

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Sejak lahir hingga terus berkembang, manusia selalu memiliki kesempatan untuk bertemu dan berinteraksi dengan orang lain, yang mengacu pada kenyataan dasar bahwa manusia adalah makhluk sosial. Dalam setiap interaksi sosial, manusia dapat memahami bagaimana pandangan orang lain terhadap dirinya. Proses ini kemudian membentuk persepsi, baik yang bersifat positif maupun negatif. Pada dasarnya, interaksi sosial menciptakan kontak sosial yang terjalin melalui komunikasi. Komunikasi tersebut dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu komunikasi verbal dan non-verbal, yang keduanya berfungsi sebagai sarana untuk menyampaikan perasaan atau pemikiran. Interaksi melalui komunikasi ini akan menghasilkan beragam persepsi, baik antara individu, individu dengan kelompok, maupun antara kelompok satu dengan kelompok lainnya.

Berdasarkan pandangan Freud (Gerungan, W.A, 1998:25), pada usia 5 hingga 6 tahun, super-ego seseorang mulai terbentuk dan perkembangannya akan terus berlanjut sepanjang hidup. Super-ego terbentuk dan berkembang melalui proses interaksi dengan individu lain. Super-ego meliputi aspek-aspek seperti hati nurani, norma sosial, dan idealisme pribadi. Berdasarkan hal ini, dapat disimpulkan bahwa seseorang tidak dapat berkembang secara sempurna sebagai manusia tanpa adanya interaksi sosial.

Secara biologis dan fisiologis, manusia memiliki kemampuan untuk bertahan hidup pada tingkat kehidupan vegetatif. Namun, pada hakikatnya, manusia

memiliki sifat yang tidak bisa hidup tanpa adanya lingkungan psikis atau spiritual. Aristoteles (dalam Dian Sutari Widiyani, 2011:1) berpendapat bahwa manusia merupakan "zoon politicon" yang mengacu pada sifatnya sebagai makhluk sosial yang secara alami memiliki kecenderungan untuk berinteraksi dan berasosiasi dengan individu lain. Setiap aktivitas manusia sehari-hari secara tidak langsung selalu melibatkan kehadiran orang lain dalam kehidupannya.

Wijayanti (2015:1) menjelaskan bahwa interaksi sosial dimulai dari skala kecil, seperti dalam lingkungan keluarga, kemudian meluas ke lingkungan sekolah, dan akhirnya menjangkau masyarakat yang lebih besar. Proses sosialisasi memerlukan adanya interaksi sosial, karena hal tersebut memungkinkan terbentuknya hubungan dengan individu lain serta pencapaian tujuan tertentu.

Desmita (dalam Setyawati, 2010) mengungkapkan bahwa hubungan sosial anak dengan teman sebaya sangat penting untuk perkembangan mereka. Jika seorang anak mengalami isolasi atau menolak interaksi dengan teman-teman sebaya di masa awal kehidupannya, hal ini dapat meningkatkan risiko mereka menghadapi masalah sosial di kemudian hari. Hal ini menunjukkan bahwa interaksi dengan teman sebaya memberikan anak perspektif baru dan memberikan mereka kebebasan dalam pengambilan keputusan. Selain itu, berinteraksi dengan teman sebaya juga membantu anak dalam memahami nilai-nilai yang ada dalam lingkungan sosial mereka (Papilia, 2010).

Sekolah berfungsi sebagai tempat pertemuan bagi anak-anak yang berasal dari berbagai latar belakang sosial dan kondisi keluarga yang berbeda. Desmita (2010) menyatakan bahwa sekolah memiliki peranan penting dalam perkembangan anak,

baik dari segi individu maupun sosial. Interaksi dengan guru dan teman sebaya di lingkungan sekolah memberikan peluang yang signifikan bagi anak untuk meningkatkan kemampuan kognitif dan keterampilan sosial mereka.

Keterampilan sosial adalah aspek krusial dalam kemampuan beradaptasi dalam kehidupan manusia. Tanpa keterampilan sosial yang memadai, individu akan menghadapi tantangan dalam berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya, karena keterampilan ini sangat diperlukan untuk berfungsi dalam masyarakat.

Mu'tadin (2006) mengungkapkan bahwa keterampilan sosial merupakan salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai oleh anak-anak saat memasuki masa remaja. Keterampilan ini berperan penting dalam membantu mereka beradaptasi dengan kehidupan sehari-hari. Beberapa keterampilan sosial tersebut mencakup kemampuan berkomunikasi, menjalin hubungan interpersonal, menghargai diri sendiri dan orang lain, mendengarkan pendapat atau keluhan, memberikan dan menerima umpan balik, menerima kritik, serta bertindak sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku.

John Jarolimek (1993:9) berpendapat bahwa siswa perlu mengembangkan beberapa keterampilan sosial, yaitu: Pertama, kemampuan untuk bekerja sama, bersikap toleran, menghormati hak orang lain, serta memiliki kepekaan sosial. Kedua, kemampuan untuk mengendalikan diri. Ketiga, keterampilan dalam berbagi pendapat dan pengalaman dengan orang lain.

Keterampilan sosial yang baik memberikan banyak manfaat bagi individu, salah satunya adalah mendukung kesehatan mental. Keterampilan sosial yang baik dapat membantu seseorang meraih kesuksesan dalam bidang akademik, karier,

serta mendapatkan dukungan sosial, sekaligus melindungi dari berbagai risiko (seperti menghindari bullying dan mampu menyelesaikan konflik interpersonal). Pada akhirnya, hal ini berkontribusi pada kesehatan mental yang lebih baik. Kesehatan mental merujuk pada keadaan kesejahteraan yang memungkinkan individu untuk menghadapi berbagai tekanan hidup, menyadari potensi dirinya, serta dapat belajar dan bekerja secara optimal, dan memberikan kontribusi bagi masyarakat. Kesehatan mental juga merupakan komponen penting dari kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan, yang memengaruhi kemampuan kita dalam membuat keputusan, menjalin hubungan, serta membentuk lingkungan di sekitar kita. Menurut WHO, kesehatan mental dipandang sebagai hak asasi manusia yang mendasar (Hertinjung et al, 2024).

Menurut Ratnawati (2008), di sekolah sering ditemukan siswa yang menunjukkan berbagai perilaku berbeda. Sebagian siswa terlihat ceria dan aktif dalam berinteraksi dengan teman-temannya, sedangkan yang lain cenderung pendiam dan lebih suka menyendiri. Siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah seringkali merasa takut dan ragu untuk bertindak, menyampaikan pendapat, atau berinteraksi, baik di lingkungan sekolah maupun di masyarakat. Kepercayaan diri memainkan peran penting dalam pengembangan keterampilan sosial siswa. Tanpa kepercayaan diri, siswa dapat mengalami hambatan yang berpotensi mengganggu perkembangan sosial dan pribadi mereka.

Berdasarkan pandangan para ahli, keterampilan sosial memiliki kaitan yang kuat dengan kesehatan mental dan kesejahteraan individu. Keterampilan ini sangat penting bagi kesejahteraan mental seseorang. Desmita (2010) menjelaskan bahwa interaksi sosial, khususnya dengan teman sebaya, berperan penting dalam

mendukung perkembangan emosional dan sosial individu. Keterampilan sosial yang efektif, seperti kemampuan berkomunikasi, mendengarkan, bekerja sama, dan menghargai pandangan orang lain, memungkinkan individu untuk membangun hubungan yang sehat dan bermakna, yang pada gilirannya mendukung kesehatan mental mereka.

Menurut World Health Organization (2022), kesehatan mental didefinisikan sebagai keadaan di mana seseorang mampu mengatasi tekanan hidup, bekerja secara produktif, serta berkontribusi kepada masyarakat. Keterampilan sosial memiliki peran krusial dalam mencapai kesehatan mental tersebut, karena kemampuan untuk berinteraksi dan membangun hubungan sosial yang positif memungkinkan individu mendapatkan dukungan emosional dan menghindari isolasi sosial. Di sisi lain, isolasi sosial atau kesulitan dalam berinteraksi dapat mengakibatkan gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, dan perasaan rendah diri.

Selain itu, keterampilan sosial yang kuat membantu individu mengembangkan rasa empati, toleransi, dan penghargaan terhadap orang lain, yang meningkatkan kemampuan untuk memahami dan mendukung satu sama lain. Mu'tadin (2006) menekankan bahwa keterampilan sosial diperlukan untuk membantu individu menyesuaikan diri dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam menghadapi konflik maupun dalam situasi sosial yang kompleks. Kemampuan untuk beradaptasi secara sosial ini berkontribusi pada kesehatan mental yang lebih baik dan kehidupan yang lebih sejahtera.

Penelitian yang dilakukan oleh Lee & Park (2016) mengindikasikan bahwa peningkatan keterampilan sosial melalui teknik sosiodrama memberikan dampak positif terhadap pengelolaan emosi, pengembangan empati, dan kemampuan kerja sama, yang secara langsung berkaitan dengan kesejahteraan psikologis. Keterampilan sosial yang baik juga memungkinkan individu untuk mengatasi konflik interpersonal dengan lebih efektif, yang sangat penting untuk menjaga kesehatan mental yang stabil.

Secara keseluruhan, keterampilan sosial yang baik tidak hanya memungkinkan individu untuk berinteraksi secara efektif dalam lingkungan sosial, tetapi juga berkontribusi secara langsung pada kesejahteraan mental dan emosional. Orang yang mampu membangun hubungan sosial yang positif cenderung lebih bahagia, lebih tahan terhadap stres, serta memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi.

Berkaitan dengan kondisi yang terjadi di lapangan, khususnya di SMAN 18 Medan, masih terdapat sejumlah siswa di kelas XII yang menunjukkan berbagai perilaku dengan keterampilan sosial yang rendah. Observasi awal di sekolah mengungkapkan bahwa masih ada siswa yang cenderung duduk sendiri saat pelajaran maupun waktu istirahat. Selain itu, terdapat siswa yang hanya memilih teman kelompok atau teman bermain yang sefrekuensi, serta siswa yang belum mampu mendengarkan atau berempati kepada sesama. Beberapa siswa juga masih kesulitan dalam berkomunikasi dan bertukar pendapat dengan teman di sekitarnya, bahkan merasa takut saat harus presentasi di depan kelompok atau di depan umum. Masalah-masalah ini dapat menyebabkan efek pengasingan bagi

siswa, dan jika tidak ditangani, hal ini tidak hanya akan mengakibatkan siswa terasing di lingkungan sekolah, tetapi juga dari lingkungan sosial di luar sekolah.

Untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam mengenai masalah ini, peneliti juga melakukan wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling (BK) kelas XII. Dari hasil wawancara tersebut, Guru BK menyatakan bahwa masalah terkait keterampilan sosial masih ada dan merupakan isu yang kerap terjadi di lingkungan sosial. Siswa menunjukkan rendahnya keterampilan komunikasi, di mana banyak siswa yang masih bersikap asertif dan mengalami kesulitan dalam mengungkapkan pendapat di depan umum maupun berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, masih ada siswa yang kurang mampu mendengarkan dan merespons saat berbicara dengan orang lain. Dalam hal keterampilan bekerja sama, siswa juga menunjukkan kemampuan yang rendah, terlihat dari kesulitan mereka untuk berempati, tidak dapat bertanggung jawab, dan kesulitan dalam mengendalikan diri, baik dalam kelompok kecil maupun besar. Semua hal ini mencerminkan rendahnya keterampilan sosial di kalangan siswa.

Berdasarkan hasil pembahasan di atas, ditemukan bahwa di SMAN 18 terdapat permasalahan terkait keterampilan sosial (social skill) siswa. Masalah ini memerlukan tindakan dan solusi yang tepat untuk mengatasinya, karena jika tidak segera ditangani, dapat muncul hambatan dalam perilaku yang menyimpang, yang berpotensi menimbulkan dampak negatif bagi siswa itu sendiri.

Salah satu cara atau metode untuk meningkatkan keterampilan sosial yang rendah adalah dengan menggunakan konseling kelompok. Dalam konseling kelompok, siswa diberi kesempatan untuk menyampaikan pendapat,

mendengarkan pandangan teman-teman mereka, serta mencari solusi untuk masalah yang dihadapi.

Prayitno (2004:149) menyatakan bahwa konseling kelompok melibatkan dinamika kelompok yang berfokus pada diskusi berbagai topik yang bermanfaat untuk pengembangan diri dan penyelesaian masalah bagi individu yang terlibat sebagai peserta. Aktivitas dalam konseling kelompok ini bertujuan untuk memberikan informasi serta mencapai tujuan bersama, yaitu agar setiap anggota kelompok saling mengenal dan membantu dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh kelompok.

I. Djumhur dan Moh. Surya (200:33-34) menyatakan bahwa bimbingan kelompok dapat berbentuk berbagai program, seperti home room, karya wisata, diskusi, sosiodrama, psikodrama, serta pengajaran remedial (remedial teaching).

Metode sosiodrama dalam keterampilan sosial memiliki keterkaitan yang kuat, karena melalui penggunaan metode ini, siswa dapat mengekspresikan dan mempertahankan pendapat mereka. Selain itu, siswa juga belajar untuk menerima pandangan orang lain dan dapat menemukan solusi atau berkompromi ketika menghadapi perbedaan pendapat. Dengan cara ini, siswa dapat menarik kesimpulan dan membuat keputusan terkait berbagai masalah, sehingga dapat meningkatkan keterampilan sosial mereka melalui interaksi dan sosialisasi yang lebih baik.

Sosiodrama merupakan salah satu bentuk kegiatan bermain peran yang digunakan untuk menyelesaikan berbagai masalah sosial. Dalam teknik ini, siswa atau kelompok individu diberikan petunjuk, di mana beberapa peserta

mendapatkan peran sesuai dengan skenario yang telah disiapkan, sementara yang lainnya berfungsi sebagai pengamat. Setelah permainan selesai, dilakukan diskusi yang membahas tentang pemeranan, alur cerita, serta efektivitas pemecahan masalah yang diangkat dalam cerita tersebut (Tim Dosen PPB FIP UNY, 2000: 35).

Menurut peneliti terdahulu yang dilakukan oleh (Meri Damayanti, 2017) terdapat pengaruh teknik sosiodrama terhadap keterampilan sosial siswa yang rendah. Pengalaman bermain drama bagi siswa dengan keterampilan sosial yang rendah dapat membantu mereka menjadi lebih terlatih dalam memerankan karakter, menikmati peran, serta mampu beradaptasi dengan karakter yang diberikan, baik yang mencerminkan orang lain maupun dirinya sendiri. Hal ini memungkinkan siswa untuk lebih berinisiatif dalam mengemukakan pendapat saat memerankan peran dan mengembangkan sikap saling pengertian atau toleransi terhadap orang lain. Ini membantu mereka lebih mudah berinteraksi, baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Dalam sosiodrama, materi pembelajaran berkaitan dengan masalah sosial yang dihadapi siswa dalam kehidupan sehari-hari. Metode sosiodrama memiliki kaitan erat dengan pengembangan keterampilan sosial, karena siswa diajak untuk berpendapat, mempertahankan argumen, memahami pandangan orang lain, serta mencari solusi atau berkompromi jika ada perbedaan. Dengan demikian, siswa mampu menarik kesimpulan dan membuat keputusan dari setiap persoalan, sekaligus meningkatkan kemampuan sosial mereka melalui keberanian berinteraksi dan bersosialisasi.

Berdasarkan hasil kajian yang dilakukan oleh Lee dan Park (2016), penelitian ini menyelidiki dampak teknik sosiodrama terhadap keterampilan sosial siswa SMA di Korea. Penelitian tersebut melibatkan partisipasi siswa dalam sesi sosiodrama yang berlangsung selama beberapa minggu. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan sosial siswa setelah mengikuti program sosiodrama. Faktor-faktor seperti kemampuan berkomunikasi, keterampilan kooperatif, dan pengelolaan konflik meningkat secara signifikan berdasarkan penilaian sebelum dan sesudah intervensi. Temuan ini mendukung penggunaan sosiodrama sebagai metode efektif untuk memperbaiki keterampilan sosial di antara siswa sekolah menengah.

Dan menurut penelitian Sánchez-Rodríguez & Alvarado (2019), mengeksplorasi efek teknik sosiodrama sebagai alat untuk mengembangkan keterampilan sosial pada siswa SMA di Meksiko, Studi ini melibatkan penerapan sesi sosiodrama secara terstruktur selama beberapa minggu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti program sosiodrama mengalami peningkatan yang signifikan dalam keterampilan sosial mereka, termasuk kemampuan berinteraksi sosial, keterampilan komunikasi, dan resolusi konflik. Temuan ini mendukung efektivitas sosiodrama sebagai metode pendukung untuk pengembangan keterampilan sosial di kalangan remaja sekolah menengah.

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan, sosiodrama dapat dimanfaatkan sebagai teknik untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa di SMAN 18 Medan yang mengalami permasalahan dalam keterampilan sosial. Dinamika kelompok yang muncul selama proses sosiodrama ini dapat mendorong timbulnya rasa empati, saling percaya, dan menciptakan hubungan yang baik antar

siswa. Faktor-faktor ini sangat penting untuk peningkatan keterampilan sosial. Diharapkan, kegiatan sosiodrama ini dapat berkontribusi dalam pengembangan keterampilan sosial siswa di SMAN 18 Medan.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti dapat mengidentifikasi beberapa permasalahan yang muncul, antara lain:

1. Siswa memiliki keterampilan sosial (*social skill*) yang rendah.
2. Pentingnya penerapan konseling kelompok teknik sosiodrama bagi siswa yang memiliki keterampilan sosial rendah.

### **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, penting untuk melakukan pembatasan agar penelitian menjadi lebih fokus dan terarah. Oleh karena itu, peneliti menetapkan batasan masalah pada "Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Sosiodrama terhadap Keterampilan Sosial (*Social Skill*) Siswa di SMAN 18 Medan".

### **1.4 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Apakah Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Sosiodrama berpengaruh terhadap Keterampilan Sosial (*Social Skill*) siswa di SMAN 18 Medan?"

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Sosiodrama terhadap Keterampilan Sosial (*Social Skill*) Siswa di SMAN 18 Medan.

## 1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini diharapkan bermanfaat secara praktis maupun teoretis :

### a. Manfaat Teoretis

- 1) Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan signifikan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan dan Bimbingan Konseling (BK) yang berkaitan dengan layanan konseling kelompok yang menggunakan teknik sosiodrama.
- 2) Diharapkan dapat menambah referensi dan informasi dibidang BK khususnya yang berkaitan dengan Konseling kelompok teknik sosiodrama untuk mempengaruhi Keterampilan Sosial (*social Skill*) Siswa.

### b. Manfaat Praktis

- 1) Bagi Siswa  
Dengan melaksanakan konseling kelompok teknik sosiodrama siswa diharapkan dapat berlatih dan mengembangkan keterampilan sosialnya
- 2) Bagi Guru BK  
Penelitian ini diharapkan dapat membantu guru untuk berlatih keterampilan sosial siswa melalui sosiodrama
- 3) Bagi Kepala sekolah  
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi program yang memperluas pemahaman kolaborasi antara guru Bimbingan Konseling (BK) dalam memberikan layanan kepada siswa untuk mengembangkan keterampilan sosial.
- 4) Bagi Peneliti Selanjutnya  
Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti tentang permasalahan yang di bahas dan diharapkan kepada peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini lebih luas.