

Penerapan Program Bimbingan Menggunakan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Mahasiswa Yang Memiliki Kecenderungan Adiksi Jejaring Sosial

Fanny Septiany Rahayu¹ Muhibbu Abivian²

¹Universitas Muhammadiyah Cirebon (UMC)
e-mail: fanny.septiany@umc.ac.id

²Universitas Muhammadiyah Cirebon (UMC)
e-mail: muhibbu.abivian@umc.ac.id

Cara Sitasi: Rahayu, F. S., Abivian, M. (2019). Penerapan Program Bimbingan Menggunakan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Mahasiswa Yang Memiliki Kecenderungan Adiksi Jejaring Sosial. *Cakrawala*, 19(2), 213–218. Retrieved from doi: <https://doi.org/10.31294/jc.v19i2>

Abstract - This study is based on a phenomenon experienced by students who have low intrpersonal communication. Therefore, The problem of this study is focus onthe effectiveness of sociodrama technique to improve students' communication skill. This study used quasi experiment with nonequivalent pretest-posttest control group design. While, this study used kuantitatif approach with the subject was students of 6th semester in 2018-2019 academic year. Data used by collected non-tes instrument that questionare of likert model. The analysis of data using propotional technique between pretes and posttest. Beside that, the technique of data analysis using t-test to measure the dependent of two sample. This study showed that the technique of sociodrama was effective to improve interpersonal communication skill and decrease sosial network addiction tendencies of 6th semester students in PGSD Departement of FKIP UMC 2018 to 2019 academic year who was in low category. As for, the result recommendation of this study is for the next researcher can control the other conditions which influence interpersonal communication so student can have full interpersonal communication.

Keywords: Sociodrama, Interpersonal Communication, Social Network Addiction

PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk sosial tentu akan selalu berinteraksi dengan lingkungannya. Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap interaksi manusia dengan lingkungannya tersebut adalah komunikasi. Wisnuwardhani dan Mashoedi (2012, hlm.37) menyatakan manusia melakukan komunikasi dengan orang lain merupakan aspek yang signifikan dan sangat penting bagi kehidupan. Bahkan, Tubbs dan Moss (2001) menyatakan sebanyak 75 persen waktu manusia digunakan untuk berkomunikasi.

Begitupun dengan mahasiswa, sebagai makhluk sosial kehidupan mahasiswa tidak hanya melulu pada masalah akademik namun juga nonakademik. Munculnya hambatan-hambatan tersebut akan dapat diminimalisir atau bahkan diatasi manakala mereka memiliki keterampilan komunikasi yang efektif. Salah satu jenis komunikasi yang penting dimiliki seseorang adalah komunikasi interpersonal (Suranto, 2011, hlm.2). Suranto (2011, hlm.6) menyatakan untuk saat ini komunikasi interpersonal tidak hanya dilakukan secara langsung (face to face) namun, juga dengan menggunakan media internet seperti situs jejaring sosial. Situs jejaring sosial merupakan situs yang paling diminati pengguna internet di seluruh dunia (Cam dan Isbulan, 2012, hlm.14).

Mahasiswa yang memiliki keterampilan komunikasi interepersonal rendah mencoba untuk berkomunikasi dengan menggunakan media teknologi lebih sering salah satunya dengan situs jejaring sosial. Mahasiswa yang hanya mengandalkan kemampuan komunikasi interpersonal dengan menggunakan media teknologi merupakan motif untuk mempertahankan atau untuk memperbesar skala interaksi sosial yang tidak didapatkan secara langsung (Hwang, 2014, hlm.50). Padahal menurut Suranto (2011, hlm.7) melakukan komunikasi secara langsung tanpa media perantara seperti jejaring sosial memiliki manfaat yang lebih besar, karena masing-masing pihak yang terlibat melalui komunikasi langsung dapat merasakan dan mengetahui umpan balik dari patner komunikasi baik secara verbal maupun non verbal sehingga kesalahpaman dapat diminimalisir.

Keterampilan komunikasi interpersonal yang harus dimiliki diantaranya keterampilan non verbal seperti ekspresi wajah, arah pandangan mata, dan penampilan. Selanjutnya keterampilan berkomunikasi dengan memberikan penguatan seperti pemberian pujian dan pemberian dukungan secara langsung, keterampilan bertanya seperti mengajukan pertanyaan terbuka yang memperluas jawaban dan pertanyaan tertutup yang mendorong orang berbicara langsung, keterampilan

merefleksikan seperti memaknai percakapan dari beberapa aspek yang telah dikatakan secara langsung, keterampilan membuka dan menutup pembicaraan dengan orang lain, keterampilan berkomunikasi dengan menjadi pendengar yang aktif dengan menangkap pesan yang diterima pada saat berkomunikasi dan memberikan respon dengan jelas yang menunjukkan memperhatikan, dan keterampilan berkomunikasi untuk melakukan keterbukaan diri dengan berbagi informasi diri sendiri kepada orang lain (Hartley, 2001, hlm. 53-60).

Sebagai salah satu upaya bantuan yang dapat dilakukan untuk membantu mahasiswa dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonalnya adalah dengan menggunakan teknik layanan bimbingan kelompok melalui teknik sosiodrama (Moreno, dalam Kellermen, 2007, hlm. 15).

Teknik sosiodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang dapat timbul dari pergaulan dengan orang-orang lain, termasuk konflik yang sering dialami dari pergaulan sosial seperti kurangnya keterampilan komunikasi interpersonal. Teknik sosiodrama dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri mahasiswa sehingga mereka dapat membuat rencana dan keputusan yang tepat untuk dapat menguasai keterampilan komunikasi interpersonal secara langsung sehingga mampu menjalin hubungan dengan orang lain bukan hanya di dunia maya melainkan lebih memilih menjalin hubungan di dunia nyata (Winkel, W. S. 2012, hlm. 571).

Pada teknik sosiodrama, mahasiswa juga diharapkan memperoleh suatu dorongan atau kekuatan untuk menjaga hubungan interaksi dengan sesama melalui keterampilan komunikasi interpersonal secara langsung tanpa media perantara seperti situs jejaring sosial, selain itu teknik sosiodrama juga dimaksudkan agar mahasiswa memiliki keterampilan komunikasi interpersonal sehingga dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar secara nyata (Natawidjaja, R. 1987, hlm. 33).

Teknik sosiodrama yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal mahasiswa pada penelitian ini menggunakan teknik sculpting yaitu sutradara mengarahkan bagaimana pemeran menunjukkan hubungan pemeran satu sama lain seperti bergandengan tangan, dan bagaimana cara pemeran melihat satu sama lain, dan teknik soliloquy yaitu sutradara menghentikan tindakan untuk memberikan ruang dan waktu untuk pemeran mengatakan apa yang terjadi pada diri siswa sehingga membantu individu mengeksplorasi peran (Eckloff, 2006, hlm. 269).

Fokus utama dari intervensi pada penelitian adalah untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal sehingga mahasiswa tidak terfokus pada menjalin komunikasi dengan menggunakan media

seperti situs jejaring sosial melainkan juga dapat melakukan komunikasi interpersonal secara langsung.

Konten dari intervensi teknik sosiodrama untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal terdiri dari komunikasi verbal dan nonverbal (Suranto, 2011; Enjang, 2009). Komunikasi verbal berfungsi untuk menyampaikan makna dengan menggunakan kata-kata sebagai pengungkap perasaan, emosi, pemikiran, dan gagasan, sedangkan komunikasi non verbal berfungsi untuk memperjelas informasi dari makna kata-kata yang disampaikan (Wisnuardhani & Mashoedi, 2012, hlm. 42-49).

Pada penelitian ini dibandingkan seberapa efektif teknik sosiodrama dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal yang dimiliki mahasiswa dengan kecenderungan adiksi jejaring sosial. Maka rumusan permasalahan yang diangkat peneliti adalah Apakah teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal sehingga dapat mengurangi kecenderungan adiksi jejaring sosial mahasiswa?

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dimaksudkan untuk menguji keefektifan teknik sosiodrama dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal mahasiswa. Oleh sebab itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen kuasi. Metode penelitian eksperimen kuasi digunakan untuk mengetahui efektivitas teknik sosiodrama untuk meningkatkan komunikasi interpersonal mahasiswa yang memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial antara sebelum dan sesudah mendapatkan layanan teknik sosiodrama. Desain penelitian yang digunakan adalah nonequivalent (pre-test and post-test) Control-Group Design (pre-test dan post-test), yaitu kelompok eksperimen (kelompok A) dan kelompok kontrol (kelompok B). Rancangan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diseleksi tanpa prosedur penempatan acak (without random assignment), artinya tidak semua anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi subyek penelitian (Creswell, 2012, hlm. 309).

Pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sama-sama dilakukan pre-test dan post-test, selanjutnya kelompok eksperimen diberikan perlakuan atau treatment sedangkan kelompok kontrol hanya sebagai kelompok pembanding dan tidak diberi perlakuan atau treatment.

Mahasiswa yang menjadi subjek penelitian adalah mahasiswa Prodi PGSD FKIP UMC Semester 6 Tahun Akademik 2018-2019 yang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang rendah dan juga memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial. Mahasiswa dengan karakteristik adiksi jejaring sosial diartikan sebagai mahasiswa yang memiliki kecenderungan kuat untuk melakukan aktivitas-

aktivitas yang hanya dilakukan sendiri tanpa melibatkan orang lain (Griffiths, 2013, hlm. 1) .

Kedua kelompok menjalankan tes awal (pretest) dan tes akhir (posttest) dengan tujuan menguji dampak variabel independen X (teknik sosiodrama) yang terefleksikan dalam perbedaan pada variabel dependen (komunikasi interpersonal). Pre test dan post test menggunakan instrumen penelitian berupa angket yang mengukur keterampilan komunikasi interpersonal dan angket untuk mengukur kecenderungan adiksi situs jejaring sosial. Data dianalisis dengan teknik membandingkan antara skor tes awal (pretest) dan tes akhir (posttest). Teknik analisis data menggunakan rumus uji-t untuk mengukur uji beda dua rata-rata berpasangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Umum Keterampilan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dan Kecenderungan Adiksi Jejaring Sosial

Gambaran keterampilan komunikasi interpersonal mahasiswa pada kelas eksperimen yang berjumlah delapan orang sebelum diberikan intervensi berada pada kategori rendah yang artinya mahasiswa masih belum memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang meliputi kurangnya keterampilan non verbal: ekspresi wajah, arah pandangan mata, gerakan tubuh dan nada bicara, keterampilan memberikan penguatan: mahasiswa masih sulit memberikan pujian dan dukungan secara langsung, kurangnya keterampilan bertanya: masih sulit menentukan untuk memilih pertanyaan terbuka dan pertanyaan tertutup, kurangnya keterampilan merefleksikan: mahasiswa masih sulit mengajukan pertanyaan menggunakan refleksi percakapan dari beberapa aspek yang telah dikatakan secara langsung, kurangnya keterampilan membuka dan menutup pembicaraan dengan orang lain, kurangnya keterampilan menjadi pendengar yang aktif dengan menangkap pesan yang diterima pada saat berkomunikasi dan memberikan respon dengan jelas yang menunjukkan memperhatikan, dan kurangnya keterampilan keterbukaan diri dengan berbagi informasi diri sendiri kepada orang lain.

Berdasarkan hasil setiap aspek pada keterampilan komunikasi interpersonal, didapatkan aspek keterampilan komunikasi non-verbal mahasiswa kelas eksperimen yang berada pada kategori rendah sebanyak empat mahasiswa, artinya mahasiswa masih sulit untuk menentukan ekspresi wajah, arah pandangan mata, gerakan tubuh dan nada bicara yang tepat. Empat mahasiswa kelas eksperimen berada pada kategori sedang, artinya mahasiswa sudah menunjukkan ekspresi wajah, arah pandangan mata, gerakan tubuh dan nada bicara yang sesuai tetapi masih dilakukan pada teman akrab dengan dirinya dan tidak selalu dilakukan setiap saat.

Aspek keterampilan untuk memberikan dukungan positif didapatkan semua mahasiswa kelas

eksperimen berada pada kategori sedang, yang artinya mahasiswa sudah dapat memberikan pujian kepada orang lain tetapi masih dilakukan hanya kepada teman akrab, dan mahasiswa sudah mampu memberikan dukungan kepada orang lain tetapi masih dilakukan hanya kepada teman akrab.

Aspek keterampilan untuk bertanya didapatkan empat mahasiswa berada pada kategori rendah, artinya mahasiswa belum dapat untuk mengajukan pertanyaan terbuka untuk mendapatkan jawaban yang luas sesuai dengan kondisi, dan mahasiswa belum dapat untuk mengajukan pertanyaan tertutup untuk mendapatkan jawaban langsung sesuai dengan kondisi. Empat mahasiswa berada pada kategori sedang, artinya mahasiswa masih bingung untuk mengajukan pertanyaan terbuka untuk mendapatkan jawaban yang luas sesuai dengan kondisi dan mahasiswa masih bingung untuk mengajukan pertanyaan tertutup untuk mendapatkan jawaban langsung sesuai dengan kondisi.

Aspek keterampilan untuk merefleksikan percakapan didapatkan dua mahasiswa berada pada kategori rendah, artinya mahasiswa belum mampu memaknai percakapan dari beberapa aspek yang diutarakan. Enam mahasiswa berada kategori sedang, artinya mahasiswa masih bingung untuk memaknai percakapan dari beberapa aspek yang diutarakan.

Aspek keterampilan untuk memulai dan mengakhiri percakapan didapatkan dua mahasiswa berada pada kategori rendah artinya mahasiswa masih malu untuk memulai percakapan dan mahasiswa masih bingung bagaimana cara mengakhiri percakapan yang sesuai, enam mahasiswa berada pada kategori sedang artinya mahasiswa sudah dapat memulai percakapan dan dapat mengakhiri percakapan yang sesuai tetapi hanya sebatas orang yang akrab dengan dirinya,.

Aspek keterampilan menjadi pendengar yang aktif didapatkan tiga mahasiswa yang berada kategori rendah, artinya mahasiswa belum dapat merespon dengan tepat pesan yang diterima dan belum dapat memberikan respon yang menunjukkan perhatian. Lima mahasiswa berada pada kategori sedang, artinya mahasiswa sudah mampu tetapi masih bingung untuk merespon dengan tepat pesan yang diterima dan memberikan respon yang menunjukkan perhatian.

Aspek keterampilan untuk dapat membuka diri pada kelas eksperimen didapatkan semua mahasiswa berada pada kategori sedang, artinya mahasiswa sudah mampu berbagi informasi diri sendiri kepada orang lain tetapi hanya sebatas teman dekat saja.

Selain memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang rendah mahasiswa yang berada pada kelas eksperimen juga memiliki karakteristik kecenderungan adiksi jejaring sosial yang merupakan suatu kecenderungan mahasiswa untuk mengakses situs jejaring sosial dengan ciri-ciri sebagai berikut: (a) *salience* (dominasi situs jejaring sosial pada pikiran dan tingkah laku siswa); (b) *mood*

modification (siswa mendapatkan kesenangan dari aktivitas online situs jejaring sosial); (c) *tolerance* (aktivitas online situs jejaring sosial mengalami peningkatan secara progresif selama rentang periode untuk mendapatkan efek kepuasan); (d) *withdrawal* (perasaan tidak menyenangkan pada saat mahasiswa tidak melakukan aktivitas online situs jejaring sosial); (e) *conflict* (pertentangan yang muncul dari diri mahasiswa sendiri tentang tingkat kegemarannya online situs jejaring sosial yang berlebihan maupun konflik yang terjadi antara mahasiswa dengan orang lain sebagai akibat perilaku online pada situs jejaring sosial); (f) *relapse* (kecenderungan perilaku mahasiswa untuk mengulangi pola yang sempat dilakukan pada awal mengenal situs jejaring sosial dan telah mencoba melakukan kontrol pada dirinya. Sehingga mahasiswa menghabiskan waktu secara berlebihan untuk mengakses situs jejaring sosial yang akan mempengaruhi pertentangan dengan lingkungan dan akan mengakibatkan perasaan tidak nyaman yang membuat mahasiswa memiliki perasaan tidak nyaman dengan lingkungan sekitar membuat siswa akan lebih memilih berkomunikasi menggunakan situs jejaring sosial).

Mahasiswa semester 6 prodi PGSD FKIP UMC Cirebon merupakan mahasiswa yang mengalami masa peralihan dari masa remaja menuju ke masa dewasa awal. Perubahan yang terjadi pada masa ini akan mempengaruhi kehidupan mahasiswa siswa dalam berkomunikasi khususnya dalam proses belajar mengajar, karena mereka memang dipersiapkan untuk menjadi seorang pendidikan pada jenjang sekolah dasar. Namun pada kenyataannya kemampuan berkomunikasi mahasiswa belum bisa dikatakan maksimal. Kenyataan di lapangan, masih banyak mahasiswa yang kurang mampu mengekspresikan diri lewat kegiatan berkomunikasi.

Mahasiswa yang kurang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal akan cenderung lebih banyak menghabiskan waktu secara online di situs jejaring sosial, sehingga menyebabkan menyediakan waktu yang lebih sedikit untuk melakukan komunikasi secara langsung (Majorsy dkk, 2013, hlm.79). Komunikasi interpersonal secara langsung direkomendasikan menjadi pilihan utama untuk keefektifan komunikasi. Komunikasi yang dilakukan secara langsung tanpa media perantara seperti jejaring sosial, dengan cara tatap muka langsung (face to face) bermanfaat lebih memahami informasi yang disampaikan dan lebih mengenal karakteristik lawan bicara, sehingga resiko salah faham dapat diminimalisir (Suranto, 2011, hlm.6).

Mahasiswa sering tidak menyadari dirinya turut andil dalam menciptakan kegagalan melakukan komunikasi interpersonal, yaitu terkait peran remaja sebagai pengirim ataupun penerima pesan. Mahasiswa butuh keterampilan untuk dapat berkomunikasi interpersonal secara langsung dan

tidak hanya mengandalkan komunikasi dengan menggunakan situs jejaring sosial. Keterampilan berkomunikasi bukanlah merupakan bawaan, melainkan harus dipelajari agar dapat menjalin hubungannya dengan orang lain secara berkualitas. Wisnuwardhani dan Mashoedi (2012, hlm.37) menyatakan bahwa mahasiswa yang telah melakukan aktivitas berkomunikasi dengan menggunakan situs jejaring sosial, belum tentu dapat berkomunikasi secara efektif secara langsung.

Kurangnya keterampilan komunikasi interpersonal secara langsung perlu memperoleh perhatian khusus dari semua pihak, termasuk lingkungan FKIP PGSD UMC Cirebon. Upaya bantuan tersebut diharapkan mampu meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal, sehingga mahasiswa mampu membina hubungan dengan orang lain. Tarmidzi (Hamid, 2018, hlm. 4) mengungkapkan hubungan interpersonal yang baik tercipta apabila ada komunikasi yang baik. Untuk menumbuhkan komunikasi interpersonal yang baik, diperlukansikap terbuka, sikap percaya, sikap mendukung yang mendorong timbulnya sikap saling memahami, menghargai dan mengembangkan kualitas.

Terdapat berbagai layanan yang dapat digunakan untuk mengembangkan keterampilan komunikasi Interpersonal, diantaranya dengan cara layanan bimbingan dan konseling. Menurut Moreno (Kellermen, 2007, hlm. 15) menyatakan bahwa salah satu bantuan yang layanan bimbingan dan konseling adalah dengan menggunakan teknik layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal mahasiswa yang tidak didapatkan melalui media seperti situs jejaring sosial adalah dengan menggunakan teknik sosiodrama.

Penerapan layanan dengan menggunakan teknik sosiodrama, peneliti selaku pemimpin kelompok menyediakan skenario drama yang akan dilakukan kepada mahasiswa yang terpilih menjadi pemain maupun penonton dengan cara menampilkan jati diri secara utuh, tepat, dan berarti serta membangun hubungan dengan anggota kelompok secara harmonis, dinamis, persuasif, dan kreatif sehingga layanan bimbingan dapat menjadi penggerak keberhasilan layanan teknik sosiodrama yang diterapkan.

2. Efektivitas Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dan Kecenderungan Adiksi Jejaring Sosial

Berdasarkan hasil data sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik sosiodrama, secara keseluruhan terjadi peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal, berdasarkan perubahan skor sebelum dan sesudah pelaksanaan treatment dilakukan

Tabel 2 Perubahan Skor Tingkat Keterampilan Komunikasi Interpersonal dan Kecenderungan Adiksi Siswa Kelas Eksperimen Sebelum dan Sesudah Memperoleh Intervensi

No	Nama	Keterampilan Komunikasi Interpersonal		Nilai Beda (D)	Ket	Kecenderungan Adiksi Jejaring Sosial		Nilai Beda (D)	Ket
		Skor Pre-test	Skor Post-test			Skor Pre-test	Skor Post-test		
1.	SE 1	45	75	30	Meningkat	100	60	40	Menurun
2.	SE 2	49	78	29	Meningkat	98	78	20	Menurun
3.	SE 3	58	88	30	Meningkat	102	67	35	Menurun
4.	SE 4	58	81	23	Meningkat	97	61	36	Menurun
5.	SE 5	59	91	32	Meningkat	95	59	36	Menurun
6.	SE 6	61	81	20	Meningkat	94	75	39	Menurun
7.	SE 7	52	82	30	Meningkat	94	65	29	Menurun
8.	SE 8	48	85	37	Meningkat	95	60	35	Menurun

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat skor perolehan pre-test dan post-test kelas eksperimen didapatkan perubahan skor pada keterampilan komunikasi interpersonal, semua mahasiswa yang memperoleh intervensi mengalami peningkatan dan tidak ada subjek penelitian yang mengalami penurunan skor. Perubahan perolehan skor pada kecenderungan adiksi jejaring sosial mengalami penurunan skor. Berdasarkan hasil dari koefisien determinasi keterampilan komunikasi interpersonal mahasiswa, memiliki pengaruh terhadap penurunan kecenderungan adiksi kelas eksperimen sebesar 32,4 %, sedangkan sisanya dipengaruhi variabel lain. Jadi teknik sosiodrama dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal, karena mahasiswa memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang baik, dapat mencegah mahasiswa mengalami adiksi jejaring sosial.

Hasil penelitian, teknik sosiodrama efektif meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal mahasiswa. Temuan ini sejalan dengan pendapat Moreno (Kellermen, 2007, hlm. 15) menyatakan bahwa teknik sosiodrama dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan-permasalahan sosial serta dapat meningkatkan atau mengembangkan keterampilan-keterampilan individu yang dibutuhkan untuk menunjang keefektifan interaksi dengan lingkungan sosialnya. Salah satu keterampilan interaksi sosial yang dibutuhkan adalah keterampilan komunikasi interpersonal.

Langdon (Nurhayati, 2011, hlm. 24) menyatakan teknik sosiodrama memiliki keunggulan dibandingkan dengan teknik lainnya, seperti mahasiswa mendapatkan berbagai pengalaman situasi sosial yang bersifat problematik, sehingga mereka menyadari pentingnya melakukan komunikasi interpersonal secara langsung tanpa menggunakan media perantara seperti situs jejaring sosial, siswa mendapatkan pengetahuan dan pengalaman mengenai cara memecahkan masalah

terkait pentingnya keterampilan komunikasi interpersonal.

Teknik sosiodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang dapat timbul dari pergaulan dengan orang-orang lain, termasuk konflik yang sering dialami dari pergaulan sosial, seperti kurangnya keterampilan komunikasi interpersonal. Teknik sosiodrama dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri siswa sehingga siswa dapat membuat rencana dan keputusan yang tepat untuk dapat menguasai keterampilan komunikasi interpersonal secara langsung, sehingga siswa dapat menjalin hubungan dengan orang lain bukan hanya di dunia maya melainkan lebih memilih menjalin hubungan di dunia nyata.

Pada teknik sosiodrama, mahasiswa juga diharapkan memperoleh suatu dorongan atau kekuatan untuk menjaga hubungan interaksi dengan sesama melalui keterampilan komunikasi interpersonal secara langsung, tanpa media prantara seperti situs jejaring sosial, selain itu teknik sosiodrama juga dimaksudkan agar mahasiswa memiliki keterampilan komunikasi interpersonal, sehingga mahasiswa dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar secara nyata (Natawidjaja, R. 1987, hlm. 33).

Teknik sosiodrama selain dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal, secara tidak langsung dengan meningkatnya keterampilan komunikasi interpersonal maka akan mereduksi kecenderungan adiksi jejaring sosial pada mahasiswa. Hasil penelitian yang menunjukkan keefektifan teknik sosiodrama dapat menjadi rujukan bagi pihak kampus untuk dapat mengimplikasinya di lingkungan Universitas Muhammadiyah Cirebon, khususnya bagi mahasiswa baru yang perlu beradaptasi dengan lingkungan belajar yang tentu berbeda dengan di jenjang sekolah menengah atas/ sederajat.

KESIMPULAN

Secara umum hasil penelitian menunjukkan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal mahasiswa PGSD FKIP UMC Semester 6 Tahun 2019 yang berada pada kategori rendah. Hasil penelitian juga menunjukkan keterampilan komunikasi interpersonal pada mahasiswa yang memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial dan tidak memiliki kecenderungan adiksi dapat ditingkatkan melalui teknik sosiodrama. Keefektifan layanan teknik sosiodrama selain didukung oleh sistematisa layanan yang dicapai, terdapat faktor lain yang mempengaruhi seperti kualitas pribadi guru fasilitator (konselor) itu sendiri dengan karakteristik sebagai berikut (1) resource person, artinya fasilitator (konselor) adalah orang yang banyak mempunyai informasi dan senang memberikan dan menjelaskan informasi; (2) model of communication, artinya terampil berkomunikasi, mampu menjadi pendengar yang baik dan komunikator yang terampil.

Dari hasil tersebut, ke depannya peneliti merekomendasikan agar peneliti selanjutnya dapat mengontrol kondisi lain yang turut mempengaruhi diantaranya konsep diri, persepsi interpersonal, dan hubungan interpersonal sehingga siswa dapat memiliki keterampilan komunikasi interpersonal secara utuh.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia yang telah mendanai keberlangsungan penelitian ini.

REFERENSI

- Cam, E dan Isbulan, O (2012). A new addiction for teacher candidate network. *TOJET The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 11, (3), 14-19.
- Creswell, W. Jhon. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and quantitative and qualitative research (third edition)*. New Jersey. Pearson Prentice Hall.
- Eckloff, (2006). Using sociodrama to improve communication and understanding. *Journal jstor* Vol. 63, No. 3 (July 2006), pp. 259-269. Online <http://www.jstor.org/stable/42579879>.
- Griffiths MD. (2013). Social networking addiction: emerging themes and issues. *J Addict Res Ther* 4: e118. doi: 10.4172/2155-6105.1000e11
- Hamid, I. (2018). Penerapan Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK Negeri 8

- Makassar. *Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial*, Edisi I, November 2018. 1-19.
- Hartley, P (2001). *Interpersonal communication*. London and New York. Routledge.
- Hwang, Y. (2014). Antecedents of interpersonal communication motives on twitter, hlm. Loneliness and life satisfaction international. *Journal of Cyber Society and Education*, Vol. 7, No. 1 Pages 49-70
- Kellermen, Peter Felix. (2007). *Sociodrama and collective trauma*. *Journal of personality and social psychology*. London .Jessica Kingsley Publishers.
- Marjorsy, dkk. (2013). Hubungan antara ketrampilan sosial dan kecanduan situs jejaring sosial pada masa dewasa awal. *Proceeding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil)* Vol. 5 Oktober 2013. Bandung, ISSN: 1858-2559.
- Natawidjaja, Rochman. (1987). *Pendekatan-pendekatan dalam Penyuluhan Kelompok I*. Bandung: CV. Diponegoro.
- Nurhayati, Rika. (2011). *Teknik sosiodrama untuk mengurangi konformitas berlebihan pada siswa*. Skripsi. pada UPI Bandung: Tidak diterbitkan.
- Suranto. (2011). *Komunikasi interpersonal*. Bandung. Remaja Rosdakarya
- Winkel, W S. (2012). *Bimbingan dan konseling di insituisi pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Wisnuwardhani dan Mashoedi. (2012). *Hubungan interpersonal*. Jakarta. Salemba Humanika.

PROFIL PENULIS

Penulis pertama yaitu **Fanny Septiany Rahayu** lulusan S1 Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta dan melanjutkan S2 Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia serta lulus pada tahun 2016.

Penulis kedua yaitu Muhibbu Abivian lulusan S1 Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia dan melanjutkan S2 Bimbingan dan Konseling di Universitas Pendidikan Indonesia serta lulus pada tahun 2016.