

## Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Mengurangi Konformitas Pada Remaja

Nita Darmayanti<sup>1</sup>, Rizky Andana Pohan<sup>2\*</sup>, Wan Chalidaziah<sup>3</sup>

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Institut Agama Islam Negeri Langsa<sup>1,2,3</sup>

[andanapohan@iainlangsa.ac.id](mailto:andanapohan@iainlangsa.ac.id)

Diterima: Juni 2022

Disetujui: Oktober 2022

Dipublikasi: November 2022

### Abstrak

Kajian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik sosiodrama dalam mengurangi konformitas terhadap remaja didesa sidodadi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif metode *pra-eksperimen* dengan *one-group pre-test* dan *post test design*. Subjek penelitian berjumlah 10 remaja yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala konformitas yang berjumlah 26 item yang sudah valid dan reliabel. Analisis data menggunakan teknik *paired sampel t-test* dengan bantuan aplikasi SPSS 20. Adapun Tema yang digunakan dalam sosiodrama dirancang berdasarkan tema analisis kebutuhan, yaitu: menghargai pendapat teman, tidak memilih teman, tidak mengejek atas kekurangan teman, patuh yang diperintahkan teman dan jadi diri sendiri. Hasil dari gambaran sebelum diberikan teknik sosiodrama bahwa hasil rata-rata skor *pre-test* sebesar 46.7 yang berada dikategori negatif dan hasil dari sesudah diberikan teknik sosiodrama rata-rata skor *post-test* sebesar 60.7 yang berada pada kategori positif. Hasil analisis *paired sampel t-test* nilai *Asymp.sig* (2 tailed)/ signifikan adalah 0.001 ataupun probabilitas dibawah 0.05, besaran t sebesar 4.832. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama ini efektif untuk mengurangi konformitas remaja. Hal ini menunjukkan bahwa teknik sosiodrama dapat digunakan oleh konselor untuk mengurangi konformitas pada remaja dari negative menjadi positif

**Kata Kunci:** Konformitas, Sosiodrama, Bimbingan Kelompok

### Abstract

*This study aims to determine the effectiveness of sociodrama techniques in reducing conformity to adolescents in Sidodadi Village. This study uses a quantitative approach with a pre-experimental method with a one-group pre-test and post-test design. The research subjects were 10 teenagers who were selected by purposive sampling technique. The instrument used is a conformity scale with 26 items with  $r = 0.84$ . data analysis used a paired sample t-test technique with the help of the SPSS 20 application. The themes used in the sociodrama were designed based on themes adapted to the daily lives of teenagers, namely: respecting friends' opinions, not choosing friends, not mocking friends' shortcomings, being obedient what friends ordered and be yourself. The results from the description before being given the sociodrama technique that the average pre-test score was 46.7 which was in the negative category and the results after being given the sociodrama technique the average post-test score was 60.7 which was in the positive category. The results of the analysis of the paired sample t-test, the value of *Asymp.sig* (2 tailed)/ significant is 0.001 or the probability is below 0.05, the magnitude of t is 4.832.*

**Keywords:** Conformity, Sociodrama, Group Counseling

This is an open access article distributed under CC BY-SA 4.0 Attribution License, provided the original work is properly cited. ©2022 by Nita Darmayanti, Rizky Andana Pohan, Wan Chalidaziah

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa dimana mereka mulai mampu berfikir secara logis, maupun menyalurkan emosi pada berbagai kegiatan (Sary, 2017). Pada masa ini terjadi peralihan yang cukup signifikan dimana teman sebaya menjadi sosok yang lebih diikuti dibandingkan dengan orang tua. Remaja saat ini yaitu pada berada pada masa generasi Z dan Alpha dimana kemajuan teknologi terutama media sosial merupakan salah satu informasi yang dekat dengan mereka (Youarti & Hidayah, 2018). Oleh sebab itu pembentukan kelompok juga menjadi lebih mudah baik di dunia nyata maupun di dunia maya dapat selalu melakukan interaksi yang erat dan simultan. Kecenderungan membentuk kelompok ini didasarkan pada kesamaan-kesamaan yang mereka miliki seperti usia, kelas, sekolah, pakaian, hobi, dll. Hal inilah merupakan tanda-tanda remaja melakukan konformitas terhadap teman sebayanya. Seperti yang dikemukakan oleh Allen (1965) bahwa konformitas merupakan suatu yang kompleks yang harus dibedakan menjadi beberapa proses psikologis yang berbeda dan sering dikontraskan dengan ketidaksesuaian dan kemandirian. Dapat dipahami bahwa dikarenakan tekanan sosial terselubung atau bahkan yang tidak dapat tersampaikan sehingga menghasilkan konformitas.

Beberapa dampak konformitas yang terjadi pada remaja tidak jarang menimbulkan perilaku yang negatif seperti perilaku konsumtif, sampai kepada bullying (Fitriani, dkk, 2013; Saputro, dkk, 2012; Febriyani, dkk, 2017). Berdasarkan observasi yang peneliti dilakukan di Desa Sidodadi Kota Langsa terdapat beberapa masalah yang menjurus kepada perilaku konformitas seperti adanya remaja yang dimanfaatkan dalam bergaul dengan suka memerintahkan temannya dan juga terdapat remaja yang bersembunyi-sembunyi merokok saat berkumpul. Hal inilah yang mendorong peneliti untuk melakukan layanan bimbingan dan konseling untuk mengurangi perilaku konformitas yang mengakibatkan tingkah laku negatif tersebut.

Salah satu layanan bimbingan konseling yang memungkinkan terjadinya interaksi dinamika kelompok adalah layanan bimbingan kelompok. Layanan ini memungkinkan konselor sebagai pemimpin kelompok untuk memanfaatkan dinamika kelompok yang berasal dari anggota yang heterogen untuk membahas topik-topik yang telah direncanakan sesuai kebutuhan dari masing-masing anggota kelompok (Pohan & Indra, 2020; Prayitno, dkk, 2017). Sehingga layanan konseling ini diduga tepat untuk mengurangi perilaku konformitas remaja terhadap teman sebaya yang menimbulkan perilaku negatif lainnya. Selain layanan konselor dapat memanfaatkan teknik lainnya yang dapat dikombinasikan sehingga layanan bimbingan kelompok yang diberikan dapat lebih efektif dan membantu tercapainya tujuan yang diinginkan. Salah satu teknik yang dapat dikombinasikan dengan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku konformitas teman sebaya tersebut adalah sosiodrama. Hal ini karena sosiodrama merupakan prosedur kelompok sebagai keseluruhan pengalaman dan eksplorasi sosial dan transformasi sosial antar kelompok (Kellermann, 1998). Dengan demikian sosiodrama akan menjadi mitra dalam bimbingan kelompok yang berorientasi pada

tindakan dan struktur untuk analisis kelompok kecil dengan kelompok besar. Hal ini juga didukung oleh beberapa hasil kajian yang menyatakan keberhasilan sosiodrama untuk meningkatkan sikap prososial dan manajemen marah yang kajiannya sejalan dengan kajian ini (Awaliyah, dkk, 2019; Ulfa, dkk, 2019).

## METODE

Kajian ini menggunakan metode kuantitatif eksperimen dengan model *pre-eksprimental*, dengan bentuk *one grup pre-test dan post-test design*. Subjek penelitian merupakan remaja di Desa Sidodadi Kota Langsa dilakukan dalam jangka waktu 7 minggu atau 7 kali pertemuan pada Tahun 2021. Topik yang diberikan untuk masing-masing perlakuan didasarkan pada analisis kebutuhan, yaitu: menghargai pendapat teman, bagaimana cara memilih teman, bagaimana menghargai teman, bagaimana cara berteman yang positif, bagaimana memperkuat prinsip dan jati diri dalam berteman. Penentuan subjek penelitian ini dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu dengan melihat data hasil *pre-test* pada remaja yang memiliki konformitas positif, negatif dan sangat negatif hal ini dikarenakan syarat bimbingan kelompok keadaan kelompok harus heterogen. Instrumen yang digunakan penelitian ini adalah angket konformitas yang disusun sendiri dan telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji *paired sampel t-test* dengan bantuan SPSS 20.00.

## HASIL TEMUAN

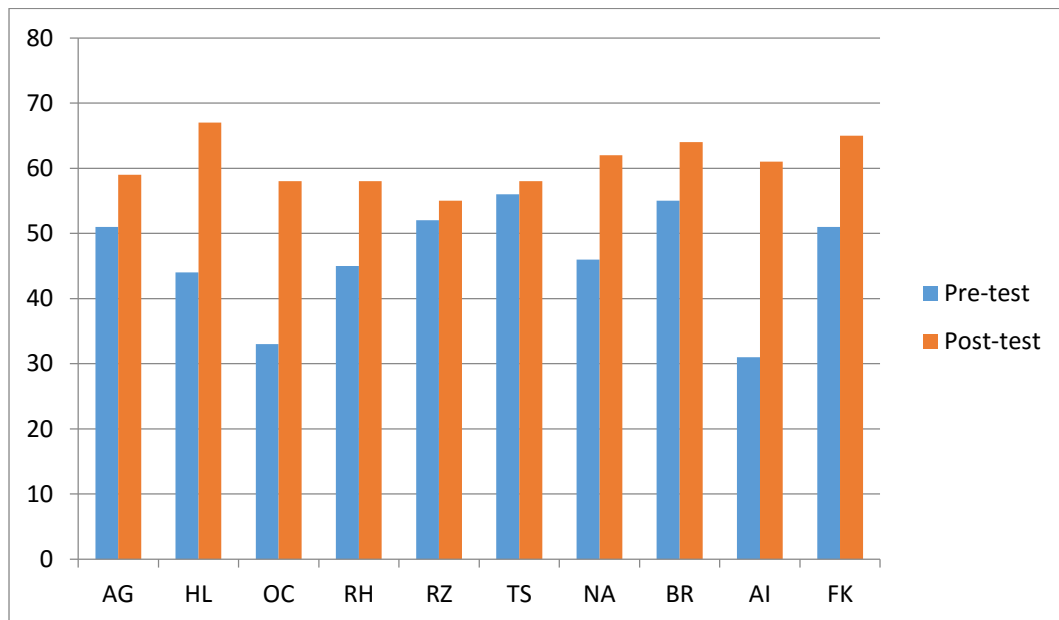
Hasil temuan yang didapatkan melalui data *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

**Tabel 1. Hasil Pre-test dan Post-test Konformitas Pada Remaja**

| Insial           | <i>Pre-test</i> |                | <i>Post-test</i> |                |
|------------------|-----------------|----------------|------------------|----------------|
|                  | Skor            | Kategori       | Skor             | Kategori       |
| AG               | 51              | Positif        | 59               | Positif        |
| HL               | 44              | Negatif        | 67               | Sangat Positif |
| OC               | 33              | Sangat negatif | 58               | Positif        |
| RH               | 45              | Negatif        | 58               | Positif        |
| RZ               | 52              | Positif        | 55               | Positif        |
| TS               | 56              | Positif        | 58               | Positif        |
| NA               | 46              | Negaif         | 62               | Sangat Positif |
| BR               | 55              | Positif        | 64               | Sangat Positif |
| AI               | 31              | Sangat negatif | 61               | Positif        |
| FK               | 51              | Positif        | 65               | Sangat Positif |
| Skor Total       | 464             |                | 607              |                |
| <b>Rata-rata</b> | <b>46.4</b>     | <b>Negatif</b> | <b>60.7</b>      | <b>Positif</b> |

Berdasarkan Tabel 1 skor perilaku konformitas remaja untuk masing-masing remaja pada *pre-test* mengalami peningkatan skor *post-test*. Perbedaan frekuensi kondisi kegiatan konformitas pada remaja dengan melakukan teknik sosiodrama untuk masing-

masing kategori hasil *pre-test* dan *post-test*. Hal ini dapat dipahami bahwa 10 (sepuluh) subjek penelitian yang dilibatkan dalam perlakuan mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test* mengalami peningkatan pada kegiatan konformitas setelah diberikan teknik sosiodrama. Selanjutnya untuk perilaku konformitas pada masing-masing remaja dari hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada Gambar 1 berikut.



**Gambar 1. Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Konformitas Remaja**

Berdasarkan Gambar 1 dapat dipahami bahwa terdapat perbedaan remaja sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Dari 10 (sepuluh) remaja yang mendapat perlakuan, semua remaja mengalami peningkatan dalam skor pemahaman konformitas. Selanjutnya Pengujian hipotesis dilakukan dengan menganalisis hasil uji *Paires-Sampel T-Test* terhadap data *pre-test*-dan *post-test*.

**Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis**

|        |                      | Paired Differences |                |                 |                                           |        | T     | Df | Sig. (2-tailed) |
|--------|----------------------|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------------|--------|-------|----|-----------------|
|        |                      | Mean               | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference |        |       |    |                 |
|        |                      |                    |                |                 | Lower                                     | Upper  |       |    |                 |
| Pair 1 | Post-test - Pre-test | 14.300             | 9.358          | 2.959           | 7.606                                     | 20.994 | 4.832 | 9  | .001            |

Berdasarkan Tabel 2 dapat dipahami bahwa angka probabilitas Asymp. Sig. (2-tailed) kegiatan konformitas remaja subjek penelitian sebelum dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 0.001, dengan demikian  $H_a$  diterima karena  $(\text{Asym.Sig}) < \alpha$  yaitu  $0.001 < 0.05$ . Dengan besaran t sebesar 4.832. Hal ini berarti layanan bimbingan kelompok

dengan teknik sosidrama efektif untuk menurunkan konformitas teman sebaya pada remaja.

## **PEMBAHASAN**

Hasil *pre-test* memperlihatkan bahwa rata-rata remaja masih berada pada aktivitas negatif sebelum diberikan perlakuan, hal ini terlihat dengan rata-rata skor *pre-test* sebesar 46,4 yang berada pada kategori negatif sebelum diberikan perlakuan. Setelah diberikan perlakuan terlihat perubahan pada remaja terlihat dari rata-rata skor *post-test* sebesar 60,7 yang berada pada kategori positif. Hal ini berarti remaja berhasil mengurangi konformitas remaja dengan dibantu mengubah persepsi dan tindakan melalui bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Selama proses perlakuan remaja begitu antusias mengikuti, walaupun saat pertemuan pertama mereka masih bingung, namun ketika sudah mengikuti proses tahap demi tahap suasana menjadi lebih dinamis, apalagi diselingi dengan permainan-permainan singkat yang bermakna serta teknik sosiodrama yang dimainkan yang sesuai dengan apa yang telah mereka lakukan sehari-hari. Hasil ini juga senada dengan hasil penelitian Wijayanti (2021) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan konformitas remaja antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan teknik sosiodrama.

Berdasarkan data *pre-test* yang telah diberikan kepada responden menunjukkan bahwa secara rata-rata remaja mengalami konformitas negatif. Hal ini dapat dipahami bahwa berdasarkan analisis kebutuhan sumber informasi yang begitu luas dari media sosial tidak jarang mempengaruhi pola pikir remaja menjadi negatif, dikarenakan tidak adanya kontrol buat mereka ketika bersekeancar di media sosial seperti di dunia nyata, apalagi dengan pandemi Covid-19 semakin membuka peluang mereka untuk selalu menggunakan telepon pintar. Hal ini jugalah yang mendasari setiap topik yang dipilih dikaitkan dengan aktivitas mereka baik di dunia nyata maupun di dunia maya, minimal untuk mengubah pemahaman mereka dari negatif menjadi positif tentang konformitas, sesuai dengan hasil perlakuan yang telah diperoleh. Hal ini senada dengan hasil penelitian Egebark (2018) yang melakukan eksperimen pada remaja pengguna *facebook* untuk melihat tingkat konformitas berdasarkan ukuran kelompok dan ikatan sosial menunjukkan bahwa ukuran kelompok dan kedekatan sosial sangat menentukan terhadap suatu opini maupun persepsi yang dibentuk. Hal ini jugalah yang mendorong peneliti untuk menjadikan subjek peneliti remaja yang terlibat interaksi di satu wilayah/ desa maupun di media sosial.

Saat pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama secara perlahan dari pertemuan satu sampai kelima semua anggota kelompok mulai dinamis dalam mengemukakan pendapat dan terlibat aktif untuk menghayati setiap peran yang diperankannya sampai pada tahap penilaian setiap pertemuan. Hal ini merupakan salah satu kelebihan dan keefektifan bimbingan kelompok untuk mengubah persepsi anggota kelompok dari konformitas negatif menjadi positif, karena di dalam layanan ini posisi semua anggota kelompok adalah setara dan diikat oleh kedisiplinan dan saling menghargai yang terus dipandu oleh konselor sebagai pemimpin kelompok (Prayitno, dkk, 2017; Matondang & Sartika, 2018).

Peran yang dimainkan dengan penuh penghayatan setiap anggota kelompok dalam setiap pertemuan ternyata secara langsung mampu mengubah cara berfikir mereka tentang bagaimana sesungguhnya cara bergaul yang baik dengan memposisikan teman pada kadar yang tepat. Hal ini merupakan salah satu tujuan dari teknik sosiodrama yang dikombinasikan dalam bimbingan kelompok sehingga tidak hanya sekedar mengemukakan ide dan gagasan tetapi lebih jauh ide dan gagasan yang disampaikan dalam topik pembahasan dapat langsung dipraktekkan dan diperankan sehingga penilaian yang dilakukan dapat langsung terinternalisasi dalam kehidupan remaja. Hal inilah yang merupakan kelebihan sosiodrama seperti yang dikemukakan Nourrot (2015) bahwa melalui sosiodrama guru mampu melihat secara sekilas lanskap imajinasi yang tersimpan dalam hati dan pikiran anak yang diasuh. Bluiett (2019) juga mengungkapkan berdasarkan hasil eksperimennya bahwa interaksi anak-anak saat bermain peran dalam sosiodrama memberikan kesempatan kepada mereka untuk mengungkapkan seluruh bahasa berdasarkan topik dan peran yang sedang dimainkannya.

Oleh sebab itu kombinasi kekuatan layanan bimbingan kelompok, materi yang berdasarkan analisis kebutuhan, serta teknik sosiodrama menjadi kunci keberhasilan dalam merubah konformitas remaja terhadap teman sebaya dari negatif menjadi positif. Meskipun demikian hasil penelitian ini tentunya memiliki keterbatasan salah satunya aspek analisis kebutuhan, bagi konselor yang ingin menggunakannya diharapkan dapat melakukan analisis kebutuhan terlebih dahulu untuk menentukan topik yang sesuai sehingga keberhasilan untuk mengubah konformitas teman sebaya akan jauh lebih efektif (Pohan & Siregar, . Peneliti lain dapat menindaklanjuti hasil temuan ini dengan mencoba menggunakan layanan bimbingan konseling lainnya maupun teknik yang sesuai, sehingga akan lebih banyak kombinasi yang bisa dihasilkan.

## **SIMPULAN**

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif dalam mengubah konformitas remaja terhadap teman sebaya dari negatif menjadi positif. Hal ini dikarenakan kombinasi yang kuat dari layanan bimbingan dan konseling dengan teknik sosiodrama serta diperkuat dengan penentuan materi yang didasarkan atas analisis kebutuhan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Allen, V. L. (1965). Situational factors in conformity. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 2, pp. 133-175). Academic Press.
- Bluiett, T. B. (2009). *Sociodramatic play and the potentials of early language development of preschool children* (Doctoral dissertation, University of Alabama Libraries).
- Awaliyah, I. T. A., Taufiq, A., & Hafina, A. (2019). The Effectiveness of Sociodrama to Improve Students' Anger Management Skills. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 2(2), 56-65.
- Egebark, J., & Ekström, M. (2018). Liking what others "Like": Using Facebook to identify determinants of conformity. *Experimental Economics*, 21(4), 793-814.

- Febriyani, Y. A., & Indrawati, E. S. (2017). Konformitas teman sebaya dan perilaku bullying pada siswa kelas XI IPS. *Jurnal Empati*, 5(1), 138-143.
- Fitriyani, N., Widodo, P. B., & Fauziah, N. (2013). Hubungan antara konformitas dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa di Genuk Indah Semarang. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 1-14.
- Kellermann, P. F. (1998). *Sociodrama. Group Analysis*, 31(2), 179-195.
- Matondang, A. M., & Sartika, N. (2018). Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Pendekatan Teknik Bermain Peran dalam Meningkatkan Komunikasi Naposo Nauli Bulung. *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 41-58. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v1i1.515>
- Nourot, P. M. (2015). Sociodramatic play: Pretending together. In *Play from birth to twelve* (pp. 131-146). Routledge.
- Pohan, R. A., & Siregar, M. (2020). Need Assesment of Guidance and Counseling Module to Improve Freshmen Self-Adjustment. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 3(3), 113-119. <http://dx.doi.org/10.30596%2Fbibliocouns.v3i3.5221>
- Pohan, R. A., & Indra, S. (2020). Efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kegiatan merespon pembelajaran. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 17-30, 4(1). <http://dx.doi.org/10.29240/jbk.v4i1.1280>
- Prayitno, P., Afdal, A., Ifdil, I., & Ardi, Z. (2017). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok yang Berhasil: Dasar dan Profil*.
- Sary, Y. N. E. (2017). Perkembangan kognitif dan emosi psikologi masa remaja awal. *J-PENGEMAS (Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)*, 1(1).
- Wijayanti, N. (2021). Teknik Sosiodrama Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mereduksi Konformitas Teman Sebaya. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 8(1), 65-75.
- Youarti, I. E., & Hidayah, N. (2018). Perilaku phubbing sebagai karakter remaja generasi Z. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 143-152.