

**PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
SOSIODRAMA DALAM GESTALT UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN
DIRI SISWA KELAS X DI MA AL-FALAH SIMPANG KANAN KABUPATEN ROKAN
HILIR T.A 2022/2023**

Mayang Dita Utami¹, Zaharuddin Nur²

Bimbingan Konseling, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Medan, Indonesia
maymayy0990@gmail.com

Abstract

The ability to adapt does not always go smoothly; there are often unpleasant feelings accompanying it, such as lack of confidence, fear of social rejection, and many adolescents suffer and are unable to achieve happiness in their lives because of their inability to adapt. The problem in this research is whether using sociodrama techniques in group counseling can improve the adjustment of students at MA Al-Falah Simpang Kanan, Rokan Hilir Regency. This study used a qualitative approach. In this study, to see how students' adjustment abilities through observation and interviews. The population in this study were students of class X at MA Al-Falah Simpang Kanan, Rokan Hilir Regency. The research findings indicate that group counseling services using sociodrama techniques have a positive impact on the adjustment capacity of 10th grade students at MA Al-Falah Simpang Kanan, Rokan Hilir Regency. Based on the conclusions of this research, it is recommended that Guidance and Counseling teachers can develop and optimize group counseling techniques such as sociodrama and others for students to develop good adaptation skills in both school and the surrounding environment.

Keywords : *Group counseling, Sociodrama technique, Adjustment*

Abstrak

Kemampuan penyesuaian diri tidak selalu berjalan dengan baik, ada saja perasaan tidak menyenangkan menyertinya seperti, kurang percaya diri, takut tidak diterima dalam hubungan sosial, banyak remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena tidak mampu menyesuaikan diri. Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah dengan menggunakan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok mampu meningkatkan penyesuaian diri siswa MA Al-Falah Simpang Kanan Kabupaten Rokan Hilir. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Dalam penelitian ini untuk melihat bagaimana kemampuan penyesuaian diri siswa melalui observasi dan wawancara. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X MA Al-Falah Simpang Kanan Kabupaten Rokan Hilir. Temuan penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama memberikan dampak yang baik terhadap kapasitas penyesuaian siswa kelas 10 MA Al-Falah Simpang Kanan Kabupaten Rokan Hilir. Berdasarkan simpulan hasil penelitian ini, disarankan guru Bimbingan dan Konseling dapat mengembangkan dan mengoptimalkan bimbingan kelompok teknik sosiodramaa dan yang lainnya untuk siswa agar terbentuk kemampuan penyesuaian diri yang baik di sekolah maupun lingkungan sekitar.

Kata Kunci : Bimbingan Kelompok, Teknik Sosiodrama, Penyesuaian Diri

PENDAHULUAN

Dalam dunia pendidikan, pertumbuhan suatu negara dibangun melalui proses pembelajaran yang terstruktur. Untuk memastikan pendidikan yang terarah, setiap negara

harus memiliki fungsi dan tujuan pendidikan yang spesifik sesuai dengan maksud nasionalnya. Di Indonesia, hal ini diatur dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 3, yang menyatakan bahwa "pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk karakter serta peradaban bangsa guna meningkatkan kecerdasan kehidupan bangsa," dengan tujuan mengembangkan potensi peserta didik untuk menjadi individu yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berkepribadian kuat, sehat, terinformasi, cakap, kreatif, mandiri, demokratis, dan bertanggung jawab.

Masa remaja adalah periode penting dalam kehidupan individu, di mana mereka berada dalam proses transisi dari anak-anak menjadi dewasa. Pada tahap ini, remaja belajar untuk berinteraksi sosial, sebuah proses yang terus-menerus memerlukan interaksi dengan orang lain. Manusia secara alami memiliki sifat sosial dan kebutuhan bawaan untuk berhubungan dengan orang lain. Ketika individu memiliki tujuan sosial, mereka cenderung mencari hubungan atau interaksi dengan orang lain yang serupa.

Interaksi sosial merupakan bagian integral dari kehidupan sehari-hari remaja dan penting untuk mendapatkan dukungan, membangun persahabatan, berbagi kebahagiaan, mendapat motivasi, menerima kritik, dan mendapatkan nasihat. Keberhasilan dalam interaksi ini sangat tergantung pada kemampuan individu untuk beradaptasi. Penyesuaian diri merupakan proses atau sistem hubungan yang mengatur harapan internal dengan eksternal. Konflik, tekanan, dan kekecewaan mungkin muncul selama proses penyesuaian diri, namun dorongan individu untuk memilih berbagai tindakan membantu mereka menghindari konflik dan meningkatkan kemampuan penyesuaian diri.

Siswa yang mengalami masa transisi dari SMP ke SMA diharapkan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan dan sistem pendidikan yang baru, termasuk berinteraksi dengan guru dan teman sekelas yang memiliki karakteristik dan kepribadian yang berbeda-beda. Tantangan ini bisa membuat siswa merasa tidak percaya diri dan sulit berkompetisi serta berinteraksi dengan baik dalam pembelajaran dan kegiatan sekolah.

Pentingnya kemampuan penyesuaian diri terlihat jelas pada siswa kelas X MA Al-Falah Simpang Kanan Kabupaten Rokan Hilir, di mana beberapa siswa masih mengalami kesulitan dalam beradaptasi. Hal ini tercermin dari perilaku mereka yang sulit bergaul, kurang fokus dalam belajar, malu menyampaikan pendapat, sering absen, dan kurang partisipasi dalam kegiatan sekolah. Kesulitan dalam penyesuaian diri juga dapat menyebabkan stres dan kecemasan yang mempengaruhi konsentrasi dan kinerja akademis siswa.

Bimbingan dan konseling merupakan pendekatan yang efektif dalam membantu siswa mengatasi masalah penyesuaian diri. Layanan bimbingan kelompok, seperti teknik sosiodrama, dapat menjadi alternatif yang efektif. Sosiodrama memungkinkan siswa untuk memerankan situasi sosial dalam bentuk drama, yang dapat membantu mereka lebih memahami perasaan dan perilaku mereka sendiri serta orang lain. Dengan demikian, diharapkan siswa dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan menyelesaikan konflik yang muncul.

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam pendekatan Gestalt untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas X di MA Al-Falah Simpang Kanan Kabupaten Rokan Hilir pada tahun ajaran 2022/2023.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan di MA Al-Falah, Jl. M. Yazid Hamta, Kec. Simpang Kanan, Kab. Rokan Hilir, Prov. Riau, pada kelas X tahun ajaran 2022/2023. Penelitian berlangsung dari bulan Juli hingga Oktober 2023. Subjek penelitian adalah siswa kelas X IPA MA Al-Falah Simpang Kanan pada tahun ajaran 2022/2023. Objek penelitian adalah penyesuaian diri siswa dalam lingkungan pendidikan. Data primer dikumpulkan melalui observasi, wawancara dengan guru BK, wali kelas, dan siswa. Data sekunder diperoleh dari buku-buku relevan dan dokumentasi terkait.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis induktif untuk menemukan pola dan asosiasi dalam data. Penelitian ini mengikuti desain penelitian tindakan, dengan tahapan rencana, tindakan, evaluasi, dan refleksi. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung terhadap perilaku siswa dan interaksi di sekolah. Wawancara dilakukan dengan guru BK, wali kelas, dan siswa untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang penyesuaian diri siswa. Data juga dikumpulkan dari dokumentasi seperti catatan rapat, agenda, dan materi pembelajaran yang relevan. Data dianalisis secara kualitatif induktif, meliputi reduksi data, penyajian data, verifikasi, dan pengambilan keputusan.

HASIL PENELITIAN

1. Deskripsi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di MA Al-Falah Simpang Kanan pada bulan Agustus 2023. Fokus utamanya adalah mengevaluasi efektivitas strategi sosiodrama dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa. Data dikumpulkan melalui wawancara dengan guru BK dan siswa, observasi, serta analisis teks terkait.

2. Wawancara

Wawancara dengan Guru BK

Wawancara dilakukan pada tanggal 16 September 2023 dengan Ibu Nur Azizah, guru BK. Ibu Nur Azizah telah melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, dengan respons positif dari siswa.

Wawancara dengan Siswa

Wawancara dengan siswa dilakukan dengan Annisa Kelas X IPA, yang telah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Annisa mengungkapkan bahwa layanan ini membantu dalam meningkatkan penyesuaian dirinya di sekolah.

Penelitian ini menggambarkan bahwa strategi sosiodrama dapat menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa di lingkungan pendidikan MA Al-Falah Simpang Kanan, Rokan Hilir, Riau.

PEMBAHASAN

Selama ini tugas guru bimbingan dan konseling pada lembaga pendidikan, termasuk sekolah dan madrasah, masih kurang mendapat perhatian. Hal ini bukan disebabkan karena sulitnya suatu universitas dalam menciptakan program bimbingan dan konseling bagi lulusannya yang benar-benar berkompeten dan mampu menjalankan tugasnya. Setiap tahunnya, beberapa perguruan tinggi negeri dan swasta meluluskan mahasiswa bimbingan dan konseling yang benar-benar profesional dan siap bersekolah di lembaga pendidikan. Instruktur bimbingan dan bimbingan memegang peranan penting.

Sebagaimana diketahui, instruktur bimbingan dan konseling bekerja dengan siswa dalam berbagai masalah perkembangan, termasuk pribadi, sosial, pembelajaran, dan karier. Pelayanan konseling pada bidang tersebut meliputi orientasi, informasi, penempatan dan distribusi, penguasaan mata pelajaran, konseling individu, kelompok bimbingan, kelompok konseling, konsultasi, mediasi, dan advokasi. Penerapan instrumentasi,

pengumpulan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, transfer kasus, dan pameran perpustakaan merupakan kegiatan pendukung yang dapat dilakukan.

Namun, tidak semua tugas mulia tersebut dapat dilaksanakan dengan sukses. Sebab, jam khusus guru bimbingan dan konseling tidak dimanfaatkan secara maksimal. Kondisi itulah yang banyak terjadi di sekolah dan madrasah, termasuk MA Al-Falah Simpang Kanan. Namun, jika ditelusuri lebih jauh, akan ditemukan bahwa terdapat kebijakan yang diterapkan untuk mengatasi masalah ini. Bahwa dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan no. 18.A Tahun 2013 tentang Penerapan Kurikulum, format layanan, dan keharusan menghadiri kelas dua jam seminggu/kelompok belajar.

Namun karena alasan tertentu, peraturan tersebut tidak ditegakkan. Tentu saja dalam situasi seperti ini cukup sulit bagi seorang instruktur BK untuk memanfaatkan secara maksimal layanan konseling yang ada, termasuk layanan penempatan dan distribusi, serta materi layanan yang terkandung di dalamnya. Hal ini juga mengakibatkan operasionalisasi layanan Kondisi Eksisting tidak tepat. Namun operasionalisasi layanan harus dilakukan secara terencana dan terorganisir, mengikuti prosedur dan tahapan yang teratur. Contohnya meliputi perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, analisis evaluasi, tindak lanjut, dan laporan. Minimnya jam kerja guru bimbingan dan konseling menyebabkan fungsi layanan konseling khususnya layanan klasikal tidak dapat terlaksana sepenuhnya. Hal ini menekankan "menunggu" sebagai fungsi bimbingan konseling yang hanya berperan ketika peserta didik/klien mempunyai masalah, padahal fungsi bimbingan konseling meliputi pemahaman, pencegahan, pemeliharaan, dan pengembangan.

Tidak hanya itu, sekolah/madrasah seringkali mengamanatkan dan mewajibkan guru bimbingan dan konseling untuk mengelola siswanya. Banyak sekolah dan madrasah yang hanya memiliki 2-3 guru bimbingan dan konseling untuk menangani ratusan, bahkan ribuan siswa. Begitu pula di MA Al-Falah Simpang Kanan yang hanya mempunyai dua orang guru bimbingan dan konseling, salah satunya tidak terafiliasi dengan bagian bimbingan dan konseling itu sendiri. Sebenarnya permasalahan ini telah diatur dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 16 Tahun 2009 tentang Jabatan Fungsional Guru dan Angka Kredit. Dalam peraturan tersebut disebutkan bahwa konselor juga merupakan guru, dan guru bimbingan dan konseling membawahi 150 siswa. Mungkin karena mereka menganggap keberadaan guru BK kurang signifikan atau masih dipandang sebagai pelengkap, sehingga banyak sekolah/madrasah yang tidak menegakkan undang-undang tersebut.

Bimbingan dan bimbingan Guru harus berupaya semaksimal mungkin untuk membantu siswa mengatasi hambatan-hambatan, khususnya yang menyangkut komunikasi dengan teman sekelas di Madrasah. Siswa harus diberi perhatian yang cukup agar percakapan dengan teman sekelasnya menjadi bagian dan bukan bagian dari proses pembelajaran. Selain itu, guru bimbingan dan konseling diharapkan dapat membantu siswa dalam mengembangkan interaksi sosial yang positif dan mengatasi permasalahan sosial yang muncul pada setiap individu dan kelompok, seperti berbicara dengan teman sejawat di Madrasah tempatnya bekerja.

Pelaksana bimbingan kelompok memerlukan kerjasama antara banyak pihak Madrasah, antara lain guru bimbingan dan konseling, pimpinan madrasah, dan siswa yang mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok. Kolaborasi dirancang untuk mencapai tujuan pelaksanaan bimbingan kelompok secara efektif sehingga membantu pihak madrasah khususnya siswa dalam membantu kegiatan pembelajaran di madrasah dan interaksi sosial antar teman.

Kelompok Bimbingan adalah program konseling yang memungkinkan siswa mendiskusikan kesulitan dalam kelompok. Permasalahan umum yang disoroti adalah permasalahan yang dapat diperoleh berdasarkan ketentuan ketua kelompok atau kesepakatan anggota kelompok. Penerapan bimbingan kelompok di MA Al-Falah Simpang Kanan didorong oleh kebutuhan siswa. Tujuan dari penerapan kelompok nasihat adalah agar setiap siswa memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang elemen pribadi, sosial, pembelajaran, dan karier mereka.

Pemanfaatan kelompok nasehat oleh pengajar menunjukkan pengaruh baik untuk pelajar. Beberapa perubahan terjadi pada diri siswa. Hal ini menunjukkan bagaimana guru bimbingan dan konseling telah membantu siswa meningkatkan keterampilan sosial mereka dengan menerapkan bimbingan kelompok. Siswa yakin mereka dapat berkomunikasi secara efektif, terutama dengan teman satu madrasah. Siswa tidak pernah dikucilkan atau ditolak secara sosial di lingkungan madrasah. Setiap siswa memperoleh kepercayaan diri dalam mencoba mengembangkan hubungan positif dengan berkomunikasi satu sama lain.

Dalam hal ini, siswa memerlukan layanan bimbingan dan konseling, khususnya layanan bimbingan kelompok, untuk membantu mereka berkomunikasi lebih efektif dengan teman sekelasnya baik di dalam maupun di luar kelas. Hal ini berkaitan dengan tujuan layanan bimbingan kelompok. Di sinilah guru pembimbing mengambil peran paling aktif; Sekalipun hanya menjabat sebagai ketua kelompok, guru pembimbing harus memantau kegiatan bimbingan kelompok dan mengamati perubahan-perubahan yang terjadi pada anggota group.

Selain itu berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti terhadap beberapa siswa yang menjadi sampel penelitian dapat dijelaskan bahwa siswa tersebut sangat senang dan antusias mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan; hasil dari kegiatan tersebut, mereka mampu berkomunikasi dengan baik, mengemukakan pendapatnya di depan orang lain, Kemudian mereka memperoleh pengalaman-pengalaman baru yang tidak mereka dapatkan selama proses pembelajaran di kelas. Dengan memberikan layanan bimbingan kelompok berupa materi dan kegiatan yang diberikan peneliti, anak dapat memahami perlunya penyesuaian diri baik dengan lingkungan sekolah maupun pertemanan agar dapat berkomunikasi secara efektif, bahkan lebih baik lagi di masa depan.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa penggunaan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa. Partisipasi aktif dalam sesi sosiodrama membantu siswa mengatasi tantangan sosial dan emosional, membentuk keterampilan komunikasi, serta memperkuat hubungan interpersonal.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyajikan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa. Penelitian mendatang diharapkan dapat memperluas cakupan temuan ini dan memperdalam pemahaman tentang dinamika penyesuaian diri.

DAFTAR PUSTAKA

Aini, N., Sugiharto, D., & Sutoyo, A. (2014). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok

dengan Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*.

- Ali, M. dan M. A. (2005). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Bumi Aksara.
- Edi Mungin, W. (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*. UPT UNNES Press.
- Fatimah, E. (2006). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Pustaka Setia.
- Hartono, S. dan A. (2002). *Perkembangan Peserta Didik*. Rineka Cipta.
- Husniah, W. O. (2017). EFEKTIVITAS TEKNIK SOSIODRAMA DALAM MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 4 BAUBAU. *Jurnal Edukasi Cendekia*.
- Idawati, Dr., M.Pd. (2020). *Implementasi teori pembelajaran tematik dan kognitif terhadap perkembangan proses belajar* (Cetakan II). Rafah Press bekerja sama dengan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat UIN RF Palembang. Anggota IKAPI.
- Mugiharso, H. (2005). *Bimbingan dan Konseling*. UPT UNNES Press.
- Mulyadi. (2010) *Diagnosis Kesulitan Belajar dan Bimbingan Terhadap Kesulitan Belajar Khusus*. Yogyakarta: Nuha Litera.
- Nasution, S. (2003). *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*. Bandung: Tarsito.
- Perls, F. S., Hefferline, R., & Goodman, P. (1951). *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*. New York: Julian Press.
- Prayitno. (2001). *Panduan Kegiatan Pengawasan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Rineka Cipta.
- Prayitno. (2004). *Dasar dasar Bimbingan dan Konseling*. Rineka Cipta.
- Sagala, S. (2009). *Konsep Dan Makna Pembelajaran*. Alfabeta.
- Sanrock, Jhon W. (2011). *Life – Span Development : Perkembangan Masa. Hidup*, Edisi 13, Jilid II. Jakarta : Erlangga
- Sudjana, N. (2005). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhertina, D. M. (2020). Efektivitas Teknik Sociodrama dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa. *Jurnal Administrasi Pendidikan Dan Konseling Pendidikan*.
- Sukardi. (2008). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. PT Bumi Aksara.
- Sundari, S. (2005). *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*. Rineka Cipta.
- Supriyono, A. A. & W. (2004). *Psikologi Belajar*. Rineka Cipta.
- Taniredja, T. (2012). *Model-model Pembelajaran Inovatif*. Alfabeta.
- Tatik, R. (2001). *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Universitas Negeri Malang.
- Walgito, B. (2003). *Psikologi Sosial*. Andi Offset.
- Winkle, W. S. (2005). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan (Edisi Revisi)*. PT Gramedia Widiasarana Indonesia.