JURNAL

EFEKTIFITAS TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA SISWA KELAS VII SMPN 2 GURAH TAHUN PELAJARAN 2016/2017

THE EFFECTIVENESS OF PSYCHODRAMA TECHNIQUE TO INCREASE THE INTERPERSONAL COMMUNICATION TO THE SEVENTH GRADE STUDENTS OF SMPN 2 GURAH ON ACADEMIC YEAR 2016/2017

Oleh:

LUTFI CHOLISHOTUN NISA
NPM : 12.1.01.01.0207

Dibimbing oleh :

1. Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.
2. Vivi Ratnawati, S.Pd, M.Psi.

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI

2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Lengkap	: Lutfi Cholishotun Nisa
NPM	: 12.1.01.01.0207
Telepon/HP	: 081249319349
Alamat Surel (Email)	: bknisa@gmail.com
Judul Artikel	: Efektifitas Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa Kelas VII SMPN 2 Gurah Tahun Pelajaran 2016/2017
Fakultas – Program Studi	: FKIP-Bimbingan Konseling
Nama Perguruan Tinggi	: UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
Alamat PerguruanTinggi	: Kampus I Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76 kediri

Dengan ini menyatakan bahwa:

a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis**)** dan bebas plagiarisme;
b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui

Kediri, 25 Januari 2017

Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.	Vivi Ratnawati, S.Pd, M.Psi.	Lutfi Cholishotun Nisa
NIDN. 0716046202	NIDN. 0728038306	12.1.01.01.0207

EFEKTIFITAS TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA SISWA KELAS VII SMPN 2 GURAH TAHUN PELAJARAN 2016/2017

Lutfi Cholishotun Nisa
12.1.01.01.0207
FKIP – Bimbingan Konseling
bknisa@gmail.com
Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd. dan Vivi Ratnawati, S.Pd, M.Psi.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi hasil pengamatan pada saat praktik pengalaman lapangan, diketahui masih ada siswa yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal rendah. Salah satu upaya yang akan dilakukan untuk menyelesaikan masalah tersebut adalah dengan memberikan layanan BK dengan teknik psikodrama. Permasalahan penelitian ini adalah apakah teknik psikodrama efektif untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan subyek penelitian siswa kelas VII SMPN 2 Gurah Tahun Pelajaran 2016/2017. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket kemampuan komunikasi interpersonal. Analisis data menunjukkan hasil uji *Paired Sample t-Test* dengan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai t_{hitung} -8,437 $\geq$ t_{tabel} 1,684 pada taraf signifikansi 0,05, maka hipotesis dalam penelitian yang diajukan diterima. Kesimpulan hasil penelitian ini adalah bahwa teknik psikodrama efektif untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas VII SMPN 2 Gurah tahun pelajaran 2016/2017. Berdasarkan simpulan hasil penelitian ini, direkomendasikan: (1) guru BK/konselor dapat menjalankan teknik psikodrama sebagai refrensi terbaru tentang perkembangan metode bimbingan kelompok yang tidak akan menjenuhkan bagi siswa, (2) bagi peneliti selanjutnya yang akan mengadakan penelitian terkait dengan metode psikodrama dapat mengkombinasikan dengan teknik-teknik yang ada sehingga dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa.

KATA KUNCI: teknik psikodrama, kemampuan komunikasi interpersonal.

I. LATAR BELAKANG

Manusia merupakan makhluk individu yang senantiasa dinamis, memiliki cita dan tuntunan hidup yang kompleks. Selain makhluk individu manusia juga terlahir sebagai makhluk sosial yang selalu akan berinteraksi dengan manusia disekitarnya. Interaksi sosial sangat berguna untuk menelaah dan mempelajari banyak masalah dalam masyarakat, suatu interaksi sosial tidak akan mungkin terjadi apabila tidak memenuhi kontak sosial dan adanya komunikasi. Adanya komunikasi dalam interaksi sosial yaitu seseorang memberi arti pada perilaku orang lain, perasaan-perasaan apa yang ingin disampaikan oleh orang tersebut. Orang yang bersangkutan kemudian memberikan reaksi terhadap perasaan yang ingin disampaikan oleh orang tersebut.

Komunikasi interpersonal (komunikasi antar pribadi) sering dilakukan oleh manusia dalam berbagai kesempatan, termasuk pendidikan. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Dalam mengembangkan kepribadian dan potensi-potensi manusia (bakat, minat dan kemampuannya) akan senantiasa berubah sesuai perkembangan yang terjadi di masyarakat pada umumnya.

Dalam proses pembelajaran di sekolah terdapat interaksi antara guru dansiswa. Proses pembelajaran yang efektif akan tercapai apabila di dalamnya terdapat komunikasi yang baik, baik dari guru maupun siswa untuk melaksanakan proses pembelajaran. Pentingnya komunikasi dalam proses pembelajaran tidaklah dapat dipungkiri. Komunikasi interpersonal akan berpengaruh terhadap perkembangan belajar siswa terutama dalam penerimaan materi belajar.

Permasalahan yang dialami para siswa disekolah sering kali tidak dapat dihindari, meski dengan pengajaran yang baik sekalipun. Hal ini terlebih lagi disebabkan karena sumber-sumber permasalahan siswa banyak yang terletak di luar sekolah. Dalam kaitannya itu, permasalahan siswa tidak boleh dibiarkan begitu saja. Apabila misi sekolah adalah menyediakan pelayanan yang luas untuk secara efektif membantu siswa mencapai tugas perkembangannya dan mengatasi permasalahannya, maka segenap kegiatan dan kemudahan yang diselenggarakan sekolah perlu diarahkan ke sana. Di sinilah dirasakan perlu adanya pelayanan bimbingan dan konseling di samping pengajaran.

Dalam pelaksanaannya bimbingan kelompok mempunyai peran yang sangat penting terutama dalam proses pembelajaran dan peningkatan mutu belajar di sekolah, bimbingan kelompok di sekolah secara garis besar bertujuan agar siswa mencapai tingkat perkembangan yang optimal sesuai dengan minat dan bakat serta dapat mengatasi segala kesulitan yang dihadapi agar proses belajar mengajar dapat berjalan dengan lancar dan mencapai prestasi belajar yang baik, termasuk berkaitan dengan masalah komunikasi. Salah satu teknik dalam bimbingan kelompok adalah psikodrama. Psikodrama adalah metode pembelajaran dengan bermain peran yang bertitik tolak dari permasalahan-permasalahan psikologis.

Teknik psikodrama dipilih untuk menjadi alternatif untuk solusi meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal karena dalam memainkan drama tersebut pemain drama dituntut untuk melakukan dialog sesuai dengan naskah yang telah diberikan. Dalam dialog tersebut pemain drama dituntut untuk berkomunikasi dalam memainkan peranannya.

Dalam proses pembelajaran di sekolah terdapat interaksi antara guru dan siswa. Proses pembelajaran yang efektif akan tercapai apabila di dalamnya terdapat komunikasi yang baik, baik dari guru maupun siswa untuk melaksanakan proses pembelajaran. Pentingnya komunikasi dalam proses pembelajaran tidaklah dapat dipungkiri. Komunikasi interpersonal akan berpengaruh terhadap perkembangan belajar siswa terutama dalam penerimaan materi belajar. Salah satu masalahyang dihadapi oleh siswa adalah masalah kemampuan komunikasi interpersonal yang rendah. Peneliti melakukan observasi pada saat PPL (praktek pengalaman lapangan) di SMPN 2 Gurah menemukan ada siswa memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang rendah.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai "Efektifitas Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Gurah Tahun Pelajaran 2016/2017?".

Corey (Romlah, 2013:107) berpendapat mengenai psikodrama yaitu:

> Psikodrama merupakan permainan peranan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep pada dirinya, menyatakan kebutuhannya-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya.

Psikodrama merupakan permainan peranan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep pada dirinya, menyatakan kebutuhannya-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya. Dari pernyataan tersebut diketahui bahwa psikodrama dapat membuat individu menemukan konsep pada dirinya dan dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dalam hal ini keyakinan tentang kemampuan yang dimiliki peserta didik.

Kemampuan komunikasi interpersonal bukan merupakan salah satu kemampuan yang dibawa sejak lahir dan tidak muncul secara tiba-tiba saat memerlukannya. Kemampuan tersebut harus dipelajari atau dilatih dan juga dikembangkan. Faktor-faktor yang mempengaruhi komunikasi antarpribadi salah satunya adalah konsep diri. Menurut

Willaim D. Brooks (Rakhmat, 2004:99), konsep diri merupakan *those physical, social, dan psychological perceptions of ourselves that we have derived from experiences and our interaction with others*. Konsep diri adalah pandangan dan perasaan tentang kita sendiri. Presepsi tentang diri ini boleh bersifat psikologi, social dan fisis. Konsep diri bukan hanya sekedar gambaran deskriptif, tetapi juga penilaian diri seseorang tentang dirinya sendiri. Jadi, konsep diri meliputi apa yang seseorang pikirkan dan apa yang seseorang rasakan tentang dirinya sendiri. Konsep diri merupakan faktor yang sangat menentukan dalam komunikasi antar pribadi, karena setiap orang bertingkahlaku sedapat mungkin sesuai dengan konsep dirinya, Parks (Harapan, 2014:91) menyatakan komunikasi antarpribadi bertujuan untuk memahami dan memperbaiki hubungan dengan orang lain. Dari hubungan dan jalinan komunikasi antarpribadi tersebut, akan dapat melahirkan konsep diri masing-masing pribadi yang terlibat. Abizar (Harapan, 2014:91) mengatakan "dalam komunikasi antarpribadi akan ada suatu hubungan antara konsep diri seseorang dengan apa yang dipikirkan orang lain mengenai dirinya". Menurut William D. Brooks dan Philip Emmert (Rakhmat, 2004:105) ada lima tanda orang yang memiliki konsep diri negatif yaitu individu peka terhadap kritik, responsif terhadap pujian, sikap hiperkritis, cenderung merasa tidak disenangi orang lain, dan bersikap pesimis terhadap kompetisi. Sebaliknya, orang yang memiliki konsep diri positif ditandai dengan lima hal yaitu individu yakin akan kemampuan mengatasi masalah, merasakan setara dengan orang lain, menerima pujian tanpa rasa malu, menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan dan perilaku yang tidak seluruhnya disetujui masyarakat, mampu memperbaiki dirinya dirinya karena ia sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak disenanginya dan berusaha mengubahkannya.

Melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama diharapkan dapat membantu siswa menemukan konsep dirinya dan dapat mengembangkan kemampuan komunikasi interpersonalnya melalui dinamika kelompok dan melalui kegiatan dalam kelompok. Dalam mengembangkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa dapat melalui layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama yang mana didalamnya terdapat interaksi dan pemberian masukan mengenai masalah siswa serta dapat memiliki konsep diri yang positif, sehingga meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonalnya.

Teknik psikodrama bertujuan agar siswa mampu memperoleh pemahaman

yang lebih baik tentang dirinya, menemukan konsep diri, menyatakan reaksi terhadap tekanan-tekanan yang dialaminya. Permainan peranan merupakan suatu alat belajar yang dapat digunakan untuk menambah kemampuan individu dalam menghadapi situasi yang terjadi "sekarang dan disini" (Romlah, 2013:101). Dalam psikodrama terdapat interaksi yaitu komunikasi antar siswa yang melakukan peran-nya, sehingga terjadi komunikasi setiap peran yang diperankan masing-masing siswa, siswa dilatih berinteraksi melalui kemampuan berbicara atau berdialog antar siswa yang melakukan peran dalam permainan drama. Dalam memainkan peran siswa dituntut untuk melakukan komunikasi dalam memainkan peran. Lewat cara-cara itu konseli di bantu untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal melalui psikodrama.

Langkah-langkah pelaksanaan psikodrama (Romlah, 2013:111) diantaranya:

a. Tahap persiapan (*The warm-up*). Tahap persiapan dilakukan untuk memotivasi anggota kelompok agar mereka siap berpartisipasi secara aktif dalam permainan, menentukan tujuan permainan, menciptakan perasaan aman dan saling percaya pada kelompok.
b. Tahap pelaksanaan (*The action*). Tahap pelaksanaan tediri dari kegiatan dimana pemain utama dan pemain pembantu memperagakan permainannya. Dengan bantuan pemimpin kelompok dan anggota kelompok lain pemeran utama memperagakan masalahnya.
c. Tahap diskusi atau tahap berbagi pendapat dan perasaan (*The sharing*). Dalam tahap diskusi atau tahap bertukar pendapat dan kesan, para anggota kelompok diminta untuk memberikan tanggapan dan sumbangan pikiran terhadap permainan yang dilakukan oleh pemeran utama. Tahap diskusi ini penting karena merupakan rangkaian proses perubahan perilaku pemeran utama kearah keseimbangan pribadi.

II. METODE

Didalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu: Variabel terikat adalah kemampuan komunikasi interpersonal. Variabel bebas adalah teknik psikodrama. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif, karena data dalam penelitian ini diwujudkan dalam bentuk angka-angka untuk mengukurnya menggunakan analisis statistik inferensial karena untuk menganalisis data sampel dan hasilnya diberlakukan untuk populasi (Sugiyono, 2014: 148). Selain itu, penelitian ini

dilakukan untuk menguji hipotesis. Dalam penelitian ini teknik yang diambil adalah teknik penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono (2014:72) berpendapat bahwa "teknik penelitian eksperimen diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang dikendalikan". Desain penelitian ini menggunakan *Pre-Experimentantal Design (nondesigns).* Salah satu bentuk desain dari *Pre-Experimental Design* adalah *The One Group Pretest-Posttest Design*, terdapat pretest sebelum diberi perlakuan, hasil perlakuan dapat diketahui dengan lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa kelas VII di SMPN 2 Gurah yang keseluruhan berjumlah 320 siswa dari kelas VII A-VII H.Pengambilan sampel mengacu pada *Cluster Sampling*. Peneliti memilih teknik *Cluster sampling*, dari populasi daerah ditentukan sampel daerah dengan pemilihan random dari keseluruhan kelas VII, ditulis dalam kertas kecil masing-masing kelas kemudian diambil salah satu kertas dan yang terpilih kelas VII Dsebanyak 40 siswa sebagai sampel penelitian.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian yaitu angket kemampuan komunikasi interpersonal. Kategori jawaban yang digunakan adalah 4 kategori yaitu Sesuai (S), Tidak bisa menentukan dengan pasti (TP), Kurang sesuai (KS), Tidak sesuai (TS). Teknik analisis data dilakukan agar data yang sudah diperoleh dapat dibaca dan ditafsirkan. untuk menganalisis hasil eksperimen yang menggunakan *pre-test* dan *post-test* maka metode analisis data yang digunakan adalah metode analisis Uji t *(t-Test).*

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Hasil dari uji *t-Test* dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Uji *t Test*

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	pretest - posttest	-9.925	7.440	1.176	-12.304	-7.546	-8.437	39	.000

Dari tabel 1 dapat dilihat bahwa harga t sebesar -8,437 dengan tingkat signifikansi = 0,000 dengan *degree of freedom* (df) = 39 pada taraf kepercayaan 95%. Maka dengan t_{hitung} sebesar -8,437 sedangkan t_{tabel} dengan df = 39 dan taraf signifikansi (α) = 0,05 yaitu sebesar 1,684 menyatakan bahwa $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ (-8,437 $\geq$ 1,684) sehingga dapat diambil kesimpulan H_0 ditolak dan H_a yang berbunyi "teknik psikodrama efektif untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas VII SMPN 2 Gurah tahun pelajaran 2016-2017" diterima.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa teknik psikodrama efektif untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas VII SMPN 2 Gurah tahun pelajaran 2016/2017. Berdasarkan simpulan hasil penelitian ini, direkomendasikan kepada guru BK/konselor dapat menjalankan teknik psikodrama sebagai refrensi terbaru tentang perkembangan metode bimbingan kelompok yang tidak akan menjenuhkan bagi siswa, saran bagi peneliti selanjutnya yang akan mengadakan penelitian terkait dengan teknik psikodrama dapat mengkombinasikan dengan teknik-teknik yang ada sehingga dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Harapan, Edi dan Ahmad, Syarwani. 2014. *Komunikasi Antar Pribadi: perilaku Insani dalam organisasi Pendidikan.* Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Prayitno dan Amti, Erman. 2009. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Rakhmat, Jalaluddin. 2004. *Psikologi Komunikasi.* Bandung: Remaja rosdakarya.

Romlah, Tatiek. 2013. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok.* Malang: Universitas Negeri Malang.

Soekanto, Soerjono. 2012. *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta.