

# Penggunaan Konseling Kelompok Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif

## The Use Of Group Counseling Sociodrama Techniques To Improve Students' Assertive Behavior

Fitri Fidyah<sup>1\*</sup>, Muswardi Rosra<sup>2</sup>, Redi Eka Andriyanto<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa FKIP Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung

<sup>2</sup> Dosen FKIP Universitas Lampung Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung

\* e-mail: [fitrifidyah30@yahoo.com](mailto:fitrifidyah30@yahoo.com), Telp: +62895341657024

Received: November, 2018

Accepted: December, 2018

Online Published: December, 2018

**Abstract:** *The Use of Group Counseling Sociodrama Techniques to Improve Students' Assertive Behavior.* The research issue was the lowness of students assertive behavior. The research problem was whether the group counseling with sociodrama technique can improve the students' assertive behavior at the tenth grade of SMAN 11 Bandar Lampung in academic year 2017/2018". The aims of the study was to find out whether there was an improvement of students' assertive behavior before and after the students were taught through group counseling with sociodrama technique. One group pre-test and post-test was used as the design of the research. The subject of the research was 6 students of the tenth grade who had low and medium assertive behavior. The Likert scale of students' assertive behavior was employed to collect the data. The data were analyzed by using Wilcoxon's test. The result showed that  $Z_{cal}$ 's was less than  $(-2.201)$   $Z_{table}$  (1.645) and also showed that the improvement was 17,6%, it means that  $H_o$  was rejected and  $H_a$  was accepted. It indicated that the group counseling with sociodrama technique can improve the students' assertive behavior at the tenth grade of SMAN 11 Bandar Lampung ini academic year 2017/2018.

**Keywords:** group counseling, sociodrama technique, assertive behavior

**Abstrak:** **Penggunaan Konseling Kelompok Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif.** Masalah dalam penelitian ini adalah perilaku asertif siswa rendah. Permasalahan penelitian adalah "Apakah konseling kelompok teknik sociodrama dapat meningkatkan perilaku asertif siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018". Tujuannya penelitian ini untuk mengetahui penggunaan konseling kelompok teknik sociodrama dalam meningkatkan perilaku asertif pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018. *One Group Pretest-Posttest* digunakan sebagai design penelitian. Subjek penelitian ini sebanyak 6 orang siswa yang memiliki perilaku asertif rendah dan sedang. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala perilaku asertif. Hasil analisis data menggunakan uji *Wilcoxon*, diperoleh  $Z_{hitung} = -2.201$  hasilnya kurang dari  $z_{tabel} = 1.645$ , dan juga menunjukkan peningkatan sebesar 17,6%, maka  $H_o$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Kesimpulannya adalah perilaku asertif siswa dapat ditingkatkan melalui konseling kelompok teknik sociodrama pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

**Kata kunci:** konseling kelompok, teknik sociodrama, perilaku asertif

## **PENDAHULUAN/INTRODUCTION**

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Pada masa tersebut individu banyak mengalami perkembangan untuk mencapai kematangan, baik secara fisik, psikis, dan sosial, sehingga berpengaruh terhadap perilakunya dalam kehidupan sehari-hari. Kehidupan pribadi seseorang meliputi berbagai aspek, antara lain aspek emosional, sosial psikologis, sosial budaya, dan kemampuan intelektual yang terpadu dengan faktor lingkungan dalam kehidupannya.

Berkaitan dengan aspek sosial-psikologis, individu sebagai makhluk sosial senantiasa membutuhkan sosialisasi dengan individu lainnya di dalam lingkungan masyarakat. Sosialisasi pada dasarnya merupakan proses penyesuaian diri terhadap kehidupan sosial salah satunya yaitu perilaku yang seharusnya diperankan seseorang di dalam kelompoknya, baik dalam keluarga, sekolah maupun dalam kehidupan bermasyarakat. Proses sosialisasi individu terjadi di tiga lingkungan utama, yaitu lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. Sosialisasi yang baik dapat terwujud dengan adanya perilaku asertif pada siswa.

Menurut (Iberty dan Emmons, 2002) perilaku asertif adalah perilaku yang membuat seseorang dapat bertindak demi kebaikan dirinya, mempertahankan haknya tanpa cemas, mengekspresikan perasaan secara nyaman, dan menjalankan haknya tanpa melanggar hak orang lain. Sedangkan menurut (Setyowati, 2014:3) perilaku asertif adalah perilaku pribadi yang menyangkut ekspresi yang tepat, jujur, terbuka, mempunyai sikap yang tegas, positif dan mampu bersikap netral serta dapat mengutarakan akan sesuatu

objektif tanpa menyinggung perasaan orang lain. Kesimpulannya dengan memiliki perilaku asertif siswa akan mengungkapkan apa yang dirasakan dan dipikirkan dengan baik-baik tanpa membuat orang lain merasa terganggu dengan apa yang diungkapkan olehnya. Perilaku asertif sangat penting dalam perkembangan remaja, karena apabila seorang remaja tidak dapat berperilaku asertif, disadari ataupun tidak, remaja akan kehilangan hak-hak pribadi sebagai individu dan cenderung tidak dapat menjadi individu yang bebas dan akan selalu berada dibawah kekuasaan orang lain.

Fenomena yang ditemukan tidak semua siswa dapat berperilaku asertif dengan baik. Menurut (Dewi, 2016:1) perilaku asertif yang rendah perlu mendapatkan penanganan agar dapat berkembang dengan baik, karena jika terus dibiarkan dapat menimbulkan dampak yang tidak baik pada kehidupan sehari-hari. Seseorang yang dikatakan tidak berperilaku asertif ketika orang tersebut tidak mampu menyatakan perasaan-perasaan, kebutuhan-kebutuhan dan gagasan-gagasannya secara tepat, mengabaikan hak-haknya dan membiarkan orang lain melanggar haknya tersebut. Perilaku yang tidak asertif ini biasanya bersifat emosional, tidak jujur dan tidak langsung, terhambat dan menolak diri sendiri. Individu yang tidak asertif membiarkan orang lain menentukan apa yang harus dilakukannya dan sering berakhir dengan perasaan cemas, kecewa, bahkan berakhir dengan kemarahan dan perasaan tersinggung.

Bimbingan dan konseling adalah suatu pelayanan yang dapat membantu siswa dalam mengatasi dan memandirikan sikap dan perilaku siswa menjadi lebih baik. Peran guru bimbingan dan konseling dalam menyelesaikan masalah perilaku asertif sangat penting sekali. Salah satu bidang bimbingan dan konseling

disekolah adalah bidang sosial. Bimbingan sosial bermakna suatu bimbingan atau bantuan dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah sosial seperti pergaulan, penyelesaian masalah konflik, penyesuaian diri dan lainnya. Tujuan utama pelayanan bimbingan sosial adalah agar individu yang dibimbing mampu melakukan interaksi sosial secara baik dengan lingkungannya.

Menurut (Arliani, 2013:3) Teknik sosiodrama dapat digunakan untuk melatih keterampilan-keterampilan hidup, salah satunya adalah keterampilan berkomunikasi menyampaikan sesuatu yang dipikirkan dan dirasakan dengan cara membimbing siswa untuk mempraktikkan peristiwa-peristiwa dalam hubungan sosial yang dikemas dalam bentuk naskah sosiodrama. Melalui teknik sosiodrama ini guru dapat mengajarkan cara-cara bertingkah laku yang berkualitas khususnya berkaitan dengan masalah sosial dan hubungan antar sebaya. Berdasarkan suatu peranan tersebut diharapkan peserta didik berani memunculkan keputusan, mengungkapkan perasaan dan isi hati apa adanya.

Menurut (Prawitasari, 2011:177) sosiodrama memberikan kesempatan orang untuk melihat kehidupan pribadi dengan cara pandang berbeda setelah kehidupan pribadi itu didramakan dan dimainkan oleh orang tak dikenal yang berada dalam kelompok bersamanya. Satu hal yang membedakan sosiodrama dengan pendekatan kelompok yang bersifat intruksional adalah adanya unsur drama. Anggota kelompok tidak hanya berdiskusi ataupun membicarakan masalahnya di kelompok, tetapi mereka juga menindaki apa yang dipermasalahkan tersebut. Mereka dapat mengungkapkannya dalam suatu drama yang disutradarai oleh pemimpin kelompok (Prawitasari, 2011: 165).

Manfaat teknik sosiodrama menurut (Prawitasari, 2011) yaitu sosiodrama memiliki banyak aplikasi sebagai tambahan untuk psikoterapi. Permainan peran merupakan intervensi yang baik untuk membantu klien dalam mengekspresikan pikiran dan emosi. Melalui berbagi perasaan, individu merasakan sebagai bagian dari keseluruhan.

Dengan cara ini, sosiodrama mengurangi isolasi antara anggotanya dan membantu dalam peningkatan harga diri. Selanjutnya, sosiodrama menawarkan praktek dalam mengembangkan dan mengasah keterampilan sosial, khususnya komunikasi yang menjadi lebih baik. Klien juga dapat berlatih sikap baru dan mencoba peran baru dalam lingkungan yang aman. Sutradara dapat memfasilitasi proses ini melalui penggunaan terapi tugas peran di mana klien diminta untuk bermain peran sehingga klien akan merasakan manfaatnya. Karena sosiodrama didasarkan pada spontanitas, klien berpartisipasi dengan spontanitas tanpa perlu untuk fokus padahal itu sebagai masalah.

Dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama merupakan suatu cara bermain peran dengan memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk mendramatisasikan sikap, tingkah laku, atau penghayatan seseorang seperti yang dilakukan dalam hubungan sosial setiap hari di masyarakat sehingga anggota kelompok memiliki solusi untuk menyelesaikan permasalahan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Penggunaan konseling kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan perilaku asertif siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018".

Permasalahan dalam penelitian adalah perilaku asertif siswa yang rendah dan sedang, hal ini dapat diidentifikasi sebagai

berikut siswa sulit menyampaikan pikiran dan pendapatnya, baik melalui kata-kata maupun tindakan, siswa sulit mengajukan permintaan dan bantuan kepada orang lain ketika membutuhkan, siswa sulit memperlakukan orang lain dengan hormat, siswa sulit menyatakan, siswa sulit menolak dan menyatakan ketidaksetujuannya terhadap pendapat orang lain yang cenderung bersifat negatif, siswa sulit berkomunikasi secara langsung dan terbuka, dan siswa mengungkapkan penolakan dengan perkataan yang kasar.

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas maka dalam penelitian ini masalah sebagai berikut: “Perilaku asertif siswa rendah dan sedang”.

Kegunaan penelitian terbagi menjadi dua yaitu: kegunaan teoritis penelitian ini adalah dapat memberikan kajian secara teoritik bagi ilmu bimbingan dan konseling (di sekolah), khususnya pada konseling kelompok teknik sosiodrama dalam meningkatkan perilaku asertif siswa dan kegunaan praktis dari hasil penelitian ini dapat digunakan kepala sekolah untuk pembinaan terhadap guru.

Bimbingan konseling agar dapat memanfaatkan teknik sosiodrama, salah satu sumber informasi bagi guru bimbingan konseling bahwa perilaku asertif dapat ditingkatkan dengan cara melakukan teknik sosiodrama. penelitian ini juga dapat menjadi bahan untuk pihak-pihak yang berkepentingan dalam meningkatkan perilaku asertif.

Tujuan diadakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui penggunaan konseling kelompok teknik sosiodrama dalam meningkatkan perilaku asertif pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

## **METODE PENELITIAN/ RESEARCH METHOD**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pada metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah dilakukan.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Waktu penelitian ini adalah tahun pelajaran 2017/2018. Dimulai pada tanggal 28 September 2017 sampai dengan 28 Oktober 2017. Tempat penelitian adalah di SMA Negeri 11 Bandar Lampung.

### **Target / Subjek Penelitian / Populasi dan Sampel**

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018 yang memiliki perilaku asertif yang rendah dan sedang. Untuk mengetahui perilaku asertif atau untuk mendapatkan subjek penelitian, peneliti menyebarkan skala perilaku asertif kepada siswa kelas X IPS 2 SMA Negeri 11 Bandar Lampung. Dari hasil yang telah diperoleh dari skala perilaku asertif di sekolah, lalu peneliti melakukan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling kelas X agar dapat mengetahui lebih dalam tentang subjek yang telah di dapat dari hasil skala. Setelah skala dan wawancara dilaksanakan maka didapatkanlah subjek yang akan diteliti.

### **Prosedur**

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu dengan Jenis desain yang digunakan adalah *one-group pretest-*

*posttest design*, yaitu suatu teknik untuk mengetahui efek sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Pada desain ini dilakukan lima kali pengukuran. Pengukuran pertama dilakukan dengan menggunakan skala perilaku asertif sebelum diberikan konseling kelompok menggunakan teknik sosiodrama dan empat kali pengukuran dengan menggunakan skala perilaku asertif setelah pemberian layanan konseling kelompok menggunakan teknik sosiodrama dievaluasi dengan cara melakukan *multiple posttest*.

### Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Alat pengumpul data yang digunakan adalah skala perilaku asertif yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori yang ada. Dalam penelitian ini skala yang digunakan adalah skala *Likert*. Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Penggunaan skala *Likert* ini bertujuan untuk mengukur tingkat perilaku asertif siswa. Skala *Likert* apabila digunakan dalam penelitian maka akan menghasilkan data interval.

Skala likert memiliki lima kategori kesetujuan dan memiliki skor 1-5, akan tetapi dalam penelitian ini menggunakan jawaban kesesuaian karena kesesuaian lebih tepat untuk menggambarkan keadaan yang diteliti sekarang. Adapun ketentuan penskoran setiap jawaban adalah sebagai berikut:

**Tabel 1. Penskoran Item**

Alternatif jawaban	Jenis item	
	Positif (+)	Negatif (-)
Sangat Sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Ragu-Ragu	3	3
Tidak Sesuai	2	4
Sangat Tidak Sesuai	1	5

Dalam perhitungan skor pada skala perilaku asertif siswa dilakukan dengan menghitung skor total. Pada tahap ini kemampuan perilaku asertif siswa dikategorikan menjadi 3 yaitu: tinggi, sedang, dan rendah.

### Validitas Instrumen

Validitas merupakan kepercayaan terhadap instrumen penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan validitas isi. Menurut untuk menguji validitas isi, dapat dengan mempertimbangkan pendapat dari para ahli (*judgment experts*). Dalam hal ini, setelah kisi-kisi skala disusun berdasarkan aspek-aspek tingkah laku yang akan diukur, maka selanjutnya di uji ahli oleh dosen pembimbing dan pengajar di program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.

Ahli yang dimintai pendapatnya adalah 3 orang dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila yaitu Asri Mutiara Putri, Citra Abirani Maharani dan Yohana Oktarina. Hasil uji ahli menunjukkan bahwa instrumen tersebut sudah tepat dan dapat digunakan dengan memperbaiki skala terlebih dahulu sesuai saran yang diberikan.

### Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas adalah suatu instrumen yang dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Dalam penelitian ini reliabilitas instrumen hanya item yang valid diuji dengan reliabilitas internal karena perhitungan berdasarkan instrumen saja. Dalam penelitian ini uji reliabilitas dihitung dengan menggunakan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) 16 dengan analisis reliabilitas *analysis scale* (alpha) memiliki hasil 0,870.

## **Teknik Analisis Data**

Untuk mengetahui keberhasilan penelitian, dengan adanya peningkatan perilaku asertif siswa setelah pemberian layanan konseling kelompok dapat dihitung menggunakan rumus uji *Wilcoxon*. Alasan peneliti menggunakan uji *Wilcoxon* karena subjek penelitian kurang dari 25, distribusi datanya dianggap tidak normal. Pelaksanaan uji *Wilcoxon* untuk menganalisis data dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)<sup>16</sup>.

Hasil analisis menunjukkan nilai zhitung = -2.201. Nilai ini selanjutnya dibandingkan dengan ztabel = 1,645. Ketentuan pengujian bila zhitung < ztabel maka Ho ditolak dan Ha diterima, artinya terdapat perbedaan perilaku asertif sebelum dan sesudah pemberian layanan konseling kelompok teknik sosiodrama.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN/ RESULT AND DISCUSSION**

Pelaksanaan penelitian dalam peningkatan perilaku asertif siswa melalui layanan konseling kelompok teknik sosiodrama pada siswa kelas X dilaksanakan di SMA Negeri 11 Bandar Lampung yang beralamatkan Jalan RE. Martadinata Km. 4 Sukamaju Teluk Betung Timur, Kota Bandar Lampung.

Sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik sosiodrama terlebih dahulu peneliti melakukan wawancara kepada guru konseling konseling, untuk mendapatkan informasi mengenai siswa yang memiliki perilaku asertif yang rendah dan sedang pada siswa kelas X IPS2. Wawancara menghasilkan informasi bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki perilaku asertif yang rendah, sedang dan tinggi di kelas X IPS2.

Langkah selanjutnya peneliti melakukan penyebaran skala perilaku asertif disekolah pada hari Selasa, 19 September 2017, jenis skala yang digunakan yaitu skala Likert dimana dalam skala tersebut berisi pernyataan-pernyataan yang dapat mengungkap mengenai perilaku asertif, skala yang disebarkan pada siswa merupakan skala yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya sehingga skala tersebut dapat digunakan untuk memperoleh siswa yang memiliki perilaku asertif rendah, sedang, dan tinggi di kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung.

Setelah melakukan penyebaran skala perilaku asertif kepada siswa kelas X IPS 2 sebanyak 30 siswa maka, peneliti memperoleh 6 siswa yang memiliki perilaku asertif yang rendah dan sedang. Namun, karena peneliti ingin membuat konseling kelompok jenis heterogen, maka peneliti mengambil subjek yang memiliki perilaku asertif rendah dan sedang. Alasan peneliti membentuk konseling kelompok yang heterogen karena heterogenitas kelompok akan menjadi sumber yang kaya untuk pencapaian tujuan layanan dan dinamika kelompoknya dapat lebih hidup dan berkembang.

Peneliti kemudian melakukan *pretest* berupa pemberian skala perilaku asertif. Pemberian skala dilakukan sebelum siswa mengikuti layanan konseling kelompok teknik sosiodrama. Data yang diperoleh untuk mengetahui hasil *pretest* dan *posttest* diambil dari pengisian skala perilaku asertif siswa. *Pretest* merupakan penelitian yang dilakukan peneliti sebelum peneliti menyelenggarakan kegiatan konseling kelompok. Setelah dilaksanakan *pretest*, peneliti mengkategorikan siswa yang memiliki skor perilaku asertif rendah dan sedang untuk diberikan perlakuan konseling kelompok.

Setelah hasil *pretest* diketahui, kemudian hasil *pretest* direkapitulasi dengan perilaku asertif yang ditentukan dengan interval yang dibuat dengan rumus sebagai berikut :

$$i = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan:

- I** : interval
- NT** : nilai tertinggi
- NR** : nilai terendah
- K** : jumlah kategori

Jadi, interval untuk menentukan kriteria skala perilaku asertif siswa pada saat *pretest* adalah:

$$i = \frac{NT - NR}{K} = \frac{(46 \times 5) - (46 \times 1)}{5} = \frac{184}{5} = 61,33$$

Berdasarkan keterangan diatas maka diperoleh kriteria perilaku asertif yang tertera pada tabel berikut ini :

**Tabel 2. kriteria perilaku asertif**

Interval	Kriteria
194-230	Sangat Tinggi
157-193	Tinggi
120-156	Sedang
83-119	Rendah
46-82	Sangat Rendah

Selanjutnya diperoleh skor perilaku asertif siswa-siswa yang dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3. Data *pretest* siswa**

No.	Nama	Skor	Kriteria
1.	IL	144	Sedang
2.	CAN	140	Sedang
3.	DVD	106	Rendah
4.	RCP	102	Rendah
5.	SNA	100	Rendah
6.	YM	96	Rendah

Berdasarkan data yang diperoleh saat *pretest* dilakukan, dapat disimpulkan

bahwa keenam siswa tersebut memang memiliki perilaku asertif yang rendah dan sedang, siswasiswa tersebut kemudian berkumpul diruangan bimbingan dan konseling sekolah. Setelah itu peneliti memberikan penjelasan bahwa berdasarkan hasil dari penyebaran skala perilaku asertif mereka adalah subjek yang akan diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok teknik perilaku asertif, setelah itu pemimpin kelompok dan anggota kelompok membuat kesepakatan untuk melaksanakan konseling kelompok.

Persiapan penelitian dilakukan pada tanggal 18 September 2017 dimulai dengan mengajukan surat izin penelitian kepada Kepala Sekolah SMA Negeri 11 Bandar Lampung dan menjelaskan tentang kegiatan penelitian yang akan dilaksanakan, selanjutnya pada tanggal 19 September 2017 peneliti melakukan penjarangan subjek dengan membagikan skala perilaku asertif kepada siswa kelas X. Pada hari Rabu, 20 September 2017, peneliti bertemu dengan 6 orang siswa yang terjaring sebagai subjek kemudian peneliti melakukan kesepakatan mengenai tempat dan waktu untuk pelaksanaan layanan konseling kelompok.

Pertemuan pertama konseling kelompok dilaksanakan pada hari Jumat, 13 Oktober 2017. Pada pertemuan pertama, anggota kelompok masih terlihat pasif dan malu-malu. Kegiatan dimulai dengan memberikan salam, bertanya tentang kabar, menjelaskan tentang konseling kelompok karena masing-masing anggota kelompok belum mengetahui tentang konseling kelompok, menjelaskan tujuan konseling kelompok yaitu melatih siswa untuk berani mengemukakan pendapat dihadapan teman-temannya, melatih siswa dapat bersikap terbuka didalam kelompok, mampu mengendalikan diri dan menahan emosi.

Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan asas-asas dalam konseling kelompok yaitu asas kesukarelaan, asas kenormatifan, asas kegiatan, asas keterbukaan, dan asas kerahasiaan, perkenalan pemimpin kelompok dan anggota kelompok. Setelah perkenalan, ketegangan kelompok mulai berkurang yang ditandai dengan canda tawa mereka dan anggota kelompok terlihat sudah siap.

Pemimpin kelompok memberikan pengantar mengenai perilaku asertif. Pemimpin kelompok memberikan sebuah kasus mengenai perilaku asertif yang berkaitan dengan mudah terpengaruh oleh orang lain, kemudian pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk menanggapi kasus tersebut. Dalam pertemuan pertama ini anggota kelompok masih terlihat ragu untuk mengungkapkan pendapat dan malu untuk menceritakan apa yang anggota kelompok rasakan.

Pertemuan kedua konseling kelompok dilakukan pada hari Selasa, 17 Oktober 2017. Konseling kelompok dilakukan secara bergiliran dan memutuskan siapa yang akan mengungkapkan masalahnya terlebih dahulu. IL bersedia untuk mengungkapkan masalahnya terlebih dahulu kemudian anggota lain ikut serta dalam mengungkapkan masalahnya.

Setelah semua anggota sepakat maka masalah yang akan dibahas pertama adalah masalah IL dan RCP. IL dan RCP mengalami masalah yang sama yaitu merasa bahwa peminatan yang dipilihnya merupakan keinginan dari gurunya sehingga IL dan RCP merasa tidak cocok dengan peminatan yang telah dijalaninya, IL dan RCP awalnya tidak ingin masuk peminatan IPS karena IL dan RCP lebih memahami dan mengerti peminatan IPA akan tetapi IL dan RCP merasa takut untuk mengungkapkan keinginannya masuk ke peminatan IPA dan memilih untuk menerima pilihan dari gurunya.

Menurut (Pambudi, 2016:3) Ketidakmampuan siswa untuk berperilaku asertif tidak dapat dibiarkan begitu saja, sehingga siswa kurang mampu untuk bersaing dan berkompetisi. Hal tersebut menyebabkan siswa terhambat dalam proses pertumbuhan kembangannya, belum bisa mengambil keputusan dan bertanggung jawab terhadap keputusan yang diambilnya, terutama dalam hal prestasi belajar.

Dalam sosiodrama IL dan RCP berperan dengan karakter yang berbeda dengan dirinya, IL dan RCP berlatih untuk mengungkapkan apa yang diinginkan olehnya dengan penyampaian yang baik sehingga apa yang disampaikan tidak akan menyakiti perasaan orang lain dan diberikan penjelasan bahwa IL dan RCP harus mengungkapkan keinginannya kepada guru dan orang tua tentang peminatan yang diinginkan dengan cara berdiskusi baik-baik yang nantinya akan menghasilkan suatu keputusan. Setelah diberikan penjelasan dan berperan dalam sosiodrama akhirnya IL dan RCP mengubah pola pikirnya menjadi lebih mengerti untuk bersikap jujur tentang keinginannya kepada gurunya dan ingin menyampaikan perasaannya tanpa harus menyakiti perasaan gurunya.

Masalah selanjutnya yang akan dibahas adalah masalah CAN, DVD, SNA dan YM. Masalah pada CAN takut berbicara jujur kepada temannya karena CAN memilih peminatan yang berbeda dengan teman baiknya, padahal teman baiknya sudah meminta CAN untuk memilih peminatan yang sama dengan dirinya, CAN memilih untuk tidak jujur bahwa dia ingin peminatan yang berbeda dengan teman baiknya dan CAN tetap pada keputusannya sehingga CAN dan teman baiknya sekarang tidak bertegur sapa lagi karena permasalahan tersebut.



Setelah diberikan penjelasan jika CAN, terus seperti ini tidak bertegur sapa dengan temannya maka persahabatan mereka akan menjadi permusuhan. Setelah diberikan penjelasan seperti itu akhirnya CAN mulai sadar akan pentingnya perilaku asertif ia mulai mencoba untuk belajar jujur kepada orang lain agar tidak terjadi salah paham.

Sebelumnya CAN merasa bingung dengan peminatan yang harus dia pilih karena teman baiknya menyarankan untuk CAN memilih peminatan yang sama dengannya akan tetapi CAN merasa kemampuannya bukan pada peminatan yang disarankan oleh temannya akhirnya CAN memilih peminatan yang sesuai dengan kemampuannya dan CAN tidak berbicara terlebih dahulu dengan temannya sehingga sampai sekarang CAN dan teman baiknya bermusuhan tapi ada keinginan CAN untuk menjelaskan tentang keputusan yang dia pilih tapi CAN bingung untuk memulainya dan merasa bahwa temannya tidak ingin mendengarkan penjelasannya.

Setelah diberikan sosiodrama CAN berlatih untuk mengungkapkan perasaannya secara jujur dengan karakter CAN yang berbeda dengan dirinya, mengekspresikan perannya secara baik dan diberikan penjelasan jika CAN, terus seperti ini tidak bertegur sapa dengan temannya maka persahabatan mereka akan menjadi permusuhan. Setelah diberikan penjelasan dan berperan dalam sosiodrama akhirnya CAN merasa dirinya lebih tenang, lebih percaya diri untuk menyelesaikan masalahnya, mulai sadar akan pentingnya perilaku asertif dan CAN mulai mencoba untuk belajar jujur kepada orang lain agar tidak terjadi kesalahpahaman antar pertemanannya.

Menurut Apriyanti (2017:11) konselor mengajak klien untuk melakukan role playing dengan beberapa aspek dari masalah klien, dan kemudian konselor

mengajak klien melakukan pembalikan peran untuk mengembangkan kemampuan memahami dan juga merupakan salah satu yang sangat penting untuk resolusi konflik

Masalah selanjutnya yang akan dibahas adalah masalah DVD merupakan anak yang pintar dalam pelajarannya setiap ujian atau pun tugas sekolah dia kerjakan dengan baik akan tetapi DVD merasa terganggu dengan sikap teman-temannya yang ingin melihat lembar jawaban dan tugas sekolahnya hal ini terjadi berulang-ulang, DVD ingin menolak tekanan dari teman-temannya tersebut akan tetapi dia merasa tidak enak hati untuk menolak temannya yang ingin menyontek lembar ujiannya, dia takut teman-teman menjauhinya dan dia takut teman-teman berfikir bahwa dia pelit.

Dalam sosiodrama DVD berperan dengan karakter yg berani untuk mengungkapkan penolakannya dengan tutur kata yang baik sehingga tidak menyakiti teman-temannya dan DVD juga diberikan penjelasan jika DVD merasa terganggu dengan sikap teman-temannya DVD harus berbicara jujur dengan kata-kata yang halus dan ingin mengajari teman-temannya apabila ada tugas rumah dari guru yang sulit di selesaikan oleh temannya. Setelah diberikan penjelasan dan berperan dalam sosiodrama tersebut DVD akan mencoba untuk menolak hal yang menggangukannya dan mencari solusi dengan belajar bersama teman-temannya.

Permasalahan yang akan dibahas adalah masalah SNA, saat sekolah kelas SNA dibagi dalam kelompok-kelompok kecil dan diberikan tugas kelompok oleh guru, dalam satu kelompok terdiri dari tiga orang akan tetapi yang mengerjakan tugas kelompok hanyalah SNA hal tersebut selalu terjadi didalam kelompoknya. SNA merasa marah seharusnya tugas kelompok ini di kerjakan bersama-sama tetapi SNA memilih diam dan tidak ingin meminta bantuan kepada teman sekelompok karena

menurut SNA tanpa diminta pun mereka seharusnya bertanya tentang tugas kelompok tersebut setelah tugas kelompok diselesaikan oleh SNA, dirinya memilih sikap untuk mendiadakan teman-temannya dan tidak ingin menjawab apa yang ditanyakan oleh teman sekelompoknya.

Dalam sosiodrama SNA belajar untuk bersikap bijaksana dan berlatih untuk berbicara secara baik-baik. SNA sadar akan perilakunya yang tidak tepat seharusnya SNA berbicara kepada teman sekelompok agar tugas kelompok yang diberikan oleh guru dapat diselesaikan secara bersama-sama dan mendapatkan hasil yang memuaskan. SNA berfikir apabila dia tidak berbicara kepada teman kelompoknya maka teman-temannya tersebut tidak akan mengetahui apa yang dipikirkan dan dirasakannya.

Permasalahan terakhir yang akan dibahas adalah masalah dari YM tidak berani untuk menolak permintaan teman-temannya yang selalu meminjam handphone yang dia miliki, YM merasa terganggu dengan sikap teman-temannya karena teman-temannya tidak hanya meminjam handphonenya akan tetapi teman-temannya juga membuka sosial media yang dia miliki dan itu merupakan privasi yang tidak harus teman-temannya ketahui YM ingin mengungkapkan perasaannya akan tetapi YM takut untuk menolak perilaku dari temannya, YM takut teman-temannya merasa tersinggung dengan penolakan untuk tidak membuka sosial media yang dia miliki karena itu merupakan privasi.

Dalam sosiodrama YM berperan sebagai seseorang yang aktif dan dapat menolak apa yang dia tidak inginkan dalam sosiodrama tersebut YM dapat belajar mengungkapkan apa yang dia pikirkan dan apa yang dia rasakan. Setelah YM melakukan sosiodrama YM ingin berbicara kepada teman-temannya dengan baik-baik dan mencoba jujur terhadap dirinya dan terhadap teman-temannya

perilaku YM mulai percaya diri dengan keinginannya dan ingin mencoba berperilaku asertif di kehidupan sehari-hari.

Pertemuan ketiga dilakukan pada hari Rabu, 18 Oktober 2017. Pemimpin kelompok menjelaskan tentang teknik sosiodrama yang berkaitan dengan masalah perilaku asertif. Menurut (Susilowati, 2013:2) Metode sosiodrama memiliki tujuan membantu siswa dalam mengingat suatu konsep atau suatu materi pelajaran. Di sisi lain, dengan metode sosiodrama ini siswa diberi kesempatan untuk memerankan peran pada suatu kondisi sehingga dapat membantu siswa dengan mudah untuk memahami dan mengingat terhadap materi yang telah disampaikan.

Pemimpin kelompok menentukan tema yang akan disosiodramakan untuk skenario pertama tema yang dipilih adalah memilih dan mempersiapkan karier tokoh yang berperan ada 4 orang masing-masing memiliki karakter takut berbicara jujur, mempunyai jiwa pemimpin dalam kelompok, pengertian dan pendengar yang baik, tidak mempunyai pendirian. Siswa yang berperan dalam sosiodrama yaitu IL, CAN, DVD dan RCP.

Sedangkan yang menjadi kelompok penonton yaitu YM dan SNA bertugas untuk mengobservasi jalannya sosiodrama, yang diobservasi yaitu bagaimana para pemain membawakan perannya sesuai tidak dengan ciri-ciri masing-masing peran dan bagaimana cara pemecahan masalah dalam sosiodrama tersebut. Setelah sosiodrama selesai pemimpin kelompok dan anggota kelompok mendiskusikan dan mengevaluasi jalannya sosiodrama berdasarkan laporan dari kelompok penonton, laporan yaitu tokoh dalam sosiodrama kurang serius dan berbicara dengan berbelit. Sedangkan pemecahan masalahnya seharusnya IL berbicara jujur kepada temannya dan RCP memberikan

saran untuk membantu IL memecahkan masalahnya dengan cara berkomunikasi. Pada pertemuan ketiga ini para anggota sudah terlihat aktif dalam mengevaluasi sosiodrama yang telah ditampilkan terlihat saat anggota saling memberikan pendapat dan saling menyanggah untuk mendapatkan pemecahan masalah didalam sosiodrama dan mau mengemukakan pendapatnya tanpa harus dipancing. Dinamika kelompok pada pertemuan ketiga terlihat ketika YM dan SNA yang mulai memberanikan diri untuk mengungkapkan pemikirannya terkait evaluasi sosiodrama. Sedangkan IL, CAN, DVD dan RCP bisa mengambil keputusan untuk berperilaku asertif dengan orang lain.

Pertemuan keempat dilakukan pada hari Kamis, 19 Oktober 2017. Pemimpin kelompok menentukan tema yang akan disosiodramakan untuk skenario kedua tema yang dipilih adalah memperoleh perangkat nilai dan sistematika sebagai petunjuk/ pembimbing dalam bertingkah laku tokoh yang berperan ada 3 orang masing-masing memiliki karakter mudah tersinggung, ceria, pemaaf dan berbicara apa adanya akan tetapi kata-katanya kasar. Siswa yang berperan dalam sosiodrama yaitu DVD, YM dan SNA. Siswa yang menjadi kelompok penonton yaitu IL, CAN dan RCP.

Setelah sosiodrama selesai pemimpin kelompok dan anggota kelompok mendiskusikan dan mengevaluasi jalannya sosiodrama berdasarkan laporan dari kelompok penonton, laporannya yaitu ekspresi tokoh kurang serius, kurang jelas suaranya dan pemeran kurang mendalami peran. Sedangkan pemecahan masalahnya seharusnya tidak boleh marah-marah, harus mendengarkan penjelasan dari orang lain agar tidak terjadi salah paham dan harus memberikan kabar kepada teman-temannya agar tidak ada kesalahpahaman. Pemimpin kelompok meminta setiap anggota untuk menanggapi.

Anggota kelompok kemudian merespon dengan mengemukakan pendapat mereka masing-masing. Kegiatan berjalan lancar, aktif dan para anggota saling bertukar pendapat.

Pertemuan kelima dilakukan pada hari Jumat, 20 Oktober 2017. Pemimpin kelompok menentukan tema yang akan disosiodramakan untuk skenario ketiga tema yang dipilih adalah mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial tokoh yang berperan ada 4 orang masing-masing memiliki karakter ceria, penakut, kurang percaya diri dan menerima keputusan orang lain tentang dirinya, optimis dan pemimpin. Siswa yang berperan dalam sosiodrama yaitu IL, CAN, SNA dan RCP. Menurut Wuri (2015:3) salah satu cara yang dilakukan untuk meningkatkan perilaku asertif yaitu dengan penayangan video. Hal tersebut yang mendasari peneliti memilih teknik sosiodrama sebagai teknik untuk meningkatkan perilaku asertif karena melalui penayangan video saja perilaku asertif dapat meningkat, apalagi dengan teknik sosiodrama untuk memerankan secara langsung materi yang di pilih oleh peneliti tentang perilaku asertif. Siswa yang menjadi kelompok penonton yaitu YM dan DVD.

Setelah sosiodrama selesai pemimpin kelompok dan anggota kelompok mendiskusikan dan mengevaluasi jalannya sosiodrama berdasarkan laporan dari kelompok penonton, laporannya yaitu karakter pada tokoh sudah kompak dan pemainnya antara satu dengan yang lain teratur akan tetapi kurang rapih sedangkan pemecahan masalahnya harus berperilaku jujur terhadap perasaannya kepada orang lain. Anggota kelompok merasa senang mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama karena dapat memperoleh berbagai alternatif pemecahan masalahnya dari sudut pandang yang berbeda-beda.

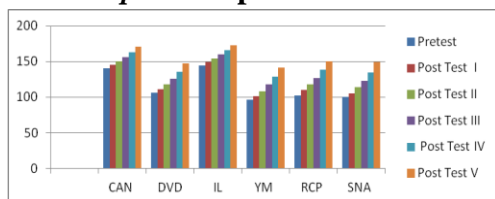
Menurut (Sari, 2014:13) Permainan peran atau kegiatan sosiodrama dapat dijadikan bentuk dalam pendekatan dalam peningkatan perilaku asertif karena dalam kegiatan sosiodrama siswa akan merasakan bagaimana perbedaan ketika bersikap asertif dan ketika tidak.

Hasil pelaksanaan tahap ini adalah anggota kelompok dapat mengungkapkan masalah yang dialaminya, menanggapi dan memberikan komentar mengenai masalah yang berkaitan dengan *perilaku asertif* serta mampu memberikan alternatif penyelesaian masalah sehingga anggota kelompok dapat mengentaskan masalah yang dimilikinya berkaitan dengan *perilaku asertif*.

Hasil *pretest* atau sebelum diberikan perlakuan konseling kelompok diperoleh nilai rata-rata skor sebesar 114,5 dan setelah dilakukan perlakuan konseling kelompok. Hasil *posttest* pertama (O2) meningkat menjadi 120,1 *posttest* kedua (O3) 127, *posttest* ketiga (O4) 135, *posttest* keempat (O5) 144,5 *posttest* kelima (O6) 155,1. Terdapat selisih skor 17,6% antara *pretest* dan *posttest* terakhir. Maka ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan perilaku asertif setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik sosiodrama.

Berikut ini adalah grafik peningkatan perilaku asertif siswa di sekolah:

**Gambar 1. Perbandingan Skor hasil pre test dan post test perilaku asertif**



Berikut ini adalah hasil yang diperoleh dari setiap pertemuan layanan konseling kelompok menggunakan teknik sosiodrama. Dari pertemuan pertama sampai kelima dapat dianalisis bahwa para anggota kelompok sudah memperoleh pemahaman mengenai

materi yang telah diberikan yang dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif siswa yang telah dibahas dalam tiap pertemuan. Berdasarkan hasil perhitungan perilaku asertif di sekolah terdapat peningkatan sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok teknik sosiodrama.

Setelah diperoleh data yang dibutuhkan, maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok teknik sosiodrama dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif siswa di sekolah sehingga dapat diketahui perilaku asertif dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok teknik sosiodrama.

Analisis yang digunakan untuk mengetahui perbedaan peningkatan perilaku asertif sebelum dan sesudah dilakukannya layanan konseling kelompok menggunakan teknik sosiodrama.

Berdasarkan penghitungan skala perilaku asertif yang telah diisi oleh siswa, didapatkan hasil bahwa keenam siswa tersebut mengalami peningkatan perilaku asertif dengan membandingkan hasil *pretest* (sebelum diberikan layanan konseling kelompok teknik sosiodrama) dan *posttest* (sesudah diberikan layanan konseling kelompok teknik sosiodrama).

Berdasarkan hasil perhitungan yang mengalami peningkatan signifikan serta adanya perubahan perilaku asertif menjadi lebih baik beberapa hasil penelitian yang telah dilakukan oleh orang lain maupun teori yang telah ada menguatkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Menurut (Prawitasari, 2011:177) sosiodrama memberikan kesempatan orang untuk melihat kehidupan pribadi dengan cara pandang berbeda

setelah kehidupan pribadi itu didramakan dan dimainkan oleh orang tak dikenal yang berada dalam kelompok bersamanya.

Dengan drama tersebut klien dapat melihat sekaligus berperan tentang perilaku asertif dan menyelesaikan masalah yang berkaitan tentang perilaku asertif. Oleh karena itu, melalui teknik sosiodrama yang diberikan oleh konselor kepada peserta didik merupakan sarana yang baik untuk mengarahkan perkembangan siswa menjadi lebih baik, baik di dalam maupun di luar kelas. Sosiodrama membantu para peserta didik untuk mengembangkan perilaku yang baik terhadap sesama. Dengan adanya pemberian sosiodrama tersebut peserta didik dapat mengembangkan kebiasaan yang baik, terutama dalam hal perilaku asertif.

Memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia, kegiatan sosiodrama dapat dilaksanakan bila sebagian besar anggota kelompok menghadapi masalah sosial yang hampir sama, atau bila ingin melatih dan mengubah sikap-sikap tertentu. Dengan bermain peran, klien diharapkan dapat mengungkapkan perasaan dan pikiran dengan cara baik-baik dan tidak melanggar hak orang lain.

Setelah peneliti melaksanakan konseling kelompok menggunakan teknik sosiodrama, peneliti menemukan kelemahan dan kelebihan yang di rasakan setelah menggunakan teknik ini. Kelebihan konselor atau pemimpin kelompok menggunakan teknik sosiodrama pada proses konseling kelompok melatih berbicara didepan, melatih siswa untuk mengekspresikan dirinya, melatih untuk berkata jujur dengan kata-kata yang baik dan lebih mudah dalam memahami masalah-masalah sosial karena individu mengalami sendiri melalui proses sosiodrama.

Sedangkan kekurangan teknik sosiodrama pada saat proses konseling kelompok adalah pemeran dalam teknik sosiodrama membutuhkan waktu yang lama untuk mempelajari skenario dan tidak semua individu mau memerankan tokoh yang direncanakan.

Dengan menggunakan teknik sosiodrama konseli dapat menerapkan hal-hal yang diperoleh selama sesi konseling kelompok kedalam kehidupan sehari-harinya. Misalkan saja menerapkan hal-hal mengenai berbicara jujur tentang apa yang dia rasakan selama sesi konseling kelompok dan kemudian dapat mempraktekkannya didalam kehidupan sehari-hari. Dengan menerapkan hal-hal yang diperoleh selama sesi konseling kelompok kedalam kehidupan sehari-hari mengenai perilaku asertif dan nantinya dapat terbiasa berperilaku asertif dengan berkata yang baik dan tidak melanggar hak orang lain.

kelompok menghadapi masalah sosial yang hampir sama, atau bila ingin melatih dan mengubah sikap-sikap tertentu. Dengan bermain peran, klien diharapkan dapat mengungkapkan perasaan dan pikiran dengan cara baik-baik dan tidak melanggar hak orang lain.

Setelah peneliti melaksanakan konseling kelompok menggunakan teknik sosiodrama, peneliti menemukan kelemahan dan kelebihan yang di rasakan setelah menggunakan teknik ini.

Kelebihan konselor atau pemimpin kelompok menggunakan teknik sosiodrama pada proses konseling kelompok melatih berbicara didepan, melatih siswa untuk mengekspresikan dirinya, melatih untuk berkata jujur dengan kata-kata yang baik dan lebih mudah dalam memahami masalah-masalah sosial karena individu mengalami sendiri melalui proses

sosiodrama. Sedangkan kekurangan teknik sosiodrama pada saat proses konseling kelompok adalah pemeran dalam teknik sosiodrama membutuhkan waktu yang lama untuk mempelajari skenario dan tidak semua individu mau memerankan tokoh yang direncanakan.

Dengan menggunakan teknik sosiodrama konseli dapat menerapkan hal-hal yang diperoleh selama sesi konseling kelompok kedalam kehidupan sehari-harinya. Misalkan saja menerapkan hal-hal mengenai berbicara jujur tentang apa yang dia rasakan selama sesi konseling kelompok dan kemudian dapat mempraktekkannya didalam kehidupan sehari-hari. Dengan menerapkan hal-hal yang diperoleh selama sesi konseling kelompok kedalam kehidupan sehari-hari mengenai perilaku asertif dan nantinya dapat terbiasa berperilaku asertif dengan berkata yang baik dan tidak melanggar hak orang lain.

Berdasarkan penelitian yang terdahulu layanan konseling kelompok memberikan kontribusi dalam peningkatan perilaku asertif siswa disekolah. Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok didalamnya berisi materi tentang bagaimana agar siswa sebagai anggota kelompok akan sama-sama menciptakan dinamika kelompok yang dapat menjadikan tempat untuk mengembangkan kemampuan perilaku asertif terhadap siswa di sekolah.

Anggota kelompok mempunyai hak sama untuk melatih diri dalam mengemukakan pendapatnya, membahas topik antarpribadi dengan tuntas, siswa dapat saling bertukar informasi, memberi saran dan pengalaman.

Dengan demikian, konseling kelompok teknik sosiodrama dikatakan cukup tepat dalam meningkatkan perilaku asertif siswa karena di dalam konseling kelompok teknik sosiodrama konseli dapat

menerapkan hal-hal yang diperoleh selama sesi konseling kelompok kedalam kehidupan sehari-harinya. Dalam kegiatan layanan konseling kelompok teknik sosiodrama, terlihat subjek mengalami peningkatan dari pertemuan pertama hingga pertemuan terakhir. Hal ini dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif dapat ditingkatkan dengan melalui layanan konseling kelompok teknik sosiodrama pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung pada Tahun Pelajaran 2017/2018.

## SIMPULAN / CONCLUSION

Kesimpulan penelitian berdasarkan hasil penelitian pada layanan konseling kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan perilaku asertif pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018. Hal ini terbukti dari hasil analisis data dengan menggunakan *uji Wilcoxon*, nilai  $Z_{hitung} = -2.201$ . Nilai ini selanjutnya dibandingkan dengan  $Z_{tabel} = 1,645$ . Ketentuan pengujian bila  $Z_{hitung} < Z_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Ternyata  $Z_{hitung} = -2.201 < Z_{tabel} = 1,645$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Kesimpulan penelitian adalah layanan konseling kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan perilaku asertif pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018. Hal ini ditunjukkan dari perilaku dan hasil *pretest* yang sebelum diberikan perlakuan memiliki perilaku asertif yang rendah dan sedang, setelah diberi perlakuan konseling kelompok perilaku asertif dapat meningkat yang ditunjukkan dengan adanya perubahan sikap dan perilaku serta nilai *posttest* konseli. Jadi konseling kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif siswa. Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini,

maka dengan ini penulis mengajukan saran kepada: Kepada siswa SMA Negeri 11 Bandar Lampung, hendaknya mengikuti proses kegiatan layanan konseling kelompok teknik sosiodrama dengan sungguh-sungguh dan dapat terus mencoba berperilaku asertif dengan baik meskipun kegiatan konseling kelompok ini sudah berakhir.

Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya mengadakan kegiatan layanan bimbingan kelompok ataupun konseling kelompok secara rutin untuk meningkatkan perilaku asertif siswa ataupun hal-hal lain yang berkaitan dengan kualitas diri lainnya guna menunjang pengembangan sosial mereka di sekolah.

Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang peningkatan perilaku asertif siswa dengan penggunaan layanan konseling kelompok teknik sosiodrama hendaknya dapat menggunakan variabel lain seperti faktor rendahnya perilaku asertif dan pengembangan modul dengan menambahkan skenario lain yang seru dan menyenangkan bagi siswa berdasarkan perkembangan zaman.

#### DAFTAR RUJUKAN / REFERENCES

- Alberti, R dan Emmons, M. 2002. *Your Perfect Right: Panduan Praktis Hidup Lebih Ekspresif dan Jujur pada Diri Sendiri*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Apriyanti, R. 2017. *Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Teknik Role Play Meningkatkan Perilaku Asertif Pada Siswa* (Jurnal Bimbingan Konseling), <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/>, diakses 3 April 2018.
- Arliani, L. 2013. *Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif* (jurnal Bimbingan Konseling), <http://jurnal.fkip.uns.ac.id/>, di akses 3 April 2018.
- Dewi, K. 2016. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Perilaku Asertif Siswa Kelas IX SMP N 25 Semarang T.A 2015/2016* (Jurnal Bimbingan Konseling), <http://jurnal.unnes.ac.id>, diakses 3 April 2018.
- Pambudi, A.T. 2016. *Pengaruh Layanan Penguasaan Konten Teknik Sosiodrama Terhadap Perilaku Asertif Siswa Dengan Guru SMA Negeri 3 Magelang Tahun Ajaran 2015/2016* (Jurnal Bimbingan Konseling), <http://jurnal.unnes.ac.id>, diakses 4 April 2018.
- Prawitasari, J. E. 2011. *Psikologi Klinis Pengantar Terapan Mikro & Makro*. Jakarta : Erlangga.
- Sari, N. W. 2014. *Pengaruh Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa* (Jurnal Bimbingan Kelompok), <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/>, diakses 3 April 2018.
- Setyowati, P. A. 2014. *Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Kartika III-I Banyu Biru Melalui Layanan Bimbingan Kelompok* (Jurnal Bimbingan Konseling), <http://jurnal.uksw.edu>, diakses 4 April 2018.
- Susilowati. 2013. *Pengaruh Metode Role Play Dalam Layanan Bimbingan Klasikal Terhadap Pemahaman Asertif* (Jurnal Bimbingan Konseling), <http://jurnal.unj.ac.id/>, diakses 4 April 2018.
- Wuri, H. R. 2015. *Efektifitas Teknik Role Play Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Pada Anggota OSIS SMP N 1 PAKEM* (Jurnal Bimbingan Kelompok), <http://jurnal.unj.ac.id/>, diakses 3 April 2018.