

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *ROLE PLAYING* TERHADAP KETERBUKAAN DIRI SISWA

EFFECTIVENESS OF GROUP GUIDANCE ON ROLE PLAYING TECHNIQUE FOR STUDENT SELF DISCLOSURE

Oleh: angga bagus dharmawan, bimbingan dan konseling, fakultas ilmu pendidikan, universitas negeri yogyakarta
anggabagus72@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *role playing* terhadap *self disclosure* siswa kelas XI di MAN 1 Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *quasi experimental* dengan desain *Nonrandomized Control Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian ini menggunakan dua kelas yaitu satu kelas eksperimen dan satu kelas pembandingan atau kontrol. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI MAN 1 Yogyakarta. Sampel penelitian ini diambil menggunakan teknik *simple random sampling* berdasarkan hasil undian sehingga diperoleh kelas XI IPS 1 sebagai kelas eksperimen dan MIPA 3 sebagai kelas kontrol. Objek penelitian adalah *self disclosure* siswa kelas XI MAN 1 Yogyakarta. Teknik pengumpulan data menggunakan metode skala. Instrumen yang digunakan adalah skala keterbukaan diri. Teknik analisis data menggunakan *independent sample t test* melalui aplikasi *SPSS for Windows 21.0 Version*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self disclosure* siswa kelas XI MAN 1 Yogyakarta meningkat setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *role playing*. Hasil pengujian penelitian menggunakan *independent sample t test* menunjukkan bahwa nilai signifikansi $0.000 < 0.05$ dan hasil *pretest* maupun *posttest* kelas eksperimen mengalami peningkatan rata-rata dari 94,4 menjadi 116,2 yang dapat dikatakan bahwa teknik *role playing* efektif terhadap *self disclosure* siswa kelas XI MAN 1 Yogyakarta.

Kata Kunci: Teknik *role playing*, *self disclosure*

Abstract

This study aims to determine the effectiveness of group guidance by using the role playing technique on self disclosure of class XI students at MAN 1 Yogyakarta. This research uses a type of quasi-experimental research with a nonrandomized pretest-posttest design group design. This study uses two classes namely one experimental class and one comparison or control class. The population of this research was all students of class XI MAN 1 Yogyakarta. The research sample was taken using simple random sampling technique based on the results of the lottery to obtain the XI IPS 1 class as the experimental class and MIPA 3 as the control class. The object of the research was self disclosure of class XI students of MAN 1 Yogyakarta. Data collection techniques use a scale method. The instrument used is the scale of self-disclosure. Data analysis techniques using independent sample t test through the SPSS for Windows 21.0 Version application. The results showed that self disclosure of class XI students of MAN 1 Yogyakarta increased after being given role playing technique group guidance services. The test results using independent sample t test showed that the significance value of $0.000 < 0.05$ and the results of the pretest and posttest of the experimental class increased from 94.4 to 116.2 which can be said that the role playing technique was effective against self disclosure of class XI MAN students. 1 Yogyakarta.

Keywords: *Role playing technique*, *self disclosur*

PENDAHULUAN

Setiap manusia membutuhkan komunikasi untuk saling berinteraksi satu dengan yang lainnya. Rasa ingin tahu yang besar membuat manusia perlu berkomunikasi. Komunikasi merupakan suatu kebutuhan yang ada dalam suatu lingkungan masyarakat. Dalam hidup bermasyarakat, orang

yang tidak pernah berkomunikasi dengan orang lain niscaya akan terisolasi dari masyarakatnya. Pengaruh keterisolasian ini akan menimbulkan depresi mental yang pada akhirnya membawa orang kehilangan keseimbangan jiwa (Cangara 2007: 1). Untuk itu saling komunikasi sangatlah penting dalam kehidupan sehari-hari.

Pada masa remaja awal, masing-masing remaja memiliki caranya sendiri untuk berinteraksi dengan lingkungannya. Menurut Hurlock (dalam Izzaty, 2013: 122-123) masa usia remaja awal berkisar antara 13 tahun sampai 16 tahun atau 17 tahun, dimana remaja awal mengalami peralihan dari satu tahap ke tahap berikutnya dan mengalami perubahan, diantaranya yaitu: meningginya emosi, perubahan tubuh, minat dan peran, pola perilaku, dan juga penuh dengan masalah-masalah lainnya di luar dirinya.

Self Disclosure (keterbukaan diri) sangatlah penting dalam proses komunikasi bagi remaja. Seseorang bisa hidup lebih bahagia karena dia tidak memiliki beban pikiran yang disebabkan oleh ketidaknyamanan hubungan interpersonal dengan orang lain (Gunawan, 2020). Sikap keterbukaan diri paling tidak menunjuk pada dua aspek dalam komunikasi antarpribadi. Pertama, harus terbuka pada orang lain dengan saling berinteraksi, yang penting adalah adanya kemauan untuk membuka diri pada masalah-masalah umum, agar orang lain mengetahui pendapat, gagasan, atau pikiran sehingga komunikasi akan mudah dilakukan. Kedua, dari keterbukaan menunjuk pada kemauan untuk memberikan tanggapan terhadap orang lain secara jujur dan terus terang terhadap segala sesuatu yang dikatakannya. (DeVito 2011: 70)

Peneliti melakukan wawancara kepada guru BK di MAN 1 Yogyakarta. Dari wawancara tersebut peneliti mendapatkan informasi bahwa terdapat permasalahan yang terjadi di sekolah terutama kelas XI terkait tentang *self disclosure* (keterbukaan diri) siswa. Ada 6 siswa yang sulit untuk membuka diri dengan teman-teman lainnya. Kurang adanya rasa percaya kepada teman yang

membuat siswa tersebut sulit untuk membuka dirinya sendiri. Hal tersebut membuat siswa membatasi pergaulannya dengan teman sebayanya. Guru BK sudah mencoba dengan melakukan konseling individual tetapi belum begitu berpengaruh. Siswa masih sulit untuk membuka dirinya kepada teman-temannya. Siswa tersebut lebih sering menyendiri.

Self disclosure (keterbukaan diri) yang rendah perlu penanganan lebih lanjut. Penanganan yang dilakukan di sekolah yaitu konseling individual, tetapi dengan penanganan konseling individual belum berpengaruh karena *self disclosure* (keterbukaan diri) dibangun bersama orang lain maka membutuhkan orang lain untuk berinteraksi, sehingga perlu dilakukan penanganan lainnya, salah satunya dengan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok menurut Prayitno (1995: 13) yaitu mampu mengurangi sikap-sikap negatif seperti pemalu, curiga-mencurigai, penakut, egois dan lain sebagainya. Peserta didik dapat membandingkan potensi yang dimiliki pada siswa dengan temannya dalam kelompok sehingga siswa mampu bergerak untuk berubah ke arah yang positif. Peneliti ingin menguji keterbukaan diri siswa menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* (bermain peran) karena belum pernah dilakukan oleh guru bk MAN 1 Yogyakarta.

Role playing (bermain peran) merupakan sebuah model pembelajaran dimana individu difokuskan pada peningkatan kemampuan dalam berhubungan dengan orang lain. Melalui bermain peran siswa belajar menggunakan konsep peran, menyadari adanya peran-peran yang berbeda dan memikirkan perilaku dirinya dan perilaku orang

lain (Uno, 2008: 26). Metode *role playing* belum pernah dilakukan guru bk MAN 1 Yogyakarta untuk mencoba mengurangi permasalahan keterbukaan diri. Tujuan dari *role playing* itu sendiri siswa dapat mengeksplorasi dirinya sendiri dan berimajinasi dengan peran yang akan dimainkan oleh mereka.

Peneliti ingin menggunakan metode bimbingan kelompok teknik *role playing* untuk menguji keterbukaan diri siswa, karena peneliti masih ragu mengenai efektivitas teknik *role playing* terhadap keterbukaan diri siswa dan juga guru bk MAN 1 Yogyakarta belum pernah menerapkan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing* terhadap siswa MAN 1 Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan model *Nonrandomized Control Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian ini menggunakan dua kelas, yaitu satu kelas eksperimen dan satu kelas kontrol. Pada kelas eksperimen data penelitian diambil dari *pretest*, *posttest* dan pemberian *treatment*, sedangkan pada kelas kontrol data penelitian dari *pretest*, *posttest* dan tidak diberi *treatment*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian eksperimen ini dilakukan pada jam pelajaran BK di MAN 1 Yogyakarta. Pengambilan data dilaksanakan selama lima minggu yang terjadi dari bulan 25 Juli – 3

September 2018. Penelitian ini dilaksanakan di MAN 1 Yogyakarta yang beralamat di JL. C. Simanjuntak No. 60 Yogyakarta.

Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa kelas XI di MAN 1 Yogyakarta sebanyak 232 siswa. Kelas XI MAN 1 Yogyakarta terbagi menjadi sembilan kelas, lima kelas MIPA, tiga kelas IPS, satu kelas Agama, dan satu kelas Bahasa. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*.

Teknik Pengumpulan Data dan Teknik Analisis Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala keterbukaan diri. Validitas menggunakan validitas isi dengan *expert judgment* dan uji reliabilitas menggunakan rumus *cronbach alpha*. Teknik analisis data menggunakan uji analisis komparatif dengan uji *Independent t test* dan uji *paired t test*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN HASIL

Hasil Penelitian

Data *Pretest* Kelas Eksperimen

Berdasarkan hasil analisis data diketahui

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	$X \geq 111$	5	20%
Sedang	$74 \leq X < 111$	14	56%
Rendah	$X < 74$	6	24%
Jumlah		25	100%

bahwa keterbukaan diri siswa sebelum diberi perlakuan menggunakan teknik *role playing* berada pada kategori tinggi sebanyak 5 siswa, pada

kategori sedang sebanyak 14 siswa, dan pada kategori rendah sebanyak 6 siswa.

Data Posttest Kelas Eksperimen

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	$X \geq 111$	16	64%
Sedang	$74 \leq X < 111$	9	36%
Rendah	$X < 74$	0	0%
Jumlah		25	100%

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa keterbukaan diri siswa setelah diberi perlakuan menggunakan teknik *role playing* berada pada kategori tinggi sebanyak 16 siswa, pada kategori sedang sebanyak 9 siswa, dan pada kategori rendah sebanyak 0 siswa.

Data Pretest Kelas Kontrol

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	$X \geq 111$	4	14,8%
Sedang	$74 \leq X < 111$	19	70,3%
Rendah	$X < 74$	4	14,8%
Jumlah		27	100%

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa keterbukaan diri dengan tidak diberikan perlakuan menggunakan teknik *role playing* berada pada kategori tinggi sebanyak 4 siswa, pada kategori sedang sebanyak 19 siswa, dan pada kategori rendah sebanyak 4 siswa.

Data Posttest Kelas Kontrol

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	$X \geq 111$	4	14,8%
Sedang	$74 \leq X < 111$	19	70,3%
Rendah	$X < 74$	4	14,8%
Jumlah		27	100%

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa keterbukaan diri dengan tidak diberi perlakuan menggunakan teknik *role playing* berada pada kategori tinggi sebanyak 4 siswa, pada

kategori sedang sebanyak 19 siswa, dan pada kategori rendah sebanyak 4 siswa.

Hasil Uji Prasyarat Analisis Data

Berikut adalah hasil uji normalitas data hasil *pretest* kelompok eksperimen dan kontrol dan uji normalitas *posttest* kelompok eksperimen dan kontrol dalam penelitian ini. Uji normalitas ini untuk mengetahui apakah kelompok tersebut berdistribusi normal atau tidak.

Tabel 4.5 Uji Normalitas *Pretest Kolmogorov Smirnov* dan *Shapiro Wilk*

Tests of Normality

	Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai	Eksperimen	,163	25	,084	,883	25	,008
	Kontrol	,173	27	,038	,887	27	,007

Tabel 4.6 Uji Normalitas *Posttest Kolmogorov-Smirnov* dan *Shapiro Wilk*

Tests of Normality

	Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai	Eksperimen	,121	25	,200 [*]	,915	25	,040
	Kontrol	,142	27	,170	,899	27	,012

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh koefisien signifikansi uji normalitas dari kelompok eksperimen hasil *pretest* sebesar 0,84 yang berarti nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,84 > 0,05$) dan hasil dari *posttest* kelompok eksperimen menunjukkan signifikansi p sebesar 0,200 yang berarti nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,200 >$

0,05). Sementara kelompok kontrol hasil dari *pretest* menunjukkan signifikansi p sebesar 0,38 yang berarti nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,38 > 0,05$) dan hasil dari *posttest* pada kelompok kontrol menunjukkan signifikansi p sebesar 0,170 yang berarti nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,170 > 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini berdistribusi normal.

Uji Homogenitas Variansi

Berikut adalah hasil uji homogenitas skor *pretest* dan *posttest* siswa pada kelas eksperimen dan kelas kontrol dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.7. Hasil Uji Homogenitas *Pretest*

Test of Homogeneity of Variances

Hasil

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,742	1	50	,393

Tabel 4.8 Uji Homogenitas *Posttest*

Test of Homogeneity of Variances

Hasil

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,002	1	50	,968

Berdasarkan tabel di atas, hasil yang diperoleh dari koefisien signifikansi uji homogenitas adalah 0,393 yaitu telah memenuhi syarat karena lebih besar dari 0,05 ($0,393 > 0,05$) berarti data *pretest* adalah homogen. Data *posttest* memiliki signifikansi 0,968 yaitu lebih besar dari 0,05 ($0,968 > 0,05$) maka data adalah homogen. Jadi data

penelitian ini memenuhi syarat untuk di uji t pengujian hipotesis.

Pembahasan

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah efektifitas bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* terhadap keterbukaan diri siswa kelas XI di MAN 1 Yogyakarta. Hal ini ditunjukkan dari hasil uji independent t test menggunakan *SPSS for windows 21* di dapatkan nilai signifikan 0,000 ($0,000 < 0,05$). Nilai rata-rata keterbukaan diri kelas eksperimen sebesar 116,2 dan rata-rata keterbukaan diri kelas kontrol sebesar 96,7. Nilai rata-rata kenaikan kelompok eksperimen sebesar 21,8 sedangkan kenaikan kelas kontrol sebesar 0,2, sehingga diketahui kenaikan skor keterbukaan diri kelas eksperimen lebih besar 21,6 dibandingkan dengan kelas kontrol. Berdasarkan analisis data diatas, telah terbukti bahwa metode *role playing* efektif terhadap keterbukaan diri siswa kelas XI di MAN 1 Yogyakarta.

DeVito (2011: 64-65) menyatakan *self disclosure* (keterbukaan diri) adalah jenis komunikasi dimana mengungkapkan informasi tentang diri sendiri yang biasanya disembunyikan, lalu dikomunikasikan kepada orang lain. Informasi tersebut harus diterima dan dimengerti oleh orang lain. Jika tidak dapat diterima dan dimengerti, akan menimbulkan permasalahan keterbukaan diri. Hal ini sesuai dengan temuan peneliti bahwa di MAN 1 Yogyakarta terdapat permasalahan terkait dengan keterbukaan diri siswa berupa siswa sangat sulit untuk membuka diri dengan teman-temannya, kurang adanya rasa percaya kepada teman, dan

siswa tidak dapat berkomunikasi dengan baik dengan temannya.

Pada penelitian ini bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing* (bermain peran) dianggap tepat dalam keterbukaan diri siswa. Prayitno (1995: 178) menyatakan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, dan saling menanggapi. Hal ini sejalan dengan (Uno, 2008:26) bahwa *role playing* (bermain peran) merupakan model pembelajaran sosial dimana individu difokuskan pada peningkatan dalam berhubungan dengan orang lain. Melalui bermain peran siswa belajar menggunakan konsep peran, menyadari adanya peran-peran yang berbeda dan memikirkan perilaku dirinya dan perilaku orang lain. Dalam hal tersebut terdapat dinamika kelompok yang saling berkaitan dan dianggap tepat untuk menyelesaikan permasalahan *self disclosure* (keterbukaan diri) siswa.

Dalam pelaksanaan penelitian tersebut peneliti menemukan temuan dalam kegiatan *role playing* (bermain peran). Pada saat pembentukan kelompok, awalnya siswa malu-malu karena dalam kelompok dicampur antara laki-laki dan perempuan, tetapi setelah melakukan peranan yang mereka perankan siswa menjadi tidak canggung terhadap lawan bicara. Hal ini sesuai dengan aspek *self disclosure* (keterbukaan diri) yang dinyatakan oleh Pearson (dalam DeVito, 2011:65-67) bahwa jenis kelamin terhadap lawan bicara mempengaruhi keterbukaan diri individu, biasanya lawan bicara pada orang-orang terdekat seperti teman, sahabat, pacar. Kemudian setelah kegiatan *role playing*

(bermain peran) selesai, siswa menjadi percaya diri, berani terbuka dan menjadi semakin akrab satu dengan yang lainnya. Hal ini sejalan dengan John Powel (dalam Supratiknya, 1995: 32-34) yang menyatakan tingkatan keterbukaan diri dalam hubungan puncak ditandai dengan kejujuran, keterbukaan dan saling percaya antara kedua belah pihak.

Role playing efektif terhadap keterbukaan diri hal ini dibuktikan dengan temuan siswa menjadi lebih interaktif dan reaktif saat melakukan kegiatan *role playing* di depan kelas. Saat memerankan peranan masing-masing siswa yang tadinya menutup diri menjadi lebih terbuka. Hal tersebut sesuai dengan tujuan *role playing* yang dinyatakan oleh Hamalik (2010:199) yaitu untuk mengembangkan keterampilan-keterampilan interaktif dan reaktif dalam kegiatan *role playing*. Jadi selama mengikuti kegiatan *role playing* siswa lebih interaktif satu dengan yang lainnya dan reaktif terhadap apa yang diperankan.

Berdasarkan hal di atas dan perhitungan statistik, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik bermain peran (*role playing*) efektif terhadap keterbukaan diri siswa kelas XI di MAN 1 Yogyakarta.

SIMPULAN DAN SARAN SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di MAN 1 Yogyakarta, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok menggunakan teknik bermain peran (*role playing*) efektif terhadap keterbukaan diri (*self-disclosure*).

Hal ini dibuktikan dari perbedaan keterbukaan diri (*self disclosure*) yang dialami oleh siswa pada kelompok eksperimen setelah siswa mendapatkan

bimbingan kelompok teknik bermain peran (*role playing*) dengan siswa pada kelompok kontrol. Efek *treatment* pada kelompok eksperimen menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan antara hasil *pretest* dengan hasil *posttest* kelompok eksperimen. Sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan nilai signifikansi $0,434 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan tidak ada perbedaan antara hasil *pretest* dengan hasil *posttest* kelompok kontrol. Maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik bermain peran (*role playing*) efektif terhadap keterbukaan diri (*self disclosure*) siswa kelas XI di MAN 1 Yogyakarta.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan di atas maka dapat diberikan beberapa saran sebagai berikut.

Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Seyogyanya menggunakan *role playing* (bermain peran) sebagai salah satu metode bimbingan kelompok dalam mengupayakan *self disclosure*.

Bagi Peneliti Lainnya

Dari hasil yang diperoleh dari bimbingan kelompok teknik *role playing* sebaiknya peneliti selanjutnya tidak melaksanakan pada waktu siang hari siang.

DAFTAR PUSTAKA

Cangara, H. (2007). Pengantar ilmu komunikasi. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

DeVito, J. A. (2011). *Komunikasi antar manusia*. Edisi kelima: Alih bahasa: Agus Maulana. Tangerang: Karisma Publishing Group.

Gunawan, N. E. (2020). When offense and mutual forgiveness collide yearly in Indonesia: A qualitative study during Eid al-Fitr. *ProGCouns: Journal of Professionals in Guidance and Counseling*, 1(1).

Hamalik, O. (2010). *Perencanaan pengajaran berdasarkan pendekatan sistem*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.

Izzaty, R.E dkk. (2013). *Perkembangan peserta didik*. Yogyakarta: UNY Press.

Prayitno. (1995). *Layanan bimbingan dan konseling kelompok (Dasar dan profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

Supraktiknya, A (1995). *Komunikasi Antar Pribadi Tinjauan Psikologis*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.

Uno, H.B. (2008). *Model Pembelajaran: Menciptakan Proses Belajar Mengajar yang Kreatif dan Efektif*. Jakarta: Bumi Aksara.