**EFEKTIVITAS TEKNIK SOSIODRAMA DALAM BIMBINGAN
KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF SISWA
KELAS VII SMP NEGERI 7 YOGYAKARTA TAHUN AJARAN 2017/2018**

Nofi Rini Dyah Sulistyaningsih⁽¹⁾, Arum Setiowati⁽²⁾

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Yogyakarta
E-mail: arum@upy.ac.id

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas teknik sosiodrama untuk meningkatkan perilaku asertif siswa kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018 yang berjumlah 205 siswa. Sampel dalam penelitian ini mengambil 10 siswa dengan menggunakan teknik purposive sampling. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan angket. Teknik analisis data dengan menggunakan analisis uji t-tes. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis terbukti atau Teknik sosiodrama efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif pada siswa Kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018. Dari hasil uji-t diketahui nilai $t = 18,640$ dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$ berarti pemberian treatment dengan menggunakan teknik sosiodrama berpengaruh dalam meningkatkan perilaku asertif siswa. Diharapkan sekolah dan guru bimbingan konseling dapat menerapkan layanan dengan menggunakan teknik sosiodrama sehingga dapat meningkatkan perilaku asertif siswa.

Kata kunci: sosiodrama, perilaku asertif

Abstract

The purpose of this research is to discover the effectiveness of sosiodrama technique in guidance group to improve the assertive behaviour of VII grade students in SMPN 7 Yogyakarta academic year 2017/2018. Research population covers all VII grade students of SMPN 7 Yogyakarta academic year 2017/2018, there are 205 students. The sample of this research are 10 students which selected by using Purposive Sampling. To collect the data, the researcher used questionnaire method and to analyze the data the researcher used T-test. The result of the research indicates that hypothesis is proven or that sosiodrama technique in guidance group is effective to improve the assertiveness of VII grade students in SMPN 7 Yogyakarta academic year 2017/2018. The result of T-test shows that $t = 18,640$; $p = 0,000 < 0,05$. It means that by giving the sosiodrama technique treatment has impact to improve students' assertive behavior. The researcher expected that school and counselors be able to apply sosiodrama technique to improve their students' assertive behaviour

Keywords: sosiodrama, assertive behavior

Info Artikel

Diterima Maret 2019, disetujui April 2019, diterbitkan Juni 2019

PENDAHULUAN

Masa remaja disebut sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa. Hurlock (1980:207) mengemukakan bahwa pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa. Remaja menghabiskan sebagian besar waktunya berada di sekolah karena mereka harus mengikuti proses kegiatan belajar. Hal ini berarti remaja lebih sering berinteraksi dengan teman sebayanya. Peserta didik pada usia remaja, idealnya mampu mengembangkan kemampuan komunikasinya dengan orang lain secara optimal, sehingga mereka dapat menjalin komunikasi baik dengan teman sebaya maupun dengan orang yang lebih tua dengan baik. Salah satu kemampuan yang harus dikuasai oleh remaja dalam berkomunikasi adalah perilaku asertif. Perilaku asertif adalah perilaku yang dilakukan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain, namun tetap menjaga perasaan orang lain, agar orang lain tidak merasa tersinggung.

Perilaku asertif yang kurang dimiliki peserta didik akan mengakibatkan mereka merasa tidak bebas, berada di bawah kekuasaan temannya dan tidak nyaman apabila berkumpul bersama teman sebayanya. Peserta didik yang kurang memiliki keberanian untuk mengungkapkan pendapat dan apa yang diinginkannya, tidak menutup kemungkinan mereka juga akan menjadi korban bullying oleh teman-temannya. Penelitian yang dilakukan oleh Novalia dan Tridayakisni (2013) menunjukkan bahwa semakin tinggi perilaku asertif maka semakin rendah kecenderungan menjadi korban bullying ataupun sebaliknya semakin rendah perilaku asertif maka semakin tinggi kecenderungan menjadi korban bullying.

Rohyati dan Purwandari (2015:3-4) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa perilaku asertif sangat penting bagi remaja berdasarkan empat alasan. Pertama, perilaku asertif akan memudahkan remaja untuk bersosialisasi dan menjalin hubungan dengan lingkungan. Kedua, kemampuan asertif ini akan menolong individu untuk mengungkapkan perasaan dan keinginannya secara langsung dan terus terang. Pengungkapan asertif akan menghindarkan munculnya ketegangan dan perasaan tidak nyaman karena menahan dan menyimpan sesuatu yang ingin diutarakannya. Ketiga, individu akan mudah mencari solusi dan penyelesaian dari berbagai kesulitan yang dihadapinya. Keempat, perilaku asertif dapat digunakan untuk meningkatkan

kemampuan kognitif atau berpikir, memperluas wawasan dan tidak mudah berhenti pada sesuatu yang tidak diketahuinya.

Kurangnya perilaku asertif dalam diri remaja dijumpai di SMP Negeri 7 Yogyakarta. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan oleh penulis selama dua bulan masih terdapat beberapa peserta didik yang kurang mampu berperilaku asertif. Kenyataannya ditunjukkan oleh perilaku peserta didik yang masih ikut-ikutan dengan teman-temannya, yaitu ikut-ikutan membawa handphone apabila ada teman yang membawa ke sekolah, kebiasaan peserta didik apabila jam pelajaran kosong ikut-ikutan ke kantin. Perilaku yang lain adalah peserta didik yang diam saja saat diolok-olok oleh temannya. Selain itu, di dalam kelas juga masih banyak ditemukan peserta didik yang memilih diam dan tidak mau bertanya apabila masih ada materi pelajaran yang kurang jelas. Perilaku negatif yang dilakukan oleh peserta didik dalam jangka waktu yang lama akan menyebabkan peserta didik mengalami kesulitan dalam mengungkapkan apa yang sebenarnya ingin ia ungkapkan dan rasakan kepada orang lain. Hal itu juga akan berdampak pada ketidaktercapaiannya tugas perkembangan remaja secara optimal. Oleh karena itu, peserta didik perlu meningkatkan perilaku asertif saat berada di lingkungan mana saja, terutama di lingkungan sekolah.

Berdasarkan fenomena tersebut, diperlukan solusi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik dalam meningkatkan perilaku asertif. Meningkatkan kemampuan berpendapat peserta didik dapat dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya adalah melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Menurut Juntika (2006:23), bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Melalui bimbingan kelompok peserta didik dapat belajar berperan aktif dalam kegiatan kelompok, menyampaikan pendapat secara bebas dan terbuka, menghargai pendapat orang lain, tidak memaksakan kehendak pada orang lain dan mengungkapkan apa yang diinginkannya dengan cara yang baik. Terdapat beberapa teknik dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, diantaranya pemberian informasi, diskusi, sosiodrama, psikodrama, dan simulasi.

Sosiodrama merupakan salah satu teknik dalam bimbingan kelompok yang digunakan untuk memecahkan masalah bidang sosial. Melalui teknik sosiodrama, peserta didik diberi kesempatan untuk mendramatisasikan masalah-masalah sosial

melalui sebuah drama. Peserta didik dapat memerankan peran tertentu dari situasi masalah sosial tertentu. Peserta didik yang lain berperan sebagai penonton untuk mengamati jalannya drama serta memberikan penilaian terhadap para pemain drama. Sosiodrama dapat digunakan untuk meningkatkan keberanian peserta didik untuk mengungkapkan pendapat. Pernyataan ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Arliani, Hidayat, dan Chadidjah (2013) yang menunjukkan adanya peningkatan perilaku asertif siswa sebesar 16,12% pada siklus I menjadi 58,36% pada siklus II. Hal ini membuktikan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dinyatakan efektif untuk meningkatkan kemampuan berperilaku asertif antar sebaya. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Icha Satria Figraha Farozy (2012) dengan judul “Peningkatan Sikap Asertif Melalui Sosiodrama pada Siswa Kelas X.I Administrasi Perkantoran SMK Sudirman 1 Wonogiri”, menunjukkan adanya perubahan sikap dari siswa yang semula kurang asertif menjadi lebih asertif. Berdasarkan kedua penelitian tersebut, dapat diketahui bahwa teknik sosidrama dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif.

Peneliti menggunakan bimbingan kelompok teknik sosiodrama agar peserta didik lebih tertarik dalam menerima materi tentang perilaku asertif. Selain itu, agar peserta didik dapat merasakan secara langsung memainkan sebuah drama yang membahas mengenai permasalahan perilaku asertif. Penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan perilaku asertif juga didukung dengan penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh Dewi (2015) tentang pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap perilaku asertif yang menunjukkan hasil bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat berpengaruh positif terhadap perilaku asertif siswa.

Sehubungan dengan latar belakang yang telah diuraikan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Efektivitas Teknik Sosiodrama dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan metode one – group pre test-post test design. Treatment diberikan kepada siswa yang

memiliki perilaku asertif rendah yang dipilih melalui teknik sampling purposive. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu angket atau kuesioner menggunakan skala likert untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang (Sugiyono, 2017 : 134).

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode statistik dengan rumus T-test karena dalam penelitian ini peneliti akan membandingkan hasil pre test dengan post test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah yang digunakan untuk mengetahui perilaku awal asertif adalah dengan melakukan pengukuran awal (pre test) pada 34 siswa. Berdasarkan hasil pre test terpilihlah 10 siswa yang memiliki perilaku asertif pada kategori rendah sebagai subjek eksperimen. 10 siswa tersebut terdiri dari 6 siswa perempuan dan 4 siswa laki-laki.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket yang terdiri dari angket pre test dan post test yang berjumlah 40 butir pernyataan. Angket tersebut terbentuk dari kisi-kisi angket perilaku asertif yang terdiri dari 4 aspek dan 18 indikator. Aspek-aspek tersebut berkaitan dalam satu definisi perilaku asertif.

Apabila divisualisasikan dalam bentuk grafik, kenaikan masing-masing aspek perilaku asertif siswa kelas VII SMP Negeri Yogyakarta dapat dilihat pada Gambar 1.

Gambar 1. Grafik Kenaikan Masing-Masing Aspek Perilaku Asertif

Berdasarkan gambar 1 dapat dilihat bahwa semua aspek mengalami peningkatan dari hasil angket sebelum treatment dan sesudah treatment.

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat hasil analisis-test paired samples test diperoleh nilai $t = 18,640$ dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$ berarti penggunaan teknik sosiodrama dapat meningkatkan perilaku asertif pada siswa kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018.

Tabel 1.

Hasil Uji Paired T tes

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	posttest – pretest	43.60000	7.39670	2.33904	38.30872	48.89128	18.640	9	.000

Berdasarkan hasil pretest terpilihlah 10 siswa yang memiliki perilaku asertif pada kategori rendah sebagai subjek eksperimen. 10 siswa tersebut terdiri dari 6 siswa perempuan dan 4 siswa laki-laki, hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Lioyd (dalam Novalia dan Tridayakisni, 2013 : 174) yang menyebutkan bahwa laki-laki akan berperilaku lebih asertif dibandingkan anak perempuan karena semenjak kanak-kanak, peran dan pendidikan laki-laki dan perempuan telah dibedakan oleh masyarakat, sejak kecil telah dibiasakan bahwa anak laki-laki harus tegas dan kompetitif dan anak perempuan harus pasif menerima perintah dan sensitif. Subjek eksperimen tersebut kemudian diberikan treatment melalui teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok selama 3 kali pertemuan. Setelah treatment selesai dilaksanakan kemudian dilaksanakan evaluasi dengan melakukan pengukuran akhir (post test), sehingga dapat diketahui perbedaan keadaan subjek sebelum treatment dan sesudah treatment.

Pada aspek dapat berkomunikasi dengan orang lain, sebelum diberikan treatment siswa lebih sering diam, kurang berinteraksi dengan peneliti misalnya saat belum jelas mengenai arahan dari peneliti mereka hanya diam saja, siswa masih merasa asing karena sebelumnya belum pernah kenal dengan peneliti. Setelah diberikan treatment siswa dapat berkomunikasi dengan peneliti dengan lebih baik, siswa dapat menyampaikan bagaimana perasaannya setelah diberikan treatment kepada peneliti

secara terbuka. Selain itu, siswa juga lebih terbuka dalam menyampaikan kritik dan saran bagi temannya dalam pelaksanaan treatment. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Fensterheim (dalam Azis, 2015 : 9) yang menyatakan bahwa salah satu ciri orang yang berperilaku asertif adalah dapat berkomunikasi dengan orang lain, baik dengan orang yang tidak dikenal, sahabat, dan keluarga. Dalam berkomunikasi relatif terbuka, jujur, dan sebagaimana mestinya.

Aspek bertindak dengan cara yang dihormatinya sendiri merupakan aspek yang memiliki presentase yang paling rendah, yaitu 18%. Hal tersebut dikarenakan kurangnya kemampuan siswa dalam mengembangkan diri di lingkungan sekitarnya. Siswa kurang dapat menerima kekurangan yang ada dalam dirinya, siswa kurang percaya diri dengan kondisi dirinya saat ini. Salah satu karakteristik anak usia sekolah menengah pertama (SMP) menurut Desmita (2009 : 36) adalah memiliki reaksi dan ekspresi emosi yang masih labil, sehingga siswa masih mudah terpengaruh oleh temannya untuk tidak berperilaku sesuai dengan peraturan atau norma yang berlaku di lingkungannya dan cemas bila ia dijauhi oleh temannya. Aspek yang pertama, merasa bebas untuk mengemukakan emosi yang dirasakan melalui kata dan tindakan. Menurut Fensterheim (dalam Azis, 2015 : 9) siswa yang memiliki perilaku asertif mampu mengatakan “inilah diri saya, inilah yang saya rasakan dan saya inginkan”.

Aspek ini terdiri dari 4 indikator, yaitu menyampaikan pendapat atas kemauannya sendiri, bertindak sesuai keinginannya sendiri, mampu menolak permintaan orang lain yang tidak sesuai dengan keinginan dirinya, dan mampu menyatakan perasaan dengan tepat. Diantara keempat indikator tersebut, indikator tertinggi ditunjukkan oleh indikator bertindak sesuai keinginannya sendiri. Selisih hasil angket pre test dan post test pada indikator tersebut adalah 32 yaitu mengalami peningkatan sebesar 32,3%. Siswa mampu menentukan pilihannya sendiri tanpa adanya paksaan oleh orang lain, salah satunya adalah siswa memilih kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan keinginannya sendiri. Sedangkan, indikator terendah ditunjukkan oleh indikator menyampaikan pendapat atas kemauannya sendiri. Selisih hasil angket pre test dan post test pada indikator tersebut adalah 20 yaitu mengalami peningkatan sebesar 20,2%. Hal tersebut dikarenakan siswa cenderung menyampaikan pendapat yang serupa dengan temannya, walaupun pendapat itu tidak sesuai dengan keinginan siswa tersebut. Apabila siswa menyampaikan pendapat yang berbeda dengan temannya akan timbul kecemasan dalam diri siswa bila

ia dijauhi oleh temannya atau dikeluarkan dari kelompoknya. Hal ini didukung oleh pendapat Hurlock (1980 : 208), bahwa tiap penyimpangan dari standar kelompok dapat mengancam keanggotaannya dalam kelompok.

Aspek yang kedua, dapat berkomunikasi dengan orang lain yang terdiri dari 7 indikator, diantaranya mampu memulai pembicaraan dengan orang yang tidak dikenal, mampu berkomunikasi dengan orang yang lebih tua, berbicara secara jujur dan terbuka, berbicara dan tampil apa adanya, menghargai pendapat orang lain, mampu meminta bantuan orang lain, dan memperhatikan kepentingan orang lain. Menurut Fensterheim (dalam Azis, 2015 : 9) orang yang memiliki perilaku asertif dapat berkomunikasi dengan orang lain, baik dengan orang yang tidak dikenal, sahabat, dan keluarga. Dalam berkomunikasi relatif terbuka, jujur, dan sebagaimana mestinya. Indikator yang paling tinggi dalam aspek ini adalah mampu berkomunikasi dengan orang yang lebih tua. Selisih hasil angket pre test dan post test pada indikator tersebut adalah 33 yaitu mengalami peningkatan sebesar 22,9%.

Hal ini ditunjukkan pada saat pelaksanaan sosiodrama, siswa mampu berkomunikasi dengan peneliti secara terbuka dan menggunakan bahasa yang baik dan benar. Sedangkan, indikator terendah ditunjukkan pada indikator mampu memulai pembicaraan dengan orang yang tidak dikenal. Selisih hasil angket pre test dan post test pada indikator tersebut adalah 9 yaitu mengalami peningkatan sebesar 6,25%. Selama proses pelaksanaan sosiodrama siswa tidak ada yang memulai pembicaraan terlebih dahulu dengan peneliti karena siswa merasa belum kenal dengan peneliti, tapi setelah peneliti memperkenalkan diri dan mengutarakan maksud dan tujuan kedatangan peneliti, siswa mulai terbuka dan mau berbicara kepada peneliti.

Aspek yang ketiga, mempunyai pandangan yang positif tentang hidup. Menurut Fensterheim (dalam Azis, 2015 : 9) orang asertif cenderung mengejar apa yang diinginkan dan berusaha agar sesuatu itu terjadi serta sadar akan dirinya bahwa ia tidak dapat selalu menang, maka ia menerima keterbatasannya, akan tetapi ia selalu berusaha untuk mencapai sesuatu dengan usaha yang sebaik-baiknya dan sebaliknya orang yang tidak asertif selalu menunggu terjadinya sesuatu. Siswa menunjukkan kesungguhannya selama mengikuti pelaksanaan sosiodrama, hal itu ditunjukkan dalam pelaksanaan sosiodrama. Siswa berani bertanya kepada peneliti apabila ada arahan yang kurang jelas, serta setiap siswa (subjek eksperimen) terlihat lebih bersemangat setelah

menerima kritik dan saran dari kelompok penonton. Aspek mempunyai pandangan yang positif tentang hidup terdiri dari 4 indikator, yaitu optimis, tidak menyerah saat mengalami suatu kegagalan, keberanian bertanya kepada orang lain, dan keyakinan terhadap kemampuan dalam diri. Indikator tertinggi adalah tidak menyerah saat mengalami suatu kegagalan yang ditunjukkan oleh selisih hasil angket pre test dan post test sebesar 47 yaitu mengalami peningkatan sebesar 40,87%. Sedangkan indikator terendah adalah indikator optimis dan indikator keberanian bertanya kepada orang lain, keduanya memiliki selisih hasil angket pre test dan post test yang sama, yaitu sebesar 22 dan mengalami peningkatan sebesar 19,13%.

Aspek yang keempat yaitu bertindak dengan cara yang dihomatinya sendiri. Seseorang yang memiliki perilaku asertif sadar bahwa ia tidak dapat selalu menang, ia menerima keterbatasan namun ia berusaha untuk menutupi dengan mencoba mengembangkan dan selalu belajar dari lingkungan (Fensterheim dalam Azis, 2015 : 9). Pada aspek tersebut terdiri dari 3 indikator, yaitu menerima kekurangan dirinya, percaya diri, dan mampu berperilaku sesuai dengan aturan dan norma lingkungan. Indikator menerima kekurangan dirinya menunjukkan indikator yang paling tinggi dengan selisih hasil angket pre test dan post test sebesar 48 yaitu mengalami peningkatan sebesar 58,54%. Siswa mampu menerima kekurangan yang ada dalam dirinya, baik dari segi fisik maupun kemampuan yang ada dalam dirinya. Hal ini ditunjukkan pada saat evaluasi pelaksanaan sosiodrama, para siswa (subjek eksperimen) dapat menerima kritik dan saran yang diberikan oleh kelompok penonton mengenai pemeranannya selama pelaksanaan sosiodrama. Kritik dan saran yang diterima oleh siswa (subjek eksperimen) diterima dengan baik untuk memperbaiki kekurangan-kekurangan pada dirinya.

Perilaku siswa (subjek eksperimen) tersebut sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Desmita (2009 : 37), salah satu karakteristik anak usia SMP adalah menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif. Sedangkan indikator terendah dengan selisih hasil angket pre test dan post test sebesar 14 yaitu mengalami peningkatan sebesar 17,07% adalah indikator percaya diri. Hal ini ditunjukkan pada saat pelaksanaan sosiodrama, masih terdapat siswa (subjek eksperimen) yang kurang percaya diri saat diminta untuk tampil ke depan kelas. Siswa (subjek eksperimen) kurang yakin dengan kemampuan yang dimilikinya.

Rata-rata pre test sebelum diberikan treatment sebesar 73,0 sedangkan rata-rata post test setelah diberikan treatment sebesar 116,60. Selisih antara angket (kuesioner) perilaku asertif siswa sebelum dan sesudah treatment sebesar 43,60. Bimbingan kelompok adalah suatu proses pemberian bimbingan kepada beberapa peserta didik yang diberikan melalui suatu dinamika kelompok untuk membahas masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial yang bertujuan sebagai pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu. Tujuan dari bimbingan kelompok adalah untuk mengembangkan kemampuan sosial masing-masing anggota kelompok dengan adanya peningkatan kemampuan berkomunikasi baik secara verbal maupun non verbal. Salah satu metode yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok adalah teknik sosiodrama.

Teknik sosiodrama adalah suatu dramatisasi konflik-konflik, tingkah laku atau ungkapan gerak-gerik untuk memecahkan masalah yang timbul dalam hubungan sosial antar manusia melalui suatu kegiatan pemeranan. Pelaksanaan teknik sosiodrama dilakukan melalui tahap persiapan dengan pembuatan naskah sosiodrama, pemilihan kelompok pemain sosiodrama, pemilihan kelompok penonton sosiodrama, penjelasan tugas masing-masing kelompok, pelaksanaan sosiodrama, refleksi pelaksanaan sosiodrama yang berisi tanya jawab kepada pemain sosiodrama mengenai pemeranannya serta tanya jawab kepada kelompok penonton untuk memberikan tanggapannya selama menyaksikan sosiodrama.

Pelaksanaan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok terhadap perilaku asertif siswa terbukti signifikan dan efektif dapat meningkatkan perilaku asertif siswa. Hal tersebut dapat terlihat dari antusiasme siswa dalam mengikuti sosiodrama dari tahap awal sampai ke tahap evaluasi. Siswa lebih antusias saat peneliti mengemas pelaksanaan sosiodrama ke dalam sebuah perlombaan. Hal itu terlihat dari kesungguhan siswa saat melakukan latihan sosiodrama. Siswa menjadi lebih sungguh-sungguh dalam melaksanakan permainan sosiodrama. Siswa mengikuti semua arahan yang diberikan oleh peneliti dan menyampaikan pendapatnya secara terbuka kepada peneliti. Siswa mampu berekspresi sesuai dengan tokoh dalam naskah yang diperankannya dengan baik. Siswa lebih mudah dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan oleh peneliti melalui teknik sosiodrama karena lebih menarik, tidak membosankan, dan siswa dapat langsung memerankannya sendiri.

Dilihat dari perubahan sikap dan perilaku siswa pada setiap pemberian treatment juga dilihat dari sebelum diberikan treatment yang memiliki skor rata-rata pre test sebesar 73,0 dan setelah diberikan treatment memiliki skor rata-rata post test sebesar 116,60. Selisih antara angket (kuesioner) perilaku asertif siswa sebelum dan sesudah treatment sebesar 43,60. Berdasarkan hasil analisis uji t diperoleh nilai $t = 18,640$ dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$. Uji t dengan kriteria $p < 0,05$ maka hipotesis yang diajukan terbukti dan signifikan. Selisih hasil skor antara pre test dan post test terbilang cukup baik. Namun, selisih skor masih bisa lebih tinggi lagi apabila kondisi sekitar lebih kondusif serta lebih baik lagi dalam melaksanakan pemberian teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan perilaku asertif siswa kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Icha Satria Figraha Arrozy (2012) yang berjudul “Upaya Peningkatan Sikap Asertif Melalui Sosiodrama Pada Siswa Kelas X.1 Administrasi Perkantoran SMK Sudirman 1 Wonogiri Tahun Ajaran 2011/2012”, menunjukkan bahwa adanya perubahan sikap dari siswa yang semula kurang asertif lambat laun sudah menunjukkan asertif, hasil dari wawancara yang dilakukan pun menunjukkan perubahan sikap mereka, yang semula kurang asertif menjadi semakin asertif. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok terbukti efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif pada siswa kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari analisis data dalam penelitian ini maka dapat ditarik kesimpulan bahwa selisih antara angket (kuesioner) perilaku asertif siswa sebelum dan sesudah treatment sebesar 43,60 dan hasil uji t yang dilakukan diperoleh nilai $t = 18,640$ dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$, berarti pemberian teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok efektif terhadap peningkatan perilaku asertif siswa. Oleh karena itu, teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok terbukti dan signifikan terhadap peningkatan perilaku asertif siswa kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/ 2018.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Juntika Nurihsan. 2005. *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- _____. 2006. *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Arliani, L., Hidayat, S, R., dan Chadidjah. 2013. "Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Perilaku Asertif", *Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling*, Vol. 1, No. 2, (<http://www.jurnal.fkip.uns.ac.id/index.php/councilium/article/view/11033>, diunduh 16 Januari 2018).
- Azis, Akhmad Rifqi. 2015. "Efektivitas Pelatihan Asertivitas untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Korban Bullying". *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, (online), Vol. 3, No. 2, <http://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/view/25/30>, diunduh 27 Desember 2017).
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Hurlock, Elizabeth B.. 1980. *Development Psychology A Life-Span Approach, Fifth Edition*. Terjemahan oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Icha Satria Figraha Farozy. 2012. *Peningkatan Sikap Asertif Melalui Sociodrama pada Siswa Kelas X.I Administrasi Perkantoran SMK Sudirman 1 Wonogiri*. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Karlina Dewi. 2015. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama terhadap Perilaku Asertif*. Skripsi tidak diterbitkan. Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.
- Lloyd. *Mengembangkan Perilaku Asertif yang Positif*. Terjemahan oleh Budi. 1990. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Novalia dan Tri Dayakisni. 2013. "Perilaku Asertif dan Kecenderungan Menjadi Korban Bullying", *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, Vol. 01, No. 01, (<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/1366/1461>, diunduh 15 Januari 2018).
- Rohyati, E., dan Purwandari, Y. H. 2015. "Perilaku Asertif Pada Remaja". *Jurnal Psikologi*, (Online), Vol. 11, (<http://jurnal.psikologiup45.com/wp-content/uploads/2007/10/Jurnal-Psikologi-vol-11-2015a-.pdf>, diunduh 27 Desember 2017).

Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D. Bandung: Alfabeta.