

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN SOSIAL SISWA MELALUI
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ROLE PLAYING*
KELAS VII DI SMP NEGERI 7 MUARO JAMBI**

Resni Amelia¹, Yanto², Desy Susanti³

^{1,2,3}Universitas Jambi

¹resnicamelia19@gmail.com, ²desysusanti@unja.ac.id

ABSTRACT

This research stems from the reality that students at SMP Negeri 7 Muaro Jambi frequently encounter difficulties in social skills. Students often fail to communicate effectively, feel uncertain when interacting with others, and struggle to cooperate with classmates. Social skills play a crucial role in adolescent development as they help children form positive relationships with others. This study aims to improve students' social skills through group guidance services using role-playing techniques. The research method employed is action service research conducted in three cycles, with each cycle consisting of two meetings. The subjects of this study were 7th-grade students at SMP Negeri 7 Muaro Jambi who obtained low scores on the social skills pre-test questionnaire. Data collection methods involved participant observation, questionnaires, and interviews with students, guidance counselors, and homeroom teachers. The results of this study indicate that the use of role-playing techniques in group guidance significantly helps students improve their social skills. Students were able to practice adjusting their behavior to social situations, learn to empathize with others' feelings, and receive direct feedback from group members. A clear difference was observed when comparing the average pre-cycle score of 43% to 85% in the third cycle. This study demonstrates that the use of group guidance with role-playing techniques is an effective way to help students enhance their social skills within the school environment.

Keywords: social skills, group, role-playing techniques

ABSTRAK

Penelitian ini bermula dari kenyataan bahwa siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi seringkali mengalami kesulitan dalam keterampilan sosial. Siswa tidak berkomunikasi dengan baik, merasa tidak yakin dalam berinteraksi dengan orang lain, dan kesulitan bekerja sama dengan teman sekelas. Keterampilan sosial sangat berperan penting dalam perkembangan remaja karena dapat membantu anak-anak membentuk hubungan yang baik dengan orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan layanan yang dilakukan dalam tiga siklus, di mana satu siklus dilakukan dalam dua kali pertemuan. Subjek penelitian ini merupakan siswa kelas VII SMP Negeri 7 Muaro Jambi yang memiliki skor rendah pada instrumen angket *pre-test* keterampilan sosial. Metode pengumpulan data melibatkan pengamatan partisipan, pengisian kuesioner, serta wawancara dengan siswa, guru BK, dan wali kelas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan teknik *role playing* dalam bimbingan kelompok sangat membantu siswa meningkatkan keterampilan sosial. Siswa dapat

berlatih menyesuaikan perilaku, belajar memahami perasaan orang lain, dan mendapatkan masukan langsung dari anggota kelompok. Perbedaan terlihat jelas dari peningkatan skor rata-rata Pra Siklus sebesar 43% menjadi 85% pada siklus ketiga. Studi ini menunjukkan bahwa penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* merupakan cara yang efektif untuk membantu siswa meningkatkan keterampilan sosial di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: Keterampilan sosial, Bimbingan Kelompok, Teknik *Role Playing*

A. Pendahuluan

Keterampilan sosial merupakan aspek fundamental dalam perkembangan remaja yang sedang berada pada fase transisi emosional dan sosial. Secara teoretis, keterampilan sosial didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam memahami, mengirim, dan mengatur informasi verbal maupun nonverbal untuk memfasilitasi interaksi yang positif (Darmiany, 2021). Pada tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP), khususnya kelas VII dengan rentang usia 12-13 tahun, remaja mulai meninggalkan peran masa kanak-kanak menuju kemandirian dan sangat fokus pada penerimaan teman sebaya. Keterampilan ini tidak hanya memengaruhi penyesuaian sosial, tetapi juga menjadi prediktor terhadap kesejahteraan psikologis individu; mereka yang memiliki keterampilan sosial tinggi cenderung merasa aman dan bahagia (Goldingay dkk., 2021). Sebaliknya, buruknya keterampilan sosial berisiko memicu isolasi,

masalah kesehatan mental, hingga kesepian (Taylor, 2011).

Namun, realita di lapangan menunjukkan adanya kesenjangan antara harapan teoretis dengan kondisi aktual siswa. Fenomena rendahnya keterampilan sosial masih menjadi isu krusial di dunia pendidikan, yang ditandai dengan maraknya kasus perundungan (*bullying*), konflik antar-siswa, serta rendahnya partisipasi dalam kerja kelompok (Tribunnews.com). Masalah ini diperkuat oleh hasil pra-penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 7 Muaro Jambi pada 14 November 2025. Data observasi menunjukkan adanya siswa yang cenderung menarik diri, tidak aktif dalam diskusi kelompok, dan kurang menunjukkan kepedulian (*pro-social behaviour*). Hasil wawancara dengan siswa berinisial CM dan YAR mengungkap adanya rasa kurang percaya diri dan ketakutan akan konflik saat berbicara. Hal ini dikonfirmasi oleh Guru BK dan Wali Kelas VII F yang mencatat

perilaku pasif siswa, seperti tidak merespons saat dipanggil dan sering menyendiri saat jam istirahat.

Kondisi tersebut memerlukan intervensi strategis melalui layanan Bimbingan dan Konseling, khususnya layanan Bimbingan Kelompok. Bimbingan kelompok menawarkan dinamika kelompok yang memungkinkan siswa memperoleh pengetahuan baru serta mengembangkan kemampuan berkomunikasi dan empati secara kolektif (Yusri, 2020; Kumara, 2017). Salah satu teknik yang dinilai efektif dalam bimbingan kelompok adalah *role playing* (bermain peran). Teknik ini memungkinkan siswa untuk "berpura-pura" menjadi orang lain untuk memahami perspektif yang berbeda, meningkatkan empati, serta melatih tanggung jawab dalam situasi sosial yang aman (Subagiyo, 2013). Keefektifan bimbingan kelompok dan teknik bermain peran ini didukung oleh penelitian terdahulu, seperti studi Siregar (2016) yang menunjukkan peningkatan interaksi sosial siswa dari 50% menjadi 83,3% setelah intervensi.

Meskipun penelitian mengenai keterampilan sosial telah banyak dilakukan, penelitian ini memiliki

kebaruan (*novelty*) pada pendekatan metodologinya. Sebagian besar studi sebelumnya berfokus pada uji korelasi atau pengaruh satu arah, sementara penelitian ini menerapkan penelitian tindakan layanan (PTL). Melalui PTL, perkembangan keterampilan sosial siswa dipantau secara siklis dan berkelanjutan, sehingga intervensi dapat disesuaikan secara *real-time* berdasarkan kebutuhan siswa. Selain itu, keterlibatan kolaboratif antara peneliti, guru BK, dan wali kelas dalam proses evaluasi memberikan validitas data yang lebih komprehensif.

Berdasarkan urgensi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji bagaimana penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa kelas VII di SMP Negeri 7 Muaro Jambi. Diharapkan, melalui penelitian ini, siswa dapat mengatasi hambatan interaksi mereka dan siap menghadapi tantangan sosial di lingkungan sekolah maupun masyarakat.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan layanan (PTL)

yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa. Desain penelitian mengadaptasi model siklus dari Seagal (2015) yang dikembangkan oleh Sutja (2021), meliputi empat tahap utama: perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*action*), evaluasi (*evaluation*), dan refleksi (*reflection*). Penelitian ini dirancang dalam dua siklus, di mana setiap siklus terdiri dari dua kali pertemuan layanan bimbingan kelompok.

Subjek dan Setting Penelitian Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 7 Muaro Jambi. Subjek penelitian berjumlah 10 siswa kelas VII F yang dipilih menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Kriteria pemilihan subjek adalah siswa yang memiliki keterampilan sosial rendah berdasarkan hasil observasi awal dan rekomendasi guru BK dan hasil angket *pre test*, dengan ciri-ciri pasif dalam interaksi, enggan berbicara, dan kurang peduli terhadap teman.

Prosedur tindakan Intervensi yang diberikan adalah Layanan Bimbingan Kelompok dengan materi yang berkaitan dengan keterampilan sosial menggunakan media audio-visual (film pendek) dan teknik *role playing*. Tahapan layanan mengacu

pada teori Prayitno (2017) yang meliputi:

1. Tahap Pembentukan (pengenalan dan pembinaan hubungan);
2. Tahap Peralihan (penjelasan kegiatan dan kesiapan);
3. Tahap Kegiatan (pembahasan topik, menonton film, dan bermain peran);
4. Tahap Pengakhiran (kesan-kesan dan rencana tindak lanjut).

Pengumpulan Data Teknik pengumpulan data meliputi observasi, wawancara, dokumentasi, dan angket. Instrumen utama adalah Angket Keterampilan Sosial dengan skala Likert 1-5 (Selalu, Sering, Kadang-kadang, Jarang, Tidak Pernah). Berdasarkan uji validitas menggunakan *Pearson Product Moment* (SPSS 22), dari 32 item yang diuji, terdapat 20 item valid (r hitung > 0.325). Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Alpha Cronbach sebesar 0.840, sehingga instrumen dinyatakan reliabel ($\alpha 0.70$).

Teknik Analisis Data dan Kriteria Keberhasilan Data hasil layanan dianalisis menggunakan teknik persentase dengan rumus formula C (Sutja.ddk.,2021:154)

Hasil persentase tersebut kemudian dikategorikan berdasarkan

kelas interval: Sangat Tinggi (89-100%), Tinggi (60-88%), Sedang (41-59%), Rendah (12-40%), dan Sangat Rendah (<12%). Penelitian ini ditetapkan berhasil apabila skor keterampilan sosial siswa mencapai minimal 80% (Kategori Tinggi) dan menunjukkan perubahan perilaku konkret pada indikator empati, kedermawanan, kesadaran sosial, dan perilaku menolong.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa kelas VII F SMP Negeri 7 Muaro Jambi melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Berdasarkan pelaksanaan tindakan yang dilakukan sebanyak tiga siklus, ditemukan adanya peningkatan yang signifikan baik pada proses layanan maupun pada hasil keterampilan sosial siswa.

Data penelitian menunjukkan peningkatan keterampilan sosial siswa secara bertahap. Sebelum diberikan tindakan (*pre-test*), persentase keterampilan sosial siswa hanya sebesar 54%. Setelah pelaksanaan Siklus I, angka ini meningkat menjadi 87%, dan mencapai puncaknya pada Siklus II

sebesar 98%, sebelum akhirnya stabil pada angka 94% di Siklus III. Peningkatan ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan mampu mengubah perilaku sosial siswa secara positif.

Sejalan dengan hal tersebut, kualitas pelaksanaan layanan oleh peneliti juga mengalami peningkatan berdasarkan hasil observasi kolaborator. Pada Siklus I, persentase efektivitas layanan berada pada rata-rata 84%, dengan beberapa catatan mengenai kendala teknis dan manajemen waktu. Namun, melalui refleksi dan perbaikan, kualitas layanan meningkat drastis menjadi 98% pada Siklus II dan 93% pada Siklus III.

Peningkatan keterampilan sosial siswa terjadi karena adanya dinamika kelompok yang intensif selama proses bimbingan. Teknik *role playing* memungkinkan siswa tidak hanya memahami teori secara kognitif melalui media PowerPoint, tetapi juga merasakan pengalaman langsung (*experiential learning*) dengan memerankan situasi sosial tertentu. Sebagaimana dikemukakan oleh Subagiyo (2013), teknik ini efektif untuk melatih empati dan pengelolaan emosi karena siswa belajar

mengobservasi serta merefleksikan perilaku sosial rekan sejawatnya.

Penggunaan media audio-visual, seperti film pendek berjudul "*Sigap: Stop Intimidasi Galang Aksi Perdamaian*" pada Siklus II, terbukti menjadi stimulan yang kuat dalam membangun resiliensi sosial dan nilai gotong royong. Hal ini memperkuat teori Darmiany (2021) bahwa keterampilan sosial mencakup aspek empati dan kesediaan menolong yang dapat diasah melalui simulasi yang relevan dengan kehidupan remaja.

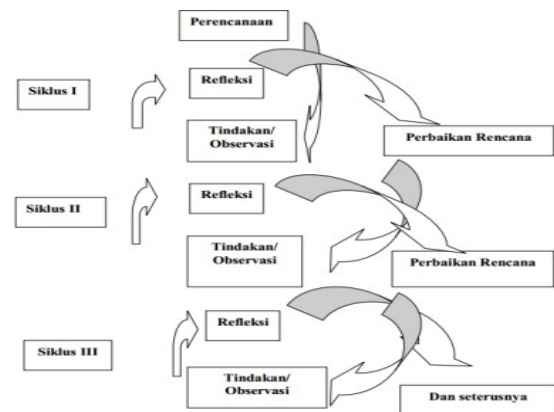
Meskipun secara keseluruhan penelitian ini berhasil, terdapat tantangan berupa keterbatasan durasi waktu pelajaran di sekolah. Hal ini terkadang membuat sesi diskusi mendalam di akhir teknik *role playing* menjadi kurang maksimal. Namun, secara umum, konsistensi peningkatan data dari Siklus I hingga Siklus III membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* adalah metode yang efektif dan adaptif dalam mengembangkan keterampilan prososial siswa di tingkat sekolah menengah pertama. Adapun persentase siklusnya sebagai berikut:

Tabel 1 Hasil Persentase Siklus

Subjek	Fre-test	Post-Test	Siklus I		Siklus II		Siklus III	
Kelas VII F	Hasil	hasil	Proses	Hasil	proses	hasil	Proses	Hasil
	43%	85%	84%	87%	97%	98%	93%	94%

Pelaksanaan penelitian yang telah dilakukan peneliti yaitu dalam upaya meningkatkan keterampilan sosial siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* di kelas VII F SMP Negeri 7 Muaro Jambi. Pelaksanaan tindakan layanan ini dilakukan secara bertahap dari siklus I, II dan III. Dengan menggunakan kerangka pemikiran yaitu

Gambar 1 kerangka pemikiran Model Hopkins



D. Kesimpulan

Penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 7 Muaro Jambi ini membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* (bermain peran) sangat efektif dalam meningkatkan

keterampilan sosial siswa. Melalui teknik ini, siswa tidak hanya belajar menjadi aktor, tetapi juga belajar mengamati perilaku teman-temannya secara langsung, sehingga tercipta proses belajar sosial yang kolektif dan mendalam.

Hasil penelitian menunjukkan tren yang sangat positif di setiap fasenya. Pada siklus pertama, tingkat keberhasilan mencapai 84%, kemudian melonjak drastis di siklus kedua menjadi 98%, dan tetap terjaga di level yang tinggi pada siklus ketiga dengan angka 93%. Peningkatan ini didukung oleh penggunaan media yang bervariasi, mulai dari materi visual seperti PowerPoint tentang empati hingga media audio visual berupa film pendek tentang keterampilan sosial dan gotong royong.

Meskipun secara keseluruhan hipotesis penelitian ini diterima dan berhasil mengubah perilaku siswa di sekolah, peneliti mencatat adanya tantangan pada durasi waktu. Jadwal pelajaran yang terbatas seringkali membuat sesi akhir bermain peran menjadi kurang mendalam. Namun, secara umum, dapat disimpulkan bahwa jika layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*

ini diterapkan, maka interaksi dan keterampilan sosial siswa di sekolah akan meningkat secara signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

Buku :

- Hartanti. (2022). Bimbingan kelompok: Tinjauan teoritis. Tulungagung: UD Duta Sablon.
- Prayitno. (2017). Konseling profesional yang berhasil: Layanan dan kegiatan pendukung. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Subagiyo, H. (2013). Roleplay. Jakarta: Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Pembina Sekolah Menengah Kejuruan.
- Sutja, A. (2021). Penelitian tindakan layanan. Yogyakarta: Wahana Revolusi.
- Sutja, A., dkk. (2017). Penulisan skripsi untuk prodi bimbingan dan konseling. Yogyakarta: Wahana Revolusi.

Jurnal :

- Aryani, D. (2022). Teknik sosiodrama untuk meningkatkan keterampilan sosial pada siswa. Nama Jurnal Terkait, 6, 2–6.
- Darmiany. (2021). Keterampilan sosial modal dasar remaja

- bersosialisasi di era global. *Correspondencias & Análisis*, (15018).
- Desy Susanti, Pratama, M. I. A., & Firmansyah, D. (2025). Dampak penerapan bimbingan kelompok dengan teknik kontrak perilaku dalam mereduksi prokrastinasi siswa SMP. *Fokus: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 8(1), 55-63.
- Firdausi, N. I. (2020). Efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan keterampilan bertanya siswa dikelas VII SMP Swasta Rakyat Sei Glugur tahun ajaran 2019/2020. *Kaos GL Dergisi*, 8(75), 147–154.
- Imam, M. (2019). Peningkatan interaksi sosial teman sebaya siswa SMP melalui bimbingan klasikal dengan metode sosiodrama. *Nama Jurnal Terkait*, 5(2), 104–108.
- Kadek Suhardita. (2011). Efektivitas penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. *Edisi Khusus*, 1, 127–138.
- Martono, E. P., Solihatun, S., & Prasetyaningtyas, W. E. (2021). Pengaruh keterampilan sosial terhadap kepercayaan diri siswa terisolir. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(2), 167–174.
- Muliyah, D. (2020). Keterampilan sosial. *Journal GEEJ*, 7(2), 11–40.
- Mutaqin. (2025). Penerapan teknik sosiodrama dalam bimbingan klasikal untuk meningkatkan hubungan sosial teman sebaya. *Nama Jurnal Terkait*, 11, 117–128.
- Pujiani. (2018). Gambaran ketrampilan sosial anak remaja yang mengalami gangguan perilaku. *JURNAL EDUNursing*, 2(1), 35–43.
- Rahmi, D. (2024). Efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan keterampilan sosial remaja. *Nama Jurnal Terkait*, 122–132.
- Siregar, R. Y. (2016). Meningkatkan interaksi sosial siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik role playing pada siswa. *Nama Jurnal Terkait*, 2(2).
- Taylor. (2011). Pengaruh metode proyek terhadap kecerdasan sosial anak di kelompok A RA Harun Ar-Rasyid. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.

Trisnani, R. P., & Setyowati, W. (2024). Meningkatkan keterampilan sosial siswa melalui pendekatan experiential learning dalam layanan bimbingan dan konseling. *Nama Jurnal Terkait*, 3(3), 9–17.

Skripsi:

Adolph, R. (2016a). Keterampilan sosial pada anak asuh di panti asuhan anak Taman Harapan Muhammadiyah Kota Bandung (Laporan Penelitian tidak diterbitkan). hlm. 1–23.

Adolph, R. (2016b). Metode penelitian tindak layanan A (Laporan Penelitian tidak diterbitkan). hlm. 1–23.

Adolph, R. (2016c). Upaya meningkatkan minat belajar siswa dengan penerapan layanan informasi menggunakan media audio visual pasca Covit dikelas VIII E SMPN 18 Kota Jambi (Laporan Penelitian tidak diterbitkan). hlm. 1–23.

Ani, H. (2022). Efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan interaksi sosial siswa di SMA Negeri I Krueng Barona Jaya (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Terkait, Kota.

Bako, S. R. (2020). Penerapan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan tahun pembelajaran 2018/2019 (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Medan.

Deviana. (2019). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019 (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Terkait, Bandar Lampung.

Hendrawati. (2017). Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan keterampilan sosial peserta didik kelas XII SMA Negeri 7 Bandar Lampung tahun ajaran 2016/2017 (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Terkait, Bandar Lampung.

Jasmine, K. (2014). Penambahan natrium benzoat dan kalium sorbat (antiinversi) dan kecepatan pengadukan sebagai

- upaya penghambatan reaksi inversi pada nira tebu (Skripsi tidak diterbitkan). hlm. 12–26.
- Khairunnisa. (2023). Penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik asertive untuk mengurangi kecemasan berkomunikasi siswa SMAN 10 Kota Jambi (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Jambi, Jambi.
- Lasmia, L. (2022). Penerapan teknik role play untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa kelas VIII melalui bimbingan kelompok di SMP Negeri 01 Kota Jambi (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Jambi, Jambi.
- Nikmah. (2025). Efektivitas bimbingan kelompok menggunakan teknik role playing dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa kelas IX MTS Rodlotusysyubban Tawangrejo Kabupaten Pati 2024/2025 (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Terkai, Kota.
- Piramadani, M. (2018). Uji coba alat ukur (Laporan Penelitian/Skripsi tidak diterbitkan). hlm. 28–45.
- Simanjuntak, J. R. (2017). Perbedaan keterampilan sosial ditinjau dari tipe kepribadian introvert dan ekstrovert pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area (Doctoral dissertation/Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Medan Area, Medan.
- Triyanti. (2023). Pengaruh keterampilan sosial teman sebaya terhadap motivasi belajar pada siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 25 Kota Jambi (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Jambi, Jambi.