

Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa di Kelas X Perbankan SMK Pondok Pesantren Abu Manshur Cirebon

Mahmudah, Dewi Apriliani, Elin Maulida Rahmawati, Lela Nurlaila, Aep Saepuloh

Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon
mahmudah@unucirebon.ac.id

Article History

accepted 1/10/2024

approved 1/11/2024

published 30/12/2024

Abstract

This study aims to examine the effect of group counseling on improving the social skills of 10th-grade Banking students at SMK Pondok Pesantren Abu Manshur. The research employed a quantitative approach using a one-group pre-test post-test design. The sample consisted of eight students selected through purposive sampling, divided into two groups: an experimental group and a control group. The experimental group received treatment in the form of group counseling using discussion techniques. Normality tests showed that data from both groups were normally distributed, with Shapiro-Wilk significance values of 0.900 (control) and 0.532 (experimental). The results indicated an improvement in social skills in both groups, with a more significant increase observed in the experimental group. The experimental group's average pre-test score was 66.5, which rose to 95 in the post-test. These findings suggest that group counseling is effective in enhancing students' social skills.

Keywords: Social Skills, Group Counseling

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa kelas X Perbankan di SMK Pondok Pesantren Abu Manshur. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain *one group pre-test post-test*. Sampel terdiri dari 8 siswa yang dipilih secara *purposive* dan dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik diskusi. Uji normalitas menunjukkan bahwa data dari kedua kelompok berdistribusi normal, dengan nilai signifikansi Shapiro-Wilk masing-masing sebesar 0,900 (kontrol) dan 0,532 (eksperimen). Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan keterampilan sosial baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol, namun peningkatan pada kelompok eksperimen lebih signifikan. Skor rata-rata pretest pada kelompok eksperimen adalah 66,5 meningkat menjadi 95 pada posttest. Hasil ini menunjukkan bahwa konseling kelompok efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa.

Kata kunci: Keterampilan Sosial, Konseling Kelompok



PENDAHULUAN

Manusia tidak dapat hidup sendiri dan selalu membutuhkan orang lain dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Interaksi sosial menjadi bagian penting dari kehidupan individu, termasuk bagi siswa yang sedang berada dalam fase perkembangan sosial yang intens (Hurlock, 2011). Siswa perlu membangun hubungan yang harmonis dengan teman sebaya agar tercipta lingkungan sosial yang sehat dan mendukung, serta mampu menampilkan perilaku prososial dalam pergaulannya (Ulfa, 2019). Sikap sosial sendiri merupakan respons emosional yang dapat bersifat positif maupun negatif terhadap suatu objek sosial. Menurut Ahmadi, sikap adalah komponen penting dalam menentukan perilaku seseorang yang terus berkembang dan dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal (Rismi, 2022). Dalam lingkungan sekolah, siswa berinteraksi dalam berbagai situasi sosial yang mendorong terbentuknya hubungan interpersonal yang kompleks seiring bertambahnya usia dan kebutuhan sosial mereka (Santrock, 2011).

Pada masa remaja, individu tidak hanya membutuhkan dukungan untuk kepentingan pribadi, tetapi juga berperan aktif dalam kehidupan sosial masyarakat. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk memiliki kemampuan berpikir dan bertindak sesuai dengan norma sosial yang berlaku, demi menciptakan interaksi sosial yang sehat dan bermakna (Papalia et al., 2008). Konseling kelompok hadir sebagai layanan bimbingan yang dirancang untuk membantu siswa dalam mengembangkan aspek emosional, kognitif, dan sosial melalui proses diskusi yang intensif dalam dinamika kelompok. Melalui kegiatan ini, siswa dapat mengemukakan ide, memperluas wawasan, dan membangun rasa percaya diri (Li et al., 2019). Diskusi kelompok juga memberi ruang bagi siswa untuk berlatih menyampaikan pendapat dan bekerja sama dalam menyelesaikan masalah, sehingga mendukung perkembangan keterampilan sosial mereka (Usman, 2010).

Kurangnya kemampuan bersosialisasi sering kali menjadi penyebab rendahnya kepercayaan diri siswa. Padahal, kemampuan berinteraksi dengan orang lain sangat penting dalam kehidupan sehari-hari dan dalam membentuk hubungan sosial yang sehat (Sarwono, 2012). Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh layanan konseling kelompok terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa kelas X Perbankan di SMK Pondok Pesantren Abu Manshur. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi praktis bagi pelaksanaan layanan konseling di sekolah serta menjadi referensi ilmiah dalam pengembangan teori dan praktik konseling kelompok di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu suatu pendekatan yang mengandalkan data berupa angka atau bilangan seperti skor, frekuensi, atau peringkat, yang kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk menguji hipotesis yang bersifat spesifik serta memprediksi hubungan antar variabel dalam suatu konteks penelitian tertentu (Sudaryana, 2017). Pendekatan kuantitatif juga didasarkan pada paradigma postpositivistik, yang menekankan pada pengujian teori melalui observasi dan pengukuran terhadap realitas objektif, serta mengandalkan prosedur sistematis dan logis dalam proses penelitian (Samsu, 2017). Secara lebih spesifik, penelitian ini menggunakan desain *pre-test post-test control group* yang dijabarkan pada tabel berikut.

Tabel 1. Pre-test Post-test Control Group Design

<i>Treatment Group</i>	R	O1	X1	O2
<i>Control Group</i>	R	O1	X2	O2

Dalam desain ini, dua kelompok dibentuk: kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok diberikan pre-test untuk mengetahui kondisi awal keterampilan

sosial siswa. Kelompok eksperimen kemudian diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi, sementara kelompok kontrol tidak mendapatkan perlakuan tersebut. Setelah perlakuan diberikan, kedua kelompok kembali diberikan post-test untuk mengetahui perubahan yang terjadi. Desain ini memungkinkan peneliti membandingkan perbedaan hasil antara sebelum dan sesudah perlakuan, serta membedakan hasil antar kelompok, sehingga hasil penelitian menjadi lebih objektif dan valid (Sugiyono, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konseling dan Keterampilan Sosial

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa kelas X di SMK Pondok Pesantren Abu Manshur.

Tabel 2. Perbandingan *Pre-test*, *Post-test*, dan *Gain Score*

Kelompok Eksperimen				Kelompok Kontrol			
No	Pre-test	Posttest	Gain Score	No	Pre-test	Posttest	Gain Score
1	62	94	32	1	80	100	20
2	77	93	16	2	82	104	22
3	60	96	36	3	85	105	20
4	71	104	33	4	86	108	22
Mean	66,5	95	32,5	Mean	83,5	104,5	21

Berdasarkan data pada Tabel 2, diketahui bahwa baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol mengalami peningkatan keterampilan sosial antara pre-test dan post-test. Namun, kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan yang lebih signifikan, dengan rata-rata *gain score* sebesar 32,5, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya mengalami *gain score* sebesar 21. Hal ini menunjukkan bahwa perlakuan berupa layanan konseling kelompok berbasis diskusi memiliki pengaruh yang lebih kuat dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa dibandingkan perlakuan yang diberikan pada kelompok kontrol. Teknik diskusi dalam konseling kelompok terbukti memberikan ruang kepada siswa untuk berlatih keterampilan sosial seperti komunikasi, empati, kerja sama, dan penyelesaian konflik merupakan komponen penting dalam perkembangan sosial remaja (Azwar, 2002; Goleman, 2000).

Hasil temuan ini sejalan dengan teori Corey (2013), yang menjelaskan bahwa konseling kelompok mampu mendorong keterbukaan emosional, pengembangan wawasan interpersonal, dan peningkatan keterampilan sosial melalui dinamika kelompok yang intens. Dalam situasi kelompok, siswa belajar dari pengalaman orang lain, berlatih menyampaikan gagasan, mendengarkan, dan merespons secara konstruktif. Proses ini tidak hanya meningkatkan kepercayaan diri, tetapi juga membentuk perilaku sosial yang adaptif dan positif.

Penelitian ini konsisten dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2021), yang menemukan bahwa konseling kelompok dengan teknik diskusi dapat meningkatkan kemampuan komunikasi dan interaksi sosial siswa SMA secara signifikan. Penelitian lain oleh Marlina & Rahayu (2020) juga menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok efektif dalam menurunkan perilaku menarik diri dan meningkatkan keterampilan sosial siswa yang sebelumnya cenderung pasif dalam pergaulan. Selain itu, penelitian oleh Nurjanah (2022) di sekolah berbasis pesantren juga memperkuat hasil ini. Ia menemukan bahwa konseling kelompok mampu meningkatkan rasa tanggung jawab sosial dan keterlibatan aktif siswa dalam kegiatan kolektif. Hal ini

sangat relevan dengan konteks SMK Pondok Pesantren Abu Manshur, yang menekankan nilai-nilai kebersamaan dan interaksi antar siswa.

Implikasi Temuan

Temuan ini memiliki implikasi praktis yang penting. Pertama, konselor sekolah dapat menjadikan teknik diskusi sebagai bagian utama dalam pelaksanaan konseling kelompok, terutama untuk mengembangkan keterampilan sosial siswa. Kedua, sekolah dapat mengintegrasikan pendekatan ini dalam program layanan bimbingan dan konseling secara sistematis dan berkelanjutan. Ketiga, hasil ini memperkuat pentingnya pemberian layanan konseling kelompok sebagai bentuk intervensi sosial-emosional yang efektif bagi remaja.

Peningkatan skor yang signifikan pada kelompok eksperimen juga didukung oleh data awal dari angket keterampilan sosial, wawancara guru BK, dan observasi lapangan, yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sebelumnya memiliki keterampilan sosial yang masih rendah. Setelah mengikuti program konseling kelompok, mereka menunjukkan perubahan positif dalam cara berinteraksi dengan teman sebaya, keberanian menyampaikan pendapat, serta kemampuan bekerja sama dalam kelompok.

SIMPULAN

Pemberian layanan konseling kelompok menggunakan teknik diskusi memiliki dampak positif terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa di SMK Pondok Pesantren Abu Manshur. Bukti peningkatan tersebut terlihat dari skor N-Gain yang menunjukkan adanya kenaikan nilai keterampilan sosial siswa setelah mengikuti program konseling. Rata-rata skor pretest kelompok eksperimen sebesar 66,5, sedangkan kelompok kontrol sebesar 95. Setelah mendapatkan perlakuan, rata-rata skor posttest meningkat menjadi 83,5 pada kelompok eksperimen dan 104,5 pada kelompok kontrol. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan diskusi berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa, baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Secara umum, layanan ini terbukti efektif dalam mendukung perkembangan sosial siswa di lingkungan sekolah berbasis pesantren.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, W. (2021). Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Diskusi terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(2), 112–124.
- Azwar, S. (2002). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Group Counseling* (8th ed.). Belmont: Brooks/Cole.
- Goleman, D. (2000). *Emotional Intelligence*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- li, A., Suherman, A., & Nurhayati, T. (2019). *Bimbingan Kelompok dalam Pengembangan Keterampilan Sosial Siswa*. *Jurnal Konseling*.
- Marlina, N., & Rahayu, E. (2020). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Keterampilan Interpersonal Siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(1), 45–53.
- Nurjanah, A. (2022). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok terhadap Peningkatan Tanggung Jawab Sosial Siswa di Pesantren. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 8(1), 33–42.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development*. McGraw-Hill.
- Rismi, N. (2022). *Psikologi Sosial dan Perilaku Remaja*. Deepublish.

Santrock, J. W. (2011). *Adolescence* (13th ed.). McGraw-Hill.

Sarwono, S. W. (2012). *Psikologi Remaja*. Rajawali Pers.

Ulfa, R. (2019). Peran Sikap Prosocial dalam Interaksi Sosial Siswa. *Jurnal Pendidikan Karakter*.

Usman, M. U. (2010). *Menjadi Guru Profesional*. Remaja Rosdakarya.