

Efektivitas Sosiodrama untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal dan Kepercayaan Diri Siswa SMA

Rosita Dyah Primanti¹, Mudaris Muslim¹, Ulya Makhmudah¹

¹Prodi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sebelas Maret, Jl. Ir.Sutami 36A,
Kota Surakarta, Jawa Tengah
e-mail: primanti.rositadyah@gmail.com

Abstract: *This study aims to test the effectiveness of sociodrama techniques in improving students' interpersonal communication and self-confidence. This research uses the Quasi-Experimental Design method with a Nonequivalent Control Group Design. This study consisted of an experimental group and a control group. Subjects totaling 64 students were selected using the purposive sampling technique, divided into 32 students as the experimental group and 32 students as the control group—data collection techniques using interpersonal communication questionnaires and self-confidence questionnaires. Data analysis used Mann Whitney and Descriptive Analysis Techniques. This study concludes that sociodrama techniques effectively improve students' interpersonal communication and self-confidence, and sociodrama techniques are more effective in increasing students' independence. self-confidence compared to interpersonal communication of students.*

Keywords: *Interpersonal Communication, Confidence, Sociodrama.*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan teknik sosiodrama dalam meningkatkan komunikasi interpersonal dan rasa percaya diri siswa. Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Experimental Design* dengan *Nonequivalent Control Group Design*. Penelitian ini terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Subjek berjumlah 64 siswa dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yang terbagi menjadi 32 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 32 siswa sebagai kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data menggunakan angket komunikasi interpersonal dan angket kepercayaan diri. Analisis data menggunakan uji Mann Whitney dan Teknik Analisis Deskriptif. Kesimpulan dari penelitian ini adalah teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri siswa, serta teknik sosiodrama lebih efektif untuk meningkatkan kemandirian siswa. Kepercayaan diri dibandingkan dengan komunikasi interpersonal siswa.

Kata Kunci: Komunikasi Interpersonal, Percaya Diri, Sosiodrama.

PENDAHULUAN

Peserta didik SMA yang berada pada usia remaja, di dalam lingkungan sekolah memerlukan kemampuan untuk berinteraksi dengan pelaku pendidikan lain seperti kepala sekolah, guru, bahkan dengan peserta didik lainnya. Salah satu hal yang memudahkan setiap individu dalam berinteraksi dengan individu lainnya yaitu dengan berkomunikasi. Komunikasi dapat dilakukan secara verbal dan non verbal. Komunikasi antar individu dapat disebut juga sebagai komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal biasanya dilakukan dengan tatap muka pada lawan



bicaranya. Hardjana (Suranto, 2011) berpendapat bahwa komunikasi interpersonal adalah interaksi tatap muka antara dua orang atau beberapa orang, dimana pengirim menyampaikan pesan secara langsung, dan penerima pesan dapat menerima dan menanggapi secara langsung pula”. Purnomo dan Harmiyanto (2016) pada penelitiannya menyebutkan bahwa terdapat peserta didik yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang rendah terutama dengan teman lawan jenis. Disebutkan bahwa muncul perasaan cemas, takut akan tanggapan negatif dari teman menjadikan interaksi dengan teman menjadi terhambat dan sulit untuk berbicara secara langsung pada teman yang ingin dituju. Permasalahan seperti ini biasanya muncul pada peserta didik baru yang masih merasa sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan sekolah yang baru dan lingkungan pertemanan yang baru pula.

Selain kemampuan komunikasi interpersonal yang rendah, permasalahan lain yang ditemukan oleh peserta didik baru yaitu kepercayaan diri. Rohayati (2011) dalam penelitiannya menyatakan bahwa “Salah satu aspek peserta didik yang perlu diperhatikan adalah percaya diri, yang merupakan modal dalam kehidupan yang perlu ditumbuhkan pada diri peserta didik agar kelak mejadi manusia yang mampu mengarahkan tujuan menuju keberhasilan”. Percaya diri termasuk salah satu aspek kepribadian yang penting dalam kehidupan manusia. Kepercayaan diri yang baik akan memberi dampak yang baik pada pembawaan diri individu. Kepercayaan diri seseorang tidaklah muncul begitu saja melainkan ada beberapa pihak yang memberi dukungan sehingga pada diri individu tersebut tumbuh kepercayaan diri. Menurut Nastiti (Purnomo dan Harmiyanto, 2016) “Dukungan yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri remaja adalah dukungan yang diberikan secara verbal, yaitu dengan komunikasi, maupun secara non-verbal, yaitu dengan memfasilitasi kebutuhan remaja.”

Berdasarkan hasil wawancara guru bimbingan dan konseling dikatakan bahwa komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri merupakan masalah yang sering ditemukan pada peserta didik kelas X dikarenakan masih dalam tahap pengenalan dengan lingkungan sekolah yang baru. Berdasarkan pengamatan langsung peneliti, ditemukan peserta didik lebih memilih untuk menggunakan jam-jam kosong atau saat istirahat mereka untuk menyendiri dibandingkan bersosialisasi dengan peserta didik lainnya. Oleh karena itu kemampuan komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri merupakan hal yang masih rendah dimiliki bagi peserta didik. Apabila peserta didik memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang kurang maka akibat yang ditimbulkan yaitu peserta didik akan mengalami kecemasan dalam berkomunikasi, menarik diri dari pergaulan, sulit beradaptasi dengan lingkungan sekitar, serta mengalami kesulitan ketika berkomunikasi dengan orang baru. Di sisi lain dengan kepercayaan diri yang baik peserta didik dapat mengembangkan dirinya dengan lebih baik. Tanpa adanya kepercayaan diri atau kepercayaan diri yang rendah, peserta didik menjadi tidak berani mengungkapkan pendapatnya,

kemampuan berpikir mandiri yang kurang, serta menjadi pribadi yang tertutup dan pendiam. Hal-hal yang disebutkan tersebut sesuai dengan fakta-fakta berikut ini.

Fakta yang pertama didapatkan dari penelitian sebelumnya yaitu Wicaksono (2013) diketahui terdapat 7 peserta didik yang memiliki kemampuan komunikasi yang rendah dengan ciri-ciri yaitu perilaku pasif ketika diskusi dan tanya jawab, tidak bersikap terbuka ketika berkomunikasi, serta enggan menerima saran dan kritik dari teman yang lain. Setelah diberikan *treatment* berupa teknik bermain peran terdapat peningkatan skor kemampuan komunikasi interpersonal pada 7 peserta didik tersebut. Fakta kedua didapatkan dari penelitian sebelumnya yaitu Fitri, dkk (2018) dapat disimpulkan adanya hubungan positif antara keyakinan pada kemampuan individu, optimis, objektif, tanggung jawab, rasional dan realistis dengan kepercayaan diri remaja.

Agar peserta didik dapat kembali aktif melakukan komunikasi interpersonal dan memiliki kepercayaan diri yang baik, maka peneliti memiliki gagasan untuk menggunakan teknik sosiodrama. Salah satu teknik *role playing* dalam bimbingan kelompok yang merupakan metode layanan dengan cara mempertunjukkan kepada peserta didik tentang masalah-masalah hubungan sosial, untuk mencapai tujuan pemberian layanan tersebut. Masalah hubungan sosial tersebut didramatisasikan oleh peserta didik dibawah pimpinan guru BK. Melalui metode ini guru BK ingin mengajarkan cara-cara bertingkah laku dalam hubungan antara sesama. Dalam teknik sosiodrama, peserta didik akan melatih kemampuan komunikasi interpersonalnya dengan bermain peran atau *role playing* yang mana peserta didik menempatkan diri dalam suatu situasi sosial. Menurut Prisnawati (2016) teknik sosiodrama adalah “Suatu cara dalam bimbingan belajar yang memberikan kesempatan pada murid-murid untuk mendramatisasikan sikap, tingkah laku atau penghayatan seseorang seperti yang dilakukan dalam hubungan sosial sehari-hari di masyarakat”.

Keefektifan teknik sosiodrama telah diuji pada beberapa variabel, diantaranya penelitian sebelumnya yaitu Nursafitri (2013) dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif meningkatkan kemampuan hubungan interpersonal peserta didik. Prisnawati (2016) mendapatkan hasil yaitu teknik sosiodrama efektif meningkatkan kepercayaan diri peserta didik serta peserta didik dapat memahami tentang arti percaya diri dan pentingnya kepercayaan diri bagi kehidupan.

METODE

Penelitian ini menggunakan *Quasi Experimental Design* dengan bentuk *Non Equivalent Control Group Design*, alasan penggunaan rancangan penelitian dikarenakan penelitian eksperimen sungguhan tidak dapat dilakukan karena tidak adanya randomisasi baik dalam pemilihan subjek maupun pemberian perlakuan terhadap kelompok. Rancangan ini memiliki dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen dan

kelompok kontrol diberikan *pretest* yang bertujuan untuk mengetahui tingkat komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri peserta didik sebelum diberikan *treatment*. Kelompok eksperimen diberikan *treatment* sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan *treatment*.

Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas X MIPA sebanyak 64 peserta didik yang dibagi menjadi 32 peserta didik kelompok eksperimen dan 32 peserta didik kelompok kontrol. Subjek penelitian dipilih dengan menggunakan *cluster random sampling* yaitu dengan cara melakukan pengacakan menggunakan lintingan kertas yang mewakili masing-masing kelas kemudian diambil dua secara acak. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa angket. Bentuk item angket yang digunakan pada penelitian ini yaitu bentuk skala berkutup tunggal (*unipolar*) yang menggunakan angka skala 1-5 yang kemudian dimodifikasi menjadi skala 1-4, yang mana angka 1 menunjukkan skor terendah dan angka 4 menunjukkan skor tertinggi. Pertimbangan memodifikasi yaitu untuk menghindari adanya kecenderungan untuk memilih nilai tengah yang menjadi kerancuan dalam penilaian. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan skor rata-rata antara dua kelompok yang tidak berpasangan atau independen yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Data pada penelitian ini diasumsikan bahwa tidak berdistribusi normal, maka teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu dengan teknik analisis non parametrik uji *Mann Whitney* serta menggunakan teknik Analisis Deskriptif.

HASIL

Data Pretest

Data *pretest* merupakan data yang menunjukkan tentang kondisi awal peserta didik baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol sebelum dilaksanakannya *treatment*. Data *pretest* diperoleh melalui angket komunikasi interpersonal dan angket kepercayaan diri yang diberikan kepada subjek penelitian. Subjek penelitian sebanyak 64 peserta didik yang kemudian dibagi menjadi 32 peserta didik sebagai kelompok eksperimen dan 32 peserta didik sebagai kelompok kontrol. Subjek penelitian dipilih dengan cara melakukan pengacakan menggunakan lintingan kertas yang mewakili masing-masing kelas kemudian diambil secara acak. Kelompok eksperimen diberikan *treatment* yaitu teknik sosiodrama sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan *treatment*. Berdasarkan data *pretest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang berupa pemberian angket komunikasi interpersonal dapat disajikan dalam bentuk table deskripsi statistik seperti tabel 1.

Berdasarkan tabel 1. dapat dilihat bahwa N menunjukkan jumlah subjek yang diberikan *pretest* yaitu 32 dari kelompok eksperimen dan 32 subjek dari kelompok kontrol. *Mean* menunjukkan rata-rata skor *pretest* yang diperoleh kelompok eksperimen yaitu 141,75 sedangkan

kelompok kontrol yaitu 138,34. *Std. Deviation* (standar deviasi) data *pretest* dalam kelompok eksperimen yaitu 11,75 sedangkan kelompok kontrol yaitu 13,80.

Tabel 1. Deskripsi Statistik Skor *Pretest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

	<i>Pretest</i> Eksperimen	<i>Pretest</i> Kontrol
<i>Mean</i>	141,75	138,34
<i>Std. Deviation</i>	11,75	13,80
<i>Range</i>	49	66
<i>Minimum</i>	114	98
<i>Maximum</i>	163	164

Range dari *pretest* yang diberikan pada kelompok eksperimen yaitu 49 sedangkan *range* yang diperoleh dari *pretest* yang diberikan pada kelompok kontrol yaitu 66. *Minimum* dari *pretest* yang diperoleh kelompok eksperimen yaitu 114 sedangkan skor terendah dari *pretest* yang diperoleh kelompok kontrol yaitu 98. *Maximum* dari *pretest* yang diperoleh kelompok eksperimen yaitu 163 sedangkan skor maksimal dari *pretest* yang diperoleh kelompok kontrol yaitu 164.

Data *pretest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang berupa pemberian angket kepercayaan diri dapat disajikan dalam bentuk tabel deskripsi statistik seperti Tabel 2.

Tabel 2. Deskripsi Statistik Skor *Pretest* Eksperimen dan Kelompok Kontrol

	<i>Pretest</i> Eksperimen	<i>Pretest</i> Kontrol
<i>Mean</i>	140,56	135,69
<i>Std. Deviation</i>	12,7	11,46
<i>Range</i>	42	40
<i>Minimum</i>	121	119
<i>Maximum</i>	163	159

Tabel 2 menunjukkan bahwa *mean* skor *pretest* yang diperoleh kelompok eksperimen yaitu 140,56 sedangkan kelompok kontrol yaitu 135,69. *Std. Deviation* (standar deviasi) data *pretest* dalam kelompok eksperimen yaitu 12,27 sedangkan kelompok kontrol yaitu 11,46. *Range* dari *pretest* yang diberikan pada kelompok eksperimen yaitu 42 sedangkan *range* yang diperoleh dari *pretest* yang diberikan pada kelompok kontrol yaitu 40. *Minimum* dari *pretest* yang diperoleh kelompok eksperimen yaitu 121 sedangkan skor terendah dari *pretest* yang diperoleh kelompok kontrol yaitu 119. *Maximum* dari *pretest* yang diperoleh kelompok eksperimen yaitu 163 sedangkan skor maksimal dari *pretest* yang diperoleh kelompok kontrol yaitu 159. Data *pretest* kepercayaan diri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang dapat dilihat pada Tabel 3.

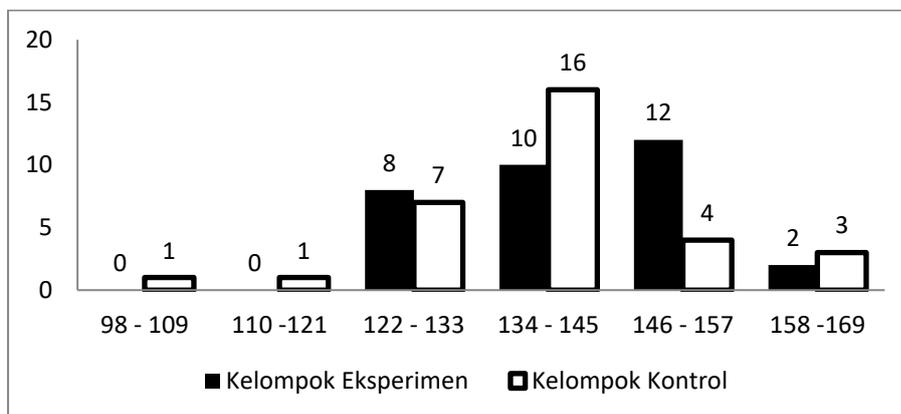
Berdasarkan tabel 4. dapat dilihat pengelompokan data *pretest* komunikasi interpersonal kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang disusun dalam interval yang memiliki sejumlah frekuensi tertentu. Frekuensi skor *pretest* kelompok eksperimen paling banyak terletak

pada interval 135-142 sedangkan frekuensi skor *pretest* kelompok kontrol paling banyak terletak pada interval 127-134.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Skor *Pretest* Eksperimen dan Kelompok Kontrol

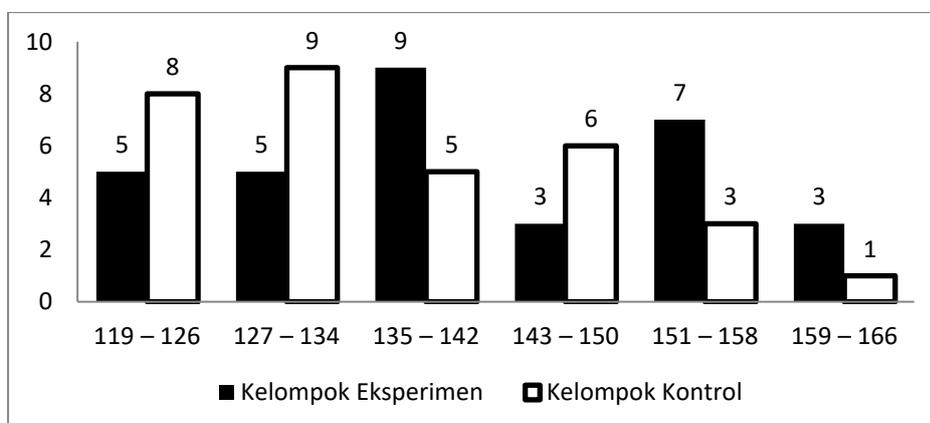
Interval	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
119 – 126	5	15,6	8	25
127 – 134	5	15,6	9	28,1
135 – 142	9	28,1	5	15,6
143 – 150	3	9,4	6	18,8
151 – 158	7	21,9	3	9,4
159 – 166	3	9,4	1	3,1
Jumlah	32	100,0	32	100,0

Berdasarkan data *pretest* komunikasi interpersonal kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang disajikan pada tabel 3. maka dapat digambarkan dalam bentuk grafik histogram yang dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Histogram Skor *Pretest* Komunikasi Interpersonal Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Berdasarkan data *pretest* kepercayaan diri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang disajikan pada tabel 4. maka dapat digambarkan dalam bentuk grafik histogram yang dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Histogram Skor *Pretest* Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Data Posttest

Data *posttest* merupakan data yang menyajikan kondisi akhir peserta didik baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol setelah dilaksanakannya *treatment*. Data *posttest* dalam penelitian ini diperoleh dari angket komunikasi interpersonal dan angket kepercayaan diri yang diberikan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Deskripsi statistik dari *posttest* yang berupa pemberian angket komunikasi interpersonal pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat disajikan pada tabel 4.

Tabel 4. Deskripsi Statistik Skor *Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

	<i>Posttest</i> Eksperimen	<i>Posttest</i> Kontrol
<i>Mean</i>	146.91	136.88
<i>Std. Deviation</i>	12.16	11.82
<i>Range</i>	54	56
<i>Minimum</i>	115	101
<i>Maximum</i>	169	157

Berdasarkan tabel 4, dapat diketahui bahwa jumlah subjek yang diberikan untuk *posttest* yaitu 32 subjek dari kelompok eksperimen dan 32 subjek dari kelompok kontrol. *Mean* skor *posttest* dari kelompok eksperimen yaitu 146,91 sedangkan kelompok kontrol yaitu 136,88. *Std. deviation* atau standar deviasi data *posttest* kelompok eksperimen adalah 12,16 sedangkan kelompok kontrol yaitu 11,82. *Range* dari kelompok eksperimen yaitu 54 sedangkan kelompok kontrol 56. *Minimum* atau skor terendah dari *posttest* kelompok eksperimen yaitu 115 sedangkan kelompok kontrol 101. *Maximum* yang diperoleh kelompok eksperimen yaitu 169 sedangkan kelompok kontrol 157. Data *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang berupa pemberian angket kepercayaan diri dapat disajikan dalam bentuk tabel deskripsi statistik seperti tabel 5.

Tabel 5. Deskripsi Statistik Skor *Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

	<i>Posttest</i> Eksperimen	<i>Posttest</i> Kontrol
<i>Mean</i>	147.19	136.72
<i>Std. Deviation</i>	12.26	11.70
<i>Range</i>	42	46
<i>Minimum</i>	126	110
<i>Maximum</i>	168	156

Berdasarkan tabel 5, dapat diketahui bahwa jumlah subjek yang diberikan untuk *posttest* yaitu 32 subjek dari kelompok eksperimen dan 32 subjek dari kelompok kontrol. *Mean* skor *posttest* dari kelompok eksperimen yaitu 147,19 sedangkan kelompok kontrol yaitu 136,72. *Std. deviation* atau standar deviasi data *posttest* kelompok eksperimen adalah 12,26 sedangkan kelompok kontrol yaitu 11,70. *Range* dari kelompok eksperimen yaitu 42 sedangkan kelompok

kontrol 46 . *Minimum* atau skor terendah dari *posttest* kelompok eksperimen yaitu 126 sedangkan kelompok kontrol 110. *Maximum* yang diperoleh kelompok eksperimen yaitu 168 sedangkan kelompok kontrol 156. Data yang diperoleh dari pelaksanaan *posttest* yang diberikan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi seperti tabel 6.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Skor *Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Interval	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
101 – 112	0	0	1	3,1
113 – 124	1	3,1	4	12,5
125 – 136	5	15,6	11	34,4
137 – 148	11	34,4	11	34,4
149 – 160	11	34,4	5	15,6
161 – 172	4	12,5	0	0
Jumlah	32	100,0	32	100,0

Berdasarkan tabel 6. dapat dilihat frekuensi skor *posttest* kelompok eksperimen paling banyak terletak pada interval 137-148 dan 149-160 sedangkan kelompok kontrol paling banyak terletak pada interval 125-136 dan 137-148. Data yang diperoleh dari pelaksanaan *posttest* yang diberikan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi seperti tabel 7.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Skor *Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Interval	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
110 – 120	0	0	3	9,4
121 – 131	4	12,5	9	28,1
132 – 142	8	25	6	18,7
143 – 153	8	25	11	34,4
154 – 164	9	28,1	3	9,4
165 – 175	3	9,4	0	0
Jumlah	32	100,0	32	100%

Berdasarkan tabel 8. dapat dilihat frekuensi skor *posttest* kelompok eksperimen paling banyak terletak pada interval 154-164 sedangkan frekuensi skor *posttest* kelompok kontrol paling banyak terletak pada interval 143-153.

Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk menguji diteria atau tidaknya pernyataan yang dikemukakan dalam perumusan hipotesis. Hipotesis diterima apabila data yang diperoleh dalam penelitian mendukung pernyataan tersebut, sebaliknya hipotesis ditolak apabila data penelitian

tidak mendukung pernyataan tersebut. Pengujian hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis non parametrik uji *Mann Whitney* dengan bantuan IBM SPSS *Statistic* versi 20. Uji *Mann Whitney* bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan skor *pretest* dan skor *posttest* komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil uji *Mann Whitney* skor *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat disajikan sebagai berikut.

Uji Mann Whitney Skor Pretest Komunikasi Interpersonal

Uji *Mann Whitney* dilakukan pada hasil *pretest* yang diperoleh kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan skor *pretest* komunikasi interpersonal kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dilaksanakan *treatment*. Hasil uji *Mann Whitney* dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8. Uji Mann Whitney Skor Pretest Komunikasi Interpersonal

Uji	Skor
<i>Mann-Whitney U</i>	439.000
<i>Wilcoxon W</i>	967.000
<i>Z</i>	-0.981
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0.327

Berdasarkan tabel 8, diketahui bahwa nilai signifikansi atau *sig. (2-tailed)* $0,327 > 0,05$. Dengan demikian, hipotesis ditolak yang berarti bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dilaksanakan *treatment*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa antara peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki komunikasi interpersonal yang sama.

Uji Mann Whitney Skor Posttest Komunikasi Interpersonal

Uji *Mann Whitney* dilakukan pada hasil *posttest* yang diperoleh kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan skor *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah dilaksanakan *treatment*. Hasil uji *Mann Whitney posttest* komunikasi interpersonal kelompok eksperimen dan kelompok kontrol secara lebih jelas dapat dilihat pada tabel 9.

Tabel 9. Uji Mann Whitney Skor Posttest Komunikasi Interpersonal

Uji	Skor
<i>Mann-Whitney U</i>	276.000
<i>Wilcoxon W</i>	804.000
<i>Z</i>	-3.172
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0.002

Tabel 9 menunjukkan nilai signifikansi atau *sig. (2-tailed)* $0,002 < 0,05$. Dengan demikian, hipotesis diterima yang berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah dilaksanakan *treatment*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa ada perbedaan komunikasi interpersonal peserta didik antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Perbedaan tersebut disebabkan adanya *treatment* yang diberikan pada kelompok eksperimen berupa teknik sosiodrama untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik.

Uji Mann Whitney Skor Pretest Kepercayaan Diri

Uji *Mann Whitney* dilakukan pada hasil *pretest* yang diperoleh kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan skor *pretest* kepercayaan diri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dilaksanakan *treatment*. Hasil uji *Mann Whitney* dapat dilihat pada tabel 10.

Uji	Skor
<i>Mann-Whitney U</i>	394.000
<i>Wilcoxon W</i>	922.000
<i>Z</i>	-1.585
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0.113

Tabel 10 menunjukkan nilai signifikansi atau *sig. (2-tailed)* $0,113 > 0,05$. Dengan demikian, hipotesis ditolak yang berarti bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dilaksanakan *treatment*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa antara peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki kepercayaan diri yang sama.

Uji Mann Whitney Skor Posttest Kepercayaan Diri

Uji *Mann Whitney* dilakukan pada hasil *posttest* yang diperoleh kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan skor *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah dilaksanakan *treatment*. Hasil uji *Mann Whitney posttest* kepercayaan diri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol secara lebih jelas dapat dilihat pada tabel 11.

Uji	Skor
<i>Mann-Whitney U</i>	288.000
<i>Wilcoxon W</i>	816.000
<i>Z</i>	-3.010
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0.003

Tabel 11 menunjukkan nilai signifikansi atau *sig. (2-tailed)* $0,003 < 0,05$. Dengan demikian, hipotesis diterima yang berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah dilaksanakan *treatment*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa ada perbedaan kepercayaan diri peserta didik antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Perbedaan tersebut disebabkan adanya *treatment* yang diberikan pada kelompok eksperimen berupa teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

Perbandingan Keefektifan Teknik Sosiodrama pada Komunikasi Interpersonal dan Kepercayaan Diri

Salah satu tujuan penelitian ini adalah untuk menguji dan membandingkan keefektifan Teknik Sosiodrama pada komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri subjek penelitian dengan maksud untuk mengetahui teknik sosiodrama lebih efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal atau kepercayaan diri peserta didik. Perbandingan yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif dengan cara membandingkan *gain score* komunikasi interpersonal dengan *gain score* kepercayaan diri kemudian mendeskripsikan variabel mana yang mengalami peningkatan lebih banyak. Hasil uji analisis deskriptif *gain score* komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri menunjukkan bahwa *gain score* kepercayaan diri yaitu 261 lebih tinggi daripada *gain score* komunikasi interpersonal yaitu 242. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa teknik sosiodrama memberikan perubahan yang lebih besar pada kepercayaan diri daripada komunikasi interpersonal peserta didik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji *Mann Whitney* pada skor *posttest* komunikasi interpersonal pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa ada perbedaan skor *posttest* komunikasi interpersonal antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah dilaksanakan *treatment* berupa teknik sosiodrama yang diberikan pada kelompok eksperimen dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik. Berdasarkan hasil uji *Mann Whitney* pada skor *posttest* kepercayaan diri pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa ada perbedaan skor *posttest* kepercayaan diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah dilaksanakan *treatment* berupa teknik sosiodrama yang diberikan pada kelompok eksperimen dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

Nwosu (Singh, 2014) menyebutkan bahwa komunikasi interpersonal merupakan suatu hal yang bersifat fundamental atau mendasar di dalam sebuah kelompok. Pendapat tersebut sejalan dengan pendapat Gouldner (Berger, 2005) yang menyatakan bahwa “Tindakan sosial dipengaruhi oleh norma timbal balik yang mewajibkan individu terlibat dalam pertukaran sosial”. Komunikasi interpersonal dapat ditingkatkan melalui latihan atau proses belajar untuk berkomunikasi dengan baik. Latihan atau proses belajar tersebut dapat dilakukan secara mandiri

maupun dengan bantuan orang lain. salah satunya bentuk latihannya yaitu dengan menggunakan sosiodrama. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Howard (McLennan, 2008) yang menyatakan bahwa “Sosiodrama adalah kegiatan yang mendorong peserta didik untuk berpikir kritis, untuk menganalisis kondisi sosial mereka sendiri, serta mengevaluasi informasi yang diberikan pada mereka yang terkait dengan kemampuan, identitas, gambaran diri mereka”.

Tinggi rendahnya kepercayaan diri peserta didik dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu interaksi sosial. Sejalan dengan pendapat Chen (2012) yang menyatakan bahwa “Perbedaan budaya sangat terbukti dalam penilaian sosial dari perilaku malu-malu pada anak-anak, perilaku malu-malu dianggap berasal dari kecemasan internal dan kurangnya kepercayaan diri dalam menghadapi situasi-situasi sosial”.

Sama seperti komunikasi interpersonal, kepercayaan diri pun terbentuk melalui latihan atau proses belajar dalam interaksi dengan lingkungannya. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Cossal, Ember, Groven dan Hazel-wood (Alaba dan Tayo, 2014) yang mendefinisikan “Sosiodrama sebagai sebuah strategi pengajaran yang kuat yang mengkombinasikan pendekatan studi kasus dengan metodologi permainan peran tradisional untuk mengilustrasikan isu-isu genting dalam kehidupan sehari-hari”.

Selain itu Walter dan Walters (2013) dalam penelitiannya mengatakan bahwa “Sosiodrama tidak mengeksplorasi masalah intrapersonal melainkan mengatasi hambatan umum yang muncul ketika individu berinteraksi seperti menyelesaikan konflik dan perselisihan. Yang mana tujuan sosiodrama adalah untuk menggambarkan situasi sosial dengan menggunakan dimensi ruang; gerakan; dan imajinasi”. Sejalan dengan penelitian ini, sosiodrama dapat digunakan sebagai metode untuk meningkatkan komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri peserta didik melalui dramatisasi isu-isu sosial yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari yang dapat memperluas pandangan peserta didik tentang permasalahan-permasalahan sosial yang sering terjadi.

Penelitian ini memberikan intervensi pada kelompok eksperimen berupa teknik sosiodrama yang memberikan gambaran mengenai permasalahan-permasalahan sosial. Dalam pelaksanaan penelitian terdapat banyak kendala yang dihadapi oleh peneliti, antara lain: keterbatasan waktu, pertemuan hanya diadakan satu minggu sekali.

Berdasarkan hasil dari lembar kerja menunjukkan bahwa peserta didik mampu memahami dan menganalisis unsur-unsur permainan peran. Unsur-unsur permainan peran tersebut dijelaskan peserta didik meliputi pendapat mereka mengenai jalan cerita, tokoh, dan nilai-nilai yang terdapat dalam permainan peran, serta penerapannya dalam kehidupan sehari-hari peserta didik khususnya dalam bidang sosial.

Melihat adanya perbedaan *gain score* antara komunikasi interpersonal yaitu 242 dan kepercayaan diri yaitu 261 dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama lebih efektif untuk

meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Hal tersebut sesuai dengan kesimpulan hasil lembar kerja peserta didik yaitu : (1) Peserta didik dapat memahami pentingnya kepercayaan diri dalam kehidupan, (2) Peserta didik dapat memahami akibat rendahnya kepercayaan diri, (3) Peserta didik dapat mengidentifikasi ciri-ciri rendahnya kepercayaan diri, (4) Peserta didik dapat memberikan solusi lainnya dari kasus kepercayaan diri yang ditampilkan, (5) Komunikasi Interpersonal merupakan suatu hal yang masih awam di kalangan peserta didik, (6) Materi kepercayaan diri lebih mudah dipahami oleh peserta didik daripada komunikasi interpersonal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis menggunakan uji *Mann Whitney* pada skor *posttest* komunikasi interpersonal kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Sedangkan hasil pengujian hipotesis menggunakan uji *Mann Whitney* pada skor *posttest* kepercayaan diri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Perbedaan tersebut disebabkan adanya pemberian *treatment* pada kelompok eksperimen berupa teknik sociodrama untuk meningkatkan komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri peserta didik.

Berdasarkan uji Analisis Deskriptif pada *gain score* komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri menunjukkan bahwa *gain score* kepercayaan diri lebih tinggi daripada *gain score* komunikasi interpersonal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa teknik sociodrama efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri subjek penelitian, serta teknik sociodrama lebih efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik dibandingkan dengan komunikasi interpersonal.

DAFTAR PUSTAKA

- Alaba, S.O & Tayo, O.K. (2014). A Study of the Effectiveness of Socio-Drama Learning Package in Promoting Environmental Knowledge and Behaviour of Secondary Schools Students in Osun State, Nigeria. *Mediterranean Journal of Social Sciences*. 5 (23), 1325-1330.
- Berger, C.R. (2005). Interpersonal Communication: Theoretical Perspectives, Future Prospects. *Journal of Communication*. 415-447.
- Chen, X. (2012). Culture, Peer Interaction, and Socioemotional Development. *Child Development Perspectives*. 6 (1), 27-34.
- Fitri, E., Zola, N., Irdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*. 4 (1), 1-5.
- McLennan, D.M.P. (2008). The Benefits of Using Sociodrama in the Elementary Classroom: Promoting Caring Relationships Among Educators and Students. *Early Childhood Education Journal*. 35, 451-456.
- Prisnawati, T.A. (2016). *Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa dengan Teknik Sociodrama Kelas VIII B SMP N 1 Sentolo Tahun*
-

Ajaran 2015/2016. Skripsi Tidak Dipublikasikan. Universitas PGRI Yogyakarta, Yogyakarta.

- Purnomo, D.P., Harmiyanto. (2016). Hubungan Keterampilan Komunikasi Interpersonal dan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMAN 1 Garum Kabupaten Blitar. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. 1(2), 55-59.
- Rohayati, I. (2011). Program Bimbingan Teman Sebaya untuk Meningkatkan Percaya Diri Siwa. *Studi Pre- Eksperimental*. 1, 368-376
- Singh A.K. (2014). Role of Interpersonal Communication in Organizational Effectiveness. *International Journal of Research in Management & Business Studies*. 1, 36-39.
- Suranto (2011). *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Walter, F.B, MD & Walters, R. (2013). Applying Sociodramatic Methods in Teaching Transition to Palliative Care. *606 Journal of Pain and Symptom Management*. 45, 606-619.
- Wicaksono, G. (2013). Penerapan Teknik Bermain Peran dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X Multimedia SMK IKIP Surabaya. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling*. 1 (1), 61-78.