

Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Empati Siswa SDN 6 Batusari, Mranggen

Farah Titania Syafika

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, farah_titania@students.unnes.ac.id

Email Korespondensi: farah_titania@students.unnes.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini membahas pengembangan model bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama untuk meningkatkan empati siswa. Penelitian ini menggunakan metode *research and development*. Subjek penelitian adalah siswa SDN 6 Batusari yang berjumlah 10 orang, dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Proses pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama, meliputi tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan penutup yang berjalan berdasarkan rencana pemberian layanan (RPL) yang telah dibuat. Berdasarkan analisis skor, tingkat empati diri subjek penelitian sebelum perlakuan (*pre-test*) adalah 52,3 % dan tingkat empati diri siswa setelah perlakuan (*post-test*) menerapkan bimbingan kelompok teknik sociodrama meningkat menjadi 64% dengan peningkatan 11,7%. Hasil pengujian menggunakan rumus *uji t* dengan menggunakan *software* SPSS versi 29.0.0.0 for windows, nilai signifikansi hitung (*Sig.2-tailed*) yang diperoleh adalah 0,000 pada taraf signifikansi 95 %, dengan nilai signifikansi *hitung* < 0,05. Oleh sebab itu, hipotesis alternative (H_a) diterima, yang menunjukkan bahwa model bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama terbukti mampu meningkatkan empati siswa.

Kata kunci: *Bimbingan Kelompok; Teknik Sociodrama; Empati.*

ABSTRACT

This study discusses the development of Group guidance models with sociodrama techniques to increase student empathy. This research uses research and development methods. Subjects were students of SDN 6 Batusari totaling 10 people selected by purposive sampling technique. The process of providing group guidance services with sociodrama techniques includes the stages of formation, transition, activities, and closing that run based on the service delivery plan (RPL) that has been made. Based on the score analysis, the level of self-empathy of research subjects before treatment (pre-test) was 52.3% and the level of self-empathy of students after treatment (post-test) applying the guidance of sociodrama techniques group increased to 64% with an increase of 11.7%. Test results using the T test formula using software SPSS version 29.0.0.0 for windows, the value of significance count (Sig.2-tailed) obtained is 0.000 at 95% significance level, with a value of significance count <0.05. Therefore, the alternative hypothesis (H_a) is accepted, which shows that group guidance models with sociodrama techniques are proven to increase student empathy.

Keywords: *Group Guidance; Sociodrama Techniques; Empathy.*

PENDAHULUAN

Kasus pengejekan atau pelecehan hingga berujung pada perkelahian sudah sangat umum di kehidupan modern, baik di kalangan anak-anak hingga dewasa. Kasus-kasus ini biasanya berujung pada perkelahian, pada dasarnya disebabkan oleh ketidakpedulian mereka terhadap keadaan teman-teman mereka yang membutuhkan bantuan. Sering terjadi orang-orang dari strata sosial yang lebih tinggi, mereka tidak segan untuk mengejek atau meremehkan teman-teman mereka (Indriasari, 2016). Adanya rasa superioritas atau narsisme yang berlebihan berdampak buruk pada orang lain. Selain hal-hal yang disebutkan sebelumnya, juga didukung oleh fakta bahwa penggunaan media sosial yang tidak sehat dapat menyebabkan kasus pengejekan atau pelecehan menjadi lebih parah lagi. Ketika media sosial digunakan oleh anak-anak tanpa batasan dan tanpa pengawasan dari orang tua atau wali yang dapat mengarahkan mereka, remaja akan terbawa arus negatif ketika terdapat konten pengejekan atau pelecehan yang mereka anggap itu trend sehingga mereka ikuti. Tindakan mengejek dan melecehkan terjadi karena rendahnya empati dalam diri seseorang.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang telah dilakukan di SDN 6 Batusari, diketahui bahwa anak-anak banyak yang saling mengejek antar teman. Anak-anak melakukan secara berkelompok atau geng untuk mengejek temannya di sekolah. Hal yang sering menjadi ejekan seperti nama orang tua, kondisi ekonomi orang tua, bahkan fisik seseorang. Bahkan teman-teman yang lain tidak ada yang peduli akan keadaan teman sekitarnya. Kondisi ini perlu segera diatasi karena hal tersebut menunjukkan rendahnya empati pada siswa di SDN 6 Batusari.

Enjang dalam Indriasari, (2016) menjelaskan empati ialah proses cinta yang paling penting, dan identifikasi dengan seseorang dapat terjadi pada titik tertentu dalam setiap percakapan. Oleh karena itu, sudah seharusnya mengembangkan dan mempertahankan sikap empati dalam interaksi sosial di sosial media dengan teman sebaya dan orang lain. Definisi empati adalah kemampuan untuk memahami perasaan dan pikiran orang lain tanpa kehilangan kontrol atas situasi yang dialami orang lain. Jadi, kita harus secara sadar menjaga pikiran kita terbuka dan tidak bergerak ke satu arah. Pada dasarnya, empati adalah upaya untuk melakukan evaluasi diri dan memperoleh kontrol diri yang positif. Seseorang akan merefleksikan situasi tersebut dalam dirinya jika mereka dapat melihat diri mereka sendiri, baik perasaan, pikiran, atau perilaku. Kita dapat mengembangkan kemampuan evaluasi diri yang baik dan akhirnya memiliki kontrol diri yang baik, berarti kita senantiasa berhati-hati dalam melakukan tindakan atau memahami lingkungan sekitar (Lina, Purnomo, 2019).

Bimbingan kelompok dapat membantu siswa yang sering berkelompok dengan teman sebaya mencontoh atau meniru hal-hal baik yang terjadi dalam kelompok. Bimbingan kelompok ialah lingkungan yang menyenangkan di mana anggota dapat meningkatkan penerimaan diri terhadap orang lain, berbagi ide dan emosi, berlatih perilaku baru, dan bertanggung jawab atas pilihan mereka sendiri. Bimbingan kelompok didefinisikan oleh Gibson (2011) sebagai aktivitas yang dimaksudkan untuk menyediakan kepada orang-orang informasi atau pengalaman yang dapat membantu mereka dalam karier atau meningkatkan pemahaman mereka tentang pendidikan, pertumbuhan pribadi, dan penyesuaian sosial mereka. Bimbingan kelompok ialah aktivitas kelompok yang berfokus pada penyediaan informasi atau pengalaman melalui aktivitas kelompok yang direncanakan dan terorganisir. Bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama sebagai salah satu cara untuk membantu siswa meningkatkan empati di lingkungan sekolah. Wibowo (2005) menjelaskan bimbingan kelompok ialah suatu kegiatan kelompok di mana pimpinan memberikan informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau membantu mereka mencapai tujuan bersama.

Teknik sosiodrama berguna untuk meningkatkan kemampuan berekspresi peserta didik, mendorong kreativitas dan daya imajinasi, dan memberi kesempatan untuk mengalami berbagai jenis perasaan. Usaha untuk memecahkan masalah melalui peragaan, identifikasi masalah, analisis, pemeranan, dan diskusi juga berperan dalam pembelajaran. Peserta didik berinteraksi dengan orang lain melalui peran dan membawakan peran tertentu sesuai dengan tema yang mereka pilih. Setiap pemeranan dapat belajar peran seperti empati, simpati, rasa benci, marah, senang, dan sebagainya selama proses pembelajaran (Arifah, 2019). Diharapkan mereka memiliki sikap dan kemampuan yang diperlukan untuk meningkatkan etika pergaulan. Dinilai apakah teknik sosiodrama dapat meningkatkan etika pergaulan atau tidak.

Keputusan untuk menggunakan sosiodrama didasarkan pada fakta bahwa masalah yang muncul berkaitan dengan masalah sosial yang terjadi dalam hubungan dengan lingkungan sekitar, khususnya lingkungan sekolah. Maka, sosiodrama dianggap sesuai untuk meningkatkan empati siswa. Penelitian yang dilakukan sebelumnya berfokus pada siswa SMP atau SMA, penelitian ini berfokus pada siswa SD. Tujuan penulisan ialah untuk mendapatkan gambaran tentang bagaimana bimbingan kelompok dilaksanakan dan seberapa besar empati siswa di SDN 6 Batusari. Tujuan penelitian ini ialah untuk mengembangkan model bimbingan kelompok dengan pendekatan sosiodrama untuk meningkatkan empati

siswa dan untuk mengetahui seberapa efektif penggunaan metode ini untuk meningkatkan empati siswa.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan *Research and Development (R&D)*. Borg dan Gall (2007) menjelaskan bahwa strategi penelitian dan pengembangan yang efektif untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan adalah dasar untuk menggunakan metode ini. Buku teks, film instruksional, program komputer, metode mengajar, dan berbagai program pendidikan lainnya adalah contoh produk pendidikan yang dapat dihasilkan melalui metode penelitian dan pengembangan. Dalam penelitian ini, proses pengembangan terdiri dari enam tahap: studi pendahuluan, perumusan model hipotetik, uji validitas model hipotetik, perbaikan model hipotetik, uji coba terbatas, dan penyusunan model akhir.

Dalam meningkatkan empati siswa selama uji coba berulang, desain dan pengembangan model bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama digunakan. Uji ahli melibatkan dua pakar dalam layanan bimbingan dan konseling untuk memvalidasi model hipotetik agar menjadi sebuah model yang secara rasional mampu meningkatkan empati siswa. Uji praktisi melibatkan dua praktisi dalam layanan bimbingan dan konseling untuk memvalidasi model hipotetik agar menjadi sebuah model yang praktis dan mudah digunakan pada akhirnya. Namun, ujicoba terbatas akan dilakukan dengan desain eksperimen metode *one group pre-test* dan *post-test design*.

Uji coba melibatkan hanya sepuluh siswa. Penelitian dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, berarti mengambil sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2009). Sebuah pretest diberikan kepada subjek penelitian untuk mengukur empati diri awal pada siswa. Setelah itu, mereka menerima perlakuan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama. Hasil *post-test* dibandingkan untuk mengetahui seberapa baik bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama meningkatkan empati diri siswa. Untuk mengumpulkan data kualitatif, penelitian ini menggunakan pedoman wawancara dengan guru BK, lembar validasi praktisi dan ahli, dan skala psikologis penyesuaian diri siswa untuk mengumpulkan data kuantitatif.

Analisis deskripsi kualitatif dan analisis hasil uji statistik digunakan untuk menganalisis data. Untuk membuktikan hipotesis penelitian ini, penulis menggunakan rumus *t-test* untuk membandingkan tingkat empati diri siswa sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil *uji test*

menunjukkan bahwa model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan empati diri siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terbukti mampu meningkatkan empati siswa. Bimbingan kelompok ialah lingkungan yang menyenangkan di mana anggota dapat meningkatkan empati diri terhadap orang lain, berbagi ide dan perasaan mereka, mendapatkan bantuan alternatif untuk memecahkan masalah dan membuat keputusan yang tepat, dan berlatih perilaku baru dan bertanggung jawab atas keputusan mereka sendiri. Anggota memiliki kesempatan untuk meningkatkan sistem dukungan dengan berteman dengan sesama anggota dan belajar meningkatkan diri dan kepercayaan terhadap orang lain di dalam kelompok.

Pengalaman peneliti sebagai pemimpin kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok yang memanfaatkan teknik sosiodrama untuk meningkatkan empati diri siswa menunjukkan bahwa metode yang digunakan untuk menyediakan layanan peningkatan penyesuaian diri siswa memungkinkan setiap anggota kelompok untuk berpartisipasi secara aktif dalam proses. Mulai dari tahap awal dan berakhir pada tahap akhir. Dengan kondisi ini, pelaksanaan tahapan kegiatan dapat dilakukan dengan efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa. Kesimpulannya adalah bahwa model layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama menawarkan lingkungan belajar di mana siswa dapat melihat topik atau masalah yang mereka hadapi secara langsung, yang meningkatkan penyesuaian diri mereka. Tabel 1 menunjukkan gambaran empati siswa di SDN 6 Bandungrejo sebelum diberikan perlakuan.

Tabel 1 Gambaran Empati Siswa Kelas 6 SDN 6 Batusari, Mranggen, Demak

| No | Klasifikasi | Jumlah Siswa | Prosentase |
|-------|---------------|--------------|------------|
| 1 | Sangat Tinggi | 5 | 3% |
| 2 | Tinggi | 50 | 31% |
| 3 | Rendah | 103 | 63,3% |
| 4 | Sangat Rendah | 4 | 2,5% |
| Total | | 162 | 100% |

Dalam mengetahui seberapa efektif metode sosiodrama untuk bimbingan kelompok dalam meningkatkan empati diri siswa, model ini akan diuji lagi. Uji coba dilakukan di SDN 6 Batusari, Mranggen, Demak selama delapan kali pertemuan. Tugas yang dipilih sebagai

topik uji coba. Tabel 2 menunjukkan peningkatan empati siswa sebelum dan sesudah layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.

Tabel 2 Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*

| Skor rata-rata <i>pre-test</i> | Skor rata-rata <i>post-test</i> |
|--------------------------------|---------------------------------|
| 111,1 | 136,4 |

Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik sosiodrama meningkatkan empati siswa. Uji efektifitas model dilakukan sekaligus untuk menjawab hipotesis penelitian dengan membandingkan skor *pre-test* dan *post-test* menggunakan T-test. Ini dilakukan dengan menggunakan program bantuan SPSS versi 29.0.0.0 *for windows*. Hipotesis alternatif (H_a), yang menyatakan bahwa model bimbingan kelompok yang menggunakan metode sosiodrama yang efektif dapat meningkatkan kemampuan empati siswa, digunakan sebagai metodologi yang digunakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, pada taraf signifikansi 95%, nilai signifikansi hitung (*Sig.2-tailed*) adalah 0,000, dan karena nilai signifikansi hitung kurang dari 0,05, hipotesis alternatif (H_a) diterima. Ini menunjukkan bahwa model bimbingan kelompok yang menggunakan teknik sosiodrama dapat membantu siswa lebih berempati kepada teman sebaya.

KESIMPULAN

Berdasarkan maraknya anak-anak yang suka mengejek dan melecehkan temannya sebagai akibat dari rendahnya empati siswa. Gambaran empati siswa kelas 5 SDN 6 Batusari yang sebelumnya rata-rata berada pada kategori rendah dengan prosentase persebaran, diantaranya: sangat tinggi (3%), tinggi (31%), rendah (63,5%), dan sangat rendah (2,5%), atau meningkat setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan empati siswa yang merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada para siswa dalam memanfaatkan dinamika kelompok untuk meningkatkan empati diri mereka secara optimal melalui aktivitas yang menyenangkan dalam situasi yang menyerupai kehidupan nyata yang terdiri dari tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran.

DAFTAR PUSTAKA

Indriasari, E. (2016). Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Pada Siswa Kelas XI IPS 3 SMA 2 Kudus

- Tahun Ajaran 2014/2015. Universitas Muria Kudus: Jurnal Konseling GUSJIGANG Vol. 2, No. 2, 2016 ISSN 2460-1187.
- Lina, Purnomo. (2019). Membangun Empati Siswa Melalui Sosiodrama Pada Materi Konflik Sosial Kelas VIII C SMP LAB UM. Universitas Negeri Malang: JTP2IPS (2019) volume 4 hal 7-14, No.1, 2019, ISSN 2503-5307.
- Arifah, N Istiyani. (2019). Efektifitas Teknik Sosiodrama Dalam Meningkatkan Etika Pergaulan Pada Peserta Didik Kelas XI di SMA N 1 Kota Mungkid. Universitas Negeri Yogyakarta: Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Volume. 5 Nomer 7, Juli 2019.
- Gibson, R.L. dan M.H. Mitchell. (2011). Bimbingan dan Konseling. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Diterjemahkan dari Introduction to Counseling and Guidance. First Publisher 2008 by Pearson Prentice Hall. Pearson Education, Inc, Upper Saddle River, New Jersey.
- Wibowo, M.E, (2005). Konseling Kelompok Perkembangan.Semarang: Unnes Press.
- Borg, W.R dan Gall, M.D. (2007). Educational Research, an Introduction Fourth Edition. New York: Logman. Inc.
- Sugiyono. (2009). Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R &D. Bandung: Alfabeta.