

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN HARGA DIRI SISWA

Diana Nur Saputri

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
e-mail(dianasaputri@mhs.unesa.ac.id)

Hadi Warsito Wiryosutomo

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
e-mail(hadiwarsito@unesa.ac.id)

Abstract

The purpose of this study is examine the effectiveness group guidance with sociodrama technique to improve student self-esteem at Grade X Islamic Highschool 2 Gresik. The type of this study is quantitative study with pre-experimental method designed by using one group pretest-posttest. The samples of this study are students with low self-esteem choosen by purposive sampling technique. The data collection method used questionnaire about student self-esteem. Data analysis technique used in this study ins non-parametric statistic with sign test (Wilcoxon test).

The results showed the difference 0.1425% between pre-test and post-test. It can be concluded that "Ho accepted" because $T+ (78) \geq To (15)$. So it can be concluded that group guidance with sociodrama technique effectively improve student self-esteem.

Keyword : Selfesteem, Sociodrama

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam meningkatkan harga diri siswa kelas X MAN 2 Gresik. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen yang didesain dengan menggunakan one group pretest-posttest. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa dengan harga diri rendah yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Metode pengumpulan data menggunakan angket mengenai harga diri siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik non-parametrik dengan uji tanda atau Wilcoxon test.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan sebanyak 0.1425% antara pere-test dan post-test. Dapat disimpulkan bahwa "Ho diterima" karena $T+ (78) \geq To (15)$. Jadi dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama secara efektif meningkatkan harga diri siswa.

Kata kunci : Harga diri, Sosiodrama

UNESA
Universitas Negeri Surabaya

I. PENDAHULUAN

Harga diri merupakan salah satu kebutuhan dasar individu yang harus terpenuhi, manusia dengan tantangan hidup di masyarakat yang semakin hari terus berkembang harus memiliki dasar harga diri yang mumpuni untuk membantunya bertahan. Pengertian harga diri menurut Baron dan Byrne (2004) ialah evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu; sikap seseorang terhadap diri sendiri dalam rentang dimensi positif-negatif. Sedangkan Branden (1999) juga mengungkapkan harga diri adalah perpaduan antara kepercayaan diri dengan penghormatan diri.

Konsep harga diri yang ada pada diri individu ini sudah dijelaskan dalam hirarki kebutuhan dasar manusia yang dikembangkan oleh Abraham Maslow. Konsep hirarki ini menganggap bahwa kebutuhan di level rendah harus terpenuhi atau paling tidak cukup terpenuhi terlebih dahulu sebelum kebutuhan-kebutuhan yang lebih tinggi menjadi hal yang memotivasi (Feist & Feist, 2016). Maslow (dalam Feist & Feist, 2016) mengungkapkan hirarki kebutuhan manusia berdasarkan prapotensi masing-masing adalah; (a). Kebutuhan Fisiologis (*physiological*); (b). Rasa aman (*safety*); (c). Cinta dan Keberadaan (*love and belongingness*); (d). Harga diri (*self esteem*); dan (e). Aktualisasi diri (*self-actualization*). Dalam hirarki tersebut haruslah kebutuhan di level rendah terpenuhi terlebih dahulu untuk kemudian naik pada level kebutuhan pada hirarki selanjutnya. Harga diri yang dimiliki individu dalam proses pembentukannya dipengaruhi banyak hal diantaranya yakni pengalaman, keluarga dan lingkungan. Tak bisa dipungkiri bahwa keluarga dan lingkungan merupakan tempat awal bagi individu untuk mengenal dunia dan juga tempat awal untuk menyusun konsep dirinya. Berbanding lurus dengan keluarga dan lingkungan, pengalaman juga terus memberikan sumbangan pada harga diri, dengan terus berjalannya waktu harga diri pada setiap individu juga akan terus mengalami perkembangan tergantung pengalaman yang dialami pada masa itu.

Harga diri yang dimiliki setiap individu tidak selalu sama, ada dua macam yakni harga diri tinggi dan harga diri rendah. Dalam beberapa kasus harga diri tinggi memiliki konsekuensi yang positif, sementara harga diri rendah memiliki efek sebaliknya (Leary, Schreindorfer, & Haupt dalam Baron dan Byrne, 2004). Individu

dengan harga diri tinggi dapat diartikan individu tersebut menyukai dirinya sendiri, dan memiliki kecenderungan pada sikap-sikap positif, sabar, peka terhadap lingkungan dan pandai bersosial, sedangkan harga diri rendah memiliki kecenderungan tidak dapat menghargai orang lain dan bersikap rendah diri. Branden (1999) juga mengungkapkan seseorang dengan harga diri tinggi berarti merasa cocok dengan kehidupannya dan penuh keyakinan dalam menjalani hidupnya, yaitu mempunyai kompetensi dan sanggup mengatasi masalah-masalah kehidupan, sedangkan seseorang dengan harga diri rendah berarti biasanya merasa tidak cocok dengan kehidupannya dan merasa bersalah terhadap diri sendiri. Meskipun kita tidak dapat mengklaim bahwa seseorang dengan harga diri tinggi itu lebih baik dari seseorang dengan harga diri rendah akan tetapi harga diri tinggi memiliki banyak kecenderungan positif, individu dengan harga diri tinggi cenderung memiliki banyak hal-hal positif yang dilakukan dan memiliki pengaruh positif terhadap lingkungan, harga diri tinggi juga mendukung individu untuk bergerak ke arah yang lebih baik dan menunjang tugas perkembangannya secara lebih baik pula.

Karakteristik harga diri individu dapat dilihat dari ciri-ciri yang ditampilkan pada kehidupan sehari-hari. Menurut Clames dan Bean (1995) karakteristik individu yang memiliki harga diri tinggi adalah sebagai berikut : (1) Berprilaku mandiri; (2) bisa dengan mudah menerima tanggung jawab; (3) Merasa bangga dengan prestasi yang dimiliki ; (4) Mengatasi prestasi yang baik; (5) Antusias menanggapi tantangan baru; (6) Menunjukkan jangkauan emosi dan perasaanyang luas ; (7) Menoleransi frustrasi dengan baik; (8) Merasa sanggup mempengaruhi orang lain. Seseorang dengan harga diri tinggi akan memiliki banyak hal positif yang akan membantu individu menjalani kehidupannya, individu akan bertindak mandiri, seperti dalam pengambilan keputusan, individu dengan harga diri tinggi akan bertindak mandiri dalam mengambil keputusan dan tidak menggantungkan diri pada orang lain, selain itu ia dapat memperhitungkan konsekuensi dan manfaat yang akan didapatkannya, tidak berhenti disitu individu dengan harga diri tinggi akan mudah menerima tanggung jawab, hal ini karena ia merasa mampu untuk menyelesaikan tanggung jawab tersebut, hal-hal seperti ini merupakan manfaat yang di

dapatkan dari harga diri tinggi. Akan tetapi pada kenyataannya harga diri pada setiap individu terlampaui beragam, masih banyak individu yang memiliki harga diri rendah dan berahir pada individu tidak dapat mengontrol dirinya sendiri dengan terus bersikap pesimis. Sedangkan menurut Clames dan Bean (1995) karakteristik individu dengan harga diri yang rendah ialah berikut : (1) Meremehkan bakat yang dimiliki ;(2) Merasa tak ada menghargainya; (3) Merasa tidak berdaya; (4) Mudah dipengaruhi; (5) Menunjukkan perasaan dan emosi yang sempit; (6) Menghindari situasi yang dapat menimbulkan kecemasan pada dirinya ; (7) Bersikap defensive dan mudah frustrasi; (8) Menyalahkan orang lain atas kelemahannya sendiri.

Individu dengan harga diri rendah cenderung memiliki banyak hal negatif, hal mendasar dari karakteristik tersebut adalah individu merasa tidak berdaya dan merasa tak ada seorang pun yang menghargainya, dua hal ini akan berakibat fatal bagi kelangsungan hidup individu jika terjadi terus-menerus, saat individu merasa tidak berdaya ia tidak akan percaya bahwa dirinya mampu menyelesaikan sesuatu dan hal itu akan membuatnya berhenti di tempat, dalam artian individu tidak akan berkembang sebagaimana mestinya, selain itu individu dengan harga diri rendah akan mudah frustrasi, kehidupan akan terus berjalan, baik saat individu dalam keadaan siap ataupun sebaliknya, tidak dapat dihindari pada beberapa kesempatan akan ada permasalahan yang akan muncul dalam kehidupan individu, individu yang secara psikis kurang kuat akan mengalami frustrasi. Secara umum kasus dalam masyarakat menyatakan bahwa individu dengan harga diri rendah akan kesulitan untuk menghadapi setiap masalah yang datang, karena kemampuan untuk menolak pengaruh dari situasi lingkungan membutuhkan dasar harga diri yang stabil, sedang harga diri yang tidak stabil berhubungan langsung dengan determinasi diri yang rendah, konsep diri yang kurang jelas dan ketegangan dalam mencapai tujuan seseorang individu . (Kernis,dkk dalam Baron dan Byrne,2004).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada saat melakukan PPL pada tanggal 17 Juli sampai pada tanggal 2 September 2017 ditemukan di kelas x ada beberapa siswa memiliki kasus yang mengarah pada peghargaan

diri rendah. Banyak siswa yang melakukan perbuatan yang dinilai ke kanak-kanakan (*childish*) dan melakukan tindakan yang tidak seharusnya dilakukan, kasus-kasus ini bahkan sering terulang, dengan berlarutnya kasus-kasus tersebut telah memicu perpecahan antar siswa dan berakibat pada dikucilkannya beberapa siswa dan kemudian telah berlanjut pada penurunan harga diri siswa yang di kucilkan, hal ini tentu tidak bisa dibiarkan berlangsung berlarut-larut, penghargaan diri rendah memiliki banyak efek negatif yang dapat mengganggu perkembangan psikis individu. Informasi mengenai permasalahan yang dihadapi oleh siswa-siswi Madrasah Aliyah Negeri 2 Gresik tersebut peneliti peroleh dari wawancara dengan narasumber guru Bimbingan dan Konseling. Analisa sementara yang dilakukan untuk mengetahui permasalahan-permasalahan yang terjadi pada siswa-siswi Madrasah Aliyah Negeri 2 Gresik mengarah pada beberapa siswa yang masih terus melakukan tindakan kekanak-kanakan yang merugikan dirinya dan juga orang lain, hal-hal ini meliputi siswa yang tidak mau berbicara pada semua orang saat dia merasa terancam, siswa yang melakukan tindakan negatif berupa merusak sepeda motor temannya karena kesal dan beberapa tindakan kekanak-kanakan lainnya, jika individu terus bersikap kekanak-kanakan di khawatirkan akan banyak siswa menghindarinya karena ia terlalu memikirkan diri sendiri dan berperilaku yang tidak semestinya pada usia mereka yang sudah cukup dewasa, dengan dihindarinya individu-individu tersebut, individu akan merasa tidak diinginkan oleh lingkungan, tidak berarti dan memiliki penilaian diri negatif, lalu kemudian hal ini yang memicu penurunan harga diri pada siswa, dan saat individu memiliki harga diri yang rendah ia akan cenderung kesepian, keterampilan sosial yang tidak memadai dan menarik diri dari lingkungan.

Beberapa kasus juga terjadi di mayarakat karena harga diri rendah, harga diri rendah dapat berakibat sangat fatal pada pertumbuhan psikis individu dan juga akan sangat berdampak pada pemenuhan tugas-tugas perkembangannya, salah satu contoh kasus harga diri rendah yang terjadi terjadi belum lama ini adalah seorang mahasiswa yang bernama Birahmatika Tsalasa Alail yang nekat bunuh diri dengan cara gantung diri di kamar mandi kamar kosnya karena mengalami stress (Rahardjo,2017), kasus ini berkaitan

dengan harga diri rendah yang sudah dipaparkan sebelumnya, karena stress yang dialami Birahmatika Tsalasa Alail merupakan akibat dari penerimaan lingkungan yang kurang baik terhadap dirinya, ia merasa tidak diterima oleh lingkungan sehingga ia memutuskan untuk mengakhiri hidupnya, selain itu kasus bunuh diri dengan judul "Kasus bunuh diri siswa terkait ujian, USBN diminta ditinjau ulang" (Artharini, 2017) dijelaskan bahwa siswa dengan inisial Aa nekat bunuh diri dengan meminum racun, dikarenakan ia merasa kehilangan harga dirinya setelah ia diinterogasi dan dituding oleh beberapa oknum guru disekolahnya, tudingan ini dilontarkan dengan kalimat yang tidak menyenangkan, permasalahan ini terjadi karena ia memposting status tentang kebocoran jawaban ujian nasional berstandar nasional di akun facebooknya, kasus ini merupakan salah satu kasus yang mendukung betapa harga diri rendah memiliki resiko yang sangat tinggi, salah satunya bisa mengakibatkan individu frustrasi dan nekat bunuh diri.

Sebuah kasus yang serupa juga terjadi Tangerang, seorang suami yang berinisial LN nekat membunuh istri dan kedua putrinya (Flora, 2017) dalam kasus ini dijelaskan permasalahan muncul berawal dari cekcok masalah ekonomi, sang suami merasa tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan ekonomi yang semakin hari kian melambung, sedangkan sang istri (AR) terus saja memaksa meminta uang dan menyudutkan suami dengan kalimat yang menyakitkan, hal ini memicu timbulnya amarah LN, karena kalimat yang di lontarkan AR menyakiti harga dirinya sehingga terjadilah pembunuhan keji tersebut. Kasus-kasus di tersebut terjadi karena harga diri rendah, harga diri rendah memicu individu bergerak kearah negatif, termasuk dalam penanganan masalah yang terjadi dalam kehidupannya ia cenderung mengambil tindakan dengan tanpa berfikir panjang.

Individu dengan harga diri rendah tidak selamanya akan mengalami harga diri rendah jika ia dapat mengembangkan dirinya kearah yang lebih baik. Branden (1999) mengungkapkan kemampuan untuk megembangkan kepercayaan diri dan penghormatan diri yang sehat, secara alamiah melekat dalam hakikat kita sebagai manusia, karena kemampuan kita dalam berfikir merupakan fakta dan sumber dasar kompetensi kita bahwa kita hidup sebagai sumber dasar hak

yang diperjuangkan dalam mencapai setiap kebahagiaan yang kita dambakan. Harga diri pada setiap individu bisa diarahkan kearah positif karena pada dasarnya manusia sudah memiliki kecenderungan untuk mengembangkan penghormatan dirinya. Selain itu Branden (1999) juga mengungkapkan bahwa saat individu mengembangkan harga diri berarti sama halnya dengan ia mengembangkan keyakinan-keyakinan bahwa ia mampu untuk hidup dan patut untuk bahagia menghadapi kehidupannya dengan penuh keyakinan, kebajikan dan optimisme yang akan membantunya mencapai tujuan. Guru Bimbingan dan Konseling sebagai fasilitator bagi siswa untuk mencapai tugas perkembangannya punya tanggungjawab untuk memberikan layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa, layanan-layanan tersebut berupa program yang dapat membantu siswa mencapai tugas perkembangan sesuai tahapan yang dihadapi siswa. Dalam kasus harga diri rendah yang dihadapi siswa konselor dapat memilih satu diantara banyak layanan bimbingan dan konseling baik itu dalam setting kelas maupun setting kelompok, sebelumnya penanganan dilakukan dengan memberikan layanan informasi yang disalurkan melalui bimbingan klasikal akan tetapi menurut pemaparan guru BK setelah melakukan evaluasi, hasil yang dicapai kurang memenuhi tujuan layanan bimbingan, sehingga dalam kasus harga diri rendah yang terjadi di Madrasah Aliyah Negeri 2 Gresik bimbingan kelompok dirasa lebih efektif untuk dijalankan, karena bimbingan kelompok hanya beranggotakan beberapa orang sehingga lebih fokus pada tujuan untuk membantu siswa meningkatkan harga dirinya, dan dengan jumlah anggota yang terbatas ini konselor di tuntut untuk mensaring siswa yang benar-benar membutuhkan layanan tersebut.

Prayitno dan Amti (1999) mengungkapkan bahwa Bimbingan kelompok ialah Suatu kegiatan dengan sekelompok orang yang memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, memberi saran, menanggapi, dan lain-lain sebagainya; apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk peserta lainnya. Tujuan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno dan Amti, 1999 adalah: (a). Mampu berbicara di depan umum; (b). Mampu berpendapat, memberikan ide, saran,

tanggapan, perasaan dan lain sebagainya kepada orang banyak; (c). Bisa menghargai pendapat orang lain; (d). Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya; (e). Mampu mengendalikan diri dan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif); (f). Dapat bertenggang rasa; (g). Menjadi akrab dengan yang lainnya.; (h). Membahas topik umum yang

menjadi kepentingan bersama.

Bimbingan kelompok sebagai salah satu cara yang di gunakan untuk membantu siswa menghadapi tugas perkembangannya. Sesuai dengan pemaparan di atas peneliti akan menggunakan bimbingan kelompok untuk meningkatkan harga diri, bimbingan kelompok dirasa efektif dalam penanganan hal ini, selain siswa dapat membangun komunikasi baik dengan teman-teman dalam satu kelompoknya, siswa juga akan merasa dihargai dan belajar menghargai orang lain, bimbingan kelompok berguna untuk memicu siswa membangun kembali konsep dirinya yang kemudian secara alami akan mengarah pada harga diri nya.

Sedangkan teknik bimbingan kelompok yang akan dijalankan adalah sosiodrama, sosiodrama merupakan metode pembelajaran dengan bermain peran untuk memecahkan masalah-masalah yang berkaitan dengan fenomena yang terjadi di lingkungan sosial. Menurut Usman (2002) sosiodrama merupakan penyajian bahan dengan cara memperlihatkan peragaan, dalam bentuk kenyataan maupun uraian. Semuanya berbentuk tingkah laku dalam hubungan sosial yang kemudian di minta beberapa peserta didik untuk memerankannya. Sosiodrama digunakan untuk memberikan pemahaman dan penghayatan akan masalah-masalah sosial. teknik ini dirasa cocok untuk membantu siswa meningkatkan harga dirinya dengan cara yang lebih halus, sehingga siswa dengan harga diri rendah tidak akan merasa terhakimi.

Penelitian yang relevan

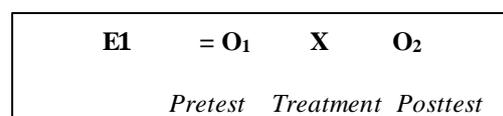
1. Yang pertama adalah penelitian tentang harga diri, yakni penelitian yang dilakukan oleh Hakim (2016) tentang Eksplorasi Harga diri Perilaku Balap Liar pada siswa SMP di Kabupaten Mojokerto, dengan hasil penelitian berupa pelaku balap liar memiliki harga diri positif terhadap balapan liar.

2. Yang kedua, penelitian yang menggunakan bimbingan kelompok sebagai layanan bimbingan nya yakni penelitian dilakukan oleh Ilmi (2016) tentang “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Bermain Peran Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa dengan hasil penelitian terdapat peningkatan motivasi belajar siswa setelah diberi perlakuan Bimbingan kelompok dengan teknik “*role playing*” sejumlah 5%.
3. Yang ketiga penelitian yang memanfaatkan teknik sosiodrama untuk penelitiannya adalah penelitian yang dilakukan Yanti (2014) tentang ”Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kemampuan Empati dan hasil penelitian yakni bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat dengan efektif meningkatkan kemampuan empati siswa. Dapat dilihat dari hasil analisis t-test yang menunjukkan bahwa nilai thitung > ttabel (9,22619 > 2,36462), N=8 dengan taraf signifikansi 5%.

II. METODE PENELITIAN

Berdasarkan permasalahan penelitian yang telah dipaparkan, penelitian ini berjudul “Efektifitas Bimbingan Kelompok teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Harga diri Pada Siswa Kelas X Marasah Aliyah Negeri 2 Gresik” maka penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen. Penelitian ini dirancang untuk menjawab pertanyaan penelitian dengan menggunakan data kuantitatif dengan membuat rancangan *Pre-Experimental* dengan menggunakan metode *one-group pretest-posttest design*, penggunaan jenis penelitian ini digunakan karena hanya terdapat satu kelompok perlakuan dan tanpa adanya kelompok pembanding karena peneliti hanya akan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test*.

Secara singkatnya dijelaskan pada gambar berikut :
Gambar 3.1. Prosedur Pelaksanaan Penelitian



(Arikunto,2006)

Keterangan :

- E1 : Kelompok Eksperimen
 O1 : Pre-Test
 O2 : Post-Test
 X : Perlakuan

Berikut merupakan perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama :

Tahap bimbingan kelompok	Tahapan sosiodrama
1. Pembentukan	Pembentukan hubungan baik, dimulai dengan pengenalan, rasionalisasi kegiatan dan penjelasan alur
2. Transisi	Membangun jembatan atau peralihan antara tahap I dan tahap II
3. Kegiatan	1. Menentukan masalah 2. Membentuk situasi 3. Membentuk karakter 4. Mengarahkan pemain 5. Memahami peran 6. Menghentikan/memotong 7. Mendiskusikan dan menganalisis permainan
4. Pengakhiran	Tahap tendensi, semua kegiatan diakhiri. Evaluasi

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah penyebaran angket atau kuisioner kepada siswa. Kuisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. menurut Riyanto (2007) angket merupakan daftar pertanyaan untuk mengumpulkan data yang disampaikan kepada responden untuk dijawab secara tertulis. Angket yang digunakan pada penelitian ini adalah angket jenis tertutup untuk mengetahui tinggi rendahnya skor kematangan karier. Skala pilihan jawaban yang digunakan dalam penyusunan angket penelitian ini adalah skala Likert, sedangkan alternatif pilihan jawaban pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

(Tabel 3.2. Ketentuan skoring)

Jawaban	(+)	(-)
Sangat sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Kurang sesuai	2	3
Tidak sesuai	1	4

Data ini menggunakan analisis *non parametric* dengan menggunakan *uji wocoxon signed rank test*, *Wilcoxon* merupakan pengujian yang digunakan untuk mengetahui perbedaan antara dua sampel dependen berpasangan atau berkaitan dan digunakan sebagai

alternative pengganti *uji paired sample T test* apabila tidak berdistribusi normal. *Uji Wilcoxon* ini berfungsi untuk menguji perbedaan signifikansi diantara kelompok eskperimen berdasarkan treatmennya

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

• Analisis Pre-test dan Post-test

Untuk mencari subjek penelitian maka dilakukan *pre-test* menggunakan angket pengukuran harga diri yang telah lolos uji validitas dan reliabilitas. *Pre-test* diberikan kepada siswa Kelas X Man 2 Gresik sebanyak 20 siswa. Setelah dilakukan pengisian angket oleh responden dan pengumpulan kembali, kemudian angket tersebut dihitung skornya sesuai dengan ketentuan. Skor tersebut ada beberapa pengkategorian yaitu, kategori tinggi, kategori sedang dan kategori rendah. Kategori tersebut didapatkan melalui perhitungan *mean* (rata-rata) dan *standar deviasi*.

Setelah mendapatkan skor dari pengukuran awal (*pre-test*) maka diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik sosiodrama pada 12 siswa yang memiliki kategori rendah dan sedang juga 1 siswa yang memiliki kategori tinggi untuk memberikan contoh pada siswa lainnya. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik uji tanda Wilcoxon dengan pertimbangan sebagai berikut : (1) data yang digunakan berpasangan dan . (2) data yang digunakan ordinal sehingga teknik uji tanda cocok untuk menganalisis penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa efektif bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan harga diri pada siswa dengan menggunakan perbandingan sebelum dan sesudah perlakuan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Berikut merupakan hasil analisis dalam bentuk tabel hasil penelitian : (tabel 3.3 hasil pre-test dan post-test)

No.	Siswa	Pre-test (x)	Post-test (y)	Sel isih (y-x)	U r u t a n	R a n g k i n g	T a n d a r a n g k i n g	Keterangan
-----	-------	--------------	---------------	----------------	-------------	-----------------	---------------------------	------------

No.	Siswa	Pre-test (x)	Post-test (y)	Selisi (y-x)	Urutan	Ranking	Tanda Rangka	Keterangan
1	DK	78	108	30	12	12	+12	Meningkat
2	DAM	84	102	18	10	9	+9	Meningkat
3	SF	84	94	10	4	4	+4	Meningkat
4	WFK	87	104	20	11	11	+11	Meningkat
5	VP	88	105	17	7	7	+7	Meningkat
6	MS	90	108	18	8	9	+9	Meningkat
7	MH	92	94	2	1	1	+1	Meningkat
8	NS	91	106	15	6	6	+6	Meningkat
9	UH	91	98	7	2	2	+2	Meningkat
10	AN	93	107	14	5	5	+5	Meningkat
11	MN	93	111	18	9	9	+9	Meningkat
12	AP	96	105	9	3	3	+3	Meningkat
Total							+78	

Berikut dapat diketahui hasil Wilcoxon ranks test

Ranks

		Mean Rank	Sum of Ranks
POST - PRE	Negative Ranks	0 ^a	.00
	Positive Ranks	12 ^b	6.50
	Ties	0 ^c	
	Total	12	78.00

a. POST < PRE

b. POST > PRE

c. POST = PRE

berdasarkan hasil diatas, dapat diketahui bahwa :

- Negative ranks bernilai "0" itu berarti tidak ada penurunan (pengurangan) antara hasil *pre-test* dan *post-test*
- Positive ranks atau selisi (positif) antara *self esteem* untuk *pre-test* dan *post-test*. N = 12, Mean rank = 6.50, sum of rank = 78.00 hasil itu menunjukan bahwa ada peningkatan antara hasil *pre-test* dan *post-test*
- Ties adalah kesamaan nilai *pre-test* dan *post-test*, nilai ties = 0 sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara *pre-test* dan *post-test*

Test Statistics^a

	POST - PRE
Z	-3.062 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Dasar pengambilan keputusan :

1. Jika nilai Asymp.Sig.(2-tailed) lebih kecil dari < 0,05, maka Ha diterima
2. Sebaliknya, jika nilai Asymp.Sig.(2-tailed) lebih besar dari 0,05, maka Ha ditolak

Berdasarkan output "test statistics" diatas diketahui Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,002. karena nilai 0,002 lebih kecil dari < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa Ha diterima, artinya ada perbedaan hasil *self esteem* siswa sebelum dan setelah diberi perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik sosiodrama. sehingga dapat disimpulkan bahwa "Bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan harga diri siswa kelas X Madrasah Aliyah Negeri 2 Gresik".

• Pembahasan

Penelitian kuantitatif ini merupakan penelitian eksperimen dengan menggunakan metode *one group pretest-posttest design*, dengan alasan hanya terdapat satu kelompok perlakuan tanpa adanya kelompok pembanding, peneliti hanya akan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest*. Penelitian ini berdasar pada kasus yang terjadi di Madrasah Aliyah Negeri 2 Gresik, yakni siswa yang bersikap seenaknya dan cenderung kekanak-kanakan dalam bersikap, sehingga memicu dirinya dijauhi oleh lingkungan sosial dan kemudian mengarah pada harga diri rendah karena merasa tidak diterima oleh lingkungan.

Penelitian ini berusaha menguji bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan harga diri siswa kelas X di Madrasah Aliyah Negeri 2 Gresik. Harga diri merupakan komponen yang penting bagi setiap individu, yang merupakan kebutuhan dasar keempat yang ada dalam hirarki kebutuhan dasar manusia menurut Abraham Maslow. Dalam kasusnya harga diri terbagi menjadi dua, yakni harga diri tinggi dan harga diri rendah, harga diri rendah cenderung mengarah pada hal-hal negatif seperti ketidakberdayaan dan penerimaan sosial yang kurang baik pada individu, akan tetapi sebaliknya harga diri tinggi cenderung mengarah pada hal-hal positif. Harga diri pada setiap individu dapat berkembang sesuai dengan apa yang dialami pada masa tertentu, harga diri pada individu akan berkembang dengan baik jika ia mendapatkan stimulus kearah yang baik, hal ini berbanding lurus dengan pendapat Branden (1999) bahwa pada dasarnya individu memiliki kecenderungan untuk memperbaiki dirinya untuk mencapai kebahagiaan yang didambakan.

Berdasarkan hasil analisis data terdapat peningkatan harga diri siswa setelah pemberian perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik sosiodrama, meskipun penelitian-penelitian sebelumnya belum banyak yang meneliti tentang sosiodrama untuk meningkatkan

harga diri siswa, namun hasil penelitian yang dilakukan peneliti membuktikan bahwa teknik sosiodrama mampu meningkatkan harga diri siswa. hal ini dikarenakan sosiodrama menerapkan permainan peran yang mendramakan masalah-masalah sosial sehingga mempermudah siswa untuk belajar dari kasus-kasus yang terdapat dalam masyarakat, tentang bagaimana pentingnya menjadi bagian dari masyarakat dan menempatkan diri supaya menjadi pribadi yang dapat diterima dengan baik dilingkungannya.

Penelitian sebelumnya juga telah dilakukan Awlawi (2013) dengan judul “Teknik bermain peran pada bimbingan kelompok untuk meningkatkan *Self-esteem*” juga menunjukan peningkatan tingkat harga diri siswa setelah diberikan perlakuan berupa *role playing*. Selain itu penelitian yang lain juga telah dilakukan Meirita (2016) dengan judul “Meningkatkan Harga Diri pada Korban Bullying, dengan Menggunakan Teknik Bermain Peran pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 2 Bandar Kabupaten Batang” yang mendapatkan hasil berupa kesimpulan teknik bermain peran mampu meningkatkan harga diri pada korban bullying. Ayc.Kirana; Warsito, Hadi dkk (2013) juga telah melakukan penelitian dengan judul “Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Keterampilan Interaksi Sosial Anggota Pengurus Osis” penelitian ini menunjukan adanya peningkatan yang signifikan pada keterampilan interaksi siswa setelah diberi perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Teknik bermain peran (*role playing*) berhubungan erat dengan teknik sosiodrama, dari segi pengertian dan juga proses berlangsungnya hampir sama, hanya dibedakan dengan penghayatan dalam peran. Menurut Andimar (2011) Sosiodrama dimaksudkan adalah suatu cara mengajar dengan jalan mendramatisasikan bentuk tingkah laku dalam hubungan sosial. Sedangkan bermain peranan (*role playing*) berarti memegang fungsi sebagai orang yang dimainkannya. Berdasarkan hasil yang didapatkan dalam penelitian ini bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan harga diri siswa kelas X Madrasah Aliyah Negeri 2 Gresik tingkat harga diri pada siswa terbukti naik, akan tetapi bimbingan kelompok teknik sosiodrama tidak dapat diterapkan sembarangan pada siswa, harus adanya pengawasan ketat dari guru Bimbingan dan Konseling karena bisa saja terjadi perbedaan pemahaman anatar individu, tentang pemaknaan sebuah peran dan maksud dari drama yang dimainkan, selain itu siswa dengan harga diri rendah akan cenderung pasif, sehingga guru bimbingan dan konseling atau dalam hal ini fasilitator harus membimbing dan memberikan pemahaman sebelum siswa benar-benar siap untuk melakukan perannya.

Penerapan sosiodrama ini diharapkan menjadi alternatif dalam penanganan masalah-masalah siswa dengan meninggalkan kesan labeling yang cenderung semakin memperburuk mental siswa yang memiliki

harga diri rendah, agar siswa dapat mencapai tugas perkembangannya secara maksimal.

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa :

1. Siswa yang mendapatkan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik sosiodrama mengalami peningkatan pada tingkat harga dirinya
2. Bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif membantu siswa meningkatkan harga diri.

SARAN

Berdasarkan simpulan diatas, terdapat beberapa saran yang ditujukan kepada beberapa pihak, diantaranya :

- Sekolah
Menurut penelitian yang telah dilakukan pada 12 siswa yang memiliki harga diri rendah peneliti telah berusaha menyajikan materi yang relevan dengan keadaan siswa pada daerah-daerah yang bukan perkotaan, sehingga metode ini dirasa jarang dilaksanakan, sehingga diharapkan sekolah dapat memberikan tambahan jam bimbingan kelompok secara rutin supaya kegiatan-kegiatan bimbingan konseling terutama bimbingan kelompok dapat dilaksanakan secara rutin pula, sehingga dapat membantu siswa menyelesaikan tugas perkembangannya.
- Konselor
Dalam proses berjalannya penelitian ini tentu tak lepas dari bantuan guru BK, penelitian ini diharapkan tidak berhenti sampai disini dan dapat dilanjutkan dengan topik yang berbeda sehingga guru BK dapat membantu siswa menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya dengan tanpa menggurui, karena siswa-siswi kelas X Madrasah Aliyah Negeri 2 Gresik merupakan pribadi yang memiliki banyak impian sehingga membutuhkan bantuan untuk terus memupuk semangatnya untuk mencapai cita-cita.
- Peneliti selanjutnya
Penelitian ini berusaha meningkatkan harga diri siswa melalui teknik yang tidak menggurui, sehingga siswa dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi tanpa beban psikologis seperti labeling, diharapkan peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan metode ini untuk penelitian-penelitian yang berkaitan dengan

masalah-masalah yang sifatnya pribadi pada siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, Edisi Revisi, PT, Rineka Cipta, Jakarta.

Alwawi, Addahari Hafidz. 2013. *Teknik Bermain Peran Pada Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Self-Esteem*. Skripsi tidak diterbitkan. PPs Universitas Negeri Padang

AYC, Kirana; Warsito, Hadi, dkk. 2013. *Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Keterampilan Interaksi Sosial Anggota Pengurus Osis*. *Jurnal BK UNESA, Volume 1 Edisi 2, 105-111*.

Baron, Robert A., dan Donn Byrne. 2004. *Psikologi Sosial*. (diterjemahkan oleh: Ratna Djuwita). Jakarta : Erlangga

Branden, Nathaniel. 1999. *Kiat Jitu Meningkatkan Harga Diri*. (diterjemahkan oleh: Hermes). Jakarta: Delapratasa Publishing

Clames, Harris dan Reynold Bean. 1995. *Bagaimana kita meningkatkan harga diri anak* (diterjemahkan oleh: Dra. Med Meitasari Tjandrasa). Jakarta: Binarupa Aksara

Feist, Jess dan Gregory J Feist. 2016. *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika

Meirita, Eunike Vrina. 2016. *Meningkatkan Harga Diri pada Korban Bullying, dengan Menggunakan Teknik Bermain Peran pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 2 Bandar Kabupaten Batang*. Skripsi tidak diterbitkan. PPs Universitas Kristen Satya Wacana

Hakim, Lukman. 2016. *Explorasi self esteem perilaku balap liar pada siswa smp I kabupaten Mojokerto*. Skripsi. Universitas Negeri Surabaya

Prayitno, Erman Amti. 1999. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta

Riyanto, Yatim. 2007. *Metodelogi Penelitian Pendidikan Kualitatif dan Kuantitatif*. Surabaya : Unesa-university press

Usman, Muhammad Basyiruddin .2002. *Metodologi Pembelajaran Agama Islam*, Jakarta: Ciputat Pers