada tahapan kegiatan secara produktif bagi peningkatan penyesuaian diri siswa. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa model layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, karena model tersebut menyediakan lingkungan belajar yaitu dengan pengalaman memerankan secara langsung tentang topik/masalah yang dihadapi oleh

siswa yang diperlukan dalam mengembangkan penyesuaian diri mereka.

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Schneiders (dalam Suryabrata, 2001) mengartikan penyesuaian diri sebagai suatu proses respon individu baik yang bersifat behavioristik maupun mental dalam upaya mengatasi kebutuhan-kebutuhan dari dalam diri ketegangan emosi, frustrasi dan konflik, serta memelihara keseimbangan antar pemenuhan kebutuhan tersebut dengan kebutuhan tuntutan norma lingkungan. Hal tersebut telah tercakup dalam model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama ini, sehingga kondisi tersebut memungkinkan siswa dapat mengembangkan semua aspek penyesuaian diri mereka secara alamiah dan bermakna bagi kehidupan mereka. Pengalaman interaksi di dalam kelompok di manfaatkan dalam rangka memberikan bantuan terapi dan semacam pelatihan untuk lebih dapat menggunakan kapasitas individu lebih efektif. Seorang individu akan lebih mendapatkan kesempatan untuk mengetahui diri sendiri secara lebih baik melalui pengalaman interaksi dalam bimbingan kelompok, seorang individu bisa mengembangkan kesadaran dan kekuatan yang masih tersembunyi, minat, kemampuan serta kebutuhannya.

Simpulan

Gambaran pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di SMK Islam Adiluwih Pringsewu Lampung menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok pada dasarnya telah terencana dalam program bimbingan dan konseling, dan sudah dilaksanakan tapi ada beberapa kelemahan yaitu: (1) dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok masih bersifat insidental, (2) layanan bimbingan kelompok dilaksanakan masih bersifat konvensional yaitu hanya dengan menggunakan metode diskusi, dalam pemecahan masalahnya belum menggunakan teknik-teknik tertentu seperti teknik sosiodrama atau teknik yang lainnya, (3) dalam pelaksanaannya tidak memperhatikan tahapan-tahapan dalam bimbingan kelompok sehingga terkesan seperti diskusi biasa sehingga dianggap tidak efektif untuk pemecahan masalah siswa.

Gambaran penyesuaian diri siswa kelas X SMK Islam Adiluwih Pringsewu Lampung rata-rata berada pada kategori rendah dengan prosentase persebaran sebagai berikut : sangat tinggi 3%, tinggi 31%, rendah 63,5%, dan sangat rendah 2,5%. Penyebab dari penyesuaian

diri siswa tergolong rendah atau bahkan ada beberapa siswa dengan kategori penyesuaian diri yang sangat rendah yaitu menyangkut tiga aspek: (1) dalam hal aspek afektif emosional yaitu siswa merasa kurang percaya diri, minder, bersikap menghindar, tidak berani dan merasa tidak nyaman berada di lingkungan sekolah atau dengan segala kondisi yang ada. (2) aspek perkembangan intelektual yaitu siswa kurang bisa memahami diri sendiri dan orang lain, kurang bisa berkomunikasi dan kurang bisa melihat kenyataan hidup. (3) aspek perkembangan sosial yaitu siswa kurang bisa mengembangkan potensi diri, kurang bisa dalam hal bekerjasama dan kurang bisa belajar dari pengalaman yang ada.

Telah ditemukan rumusan model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa yang merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada para siswa dalam memanfaatkan dinamika kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri mereka secara optimal melalui aktivitas yang menyenangkan dalam situasi yang menyerupai kehidupan nyata yang terdiri dari tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran.

Hasil pengembangan/ Model akhir bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa terdiri dari : (a) rasional, (b) visi dan misi, (c) tujuan, (d) materi bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, (e) peran dan fungsi konselor, (f) kualifikasi konselor, (g) sifat topik dan suasana interaksi, (h) tahap-tahap bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, dan (i) monitoring, evaluasi dan tindak lanjut.

Model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif bagi peningkatan penyesuaian diri siswa kelas X SMK Islam Adiluwih Pringsewu Lampung.

Ucapan Terimakasih

Setelah menyelesaikan penelitian ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada (1) Prof. Dr. Fathur Rokhman, M. Hum., rektor Universitas Negeri Semarang, (2) Prof. Dr. rer. nat. Wahyu Hardyanto, M. Si., Plt direktur Program Pascasarjana Unnes, (3) Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd. Kons., ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Program Pascasarjana UNNES, (4) Kepala sekolah dan jajaran guru SMK Islam Adiluwih Pringsewu-Lampung, (5) Pihak-pihak yang telah memberi masukan untuk kesempurnaan manuskrip ini.

Daftar Pustaka

- Borg, W.R dan Gall, M.D. 2007. *Educational Research, an Introduction Fourth Edition*. New York: Logman. Inc
- Gibson, R.L. dan M.H. Mitchell. 2011. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Diterjemahkan dari; *Introduction to Counseling and Guidance*. First publisher 2008 by Pearson Prentice Hall. Pearson education, Inc, Upper Saddle River, New Jersey
- Hurlock, Elizabeth B. 2004. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang hayat*. alih bahasa oleh Dra. Istiwidayanti. Erlangga
- Romlah, T. 2006. *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Malang: UM Press
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R &D*. Bandung: Alfabeta
- Suryabrata, Sumadi. 2001. *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: CV Rajawali
- Walgito, Bimo. 2002. *Psikologi Sosial (Suatu Pengantar)*. Yogyakarta: Andi Offset
- Wibowo, M.E, 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: Unnes Press.
- Winkel, W.S. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi pendidikan*. PT. Grasindo: Jakarta