

Penggunaan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Pengendalian Diri Pada Siswa Kelas IX SMP

Ni Putu Artini

SMP Negeri Satap 4 Kayangan Lombok Utara

Email: niputuartini22@gmail.com

Info Artikel

Riwayat Artikel

Diterima: 13 Juli 2019

Direvisi: 23 Oktober 2019

Disetujui: 23 Nopember 2019

Dipublikasikan: Desember 2019

Keyword:

Sosiodrama

Pengendalian Diri

Abstract

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan pada fenomena yang terjadi di SMP Negeri Satap 4 Kayangan bahwa terdapat siswa yang memiliki kemampuan mengendalikan diri (self control) cenderung rendah. Melalui teknik sosiodrama diharapkan kemampuan pengendalian diri yang dimiliki oleh siswa dapat meningkat. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan pengendalian diri dengan teknik sosiodrama. Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen semu (quasi experimental research). Dalam penelitian ini digunakan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Penelitian ini menggunakan 8 subjek penelitian yang memiliki tingkat pengendalian diri rendah. Pemilihan subjek penelitian berdasarkan hasil perhitungan pre-test. Metode pengumpulan data menggunakan skala pengendalian diri yang diberikan sebelum dan setelah pemberian treatment berupa layanan dengan teknik sosiodrama. Analisis data yang digunakan untuk melihat perbandingan data adalah dengan two independent sample (Mann-Whitney) melalui program SPSS 20.0 Windows Release. Hasil dari pengolahan data yaitu, $p = \text{Asymp. Sig. 2tailed } 0,021 < 0,050$, peningkatan pengendalian diri dapat dilihat dari mean rank pre test dan mean rank post test yang terbukti bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan setelah diberikan treatment yaitu 4,25 hasil pre test dan 6,50 hasil post test kelompok eksperimen.

Artikel ini dapat diakses secara terbuka dibawah lisensi CC-BY



 <https://doi.org/10.24176/jkg.v5i2.6350>

Pendahuluan

Pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam pelaksanaan pembangunan dan pengembangan sumber daya manusia. Untuk mengembangkan sumber daya manusia dapat dilakukan melalui pendidikan, mulai dari tingkat dasar, menengah, sampai ke tingkat tinggi. Perguruan tinggi sebagai lembaga formal merupakan sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan nasional. Sesuai dengan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 menjelaskan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajarannya agar siswa secara aktif mengembangkan potensinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan negara. "Orang dengan kemampuan

pengendalian diri yang tinggi digambarkan sebagai orang dengan pikiran kontemplatif, hati-hati, disiplin, kognitif, disusun, bijaksana (Gottfredson dan Hirsci, 1990, (dalam O'Connel, 2011)."

Dari hasil observasi serta pengungkapan guru BK di SMPN Satap 4 Kayangan sebagai konselor sekolah yang menyatakan bahwa memang proses pembelajaran di SMPN Satap 4 Kayangan terganggu dengan perilaku siswa yang sering melanggar tata tertib sekolah. Permasalahan siswa di dalam kelas saat proses pembelajaran di kelas juga mengganggu efektifnya proses belajar siswa, sehingga siswa kurang fokus terhadap mata pelajaran yang sedang diajarkan dan cenderung melakukan aktivitas sendiri yang mengakibatkan kelas menjadi gaduh. Kondisi kelas yang gaduh yang terjadi di SMPN Satap 4 Kayangan ketika proses belajar dan mengajar sedang berlangsung pada kenyataannya menimbulkan tanda tanya besar terhadap pencapaian tujuan pendidikan bagi perilaku siswa. Kondisi kelas yang gaduh ini menunjukkan bahwa siswa kurang mampu mengendalikan diri secara efektif dan efisien dalam menghadapi setiap situasi dan kondisi yang sedang dihadapinya, serta menempatkan dirinya secara tepat.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Wali kelas, bahwa siswa tidak mampu mengendalikan dirinya dengan baik, baik di lingkungan sekolah seperti ketika guru sedang menjelaskan ngobrol dengan teman dalam kelas, menjahili teman, suka mengejek teman, suka berbicara jorok, kurang sopan dengan guru, tidak bisa membina hubungan yang baik dengan teman sebaya dan jarang ikut kegiatan di sekolah serta lingkungan tempat tinggalnya. Kondisi tersebut merupakan pengendalian diri yang kurang baik. Dari hasil pra penelitian, diketahui bahwa 13 siswa kelas IX ada 8 siswa yang berada pada kategori rendah, 3 siswa diantaranya berada di kategori sedang dan 2 siswa berada di kategori tinggi.

Tatiek Romlah (2006) mengungkapkan "sosiodrama adalah permainan peranan yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia". Penjelasan tersebut menunjukkan bahwa sosiodrama bertujuan untuk memecahkan masalah sosial dengan cara bermain peran, masalah sosial yang diungkap dalam sosiodrama tersebut bertemakan pengendalian diri. Berdasarkan hasil pelaksanaan dan pembahasan sosiodrama, maka siswa dapat belajar dari pengalaman baru yaitu mampu mengendalikan diri serta membina hubungan yang harmonis dengan orang lain.

Pengendalian diri adalah merupakan suatu keinginan dan kemampuan dalam menggapai kehidupan yang selaras (suatu hubungan baik yang dapat menciptakan ketentraman lahir dan batin), serasi (kesesuaian / kesamaan antar semua unsur pendukung agar menghasilkan keterpaduan) dan seimbang (kesamaan hak dan kewajiban) sebagai individu dalam kehidupan keluarga, masyarakat, bangsa dan negara. Pengendalian diri atau disebut juga kendali diri dapat pula

diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak (Ghufron, 2011).

Menurut Nursalim, muchamad & Suradi (2002) sosiodrama merupakan teknik dalam bimbingan kelompok untuk memecahkan masalah - masalah sosial melalui kegiatan bermain peran. Dalam sosiodrama ini individu akan memerankan suatu peranan tertentu dari suatu situasi masalah sosial. Dalam kesempatan berperan ini individu akan dapat menghayati secara langsung seperti betul-betul terjadi dalam situasi yang sebenarnya.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan jenis eksperimen semu (*Quasi Experimental Research*) teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Mann Whitney* yaitu untuk melihat perbedaan nilai tes akhir (*Post test*) pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dibantu dengan program SPSS 20.0 for windows.

Hasil dan Pembahasan

Hasil pengukuran kemampuan pengendalian diri siswa setelah dilakukan perlakuan berupa penerapan Teknik sosiodrama adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Data hasil Uji *Mann-Whitney Pre Test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Sebelum diberi *Treatment*

Ranks				
	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pretest	eksperimen	4	4.25	17.00
	Control	4	4.75	19.00
	Total	8		
Test Statistics^b				
	Pretest			
Mann-Whitney U	7.000			
Wilcoxon W	17.000			
Z	-.316			
Asymp. Sig. (2-tailed)	.752			
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.886 ^a			

Uji beda yang dilakukan didapatkan hasil *Mean Rank* kelompok eksperimen sebesar 4,25 sedangkan *Mean Rank* kelompok kontrol 4,75 jadi selisih yang didaapat adalah 0,50. Pada tabel 4.2.3 Uji Mann Whitney $U=7.000$, $Z=-316$, dan $Asymp.Sig.2tailed=0,752>0,05$. Jadi tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dan penelitian dapat dilanjutkan dengan pemberian teratment teknik sosiodrama untuk meningkatkan pengendalian diri.

Tabel 2. Hasil penghitungan *post test* menggunakan SPSS 20.0 Windows Release

Ranks				
	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Postes	Eksperimen	4	6.50	26.00
	Control	4	2.50	10.00
	Total	8		

Test Statistics^b	
	Postes
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	10.000
Z	-2.309
Asymp. Sig. (2-tailed)	.021
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.029 ^a

Analisis hasil pretes $Asymp. Sig.2tailed=0,752>0,050$ menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan artinya penelitian ini dapat dilanjutkan. Tindak lanjut dari penelitian ini adalah memberikan treatmen kepada kelompok eksperimen menggunakan teknik sosiodrama untuk meningkatkan pengendalian diri siswa selama 8 kali pertemuan dengan topik yang berbeda. Hasil dari treatmen tersebut terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Perbedaan dapat dilihat dari hasil post test $p=Asymp Sig 2tailed=0,021<0,050$. Dilihat dari *mean rank* kelompok eksperimen sebelum diberi treatmen dan sesudah diberi treatmen mengalami peningkatan yaitu 4,25 sebelum diberi teratment dan 6,50 setelah diberi treatmen. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa ada peningkatan pengendalian diri siswa kelas X yang telah diberi treatmen menggunakan teknik sosiodrama. Karena selama treatmen dilakukan siswa menjalaninya dengan penuh penghayatan dengan dirinya. Pengendalian diri adalah merupakan suatu keinginan dan kemampuan dalam menggapai kehidupan yang

selaras (suatu hubungan baik yang dapat menciptakan ketentraman lahir dan batin), serasi (kesesuaian / kesamaan antar semua unsur pendukung agar menghasilkan keterpaduan) dan seimbang (kesamaan hak dan kewajiban) sebagai individu dalam kehidupan keluarga, masyarakat, bangsa dan negara (Ghufron,2011).

Eksperimen dilaksanakan dengan memberikan 8 kali treatment dan mempunyai hasil 3 kali treatment mendapat persentase 80% dan 5 kali treatment mendapat persentase 100%. Dan 8 treatment yang telah diberikan dinyatakan berhasil.

Simpulan

Kesimpulan yang dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah: Penggunaan Teknik sosiodrama telah berhasil meningkatkan secara signifikan pengendalian diri siswa kelas IX SMPN Satap Kayangan Tahun Ajaran 2019/2020, dengan $p = \text{Asymp. Sig. 2tailed } 0,021 < 0,050$. Peningkatan pengendalian diri dapat dilihat dari *mean rank pre test* dan *mean rank post test* yang terbukti bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan setelah diberikan treatment yaitu 4,25 hasil *pre test* dan 6,50 hasil *post test* kelompok eksperimen.

Daftar Pustaka

- Abimanyu & Manrihu. 1996. *Teknik dan Laboratorium Konseling*. Jakarta: Depdiknas.
- Aftiani, Hanif. 2013. *Penerapan Konseling Kelompok Behavior Untuk Meningkatkan Kedisiplinan siswa di Sekolah SMA N I Kedungadem Bojonegoro*. Surabaya: Unesa. Diunduh dari <http://id.scribd.com/doc/161741129/Untitled#scribd> pada tanggal 09 Oktober 2015.
- Arikunto, Suharsimi. 1990. *Manajemen Pengajaran Secara Manusiawi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar, Saiffudin. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- _____. 2012. *Skala Pengukuran Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bahri, Syamsul. 2008. *Tanggung Jawab, Disiplin, Jujur itu Keren (Pendidikan Anti Korupsi Kelas 1 SMP/MTS)*. Jakarta: KPK Direktorat Pendidikan dan Pelayanan Masyarakat.
- Corey, G. 2005. *Teori dan Praktik Dari Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: PT Eresco.
- Corey, Gerald. 1984. *Theory and Practice of Group Counseling*. United States of America: A Division of Wadworth,inc.

- D, Sumarno. 1996. *Gerakan Disiplin Nasional*. Jakarta: Mini Jaya Abadi.
- Lestari, Wahyu Farikha. 2011. *Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Dalam Menaati Tata Tertib Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik Modelling Pada Siswa Kelas VII Smp Negeri 11 Semarang Tahun Ajaran 2010/2011*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Liliweri, Alo. 1997. *Sosiologi Organisasi*. Bandung: Citra
- Nursalim, muchamad & Suradi. (2002). *Layanan Bimbingan Dan Konseling*. Unesa University Press.
- Fadillah.F.G (2013). *Upaya Peningkatan Pengendalian Diri Penerima Manfaat Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang*. (Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang)
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawita S. 2011. *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Arr-Ruzz Media
- Aprilia Sukmadewi. 2010. *Self Control Pada Kalayan Narkoba Di Yayasan Rumah Damai (Studi Kasus tentang Kalayan Narkoba yang Relaps)*. Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.