

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hakikat Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling. Layanan ini melibatkan proses pemberian informasi dan bantuan kepada sekelompok individu, dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan tertentu.¹⁰ Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan atau layanan yang dilakukan kepada individu atau konseli dalam suasana kelompok.¹¹ Melalui interaksi antar anggota, peserta tidak hanya memperoleh pemahaman dari fasilitator, tetapi juga belajar dari pengalaman, pandangan, dan dukungan satu sama lain. Pendekatan ini mendorong terjadinya pertumbuhan pribadi, peningkatan keterampilan sosial, serta penguatan nilai-nilai positif yang berkembang secara alami dalam suasana kelompok yang terbuka dan saling menghargai.

¹⁰Sri Istiqomah, Enik Nurkholidah, and Taufik Agung Pranowo, "Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing Untuk Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama," *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)* 8, no. 1 (2023): 140–141.

¹¹Didik Himmawan et al., "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Mengatasi Perilaku Membolos Pada Siswa SMP (Studi Pada Salah Satu Sekolah SMP Di Indramayu)," *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam* 4, no. 2 (2023): 117.

Bimbingan kelompok adalah metode yang mengandalkan kerja sama antar anggota dalam suatu kelompok yang terdiri dari 2 hingga 10 individu untuk saling mendukung, mendorong pertumbuhan pribadi, dan mencapai tujuan bersama.¹² Dalam pelaksanaannya, proses bimbingan kelompok berlangsung secara terstruktur dan dipandu oleh seorang fasilitator atau pembimbing yang berperan dalam menciptakan suasana yang aman, terbuka, dan kondusif bagi terjadinya komunikasi yang efektif. Anggota kelompok didorong untuk aktif berpartisipasi, berbagi pengalaman, serta merefleksikan nilai-nilai dan sikap yang berkembang selama proses berlangsung. Bimbingan kelompok tidak hanya berfungsi sebagai sarana pemecahan masalah, tetapi juga sebagai media pengembangan potensi dan keterampilan sosial setiap individu dalam kelompok.

Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan secara terstruktur dalam kelompok kecil beranggotakan 2–10 orang, dengan memanfaatkan interaksi dan dinamika kelompok untuk memberikan bantuan, mengembangkan potensi diri, serta membentuk sikap dan keterampilan sosial melalui peran aktif anggota kelompok dan pemimpin kelompok. Dalam bimbingan kelompok pentingnya keaktifan dari anggota

¹²Julia Lepong Bulan, "Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Dalam Mengatasi Konflik Antar Teman Sebaya Di Kelas XI SMKS Tira Rantetayo" (2024): 11.

kelompok maupun oleh pemimpin kelompok agar dinamika dalam bimbingan kelompok berjalan dengan baik. Layanan ini tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah individu, tetapi juga berfungsi sebagai media untuk memperkuat hubungan sosial, menumbuhkan rasa percaya diri, dan menciptakan ruang refleksi yang mendorong perkembangan pribadi secara holistik.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok bertujuan untuk mendukung pertumbuhan setiap anggota dan memperkuat interaksi kelompok untuk mencapai tujuan bersama yang bermanfaat.¹³ Melalui proses ini, anggota kelompok dapat saling berbagi pengalaman, memperoleh wawasan baru, serta mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang penting dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, bimbingan kelompok menjadi wadah yang efektif untuk membangun rasa empati, tanggung jawab, dan solidaritas antaranggota.

Bimbingan kelompok membantu individu mengembangkan keterampilan sosial, terutama dalam komunikasi verbal dan nonverbal.¹⁴ Bimbingan kelompok adalah salah satu pendekatan yang sangat efektif untuk membentuk kemampuan sosial peserta, karena memungkinkan

¹³Hasanah et al., 6.

¹⁴Harefa, Zebua, and dkk, "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Perilaku Konformitas," 23.

adanya interaksi langsung antar anggota kelompok dalam suasana yang mendukung dan aman. Interaksi langsung antar anggota kelompok menciptakan simulasi kehidupan sosial nyata, sehingga peserta tidak hanya belajar teori komunikasi, tapi juga mengalaminya secara langsung.

Bimbingan kelompok bertujuan untuk memperkuat keterampilan sosial individu, khususnya dalam aspek komunikasi, serta membantu peserta dalam mengatasi permasalahan pribadi yang mengganggu.¹⁵ Pendapat ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok tidak hanya berfungsi sebagai sarana pengembangan sosial, tetapi juga memiliki nilai terapeutik dalam mendampingi individu menghadapi berbagai persoalan pribadi. Melalui dinamika kelompok yang suportif dan interaktif, peserta diberikan ruang untuk menyampaikan pikiran dan perasaan secara terbuka, serta menerima umpan balik yang membangun dari anggota lainnya.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok bertujuan untuk mendukung pertumbuhan individu melalui interaksi kelompok, membentuk keterampilan sosial khususnya komunikasi, serta membantu peserta mengatasi permasalahan pribadi. Ketiga aspek tersebut berpadu menjadikan bimbingan kelompok sebagai metode yang tidak hanya efektif dalam memperkuat kemampuan sosial baik verbal maupun

¹⁵Sisca Folastris and Itsar Bolo Rangka, *Prosedur Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok* (Bandung: Perpustakaan Nasional : Katalog Dalam Terbitan (KDT), 2016), 17.

nonverbal tetapi juga relevan sebagai wadah berbagi pengalaman yang mendorong terbentuknya empati, solidaritas, dan tanggung jawab antaranggota. Interaksi yang terjadi dalam suasana kelompok yang aman dan suportif menciptakan simulasi kehidupan sosial yang nyata, memungkinkan peserta untuk tidak hanya memahami konsep komunikasi, tetapi juga mengalaminya secara langsung.

3. Manfaat Bimbingan Kelompok

Menurut Siti Hartinah dalam Widayadi Umarsono bimbingan kelompok memiliki beberapa manfaat penting, yaitu sebagai berikut:

- a) Melalui kegiatan bimbingan kelompok, siswa diberikan latihan untuk menyelesaikan tugas secara kolektif dan menghadapi permasalahan bersama secara terpadu.
- b) Proses diskusi dalam kelompok mendorong siswa agar berani menyampaikan pandangannya sendiri sekaligus belajar menghormati opini orang lain.
- c) Kebutuhan siswa akan informasi dapat dipenuhi dengan lebih efisien jika disampaikan dalam forum kelompok.¹⁶

¹⁶Widayadi Umarsono, *Modul Layanan Bimbingan Kelompok (Kenali Diri Sendiri)* (Purwokerto: CV. Amerta Media, 2022), 4-5.

4. Fungsi Bimbingan Kelompok

Menurut Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati dalam Widayadi Umarsono fungsi dari bimbingan kelompok yaitu, sebagai berikut:

- a) Bimbingan kelompok membantu individu dalam memecahkan masalah secara kolektif sambil memungkinkan terjadinya pertukaran ide dan pengalaman di antara mereka yang menghadapi persoalan serupa.
- b) Fungsi pengentasan dalam konseling kelompok dilakukan dengan memanfaatkan interaksi dan dinamika yang berkembang di dalam kelompok itu sendiri.
- c) Permasalahan dapat diatasi melalui diskusi mendalam yang melibatkan seluruh anggota kelompok, di mana setiap isu dibahas secara menyeluruh tanpa ada yang terabaikan.¹⁷

Menurut Gadza dalam Hartanti Jahju bimbingan kelompok memiliki beberapa fungsi yaitu (1) Pengembangan, layanan bimbingan kelompok adalah mendukung pertumbuhan potensi siswa secara holistik, terutama dalam keterampilan sosial dan komunikasi interpersonal. (2) Pencegahan, bimbingan kelompok dilakukan agar anggota kelompok tidak mengalami masalah di kemudian hari. (3) Pengentasan, selaras

¹⁷Umarsono, Modul Layanan Bimbingan Kelompok (Kenali Diri Sendiri), 4.

dengan tujuan dari layanan bimbingan kelompok, yaitu membantu menyelesaikan permasalahan, setiap aktivitas dalam kelompok diarahkan pada pemecahan masalah melalui pemanfaatan dinamika yang terbentuk dalam kelompok.¹⁸

Dengan demikian, bimbingan kelompok memiliki fungsi strategis dalam membantu peserta didik menghadapi dan menyesuaikan diri dengan berbagai persoalan kehidupan, baik secara pribadi, sosial, maupun akademik. Berdasarkan pandangan para ahli, fungsi bimbingan kelompok dapat disintesis ke dalam tiga fungsi utama, yaitu: pengembangan, pencegahan, dan pengentasan. Ketiganya saling melengkapi dan memperkuat peran layanan ini dalam konteks pendidikan dan konseling.

5. Tahapan Bimbingan Kelompok

Menurut Jahju Hartanti bimbingan kelompok memiliki beberapa tahapan yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap penutup.¹⁹ Berikut penjelasan dari setiap tahap bimbingan kelompok:

a) Tahap Pembentukan

Tahap ini merupakan proses awal di mana individu mulai mengenal dan mulai melibatkan dirinya dalam dinamika kelompok.

¹⁸Jahju Hartanti, *Bimbingan Kelompok, Book* (Tulungagung: UD DUTA SABLON, 2022), 21.

¹⁹Hartanti, *Bimbingan Kelompok*, 16–18.

b) Tahap Peralihan

Tahap peralihan berfungsi sebagai penghubung antara tahap awal dan tahap lanjutan. Proses peralihan ini berlangsung dengan sangat mulus dan tanpa hambatan, di mana para anggota kelompok dapat melanjutkan ke tahap ketiga dengan antusias dan secara sukarela.

c) Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan pusat dari seluruh aktivitas kelompok, sehingga mencakup berbagai aspek penting yang mendukung jalannya kegiatan. Oleh karena itu, setiap aspek tersebut perlu diperhatikan secara cermat oleh pemimpin kelompok untuk memastikan kelancaran proses. Pada tahap ini, ada beberapa kegiatan yang dilaksanakan yaitu sebagai berikut:

- 1) Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah atau topik bahasan
- 2) Menetapkan masalah atau topik yang akan dibahas terlebih dahulu
- 3) Anggota membahas masing-masing topik secara mendalam dan tuntas.

d) Tahap Penutup

Dalam tahap penutup bimbingan kelompok, fokus utama bukan terletak pada frekuensi pertemuan kelompok, melainkan pada pencapaian hasil yang diperoleh selama proses bimbingan

berlangsung. Beberapa kegiatan dilakukan pada tahap ini, yaitu pemimpin kelompok menyampaikan bahwa proses bimbingan akan segera berakhir. Kemudian pemimpin maupun anggota kelompok menyampaikan kesan serta mengevaluasi hasil kegiatan yang telah berlangsung. Setelah itu diskusi mengenai rencana tindak lanjut atau kegiatan lanjutan juga dilakukan.

B. Hakikat Teknik Sosiodrama

1. Pengertian Teknik Sosiodrama

Sosiodrama berasal dari dua kata yaitu "sosio," yang berarti masyarakat, dan "drama," yang menggambarkan keadaan atau peristiwa yang dialami seseorang, termasuk sifat, perilaku, serta hubungan individu dengan orang lain dan lingkungannya.²⁰ Sosiodrama digunakan sebagai metode pembelajaran yang bertujuan untuk menggambarkan situasi sosial tertentu melalui peran yang dimainkan oleh peserta, sehingga mereka dapat memahami dan merasakan langsung berbagai persoalan sosial, nilai, serta norma yang berlaku dalam kehidupan. Oleh karena itu, sosiodrama tidak hanya mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan empati, tetapi juga membantu peserta dalam membangun keterampilan komunikasi dan pemecahan masalah dalam konteks sosial.

²⁰Siti Rahmi, *Bimbingan Dan Konseling Pribadi Sosial* (Aceh: Syiah Kuala University Press, 2021), 191.

Sosiodrama adalah teknik dalam bimbingan kelompok yang digunakan untuk membantu konseli. Dalam teknik ini, konseli diajak memainkan peran tertentu yang berhubungan dengan hubungan antar manusia.²¹ Dengan demikian, sosiodrama dapat membantu konseli memahami dan merasakan hubungan sosial dengan cara memainkan peran tertentu dalam situasi yang mirip dengan kehidupan nyata, yang memungkinkan mereka untuk memahami tekanan sosial dan meresponsnya dengan cara yang lebih positif.

Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan bahwa sosiodrama merupakan suatu teknik pembelajaran dan bimbingan yang melibatkan permainan peran dalam situasi sosial tertentu, yang bertujuan untuk membantu individu memahami dinamika hubungan sosial, nilai, dan norma masyarakat, serta mengembangkan kemampuan berpikir kritis, empati, komunikasi, dan pemecahan masalah melalui pengalaman langsung yang menyerupai kehidupan nyata. Dalam praktiknya, peserta diajak untuk memerankan tokoh-tokoh dengan latar permasalahan sosial, sehingga mereka dapat melihat suatu persoalan dari berbagai sudut pandang. Hal ini memungkinkan terciptanya pemahaman yang lebih mendalam terhadap tekanan sosial yang dialami individu serta cara meresponsnya secara positif dan konstruktif.

²¹Hasanah et al., *Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktek*, 65.

2. Tujuan Teknik Sociodrama

Teknik sociodrama dapat melatih individu untuk memahami perasaan orang lain, bekerja sama, berbagi tanggung jawab, dan mengambil keputusan dalam situasi sosial yang dinamis. Selain itu, teknik ini juga meningkatkan kemampuan berpikir kritis, pemecahan masalah, serta rasa percaya diri. Dengan latihan ini, individu dapat mengatasi rasa malu, lebih terbuka, dan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya.²²

Teknik sociodrama bertujuan untuk mendukung pertumbuhan sosial dan pribadi setiap anggota kelompok serta memperkuat kualitas kerja sama dalam kelompok untuk mencapai berbagai tujuan yang bermanfaat bagi para peserta.²³ Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan individu, tetapi juga membangun interaksi yang harmonis dalam kelompok. Peserta belajar memahami perbedaan, menghargai pendapat orang lain, dan berkontribusi secara aktif dalam proses kelompok.

Dari pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik sociodrama bertujuan untuk melatih individu dalam mengembangkan

²²Jesika Nindi Arsita, Siti Fitriana, and Chr.Argo Widiharto, "Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Terhadap Komunikasi Interpersonal," *Jurnal Psikoedukasia* 1, no. 1 (2023): 112.

²³Imas Nurjanah, Euis Eti Rohaeti, and Tuti Alawiyah, "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Siswa Kelas VIII," *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)* 5, no. 6 (2022): 496.

keterampilan sosial dan pribadi, seperti memahami perasaan orang lain, bekerja sama, berbagi tanggung jawab, serta membuat keputusan dalam situasi sosial yang dinamis. Selain itu, teknik ini juga berperan penting dalam meningkatkan kemampuan berpikir kritis, pemecahan masalah, dan rasa percaya diri. Melalui latihan ini, individu dapat mengatasi rasa malu, menjadi lebih terbuka, dan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Selain pengembangan individu, sosiodrama juga bertujuan memperkuat kualitas kerja sama dalam kelompok, sehingga tujuan bersama yang bermanfaat dapat tercapai. Pendekatan ini mendorong peserta untuk memahami perbedaan, menghargai pendapat orang lain, dan berkontribusi secara aktif dalam menciptakan interaksi kelompok yang harmonis dan produktif.

3. Langkah-langkah Teknik Sosiodrama

a. Perencanaan

Pada tahap ini, guru menyusun rencana untuk melaksanakan layanan bimbingan menggunakan teknik sosiodrama.²⁴ Demikian pula menurut Siti Rahmi, pada tahap perencanaan, guru menyusun dan mempersiapkan berbagai permasalahan yang sesuai dengan kebutuhan siswa.²⁵ Maka, dalam tahap perencanaan layanan bimbingan, guru berperan penting dalam menyusun rencana serta

²⁴Hasanah et al., *Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktek*, 66.

²⁵Rahmi, *Bimbingan Dan Konseling Pribadi Sosial*, 195.

menyiapkan permasalahan yang relevan dengan kebutuhan siswa, yang akan disampaikan melalui teknik sosiodrama.

Pada tahap perencanaan, guru melakukan berbagai kegiatan penting. Pertama, guru mengidentifikasi kebutuhan konseli, yaitu sikap dan keterampilan yang perlu mereka pelajari untuk berinteraksi dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari. Selanjutnya, guru merumuskan tujuan layanan yang disesuaikan dengan kebutuhan konseli tersebut. Berdasarkan kebutuhan dan tujuan ini, materi layanan disusun dan dikembangkan ke dalam skenario permainan peran. Dari materi ini, topik layanan bimbingan serta judul sosiodrama dirumuskan. Guru kemudian mengembangkan skenario sosiodrama, merencanakan strategi pelaksanaan, serta menyiapkan evaluasi untuk menilai efektivitas layanan yang diberikan.²⁶ Dengan demikian tahap perencanaan melibatkan guru dalam menyiapkan layanan bimbingan yang sesuai kebutuhan konseli dengan menggunakan sosiodrama, mulai dari menentukan materi hingga merencanakan pelaksanaan dan evaluasi.

b. Pelaksanaan

Pada tahap ini, guru melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan mengajak konseli untuk bermain peran dalam

²⁶Hasanah et al., *Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktek*, 66.

sosiodrama.²⁷ Ada beberapa kegiatan yang akan dilaksanakan pada tahap ini yaitu sebagai berikut :

- 1) Pembukaan, menurut Marinda Syalafiah dan Rima Irmayanti pembukaan adalah tahap awal yang bertujuan untuk mengenal, melibatkan diri, atau memasuki kehidupan dalam suatu kelompok.²⁸ Menurut Iswatun Hasanah, dkk bahwa pembukaan dimulai dengan membangun hubungan yang baik, memberikan motivasi, serta menjelaskan tujuan dan kegiatan yang akan dilakukan.²⁹ Dengan demikian pembukaan dalam layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama adalah tahap awal di mana anggota saling mengenal, menjalin hubungan baik, serta memahami tujuan dan rencana kegiatan yang akan dilaksanakan bersama.
- 2) Tahap peralihan, dimana guru memberikan informasi bahwa dalam permainan sosiodrama, beberapa siswa akan berperan sebagai kelompok pemain, sementara siswa lainnya bertindak sebagai kelompok pengamat. Baik kelompok pemain maupun pengamat akan ikut serta dalam aktivitas layanan melalui

²⁷Hasanah et al., *Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktek*, 66.

²⁸Marinda Syalafiah and Irmayanti Rima, "Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Komunikasi Interpersonal Siswa Sma," *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)* 3, no. 3 (2020): 84.

²⁹Hasanah et al., *Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktek*, 67.

permainan yang diadakan.³⁰ Pada tahap peralihan, guru mengarahkan siswa untuk berpartisipasi dalam sosiodrama dengan membagi peran antara kelompok pemain dan pengamat, sehingga kedua kelompok dapat aktif terlibat dalam proses layanan.

- 3) Tahap inti, pada tahap ini ada beberapa langkah dalam penerapannya yaitu sebagai berikut :
 - a) Guru membacakan ringkasan cerita sosiodrama (yang telah disiapkan dalam skenario) diikuti dengan pembacaan petunjuk peran bagi setiap pemain.
 - b) Guru menentukan kelompok pemain, yang terdiri dari individu-individu yang memerankan peran sesuai skenario. Penentuan pemain bisa dilakukan melalui tawaran kepada siswa (siapa yang bersedia memerankan peran), diskusi kelompok, atau penunjukan langsung oleh guru.
 - c) Guru memberikan penjelasan dan pengarahan kepada kelompok pemain mengenai proses permainan yang akan dilaksanakan secara adegan demi adegan seperti dalam skenario, memberi waktu bagi pemain untuk mempelajari

³⁰Hasanah et al., *Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktek*, 67.

skenario. Kelompok pengamat juga diberi pengarahan mengenai tugas mereka untuk mengamati jalannya permainan, bagaimana pemain memerankan adegan, dialog, serta pemecahan masalah yang terjadi.

- d) Permainan dilaksanakan sesuai dengan skenario, dengan guru berperan sebagai pengarah (sutradara) dan pengamat proses baik pada kelompok pemain maupun pengamat.
- e) Setelah seluruh adegan selesai, langkah selanjutnya adalah diskusi yang membahas materi yang disampaikan melalui permainan sosiodrama, proses permainan, serta perasaan yang dirasakan pemain dan pengamat selama permainan berlangsung.³¹

Dengan demikian, pada tahap inti, guru membacakan ringkasan cerita dan petunjuk peran, kemudian menentukan kelompok pemain dan pengamat. Guru memberikan pengarahan, memandu jalannya permainan sosiodrama, dan mengamati prosesnya. Setelah permainan selesai, dilakukan diskusi mengenai materi, proses, dan perasaan peserta.

- 4) Penutup, pada tahap ini, guru menyimpulkan hasil layanan bimbingan yang telah dilaksanakan melalui permainan

³¹Hasanah et al., *Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktek*, 67–68.

sosiodrama, menekankan aspek-aspek yang dapat dipelajari dari permainan tersebut sebagai upaya untuk memperkuat layanan siswa, kemudian dilanjutkan dengan evaluasi.³² Pada tahap penutup, perhatian utama terletak pada hasil yang telah dicapai oleh siswa.³³ Pada tahap penutup, guru menyimpulkan hasil layanan bimbingan melalui permainan sosiodrama, menekankan layanan yang diperoleh, dan melanjutkannya dengan evaluasi, dengan fokus pada hasil yang dicapai oleh siswa.

- 5) Evaluasi, tahap ini adalah tahap terakhir yang dalam setiap layanan selalu diakhiri dengan evaluasi, mencakup evaluasi terhadap proses maupun hasilnya.³⁴ Evaluasi sangat penting dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana respon siswa terhadap pemberian layanan oleh guru.

Dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dilakukan melalui tahapan sistematis untuk membantu siswa memahami dan mengatasi permasalahan sosial melalui permainan peran. Tahap perencanaan melibatkan guru dalam menyusun rencana layanan, mengidentifikasi kebutuhan siswa, merumuskan tujuan, serta menyusun skenario sosiodrama. Pada tahap pelaksanaan, layanan diawali dengan

³²Hasanah et al., *Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktek*, 68.

³³Syalafiah and Rima, "Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Komunikasi Interpersonal Siswa Sma," 85.

³⁴Hasanah et al., *Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktek*, 68.

pembukaan untuk membangun hubungan dan memberikan motivasi, dilanjutkan dengan tahap peralihan yang membagi siswa menjadi kelompok pemain dan pengamat. Tahap inti mencakup pembacaan skenario, penentuan pemain, pengarahan, pelaksanaan permainan, serta diskusi reflektif. Selanjutnya, tahap penutup menekankan kesimpulan dari pembelajaran yang diperoleh, diikuti dengan evaluasi untuk menilai efektivitas layanan. Dengan pendekatan ini, siswa dapat memahami berbagai perspektif sosial, mengembangkan keterampilan interpersonal, serta meningkatkan pemahaman dalam menghadapi permasalahan kehidupan sehari-hari

4. Kelebihan dan Kekurangan Teknik Sosiodrama

a. Kelebihan Teknik Sosiodrama

Menurut Jesika Nindi Arsita, dkk, kelebihan teknik sosiodrama adalah membantu siswa berani berperan dalam suatu drama serta melatih kepercayaan diri mereka. Metode ini juga lebih menarik perhatian siswa, sehingga membuat suasana kelas lebih hidup dan interaktif.³⁵ Dengan memainkan berbagai peran, siswa dapat lebih memahami karakter orang lain serta belajar merasakan sudut pandang yang berbeda. Hal ini membantu mereka mengembangkan sikap

³⁵Arsita, Fitriana, and Widiharto, "Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Komunikasi Interpersonal," 113.

empati, tenggang rasa, serta keterampilan dalam berkomunikasi dan berinteraksi sosial.

Menurut Rumintang Marbun kelebihan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok dapat memberikan berbagai manfaat bagi siswa. Metode ini membuat siswa lebih mudah tertarik dengan materi layanan karena topik yang diangkat berkaitan erat dengan kehidupan sosial sehari-hari. Selain itu, teknik ini juga melatih siswa untuk berinisiatif dalam mengungkapkan pendapat mereka, sehingga mereka lebih percaya diri dalam berkomunikasi. Dengan memerankan berbagai karakter, siswa dapat memahami perasaan dan sudut pandang orang lain, yang pada akhirnya membantu mereka lebih menghargai pendapat sesama. Selain itu, sosiodrama juga berkontribusi dalam menumbuhkan sikap saling pengertian, tenggang rasa, toleransi, dan kasih sayang antaranggota kelompok. Suasana dalam bimbingan kelompok pun menjadi lebih hidup dan menarik, sehingga meningkatkan keterlibatan siswa dalam kegiatan. Tak hanya itu, teknik ini juga memberikan kesempatan bagi siswa untuk lebih bebas dalam mengekspresikan diri mereka.³⁶ Dengan berbagai kelebihan ini, sosiodrama menjadi metode yang efektif dalam

³⁶Rumintang Marbun, "Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 7 Depok," *EDUCATOR: Jurnal Inovasi Tenaga Pendidik dan Kependidikan* 3, no. 2 (2023): 126.

bimbingan kelompok untuk meningkatkan pemahaman sosial dan keterampilan komunikasi siswa.

Menurut Djamaroh dalam Julia Lepong Bulan, bimbingan kelompok teknik sosiodrama memiliki beberapa keunggulan dibandingkan teknik bimbingan kelompok lainnya. Metode ini mampu meningkatkan ketertarikan siswa terhadap materi karena relevan dengan kehidupan sosial mereka. Selain itu, siswa menjadi lebih aktif, berinisiatif, dan berani mengemukakan pendapat saat memainkan peran dalam drama. Dengan teknik ini, mereka juga lebih mudah memahami dan mengingat materi melalui pengalaman langsung. Sosiodrama melatih empati, membangun sikap toleransi, serta mendorong sikap saling menghargai antar siswa. Suasana pembelajaran pun menjadi lebih interaktif dan menyenangkan, sekaligus melatih kemampuan berpikir kritis dan mengambil keputusan dengan cepat.³⁷

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama memiliki keunggulan yang tidak ditemukan dalam teknik bimbingan kelompok lainnya. Metode ini meningkatkan keberanian, kepercayaan diri, serta ketertarikan siswa pada materi yang relevan dengan kehidupan mereka. Dengan memainkan berbagai peran, siswa belajar

³⁷Bulan, "Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Dalam Mengatasi Konflik Antar Teman Sebaya Di Kelas XI SMKS Tira Rantetayo," 24.

memahami sudut pandang orang lain, mengembangkan empati, serta meningkatkan keterampilan komunikasi dan interaksi sosial. Selain itu, teknik ini menumbuhkan toleransi, sikap saling pengertian, serta menciptakan suasana pembelajaran yang lebih hidup. Sosiodrama juga melatih berpikir kritis, menganalisis masalah, dan mengekspresikan diri dengan lebih bebas, menjadikannya metode bimbingan kelompok yang efektif.

b. Kekurangan Teknik Sosiodrama

Menurut Cahyani dalam Jesika Nindi Arsita, dkk, teknik sosiodrama memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, siswa yang tidak berpartisipasi dalam drama cenderung kurang aktif. Kedua, metode ini memerlukan waktu yang cukup lama, baik untuk persiapan maupun pelaksanaan, sehingga guru perlu mengatur waktu dengan baik. Ketiga, sosiodrama membutuhkan ruang yang luas agar pergerakan pemain tidak terbatas. Keempat, beberapa siswa merasa kurang nyaman dengan peran yang diberikan karena faktor psikologis, seperti rasa malu atau ketidaksesuaian dengan minat mereka. Terakhir, jika dramatisasi tidak berjalan dengan baik, siswa mungkin kesulitan dalam menarik kesimpulan dari pembelajaran.³⁸

³⁸Arsita, Fitriana, and Widiharto, "Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Komunikasi Interpersonal," 114.

Menurut Rumintang Marbun teknik sosiodrama juga memiliki beberapa kekurangan. Pertama, metode ini memerlukan waktu yang cukup lama dalam pelaksanaannya. Kedua, mengarahkan siswa agar serius dalam bermain peran bisa menjadi tantangan tersendiri. Ketiga, tidak semua siswa bersedia memerankan tokoh yang telah ditentukan. Terakhir, tidak semua siswa memiliki kemampuan atau bakat dalam memainkan peran dengan baik.³⁹

Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik sosiodrama memiliki kekurangan, yaitu membutuhkan waktu yang lama dan ruangan yang luas. Selain itu, tidak semua siswa bisa untuk bermain peran, sehingga hal ini berpengaruh terhadap rasa malu, dan juga terkadang siswa susah untuk diarahkan. Maka dari itu, penting untuk merancang dengan baik persiapan-persiapan dalam menerapkan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

C. Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Ditinjau dari Alkitab

Meskipun istilah bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama tidak disebutkan secara langsung dalam Alkitab. Namun, metode yang digunakan oleh Yesus dalam mengajar memiliki banyak kesamaan dengan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Ia menggunakan perumpamaan, melibatkan murid-murid dalam pengalaman langsung, memfasilitasi diskusi

³⁹Marbun, "Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 7 Depok," 126.

reflektif, serta membimbing mereka dalam interaksi sosial nyata. Berikut beberapa aspek bimbingan kelompok teknik sosiodrama dalam cara Yesus mengajar melalui perumpamaan dalam Alkitab yaitu:

1. Pembelajaran berbasis peran dan simulasi. Dalam sosiodrama, anggota memainkan peran dalam suatu skenario untuk memahami perasaan, sikap, dan perilaku dalam situasi sosial tertentu. Metode perumpamaan Yesus juga mengajak pendengar untuk membayangkan diri mereka dalam peran yang diceritakan dan merenungkan bagaimana mereka akan bertindak dalam situasi yang sama. Pengajaran Yesus melalui perumpamaan dapat dilihat di Lukas 10:25–37 tentang perumpamaan orang samaria yang baik hati.⁴⁰ Dalam kisah ini, Yesus mengajak pendengarnya untuk membayangkan bagaimana jika mereka berada dalam posisi orang yang terluka, imam, orang Lewi, atau orang Samaria.
2. Pengembangan keterampilan sosial dan emosi. Teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok membantu individu untuk meningkatkan keterampilan sosial, terutama dalam berkomunikasi, memahami orang lain, serta membangun hubungan yang harmonis. Dalam Lukas 15:11-32 tentang perumpamaan anak yang hilang menggambarkan bagaimana seorang anak yang meninggalkan keluarganya akhirnya kembali setelah mengalami penderitaan.⁴¹ Perumpamaan ini mengajarkan tentang

⁴⁰*Alkitab Terjemahan Baru* (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2014).

⁴¹*Alkitab Terjemahan Baru*.

rekonsiliasi, kasih sayang, dan pengampunan, yang merupakan keterampilan sosial penting dalam bimbingan kelompok.

3. Refleksi dan kesadaran diri. Salah satu tujuan utama dalam bimbingan kelompok teknik sosiodrama adalah membantu individu menyadari perasaan, pola pikir, dan perilaku mereka. Dalam perumpamaan Yesus, banyak kisah yang mengajak pendengar untuk merenungkan diri sendiri dan mengidentifikasi nilai serta sikap yang perlu diubah, seperti dalam kitab Matius 21:28–32 tentang perumpamaan dua anak.⁴² Dalam kisah tersebut, Yesus menceritakan tentang dua anak: satu yang berkata "ya" tetapi tidak melakukannya, dan satu lagi yang awalnya menolak tetapi kemudian menuruti perintah ayahnya. Ini adalah contoh refleksi sosial, yang juga digunakan dalam sosiodrama, di mana peserta diminta untuk merenungkan apakah tindakan mereka sudah sesuai dengan nilai yang mereka anut. Pendekatan ini memungkinkan peserta untuk menyadari ketidakkonsistenan antara perkataan dan tindakan mereka.
4. Penyelesaian masalah dan pengambilan keputusan. Teknik sosiodrama melatih individu untuk menghadapi dan menyelesaikan konflik sosial dengan cara yang bijaksana. Perumpamaan Yesus sering kali berisi konflik sosial atau moral, yang memaksa pendengar untuk memikirkan bagaimana mereka akan bertindak dalam situasi tersebut. Dalam Matius

⁴²*Alkitab Terjemahan Baru.*

18:23–35 tentang hamba yang tidak mau mengampuni.⁴³ Kisah tersebut, menggambarkan seorang hamba yang diampuni utangnya oleh raja, tetapi kemudian tidak mau mengampuni utang hamba lain. Pendekatan ini membuat pendengar menganalisis keputusan dan sikap tokoh dalam cerita, yang merupakan latihan pemecahan masalah dalam bimbingan kelompok

5. Pembelajaran berkelompok dan diskusi reflektif. Dalam sosiodrama, setelah sesi permainan peran selesai, ada sesi diskusi kelompok untuk merefleksikan pengalaman yang diperoleh. Yesus juga menggunakan metode yang serupa, di mana setelah menceritakan perumpamaan, Ia sering kali mengajak murid-murid-Nya untuk berdiskusi dan memahami makna yang lebih dalam. Dalam Matius 13:10-17 berisi diskusi antara Yesus dengan murid-Nya dimana setelah menceritakan beberapa perumpamaan, murid-murid bertanya kepada Yesus tentang maknanya. Yesus kemudian menjelaskan lebih lanjut, memberikan kesempatan bagi mereka untuk berpikir lebih dalam dan bertanya

Dengan demikian, metode pengajaran Yesus melalui perumpamaan memiliki banyak aspek yang sejalan dengan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Beberapa aspek yang dapat ditemukan yaitu (1) pembelajaran berbasis peran dan simulasi yang mengajak pendengar untuk membayangkan

⁴³*Alkitab Terjemahan Baru.*

diri dalam cerita (2) Pengembangan keterampilan sosial dan emosi yang mengajarkan empati, kasih sayang, dan interaksi sosial. (3) Refleksi dan kesadaran diri yang membantu individu menyadari sikap dan nilai yang dianut. (4) Penyelesaian masalah dan pengambilan keputusan yang melatih pemikiran kritis dalam menghadapi situasi sosial. (5) pembelajaran berkelompok dan diskusi reflektif – Memberikan kesempatan bagi individu untuk memahami makna lebih dalam melalui diskusi. Dengan demikian, Yesus menggunakan pendekatan yang mirip dengan sosiodrama dalam mengajarkan nilai-nilai kebenaran, memungkinkan pendengar untuk berpikir, mengalami, dan menginternalisasi pelajaran hidup melalui perumpamaan.

D. Hakikat Konformitas Teman Sebaya

1. Definisi Konformitas Teman Sebaya

Menurut Myers dalam Bismil Selvia, dkk., konformitas terjadi sebagai respons terhadap tekanan teman sebaya, di mana individu menyesuaikan diri dengan kelompok sebaya untuk memperoleh penerimaan atau menghindari penolakan.⁴⁴ Hal ini menunjukkan bahwa konformitas bukan hanya sekadar penyesuaian perilaku, tetapi juga berkaitan erat dengan kebutuhan psikologis individu untuk merasa diterima dalam kelompok sosialnya. Semakin kuat dorongan untuk mendapatkan persetujuan dari teman sebaya, semakin besar kemungkinan

⁴⁴Bismil Selvia et al., "Dampak Konformitas Teman Sebaya Terhadap Motivasi Belajar Dan Prestasi Akademik Siswa," *SIMPATI: Jurnal Penelitian Pendidikan dan Bahasa* 2, no. 1 (2023): 49.

seseorang akan menyesuaikan sikap, pendapat, atau tindakannya dengan norma kelompok, meskipun mungkin bertentangan dengan keyakinan pribadinya.

Carole Wade dan Carol Tavris menambahkan bahwa konformitas tidak hanya terbatas pada tekanan teman sebaya, tetapi juga mencakup pengaruh kelompok secara umum, baik yang bersifat langsung maupun tidak langsung.⁴⁵ Artinya, seseorang bisa menyesuaikan diri bukan hanya karena tekanan langsung dari teman-temannya, tetapi juga karena aturan atau kebiasaan yang berlaku di lingkungan sekitarnya. Pengaruh ini bisa terjadi secara halus, seperti melalui media, tradisi, atau ekspektasi sosial yang membentuk cara berpikir dan bertindak seseorang tanpa adanya paksaan langsung.

Laila Meiliyandrie Indah Wardani dan Ritia Anggadita menekankan bahwa konformitas mencakup perubahan dalam cara pandang, keyakinan, dan perilaku individu sebagai respons terhadap tuntutan atau tekanan kelompok, baik yang bersifat nyata maupun yang hanya berupa harapan sosial yang dirasakan.⁴⁶ Ini menunjukkan bahwa individu tidak selalu mengalami tekanan eksplisit, tetapi bisa juga merasa terdorong untuk menyesuaikan diri karena adanya norma atau ekspektasi

⁴⁵Carole Wade and Carol Tavris, *Psikologi* (Jakarta: ERLANGGA, 2017), 301.

⁴⁶Laila Meiliyandrie Indah Wardani and Ritia Anggadita, *Konsep Diri Dan Konformitas Pada Perilaku Konsumtif Remaja* (Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management, 2021), 20.

kelompok. Abhinandita Chakraborty memperjelas konsep ini bahwa *“conformity refers to the behavior of aligning one’s actions or beliefs to match those of a group or population”* dalam bahasa Indonesia berarti konformitas merujuk pada perilaku menyelaraskan tindakan atau keyakinan seseorang agar sesuai dengan tindakan atau keyakinan suatu kelompok atau populasi.⁴⁷ Maka dari itu, konformitas bukan hanya tentang kepatuhan terhadap tekanan nyata, tetapi juga bisa muncul karena ekspektasi sosial yang tidak selalu eksplisit. Hal ini menggambarkan bagaimana individu sering kali menyesuaikan sikap dan perilakunya demi mencapai penerimaan dalam suatu kelompok.

Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan konformitas adalah proses di mana individu menyesuaikan perilaku, keyakinan, dan cara pandangnya dengan kelompok sebagai respons terhadap tekanan sosial, baik yang nyata maupun hanya berupa harapan yang dirasakan. Konformitas dapat terjadi dalam berbagai situasi, mulai dari tekanan teman sebaya hingga pengaruh kelompok yang lebih luas, baik secara langsung maupun tidak langsung. Selain itu, individu sering kali menyesuaikan diri bukan hanya karena aturan yang tegas, tetapi juga untuk memenuhi ekspektasi sosial yang tersembunyi demi memperoleh penerimaan dalam suatu kelompok.

⁴⁷Abhinandita Chakraborty, “Social Conformity among Peer Groups in Educational Institutions,” *International Journal of Multidisciplinary Innovative Research* 3, no. 3 (2023): 18

2. Ciri-ciri Perilaku Konformitas Teman Sebaya

Menurut Elsa Melinda ciri-ciri konformitas teman sebaya yaitu (1) Kesesuaian perilaku. (2) Penerimaan norma kelompok. (3) Intensitas Interaksi dengan kelompok. (4) Pencarian informasi kelompok. (5) Penyesuaian pendapat. (6) Prioritas peran dalam kelompok.⁴⁸

Dengan demikian, ciri-ciri konformitas teman sebaya yang disampaikan Elsa Melinda menunjukkan bahwa individu cenderung menyesuaikan perilaku, sikap, pendapat, dan norma mereka dengan kelompok demi penerimaan. Hal ini terlihat dari kepatuhan terhadap norma kelompok, interaksi yang intens dengan anggota kelompok, hingga mengorbankan pendapat pribadi demi keselarasan dalam kelompok.

3. Faktor-faktor Penyebab Perilaku Konformitas

Menurut Sears dalam Lewi Sapada Hasibuan beberapa faktor yang menyebabkan perilaku konformitas, yang pertama adalah rasa takut terhadap celaan sosial. Kemudian faktor yang kedua adalah rasa takut terhadap penyimpangan, dimana individu cenderung melakukan suatu hal yang sesuai dengan nilai-nilai kelompok tersebut tanpa memikirkan akibatnya nanti. Selanjutnya konformitas disebabkan oleh kekompakan kelompok, dimana kekompakan yang tinggi menimbulkan konformitas yang semakin tinggi. Kemudian faktor terakhir yang mempengaruhi

⁴⁸Elsa Melinda, "Konformitas Teman Sebaya Pada Kelompok Sosial Bus Lovers Bumiayu" (2023): 28.

perilaku konformitas adalah keterikatan pada penilaian bebas, dimana keterikatan sebagai kekuatan total yang membuat seseorang mengalami kesulitan untuk melepaskan suatu pendapat.⁴⁹ Menurut Sears, faktor-faktor yang menyebabkan konformitas meliputi rasa takut terhadap celaan sosial, kekhawatiran akan penyimpangan, kekompakan kelompok yang tinggi, dan keterikatan pada penilaian kelompok. Faktor-faktor ini menunjukkan bahwa tekanan sosial dan kebutuhan akan penerimaan kelompok mendorong individu untuk menyesuaikan diri meskipun bisa merugikan diri sendiri.

Menurut Byrne dalam Dinny Rahmayanti, dkk faktor penyebab konformitas ada 3 faktor utama yaitu (1) Kohesivitas, yang mencerminkan derajat ketertarikan individu terhadap terhadap suatu kelompok. Tingkat kohesivitas yang tinggi, di mana seseorang sangat mengagumi kelompok tertentu, dapat meningkatkan tekanan untuk berkonformitas. Ini mengindikasikan bahwa rasa keterikatan dan identifikasi dengan kelompok dapat menjadi pendorong kuat bagi konformitas. (2) Ukuran kelompok, konformitas cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya jumlah anggota kelompok, namun hanya sampai batas tertentu, sekitar tiga orang anggota tambahan. (3) Norma sosial deskriptif dan norma injungtif, Norma deskriptif/himbauan memberikan informasi

⁴⁹Lewi Sapada Hasibuan, "Hubungan Antara Perilaku Membolos Dengan Dukungan Sosial," *Medan Area University Repository* (2021): 15–16.

tentang apa yang umumnya dilakukan oleh sebagian besar orang dalam suatu situasi, mempengaruhi perilaku dengan memberikan panduan tentang apa yang dianggap efektif atau adaptif. Sebaliknya, norma injungtif menetapkan apa yang seharusnya dilakukan, menentukan tingkah laku yang diterima atau tidak diterima dalam suatu situasi.⁵⁰ Faktor-faktor penyebab konformitas tersebut menunjukkan bagaimana tekanan sosial, keterikatan, dan norma kelompok dapat memengaruhi individu untuk menyesuaikan diri, sering kali tanpa mempertimbangkan konsekuensinya.

Dari kedua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab konformitas teman sebaya meliputi rasa takut terhadap celaan sosial, kekhawatiran akan penyimpangan, kekompakan kelompok, keterikatan pada penilaian kelompok, kohesivitas, ukuran kelompok, serta norma sosial deskriptif dan injungtif. Tekanan dari kelompok dan keinginan untuk diterima sering kali mendorong individu untuk mengikuti norma kelompok, meskipun itu bisa bertentangan dengan nilai pribadi. Semua faktor ini mempengaruhi perilaku individu, mendorong mereka untuk menyesuaikan diri demi memperoleh pengakuan dan menghindari penolakan.

4. Dampak Perilaku Konformitas Teman Sebaya

a. Dampak Positif

⁵⁰Dinny Rahmayanty et al., "Konformitas Teman Sebaya Terhadap Gaya Hidup Di Lingkungan Pertemanan," *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran* 11, no. 1 (2023): 216.

Menurut Ni Putu Karunia Meilani dan David Hizkia Tobing, konformitas teman sebaya memiliki beberapa dampak positif. Pertama, meningkatkan motivasi berprestasi semakin tinggi konformitas teman sebaya, semakin tinggi pula motivasi berprestasi siswa. Dengan demikian, konformitas teman sebaya berpengaruh terhadap motivasi berprestasi. Kedua, meningkatkan kepatuhan terhadap tata tertib sekolah. Ketiga, mendorong perilaku prososial, di mana siswa cenderung menunjukkan perilaku prososial sebagai hasil dari pengaruh teman sebaya.⁵¹ Hal ini terjadi karena adanya keinginan untuk berperilaku serupa dengan kelompok serta ketakutan terhadap penolakan, yang pada akhirnya memicu munculnya sikap prososial pada siswa. Konformitas atau tekanan dari teman sebaya juga dapat memengaruhi perilaku dan nilai-nilai yang mereka miliki.⁵²

Menurut Bismil Selvia dan rekan-rekannya, konformitas terhadap teman sebaya dapat memberikan dampak positif, seperti mendorong semangat untuk berprestasi, menumbuhkan perilaku prososial, serta meningkatkan semangat dalam belajar.⁵³ Pernyataan Bismil Selvia dan rekan-rekannya menyoroti potensi dampak positif konformitas terhadap

⁵¹Meilani and Tobing, "Dampak Konformitas Teman Sebaya Pada Remaja: Systematic Review," 9–10.

⁵²Sulaiman Sulaiman, Lilis Nurteti, and Dkk, *Buku Ajar Perkembangan Peserta Didik* (Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024), 75.

⁵³ Bismil Selvia et al., "Dampak Konformitas Teman Sebaya Terhadap Motivasi Belajar Dan Prestasi Akademik Siswa," 51.

teman sebaya, seperti mendorong semangat berprestasi, menumbuhkan perilaku prososial, serta meningkatkan semangat belajar, dan pandangan ini memiliki dasar yang kuat mengingat pengaruh lingkungan sosial terhadap individu. Ketika individu berinteraksi dengan teman sebaya yang memiliki motivasi tinggi dan norma positif, keinginan untuk diterima dan menjadi bagian dari kelompok dapat memicu peningkatan usaha dalam mencapai tujuan, adopsi perilaku saling membantu, serta peningkatan antusiasme dalam belajar melalui dukungan dan kebersamaan.

Konformitas terhadap teman sebaya dapat memberikan berbagai dampak positif bagi siswa. Konformitas ini berperan dalam meningkatkan motivasi berprestasi, kepatuhan terhadap tata tertib sekolah, semangat belajar, serta mendorong munculnya perilaku prososial. Hal tersebut terjadi karena adanya keinginan untuk diterima dalam kelompok dan rasa takut akan penolakan, yang mendorong individu untuk menyesuaikan diri dengan norma dan perilaku positif yang berlaku di lingkungan pertemanan. Ketika siswa berada di antara teman sebaya yang memiliki semangat belajar tinggi dan sikap saling membantu, mereka cenderung meniru perilaku tersebut. Dengan demikian, konformitas teman sebaya dapat menjadi pengaruh sosial yang konstruktif dalam membentuk karakter dan mendukung pencapaian akademik siswa.

b. Dampak Negatif

Beberapa dampak negatif dari konformitas teman sebaya menurut Ni Putu Karunia Meilani dan David Hizkia Tobing antara lain: (1) Perilaku membolos, yang dilakukan untuk menghindari penolakan dan mencari penerimaan kelompok. (2) Perilaku menyontek, yang dipengaruhi oleh tekanan teman sebaya. (3) Perilaku merokok, yang sering didorong oleh pengaruh teman sebaya. (4) *Bullying*, yang terjadi karena ikatan emosional dalam kelompok yang membuat anggota bersikap superior terhadap orang luar. (5) Perilaku konsumtif, yang dipengaruhi oleh standar kelompok untuk diterima seajar. (6) Gaya hidup hedonis, yang didukung oleh konformitas untuk hidup berlebihan demi kesenangan. (7) Gaya hidup *experiencers*, dimana remaja menghabiskan uang untuk tren, barang baru, dan pengakuan sosial.⁵⁴ Dampak negatif konformitas teman sebaya dapat sangat mempengaruhi perilaku dan keputusan seseorang, mendorong mereka untuk mengikuti norma kelompok meskipun berisiko merugikan diri sendiri.

Menurut Bismil Selvia, dkk konformitas teman sebaya dapat berdampak pada (1) peningkatan kecenderungan untuk menyontek. (2) Dapat memicu perilaku malas untuk belajar atau sering membolos. (3) Menurunnya motivasi belajar.⁵⁵ Tekanan untuk mengikuti kelompok

⁵⁴Meilani and Tobing, "Dampak Konformitas Teman Sebaya Pada Remaja: Systematic Review," 2554–2556.

⁵⁵Bismil Selvia et al., "Dampak Konformitas Teman Sebaya Terhadap Motivasi Belajar Dan Prestasi Akademik Siswa," 51.

teman sebaya sering kali mendorong siswa melakukan tindakan yang merugikan, seperti menyontek, membolos, dan menurunkannya motivasi belajar, yang pada akhirnya dapat menghambat pencapaian akademik mereka.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konformitas teman sebaya memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap perilaku dan prestasi siswa. Tekanan untuk diterima dalam kelompok sering mendorong siswa untuk melakukan tindakan yang merugikan, seperti membolos, menyontek, merokok, dan terlibat dalam perilaku konsumtif yang berlebihan. Selain itu, konformitas teman sebaya juga dapat mengarah pada gaya hidup hedonis dan menurunkannya motivasi belajar, yang pada akhirnya dapat menghambat pencapaian akademik mereka.

E. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir adalah gambaran sederhana tentang bagaimana ide-ide dalam penelitian saling terhubung.⁵⁶ Kerangka berpikir memberikan arah yang jelas bagi penelitian. Kerangka berpikir dalam penelitian ini dimulai dengan pemahaman bahwa konformitas teman sebaya sering mempengaruhi perilaku siswa, baik dalam konteks sosial maupun akademik. Siswa cenderung mengikuti norma atau perilaku kelompok, meskipun terkadang bertentangan dengan nilai atau pendapat pribadi mereka. Perilaku ini dapat berdampak

⁵⁶Sidik Priadana and Denok Sunarsi, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Tangerang Selatan: Pascal Books, 2021), 104.

negatif pada siswa. Untuk mengatasi masalah ini, bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik sosiodrama dapat menjadi solusi yang efektif. Teknik sosiodrama melibatkan siswa dalam pemahaman peran dan dinamika kelompok melalui permainan peran, yang memungkinkan siswa untuk belajar mengatasi tekanan sosial dan meningkatkan kesadaran akan pilihan perilaku mereka. Melalui sosiodrama, siswa diharapkan dapat mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang identitas diri mereka, serta kemampuan untuk mengekspresikan pendapat pribadi tanpa terpengaruh oleh kelompok. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif dalam mengurangi tingkat konformitas teman sebaya di kalangan siswa kelas X TAB K SMK Kristen

Gambar II. 1 Kerangka berpikir



Variabel X: Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama

Variabel Y: Konformitas Teman Sebaya

F. Materi Sosiodrama

Tema sosiodrama yang peneliti gunakan untuk menerapkan sosiodrama yaitu “Jangan Takut Berbeda”. Tema tersebut dipilih karena sangat relevan dengan kehidupan siswa SMK yang sering menghadapi tekanan sosial dari teman sebaya. Banyak remaja merasa perlu menyesuaikan diri agar diterima dalam pergaulan, bahkan jika itu berarti

mengikuti ajakan negatif seperti bolos, merokok, atau gaya hidup konsumtif. Ketakutan akan perbedaan membuat mereka cenderung mengikuti kelompok tanpa mempertimbangkan dampaknya. Melalui sosiodrama ini, siswa akan belajar bahwa berbeda bukanlah suatu kelemahan, tetapi justru menunjukkan keberanian dan kemandirian dalam mengambil keputusan yang benar.

Tema “Jangan Takut Berbeda” bertujuan untuk mengembangkan keterampilan sosial dan kepercayaan diri siswa. Dengan bermain peran dalam sosiodrama, mereka akan mengalami sendiri bagaimana menghadapi situasi nyata di mana mereka harus mengatakan "tidak" terhadap tekanan sosial tanpa merasa bersalah atau takut dikucilkan. Teknik ini juga mengajarkan cara menolak ajakan negatif dengan sopan dan tegas, sehingga siswa dapat mempertahankan prinsip mereka tanpa memicu konflik yang tidak perlu. Dengan membangun keberanian untuk menolak dan menerima perbedaan, mereka akan lebih percaya diri dalam mengekspresikan diri tanpa merasa harus selalu mengikuti tren atau kebiasaan kelompok.

Lebih jauh lagi, pemilihan tema ini didasarkan pada tujuan untuk meminimalisir dampak negatif konformitas teman sebaya yang sering kali berujung pada perilaku menyimpang. Dengan memahami konsekuensi dari mengikuti tekanan sosial siswa diharapkan dapat lebih bijak dalam menentukan pilihan dan mengembangkan sikap yang lebih mandiri.

Lingkungan sekolah yang dipenuhi individu yang berani menjadi diri sendiri juga akan menciptakan budaya sosial yang lebih sehat, di mana setiap siswa saling menghargai dan mendukung keputusan satu sama lain tanpa paksaan.

Dengan demikian, sosiodrama ini bukan hanya sebagai metode dalam layanan yang interaktif, tetapi juga sebagai alat yang efektif untuk menanamkan nilai keberanian, ketegasan, dan tanggung jawab dalam menghadapi tekanan sosial. Harapannya, siswa akan semakin memahami bahwa perbedaan bukanlah sesuatu yang harus ditakuti, melainkan sesuatu yang harus diterima dan dihargai sebagai bagian dari identitas siswa.

Adapun langkah-langkah bimbingan kelompok teknik sosiodrama yang akan penulis gunakan yaitu sebagai berikut:

1. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini, perencanaan difokuskan pada pengalaman nyata siswa agar lebih kontekstual. Langkah-langkahnya meliputi:

- a. Identifikasi kebutuhan siswa melalui kuesioner terkait tekanan teman sebaya.
- b. Pembentukan kelompok kecil (10 siswa) agar lebih efektif dalam bermain peran dan berdiskusi.
- c. Persiapan materi dan alat peraga untuk mendukung sosiodrama agar lebih interaktif (kartu peran, kertas komitmen)

2. Tahap Pelaksanaan

Dalam tahap ini, siswa mulai mempersiapkan diri dalam memainkan sosiodrama.

a. Pembukaan

- 1) Guru membuka sesi dengan salam dan doa.
- 2) Guru membangun suasana nyaman dengan permainan pemecah suasana (*ice breaking*) yang berkaitan dengan tekanan teman sebaya.
- 3) Guru menyampaikan tujuan bimbingan kelompok dengan gaya *storytelling* agar lebih menarik.
- 4) Guru meminta siswa untuk membagikan pengalaman singkat mereka terkait tekanan teman sebaya.

b. Pengenalan peran dan pembuatan skenario

- 1) Siswa diberikan kartu peran kosong dan diminta untuk memilih peran mereka sendiri sesuai dengan situasi yang mereka anggap sering terjadi.
- 2) Kelompok pemain berdiskusi singkat untuk mengembangkan skenario sesuai pengalaman mereka.
- 3) Kelompok pengamat diberikan tugas observasi khusus, seperti menganalisis reaksi emosi atau strategi penyelesaian konflik.

3. Tahap Inti

- a. Siswa mulai memainkan peran mereka dalam sosiodrama, dengan alur yang fleksibel (tidak harus mengikuti skenario yang kaku).
- b. Guru hanya menjadi fasilitator, tidak bertindak sebagai sutradara, sehingga siswa lebih bebas berimprovisasi.
- c. Setelah sosiodrama selesai, dilakukan sesi "Eksplorasi Perasaan" dengan pertanyaan reflektif seperti:
 - 1) Bagaimana perasaanmu saat bermain peran tadi?
 - 2) Apa yang membuatmu merasa tertekan atau nyaman?
 - 3) Apa yang akan kamu lakukan jika menghadapi situasi ini di dunia nyata?

4. Tahap Diskusi

- a. Setelah eksplorasi perasaan, setiap kelompok menganalisis situasi yang telah mereka mainkan.
- b. Guru membimbing diskusi dengan pertanyaan berbasis solusi:
 - 1) Bagaimana cara menghindari tekanan teman sebaya?
 - 2) Bagaimana kita bisa mendukung teman yang ingin menolak tekanan negatif?
- c. Siswa berlatih keterampilan asertif dengan memainkan ulang skenario, tetapi dengan respon berbeda yang lebih positif.

5. Tahap Penutup

- a. Siswa membuat komitmen tertulis atau video pendek tentang bagaimana mereka akan menghadapi tekanan teman sebaya ke depannya.
- b. Guru dan siswa bersama-sama menyusun strategi konkret yang bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Evaluasi dilakukan tidak hanya dengan kuesioner, tetapi juga dengan observasi perilaku siswa setelah sesi bimbingan.

Dengan pendekatan ini, efektivitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama dalam meminimalisir konformitas teman sebaya bisa lebih optimal karena siswa tidak hanya memahami konsep, tetapi juga mengalami, menganalisis, dan menerapkannya dalam kehidupan nyata.

G. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah yang didasarkan pada teori yang relevan, namun belum teruji secara empiris⁵⁷ Jenis hipotesis yang peneliti gunakan adalah hipotesis kausal. Hipotesis kausal adalah pernyataan yang menyatakan adanya pengaruh antara satu variabel dengan variabel lain, yaitu dari variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y).⁵⁸ Variabel bebas dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok teknik sosiodrama, sedangkan variabel terikat dalam

⁵⁷ Emy Sohilaid, *Metodologi Penelitian Pendidikan Matematika* (Bandung: CV. Cakra KANTOR BOJONG MALAKA INDAH, 2020), 74.

⁵⁸ Siti Azizah and Dkk, *Metodologi Penelitian Dan Karya Ilmiah Ilmu Peternakan* (Malang: Tim UB Press, 2021), 44.

penelitian ini adalah konformitas teman sebaya. Adapun hipotesis dalam penelitian ini terdiri dari:

H1: Bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif meminimalisir konformitas teman sebaya.

H0: Bimbingan kelompok teknik sosiodrama tidak efektif meminimalisir konformitas teman sebaya