

Upaya Meningkatkan Perilaku Sosial Rendah Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama pada Kelas XI 3.3 di SMA Negeri 3 Medan

Sevtirini Munthe¹, Rizka Harfiani², Eli Irma³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia

Email: sevtirinimunthe02@gmail.com¹, rizkaharfiani@umsu.ac.id²,
eliirma29@gmail.com³

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku sosial siswa yang rendah melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama pada siswa kelas XI 3.3 di SMA Negeri 3 Medan. Masalah utama yang dihadapi adalah rendahnya sikap prososial siswa, yang ditunjukkan melalui perilaku tidak mau berbagi, kurang mampu bekerja sama, tidak menolong, tidak jujur, serta menunjukkan sikap acuh terhadap lingkungan sosial sekitarnya. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) yang dilaksanakan dalam tiga siklus. Setiap siklus terdiri atas tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah delapan siswa yang teridentifikasi memiliki tingkat perilaku sosial yang rendah. Data dikumpulkan melalui angket, observasi, dan wawancara, kemudian dianalisis menggunakan teknik persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan signifikan dalam perilaku sosial siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama, yang terlihat dari perubahan pada indikator seperti peningkatan kerja sama, kesediaan menolong, kejujuran, dan kepedulian terhadap teman. Teknik sociodrama terbukti efektif karena melibatkan siswa secara aktif dalam memerankan situasi sosial yang relevan dengan kehidupan mereka sehari-hari, sehingga memudahkan internalisasi nilai-nilai sosial positif. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik sociodrama dapat dijadikan sebagai alternatif intervensi yang efektif dalam upaya membina dan mengembangkan perilaku prososial siswa di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: Perilaku Sosial Rendah, Bimbingan Kelompok, Teknik Sociodrama

ABSTRACT

This study aims to improve low social behavior among students through group counseling services using the sociodrama technique in Class XI 3.3 at SMA Negeri 3 Medan. The primary issue addressed is the students' low prosocial behavior, demonstrated through unwillingness to share, poor cooperation skills, lack of helpfulness, dishonesty, and indifference toward their social environment. This research adopts a Classroom Action Research (CAR) approach in guidance and counseling, conducted in three cycles. Each cycle consists of planning, action, observation, and reflection stages. The subjects were eight students identified as having low social behavior. Data were collected through questionnaires, observation, and interviews, and analyzed using percentage techniques. The results

indicate a significant improvement in students' social behavior after participating in group counseling services with the sociodrama technique. Improvements were observed in cooperation, willingness to help, honesty, and empathy towards peers. The sociodrama technique proved effective as it actively engages students in role-playing real-life social situations, facilitating the internalization of positive social values. Therefore, group counseling using the sociodrama technique can serve as an effective intervention to foster and develop students' prosocial behavior in the school environment.

Keywords: Low Social Behavior, Group Counseling, Sociodrama Technique

PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan kepribadian siswa secara menyeluruh. Selain aspek kognitif, perkembangan sosial juga menjadi bagian integral dari tujuan pendidikan, karena siswa sebagai makhluk sosial dituntut untuk mampu menjalin interaksi yang harmonis dengan lingkungannya. Salah satu bentuk nyata dari perkembangan sosial tersebut adalah perilaku prososial, yakni sikap yang mencerminkan kepedulian, empati, kerja sama, kejujuran, dan keinginan untuk membantu orang lain tanpa mengharapkan imbalan. Namun, dalam praktiknya, masih banyak siswa yang menunjukkan perilaku sosial yang rendah. Hal ini ditandai dengan munculnya perilaku seperti tidak mau membantu teman, tidak suka berbagi, tidak peduli terhadap kondisi orang lain, dan kurang mampu bekerja sama dalam kelompok. Kondisi ini dapat menghambat terjadinya pembelajaran yang efektif serta menciptakan suasana kelas yang tidak kondusif. Permasalahan ini tidak hanya berdampak pada hubungan antarindividu di lingkungan sekolah, tetapi juga memengaruhi perkembangan moral dan karakter siswa dalam jangka panjang.

Hasil observasi yang dilakukan di kelas XI 3.3 SMA Negeri 3 Medan, didukung oleh wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK), menunjukkan bahwa beberapa siswa menunjukkan gejala perilaku sosial rendah. Siswa cenderung membentuk kelompok pertemanan yang eksklusif, tidak antusias dalam kegiatan gotong royong, menghindari kerja sama dalam kegiatan belajar kelompok, dan menunjukkan sikap individualistis. Selain itu, beberapa siswa enggan untuk bersikap terbuka, tidak jujur dalam menyampaikan pendapat, dan kurang mampu menunjukkan empati terhadap temannya yang mengalami kesulitan. Menurut Eisenberg dan Mussen (dalam Tri Dayakisni & Hudaniah, 2015), perilaku sosial rendah dapat dikenali melalui beberapa indikator, antara lain tidak mau berbagi (*unsharing*), tidak mampu bekerja sama (*uncooperative*), tidak menolong (*unhelping*), tidak mau menyumbang (*disdonating*), kurang jujur (*prevaricate*), dan bersikap kikir (*avarice*). Perilaku-perilaku tersebut tidak hanya menghambat proses pembelajaran, tetapi juga menunjukkan kurangnya nilai-nilai kemanusiaan yang seharusnya ditanamkan sejak dini dalam lingkungan pendidikan.

Dalam konteks ini, guru BK memiliki peran strategis dalam membantu siswa mengembangkan potensi sosial mereka. Salah satu layanan yang dapat digunakan adalah layanan bimbingan kelompok, yaitu layanan yang memfasilitasi siswa dalam

suatu kelompok kecil untuk berbagi pengalaman, menggali masalah bersama, dan menemukan solusi atas permasalahan sosial atau pribadi yang mereka hadapi. Keunggulan bimbingan kelompok terletak pada dinamika kelompok yang memungkinkan interaksi langsung antaranggota sehingga siswa dapat saling belajar dari pengalaman satu sama lain. Untuk meningkatkan efektivitas layanan bimbingan kelompok, diperlukan metode yang menarik dan kontekstual. Salah satu metode yang relevan adalah teknik sosiodrama, yaitu kegiatan bermain peran berdasarkan skenario situasi sosial yang dekat dengan kehidupan siswa. Dalam teknik ini, siswa tidak hanya memerankan suatu peran, tetapi juga didorong untuk merefleksikan makna dari situasi yang diperankan. Dengan demikian, siswa dapat mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pentingnya perilaku sosial yang baik, serta mampu menempatkan diri dalam perspektif orang lain.

Sosiodrama memiliki keunggulan dalam menyentuh aspek afektif siswa, sehingga mereka dapat belajar melalui pengalaman emosional dan interaksi langsung. Teknik ini memungkinkan siswa mengekspresikan perasaan, memahami peran sosial, serta menumbuhkan empati terhadap orang lain. Dalam proses ini, siswa belajar bahwa setiap tindakan sosial membawa konsekuensi, baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Oleh karena itu, penggunaan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok dinilai sebagai strategi yang efektif untuk mengatasi rendahnya perilaku sosial siswa. Berdasarkan latar belakang dan urgensi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi upaya meningkatkan perilaku sosial rendah siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama pada siswa kelas XI 3.3 SMA Negeri 3 Medan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan praktik layanan bimbingan dan konseling di sekolah, serta menjadi acuan dalam merancang program intervensi sosial yang relevan dengan kebutuhan siswa.

Asbi, dkk (2022: 166) menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan upaya pemberian bantuan pada individu yang memerlukan, melalui kegiatan kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media. Gerak dan arah pencapaian tujuan kelompok ditentukan oleh dinamika kelompok, suasana kelompok yang benar-benar hidup akan dapat terlihat pada dinamika kelompok yang telah berkembang secara efektif yang ditandai dengan tercapai tujuan yang telah dirumuskan.

Tiga etika dasar konseling menurut Deliaty, dkk (2017: 98-100) yaitu asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, dan asas-asas lain. Adapun uraian dari ketiga asas tersebut diantaranya:

- a. Asas kerahasiaan, merupakan asas kunci dalam bimbingan dan konseling. Jika asas ini benar-benar dijalankan, maka para penyelenggara bimbingan dan konseling disekolah akan mendapat kepercayaan dari para siswa dan pelayanan bimbingan akan dimanfaatkan secara baik oleh siswa. Sebaliknya, jika penyelenggaraan pelayanan bimbingan dan konseling tidak memperhatikan asas tersebut, maka pelayanan bimbingan dan konseling tidak mempunyai arti lagi

bahkan mungkin di jauhi oleh para siswa.

- b. Asas kesukarelaan, dimana kesukarelaan anggota kelompok dimulai sejak awal rencana pembentukan kelompok oleh konselor yang terus dibina melalui upaya konselor mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif sehingga dapat mewujudkan peran aktif masing-masing anggota kelompok untuk mencapai tujuan layanan.
- c. Asas-asas lain, seperti asas kegiatan dan keterbukaan dimana anggota kelompok secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu, ataupun ragu. Asas kekinian yang memberikan isi actual dalam pembahasan yang dilakukan, serta asas kenormatifan yang berkenaan dengan cara berkomunikasi dan bertatakrama dalam kegiatan kelompok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang bertujuan untuk meningkatkan perilaku sosial siswa yang rendah melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. PTBK dipilih karena memungkinkan guru atau praktisi bimbingan dan konseling melakukan tindakan perbaikan terhadap praktik layanan secara langsung dan sistematis dalam setting sekolah, khususnya untuk mengatasi permasalahan siswa secara nyata. Model penelitian tindakan ini dilaksanakan secara siklik, yang terdiri dari beberapa tahapan: perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi.

Subjek dan Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 3 Medan, tepatnya pada siswa kelas XI 3.3 yang telah diidentifikasi memiliki perilaku sosial rendah berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan asesmen awal. Subjek penelitian terdiri dari 8 orang siswa yang dipilih berdasarkan hasil DCM (Daftar Cek Masalah), wawancara dengan guru BK, serta pertimbangan kolaboratif antara peneliti dan guru pembimbing di sekolah.

Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian mengikuti siklus tindakan sebagaimana diusulkan oleh Sutja dkk (2017), yang meliputi:

1. Perencanaan (Planning): Pada tahap ini, peneliti menyusun rancangan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, yang meliputi penyusunan RPL (Rencana Pelaksanaan Layanan), skenario sosiodrama, lembar observasi, dan instrumen angket.
2. Pelaksanaan Tindakan (Action): Tindakan dilakukan melalui tiga siklus, masing-masing terdiri dari dua kali pertemuan. Setiap siklus melibatkan kegiatan bimbingan kelompok dengan tema yang berbeda, disesuaikan dengan indikator perilaku sosial yang ingin ditingkatkan, seperti kerja sama, empati, kejujuran, dan sikap saling membantu.
3. Observasi (Observation): Observasi dilakukan oleh kolaborator (guru BK)

menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan untuk menilai proses bimbingan, respons siswa, serta keterlibatan mereka dalam kegiatan sosiodrama.

4. Refleksi (Reflection): Refleksi dilakukan setelah setiap siklus untuk mengevaluasi efektivitas layanan dan merancang perbaikan untuk siklus berikutnya jika diperlukan.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga teknik utama:

1. Angket: Digunakan untuk mengukur tingkat perilaku sosial siswa sebelum dan sesudah tindakan. Angket disusun berdasarkan indikator perilaku sosial rendah yang dikemukakan oleh Eisenberg dan Mussen (dalam Tri Dayakisni & Hudaniah, 2015), meliputi unsharing, uncooperative, unhelping, disdonating, prevaricate, dan avarice.

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

2. Observasi: Dilakukan secara partisipatif untuk menilai keterlibatan siswa selama kegiatan bimbingan kelompok dan pelaksanaan sosiodrama.
3. Wawancara: Digunakan untuk memperoleh data pendukung dari guru BK dan siswa mengenai perubahan yang terjadi serta tanggapan terhadap pelaksanaan layanan.

Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dari angket dianalisis menggunakan **teknik persentase**, dengan rumus:

Keterangan:

P = persentase,

f = frekuensi jawaban yang dipilih,

n = jumlah responden.

Hasil persentase tersebut kemudian ditafsirkan menggunakan kategori kualitatif sebagai berikut:

89–100% = Sangat Tinggi

60–88% = Tinggi

41–59% = Sedang

12–40% = Rendah

<12% = Sangat Rendah

Indikator keberhasilan tindakan ditentukan apabila terjadi peningkatan skor pada setiap indikator perilaku sosial dari siklus ke siklus. Tindakan dikatakan berhasil apabila minimal 76% siswa menunjukkan peningkatan perilaku sosial yang signifikan sesuai dengan kriteria yang ditetapkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan melalui tiga siklus layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama yang bertujuan untuk meningkatkan perilaku sosial siswa kelas XI 3.3 SMA Negeri 3 Medan. Subjek penelitian terdiri dari 8 orang siswa yang teridentifikasi memiliki perilaku sosial rendah. Setiap siklus terdiri atas dua kali pertemuan yang memuat tahap pembentukan, peralihan, kegiatan inti (sosiodrama), dan pengakhiran.

Siklus I dilaksanakan dengan mengangkat tema “Kesadaran Bergotong Royong dan Kejujuran”. Hasil observasi menunjukkan bahwa partisipasi siswa masih rendah, beberapa siswa belum aktif berpendapat, belum dapat bekerja sama dalam permainan peran, dan hanya sebagian kecil yang menunjukkan empati atau sikap terbuka terhadap pendapat orang lain. Nilai rata-rata angket pada siklus I menunjukkan kategori sedang, yaitu pada rentang 41–59%, menandakan bahwa perilaku sosial siswa belum berkembang secara optimal.

Siklus II dilaksanakan dengan penguatan tema kerja sama dalam kelompok dan kepedulian terhadap teman. Teknik sosiodrama dilakukan dengan peran-peran yang lebih sederhana dan relevan dengan pengalaman siswa sehari-hari. Hasil observasi menunjukkan peningkatan interaksi antaranggota kelompok, mulai tampak sikap saling membantu dalam diskusi, serta keberanian untuk mengungkapkan pendapat. Rata-rata angket pada siklus II menunjukkan peningkatan ke kategori tinggi (60–88%).

Siklus III menjadi tahap penyempurnaan dari dua siklus sebelumnya, dengan tema “Empati dan Sikap Saling Menghargai”. Siswa mulai menunjukkan inisiatif untuk membantu temannya yang mengalami kesulitan dalam bermain peran. Diskusi kelompok menjadi lebih hidup dan mengalir, serta suasana bimbingan menjadi lebih terbuka dan kondusif. Hasil observasi dan angket menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sudah mampu menunjukkan perilaku prososial seperti bekerja sama, jujur, bersikap peduli, dan mampu menerima perbedaan. Skor rata-rata angket menunjukkan kategori sangat tinggi (89–100%), yang berarti indikator keberhasilan tindakan telah tercapai.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dari ketiga siklus, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku sosial siswa. Hal ini ditandai dengan peningkatan skor angket perilaku sosial siswa dari siklus I hingga siklus III, serta perubahan perilaku yang diamati secara langsung selama pelaksanaan bimbingan.

Peningkatan ini dapat dijelaskan melalui pendekatan belajar berbasis pengalaman emosional yang ditawarkan oleh teknik sosiodrama. Dalam sosiodrama, siswa terlibat langsung dalam situasi sosial melalui permainan peran yang memungkinkan mereka untuk memahami perasaan dan sudut pandang orang lain.

Hal ini sejalan dengan pendapat Rasimin & Hamdi (2018), yang menyatakan bahwa sosiodrama memberikan peluang bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan dan memahami nilai-nilai sosial secara konkret.

Selain itu, dinamika kelompok yang dibangun melalui layanan bimbingan kelompok memungkinkan siswa saling mempengaruhi dan belajar dari satu sama lain. Interaksi yang terjadi mendorong perkembangan empati, keterbukaan, dan kerja sama. Temuan ini sejalan dengan teori Eisenberg dan Mussen (dalam Tri Dayakisni & Hudaniah, 2015) bahwa perilaku sosial dapat ditumbuhkan melalui pelatihan dan pengalaman sosial yang berulang.

Dengan demikian, intervensi melalui layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama memberikan alternatif strategis bagi guru BK dalam menangani masalah sosial siswa. Tidak hanya membekali siswa dengan pemahaman nilai, tetapi juga menciptakan ruang partisipatif yang dapat membentuk sikap prososial secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan selama tiga siklus, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif dalam meningkatkan perilaku sosial siswa kelas XI 3.3 di SMA Negeri 3 Medan. Peningkatan perilaku sosial terlihat dari meningkatnya skor angket siswa dan hasil observasi yang menunjukkan perubahan positif pada aspek-aspek seperti kemampuan bekerja sama, kepedulian terhadap teman, kejujuran, keterbukaan, serta kesediaan untuk menolong dan berbagi.

Pada awalnya, siswa menunjukkan indikator perilaku sosial rendah seperti tidak mau berbagi, sulit bekerja sama dalam kelompok, enggan menolong teman, dan kurang menunjukkan empati. Namun setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan sosiodrama secara berkelanjutan, siswa mulai menunjukkan perilaku prososial yang lebih baik. Teknik sosiodrama memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat secara aktif dalam simulasi situasi sosial, sehingga membantu mereka memahami peran sosial secara lebih mendalam dan meningkatkan sensitivitas sosialnya.

Penelitian ini membuktikan bahwa penerapan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok merupakan alternatif intervensi yang efektif dan aplikatif untuk mengembangkan perilaku sosial siswa. Temuan ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam merancang layanan yang kontekstual dan partisipatif guna mendukung pembentukan karakter sosial peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmal Sutja, dkk. 2017. *Penulisan Skripsi untuk Prodi Bimbingan Konseling*. Yogyakarta: Writing Revolution.
- Asbi, dkk. 2022. *Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Acceptance and Commitment untuk Mengurangi Gaya Hidup Konsumtif*. Medan:

Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan.

- Deliati, dkk. 2017. *Buku Pegangan Bimbingan & Konseling*. Medan: UMSU PRESS
- Rasimin & Hamdi. 2018. *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Bumi Aksara
- Tri Dayakisni & Hudaniah. 2015. *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.