

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK MELALUI TEKNIK  
BERMAIN PERAN DALAM MENINGKATKAN SIKAP PROSOSIAL  
PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING SEMESTER 1  
UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA**

**Taufik Agung Pranowo**

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas PGRI Yogyakarta

E-mail: [taufikagungpranowo@yahoo.com](mailto:taufikagungpranowo@yahoo.com)

---

**Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran dalam meningkatkan sikap prososial pada mahasiswa bimbingan dan konseling semester 1 Universitas PGRI Yogyakarta. Desain penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen dengan metode *one group pre test post test design*, yaitu membandingkan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok melalui teknik bermain peran efektif meningkatkan sikap prososial pada mahasiswa bimbingan dan konseling semester 1 Universitas PGRI Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan angka 0,005 pada *Asymp. Sig. (2-tailed)* maka  $0,005 < 0,05$ . Melihat hasil tersebut maka bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran efektif untuk meningkatkan prososial mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas PGRI Yogyakarta semester 1.

**Kata kunci:** bimbingan, bermain peran, prososial

---

**Abstract**

*The purpose of this study was to determine the effectiveness of group counseling with techniques play a role in improving social pro stance on student guidance and counseling first half PGRI University of Yogyakarta. This study design using experimental research methods one group pretest posttest design, comparing between the pre-test and post-test. The results showed that group counseling through the techniques of playing the role of pro-social attitudes effectively improve student guidance and counseling semester 1 PGRI University of Yogyakarta. The results showed the numbers on Asymp 0.005. Sig. (2-tailed) then  $0.005 < 0.05$ . Seeing these results the guidance of the group with the techniques of playing an effective role to improve students' social pro guidance and counseling PGRI University of Yogyakarta 1st half.*

**Key words:** group counseling, play a role, pro-social

---

**Info Artikel**

Diterima Oktober 2016, disetujui Oktober 2016, diterbitkan Desember 2016

**PENDAHULUAN**



Masa remaja secara psikologis berada pada masa topan dan badai, masa mencari identitas diri, dan rawan mengalami konflik. Penyesuaian dengan lingkungan sosial bukanlah hal yang mudah, akibatnya mengalami kebingungan, kecemasan, kebimbangan, dan konflik-konflik batin. Tingkah laku remaja diwujudkan dalam bentuk yang berbeda dengan norma-norma umum, misalnya acuh terhadap lingkungan, kurang bertanggung jawab, suka mengganggu orang lain, dan berbuat semaunya sendiri tanpa mempertimbangkan akibat dari perbuatannya.

Bimbingan kelompok merupakan bantuan dalam suasana kelompok dengan tujuan peserta didik dapat memahami, mencegah, dan memperbaiki diri sendiri, dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Didalam bimbingan kelompok terdapat dinamika, dan interaksi dinamis yaitu, memiliki tujuan bersama, saling membina hubungan baik, tanggap terhadap orang lain, dan membina sikap kemandirian. Layanan bimbingan kelompok membahas berbagai permasalahan umum/topik yang menjadi kepedulian bersama para anggota kelompok. Melalui dinamika kelompok yang dibangun secara terus menerus, pembahasan masalah dapat mendorong pengembangan perasaan, pikiran, wawasan, dan sikap yang dapat menunjang terwujudnya sikap dan tingkah laku yang prososial.

Berbagai keunggulan yang dimiliki bimbingan kelompok, mestinya dapat digunakan sebagai *icon*/layanan primadona layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Kenyataan rasio jumlah guru BK dan jumlah mahasiswa belum ideal, banyak guru Bk yang mengampu lebih dari 200 mahasiswa. Maka layanan bimbingan kelompok akan lebih efektif untuk membimbing jumlah mahasiswa yang cukup banyak, karena dapat menghemat waktu, dan tenaga. Namun demikian bimbingan kelompok ini belum dapat dilaksanakan secara maksimal. terutama menggunakan teknik-teknik tertentu.

Bermain peran adalah media penyaluran dan kemampuan mengekspresikan kondisi kejiwaan dan keterampilan mahasiswa, yang tanpa disadari oleh mahasiswa dapat digunakan sebagai sarana mengartikan makna dalam kehidupan, dan belajar untuk menyadari bahwa dirinya hidup dalam lingkungan sosial dengan segala perilaku dan karakter. Permainan yang memerankan tokoh-tokoh atau benda-benda disekitar individu yang dapat mengembangkan imajinasi dan penghayatan terhadap bahan kegiatan yang dilaksanakan. Suatu kejadian yang memerankan tokoh-tokoh atau benda-benda disekitar individu, sehingga dapat dipakai untuk mengembangkan daya khayal atau imajinasi sehingga dapat menghayati tujuan dari kegiatan.



Didalam bimbingan kelompok membahas tentang berbagai persoalan yang menyangkut kebutuhan bersama, sehingga tercipta adanya kepedulian diantara sesama anggota kelompok. Melalui dinamika kelompok yang dibangun dengan dasar kebersamaan, dan pembahasan masalah-masalah kelompok mendorong terciptanya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang efektif untuk dapat mengembangkan prososial mahasiswa. Dari bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran, Mahasiswa dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga perilaku prososial dapat terbentuk, dan meningkat menjadi baik.

Prososial dapat tumbuh dan berkembang di lingkungan keluarga, masyarakat, dan di lingkungan sekolah, namun hal ini perlu ada peran aktif dari orang tua, tokoh masyarakat, dan guru sebagai contoh dan teladan bagi mahasiswa, serta pemberian kepercayaan kepada mahasiswa untuk berperan aktif dalam kegiatan sosial. Sehingga sikap prososial mereka bisa berkembang dengan baik. Pengembangan potensi prososial mahasiswa sangat tepat karena usia ini berada pada masa remaja, yang merupakan masa kritis yang menjadi dasar berhasil tidaknya dalam menjalani tugas perkembangan selanjutnya. Disamping itu masa remaja adalah mengemban tugas perkembangan untuk menemukan jati diri, kemandirian emosional, kematangan hubungan sosial, dan

mempersiapkan diri untuk meniti karir. Menurut Syamsu Yusuf LN (2009:26) bahwa masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat-sifat khasnya dan peranannya yang menentukan dalam kehidupan individu dalam masyarakat orang dewasa.

Prayitno (2012:178) mengemukakan bahwa bimbingan Kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Hal serupa juga dikemukakan oleh Romlah (2001: 3) bahwa, bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok.

Prayitno (2012: 178) mengemukakan tujuan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

- a. Mampu berbicara didepan orang banyak.
- b. Mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan, dan lain sebagainya kepada orang lain.
- c. Belajar menghargai pendapat orang lain
- d. Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakan
- e. Mampu mengendalikan diri dan menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif).
- f. Dapat bertenggang rasa



- g. Menjadi akrab satu sama lainnya
- h. Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.

Penggunaan teknik dalam kegiatan bimbingan kelompok mempunyai banyak fungsi selain dapat lebih memfokuskan kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan yang ingin dicapai tetapi juga dapat membuat mahasiswa jenuh. Seperti diungkapkan oleh Romlah (2012: 86) "teknik bukan merupakan tujuan tetapi sebagai alat untuk mencapai tujuan. Pemilihan dan penggunaan masing-masing teknik tidak dapat lepas dari kepribadian konselor, guru, atau pemimpin kelompok". Jadi jelas bahwa selain sebagai alat untuk mencapai tujuan, pemilihan dan penggunaan teknik harus disesuaikan dengan karakteristik konselor, guru, dan pemimpin kelompoknya.

Ada beberapa teknik yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok, seperti yang disebutkan Romlah (2012: 87) antaralain, beberapa teknik yang biasa digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, yaitu antaralain: pemberian informasi atau ekspositori, diskusi kelompok, pemecahan masalah (*problem solving*), penciptaan suasana kekeluargaan (*home room*), permainan peran, karya wisata dan permainan simulasi.

Permainan peran merupakan teknik yang digunakan untuk memodifikasikan kemampuan kognitif

dengan latihan keterampilan sosial, seperti menurut Bennett (dalam Romlah, 2012: 99) mengemukakan bahwa, permainan peran adalah suatu alat belajar yang menggambarkan keterampilan dan pengertian mengenai hubungan antar manusia dengan jalan memerankan situasi-situasi yang paralel dengan yang terjadi dalam kehidupan yang sebenarnya. Di dalamnya disebutkan dua macam permainan peran, yaitu sosiodrama dan psikodrama. Sehingga teknik ini bisa dijadikan sebagai sistem modifikasi aspek-aspek yang ada yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor atau behavior untuk dapat menghasilkan sikap proaktif Mahasiswa anggota kelompok.

Bermain peran merupakan salah satu bentuk pembelajaran, karena Mahasiswa ikut terlibat aktif memainkan peran-peran tokoh khayalan dan berkolaborasi untuk merajut sebuah cerita bersama. Para pemeran memilih aksi tokoh-tokoh mereka berdasarkan karakteristik tokoh tersebut, dan keberhasilan mereka tergantung dari sistem peraturan permainan yang telah ditentukan.

Bermain peran sebagai suatu aktivitas pembelajaran terencana yang dirancang untuk mencapai-tujuan-tujuan pendidikan yang spesifik (Zaini, dkk, 2008: 98). Menurut Hamzah B. Uno (2007: 25) bermain peran adalah sebagai suatu model pembelajaran bertujuan untuk membantu mahasiswa menemukan



makna diri (jati diri) di dunia sosial dan memecahkan dilema dengan bantuan kelompok. Artinya melalui bermain peran mahasiswa belajar menggunakan konsep peran, menyadari adanya peran-peran yang berbeda dan meimikirkan perilaku diri sendiri dan orang lain.

Menurut Hamzah B. Uno (2007: 25) bahwa teknik bermain peran dibuat berdasarkan asumsi bahwa:

- a. Sangat mungkin menciptakan analogi otentik kedalam suatu situasi permasalahan kehidupan nyata.
- b. Bermain peran dapat mendorong mahasiswa mengekspresikan perasaannya dan bahkan melepaskan beban psikis. Proses psikologis melibatkan sikap, nilai, dan keyakinan serta mengarahkan pada kesadaran melalui keterlibatan spontan yang disertai analisis.
- c. Bimbingan kelompok bermain peran merupakan layanan bimbingan kelompok yang diberikan dalam suasana kelompok, dimana semua anggota kelompok diajak untuk belajar memecahkan masalah pribadi yang sedang dihadapi dengan bantuan kelompok sosial dengan cara, memerankan, memperagakan dan mendiskusikan.

Dari Pendapat ahli tersebut diatas dapat diambil kesimpulan bahwa bermain peran adalah model pembelajaran melalui pemeranan sebuah situasi dalam hidup manusia dengan yanpa diadakan latihan yang

bertujuan untuk membantu Mahasiswa menemukan makna diri (jati diri) dalam situasi sosial dengan bantuan dinamika kelompok. Bermain peran sangat tepat sebagai teknik pembelajaran, karena usia remaja merupakan usia bermain, bersosialisasi, dan masa menghayal, maka dalam proses pembelajaran guru dapat memasukkan sedikit demi sedikit melalui bermain peran tentang konsep-konsep hidup bermasyarakat.

Melalui bimbingan kelompok menggunakan teknik bermain peran, para mahasiswa dapat mengeksplorasi hubungan antar sesama dengan cara memperagakannya dan mendiskusikannya dengan anggota kelompok, sehingga secara bersama-sama para mahasiswa dapat mengeksplorasi perasaan, sikap, nilai, dan berbagai strategi pemecahan masalah. Jika bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran dilaksanakan secara efektif, maka dapat meningkatkan prososial mahasiswa.

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Desain eksperimen memberikan argumen yang paling kuat tentang efek kausalitas variabel independen terhadap variabel dependen karena melibatkan kontrol yang ketat terhadap sumber-sumber penyebab rendahnya validitas internal. Creswell (2012: 295) menyatakan, "*In an experiment, you test an idea (or*



*practice or procedure) to determine whether it influences an outcome or dependent variable*". Dikatakan bahwa di dalam eksperimen peneliti akan menguji sebuah perlakuan untuk menentukan apakah perlakuan tersebut mempengaruhi hasil atau variabel dependen sehingga dalam penelitian ini akan diketahui pengaruh perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran terhadap variabel dependen yaitu sikap prososial siswa.

Peneliti menggunakan metode *one group pre test post test design*, dengan membandingkan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Perlakuan ini hanya diberikan pada satu kelompok saja yaitu kelompok dengan sikap prososial rendah yang di dapat dari hasil skala sikap prososial dan tanpa kelompok pembanding. Adapun gambaran metode tersebut, dapat dilihat dibawah ini

**Gambar 1.**  
**Skema One Group Pre-Test Post-Test**



Keterangan :  
 X : Treatment yang diberikan  
 O : Observasi  
 O1 : nilai pre test (Sebelum diberi perlakuan)  
 O2 : nilai post test (Sebelum diberi perlakuan)

Rumus yang digunakan untuk melakukan pengujian adalah rumus *Wilcoxon*, adapun rumus *Wilcoxon* dapat dilihat dibawah ini,

$$Z = \frac{T - \left[ \frac{1}{4N(N+1)} \right]}{\sqrt{\frac{1}{24N(N+1)(2N+1)}}$$

Keterangan :

Z : Nilai hasil beda  
 N : Banyak data yang berubah setelah diberi perlakuan berbeda  
 T : Jumlah rangking dari nilai selisih yang negative atau positif

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengambil sampel 10 dari jumlah keseluruhan mahasiswa bimbingan dan konseling semester 1. Hasil yang didapat menunjukkan angka 2944. Jumlah keseluruhan jika mempunyai prososial tinggi adalah 3600 atau 100%. Nilai prososial 10 mahasiswa UPY dalam persen ditunjukkan dengan angka 82 %. Hasil yang didapat setelah di berikan perlakuan atau post test yaitu menunjukkan angka 3220. Nilai prososial Mahasiswa dalam persen setelah diberikan perlakuan yaitu 89 %.

**Tabel 1.**  
**Hasil Pre Test Mahasiswa**



No	Kategori	Nilai (dalam persen)	Hasil
1.	Tinggi	76 – 100	✓ (82 %)
2.	Sedang	51 – 75	
3.	Kurang	26 – 50	
4.	Rendah	0 – 25	

**Tabel 2**  
**Hasil Pre Test Mahasiswa**

No.	Kategori	Nilai (dalam persen)	Hasil
1.	Tinggi	76 – 100	✓ (86 %)
2.	Sedang	51 – 75	
3.	Kurang	26 – 50	
4.	Rendah	0 – 25	

Melihat hasil diatas maka terlihat jelas bahwa pre test menunjukkan angka 82 % dan post test menunjukkan angka 86 %. Angka menunjukkan bahwa ada peningkatan prososial setelah diberikan perlakuan menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran. Peningkatan tersebut ditunjukkan dengan adanya peningkatan sebesar 4 %.

Untuk lebih memantapkan tentang ada atau tidaknya peningkatan maka peneliti menggunakan analisis data uji keefektifan dengan menggunakan rumus wilcoxon. Ada beberapa catatan dalam rumus wilcoxon ini, yaitu apabila hasil yang didapat kurang dari 0,05 atau  $< 0,05$  maka hasilnya adalah ada perubahan prososial mahasiswa setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran, tetapi apabila hasil yang didapat lebih dari 0,05 atau  $> 0,05$  maka hasilnya adalah tidak ada

perubahan prososial mahasiswa setelah diberi perlakuan. Adapun hasil tersebut adalah sebagai berikut,

**Tabel 3.**  
**Sajian Statistik Pre Test dan Post Test Prososial**  
**Test Statistics<sup>b</sup>**

	Post – Pre
Z	-2.807 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Hasil diatas menunjukkan angka 0,005 pada Asymp. Sig. (2-tailed) maka  $0,005 < 0,05$ . Melihat hasil tersebut maka bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran efektif untuk meningkatkan prososial mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas PGRI Yogyakarta semester 1.

## KESIMPULAN

Prososial merupakan variabel terikat yaitu suatu hubungan timbal balik antara dua individu atau lebih



sehingga terjalinlah suatu komunikasi, kontak sosial, persaingan, pertentangan, dan kerjasama, dimana hubungan tersebut saling mempengaruhi. Sebagai makhluk sosial, manusia akan mengadakan hubungan atau interaksi dengan orang lain. Dalam perkembangannya, prososial merupakan hal yang dapat dipelajari dalam kehidupan selanjutnya, prososial merupakan suatu proses. Hal ini menunjukkan bahwa prososial merupakan suatu kemampuan yang dipelajari. prososial termasuk suatu keterampilan dan merupakan hasil belajar.

Melalui bimbingan kelompok menggunakan teknik bermain peran, mahasiswa dapat mengeksplorasi hubungan antar sesama dengan cara memperagakannya dan mendiskusikannya dengan anggota kelompok, sehingga secara bersama-sama mahasiswa dapat mengeksplorasi perasaan, sikap, nilai, dan berbagai strategi pemecahan masalah. Jika bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran dilaksanakan secara efektif, maka dapat meningkatkan prososial mahasiswa.

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran efektif digunakan untuk meningkatkan prososial mahasiswa bimbingan dan

konseling Universitas PGRI Yogyakarta. Hal ini dibuktikan dengan hasil analisa uji Wilcoxon diperoleh nilai 0,005 yang berarti signifikan untuk meningkatkan prososial Mahasiswa.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adam, Francesca Gino. 2010. *A Little Thanks Goes a Long Way: Explaining Why Gratitude Expressions Motivate Prosocial Behavioral*. *Journal Of Personality and Social Psychology*. Vol 98. No. 6 Chapel Hill: University Of Pennsylvania University of North Carolina
- Corey, G. 2012. *Theory and Practice of Group Counseling. Eight Edition*. California. State University: Brooks/Cole Cengage Learning
- Prayitno dan Amti, Erman. 2001b. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (L6 dan L7)*. Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UPI.
- Sears, D. O. 2009. *Psikologi Sosial*. Edisi Kedua Belas. Kencana: Jakarta.
- Uno, Hamzah. 2007. *Model Pembelajaran Menciptakan Proses Belajar Mengajar Yang Kreatif dan Efektif*. PT. Bumi Aksara: Jakarta.

