

MENINGKATKAN KETERAMPILAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA SISWA YANG MEMILIKI KECENDERUNGAN ADIKSI SITUS JEJARING SOSIAL

Vivit Puspita Dewi¹

Universitas Muhammadiyah Cirebon

Abstract: *The purpose of the research is to find out and prove empirically about the effectiveness of sosiodrama techniques to improve interpersonal communication skills in students. The main problem of the research was "what is the interpersonal communication skills of students who have a tendency of social networking adiksi can be upgraded through the technique of sosiodrama?", to see the effectiveness will be conducted by uses comparing students with groups of students who have low skills and has a tendency adiksi social networking with students who have only a low skills but don't have the tendency of adiksi social networking. The method of research used quasi experimental design i.e. nonequivalent (Pre test and Post test) Control-Group Design (pre test and post test on two groups), a group of experiments (groups A1 and A2) and control group (group B1 and B2). Sample research consist of 24 students based on the standards of the ideal group with the number of members in each group of 5 members. The sosiodrama technique to be tested had a good influence, that generate a significant increase in overall score changes no students who decline to interpersonal and communication skills to score adiksi the social networking trend decline. Research recommendations are indicated to the supervising teacher (1); and (2) researchers.*

Keyword: *tendency of social networking adiksi, interpersonal communication skill, students*

Abstrak: Tujuan penelitian adalah mengetahui dan membuktikan secara empiris tentang efektivitas teknik sosiodrama untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa. Masalah utama penelitian adalah "Apakah keterampilan komunikasi interpersonal siswa yang memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial dapat ditingkatkan melalui teknik sosiodrama?", untuk melihat keefektifan akan dilakukan dengan cara membandingkan siswa dengan kelompok siswa yang memiliki keterampilan rendah dan memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial dengan siswa yang hanya memiliki keterampilan rendah tetapi tidak memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial. Metode penelitian yang digunakan yaitu eksperimen kuasi dengan desain nonequivalent (Pre-test and Post-test) Control-Group Design (pre-test dan post-test pada dua kelompok), yaitu kelompok eksperimen (kelompok A1 dan kelompok A2) dan kelompok kontrol (kelompok B1 dan kelompok B2). Sampel penelitian sebanyak 24 siswa berdasarkan standar kelompok ideal dengan jumlah anggota pada setiap kelompok 5 anggota. Teknik sosiodrama yang diujikan memiliki daya pengaruh baik, yaitu menghasilkan peningkatan yang signifikan perubahan skor secara keseluruhan tidak ada siswa yang mengalami penurunan untuk keterampilan komunikasi interpersonal dan untuk skor kecenderungan adiksi jejaring sosial mengalami penurunan. Rekomendasi penelitian ditunjukkan kepada (1) guru pembimbing; dan (2) peneliti selanjutnya.

Kata Kunci: teknik sosiodrama, keterampilan komunikasi interpersonal, siswa

¹ Universitas Muhammadiyah Cirebon, vt_pd_bk@ymail.com

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial. Studi yang dilakukan oleh Tubbs dan Moss (2001) menyatakan sebanyak 75 persen waktu manusia digunakan untuk berkomunikasi. Manusia melakukan komunikasi dengan orang lain merupakan aspek yang signifikan dan sangat penting bagi kehidupan tidak terkecuali pada remaja (Wisnuwardhani dan Mashoedi, 2012, hlm.37). Jenis komunikasi yang penting dimiliki pada diri remaja adalah komunikasi interpersonal (Suranto, 2011, hlm.2).

Melakukan komunikasi interpersonal dapat dilakukan secara langsung (face to face) maupun tidak langsung salah satunya dengan menggunakan media internet seperti situs jejaring sosial (Suranto, 2011, hlm.6). Situs jejaring sosial merupakan situs yang paling diminati pengguna internet diseluruh dunia (Cam dan Isbulan, 2012, hlm.14).

Remaja yang kurang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal akan cenderung lebih banyak menghabiskan waktu secara online di situs jejaring sosial sehingga menyebabkan remaja akan 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)

Keterampilan komunikasi interpersonal yang dilakukan secara langsung dan tidak didapatkan melalui jejaring sosial meliputi 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 siswa berkomunikasi dengan menjadi pendengar yang aktif dengan menangkap pesan yang diterima pada saat berkomunikasi dan memberikan respon dengan jelas yang menunjukkan memperhatikan, dan keterampilan siswa berkomunikasi untuk melakukan keterbukaan diri dengan berbagi informasi diri sendiri kepada orang lain (Hartley, 2001, hlm. 53-60).

Penelitian yang dilakukan Majorsy,dkk (2013, hlm.81) menyatakan terdapat hubungan negative antara keterampilan komunikasi interpersonal dengan kecenderungan adiksi situs jejaring sosial. Lebih lanjut Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 7 November 2015, peneliti menyebarkan instrumen pengungkap keterampilan komunikasi interpersonal, kecenderungan adiksi jejaring sosial kepada 38 siswa sekolah menengah pertama disalah satu sekolah negeri di Cirebon didapatkan hasil arah koefisien negatif. Sehingga dapat disimpulkan terdapat keterkaitan siswa yang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang rendah menjadikan salah satu penyebab siswa adiksi jejaring sosial..

Kurangnya keterampilan komunikasi interpersonal secara langsung perlu memperoleh perhatian khusus dari semua pihak di sekolah salah satunya bantuan dari seorang konselor. Sebagai mana yang dilansir peraturan pemerintah No.29 tahun 1990 (Setyoningtyas, 2014, hlm. 31) menyatakan tugas konselor atau guru pembimbing adalah membantu siswa untuk menemukan pribadi, mengenal

lingkungan, dan perencanaan masa depan. Terdapat berbagai layanan yang dapat digunakan untuk mengembangkan keterampilan komunikasi Interpersonal, diantaranya dengan cara layanan bimbingan dan konseling.

Salah satu bantuan yang dilakukan konselor dengan menggunakan teknik layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa yang tidak didapatkan melalui media seperti situs jejaring sosial adalah dengan menggunakan teknik sosiodrama Moreno (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 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 (Winkel, W. S. 2012, hlm. 571).

Pada teknik sosiodrama, siswa 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 siswa memiliki keterampilan komunikasi interpersonal sehingga siswa dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar secara nyata (Natawidjaja, R. 1987, hlm. 33).

Fokus utama dari intervensi pada penelitian adalah untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal sehingga siswa tidak terfokus pada

menjalin komunikasi dengan menggunakan media seperti situs jejaring sosial melainkan siswa juga dapat melakukan komunikasi interpersonal secara langsung (Suranto, 2011, hlm. 6).

Siswa yang menjadi subjek penelitian adalah siswa yang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang rendah dan juga memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial dan belum termasuk siswa dengan kategori adiksi jejaring sosial. Perbedaannya adalah siswa yang memiliki kecenderungan adiksi situs jejaring sosial diartikan suatu kecenderungan siswa yang menghabiskan waktu secara berlebihan untuk mengakses situs jejaring sosial sehingga waktu yang dihabiskan lebih banyak melakukan komunikasi dengan menggunakan media dibandingkan melakukan komunikasi secara langsung, sedangkan siswa dengan karakteristik adiksi jejaring sosial diartikan siswa yang memiliki kecenderungan kuat untuk melakukan aktivitas-aktivitas yang hanya dilakukan sendiri tanpa melibatkan orang lain (Griffiths, 2013, hlm. 1).

Konten dari intervensi teknik sosiodrama untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal terdiri dari komunikasi verbal dan nonverbal (Enjang, 2009, hlm 68). 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 akan dibandingkan seberapa efektif teknik sosiodrama dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal yang dimiliki siswa dengan kecenderungan adiksi jejaring sosial dan siswa yang hanya memiliki keterampilan komunikasi yang rendah tetapi tidak memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial. Maka rumusan permasalahan yang diangkat peneliti adalah “Apakah teknik

sosiodrama efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal.

TINJUAN PUSTAKA

Remaja pada tingkat perkembangan sosial telah mencapai jenjang menjelang masa dewasa, remaja dapat berkembang dan mampu bertahan hidup melalui interaksi serta bekerja sama dengan orang lain. Perkembangan sosial remaja merupakan kemampuan berperilaku yang ditunjukkan remaja sesuai dengan tuntutan sosial agar bisa bersosialisasi dengan orang lain. (Hurlock, 1980, hlm 212).

Tahap perkembangan sosial remaja untuk bersosialisasi memerlukan tiga proses yaitu (a) berperilaku dapat diterima secara sosial, setiap kelompok sosial mempunyai standar bagi setiap anggota bagaimana perilaku yang dapat diterima oleh kelompok, (b) memainkan peran dilingkungan sosial, setiap kelompok sosial memiliki pola kebiasaan yang telah ditentukan berdasarkan kesepakatan kelompok, (c) memiliki sikap positif terhadap kelompok sosial. Remaja harus menyukai orang yang menjadi satu kelompoknya agar dapat bersosialisasi dengan baik (Hurlock, 1980, hlm 213).

Pada tahap perkembangan sosial remaja memiliki keterampilan komunikasi semakin luas, remaja semakin terampil untuk melakukan komunikasi dan berhubungan dengan orang lain. Kemampuan berkomunikasi dan berhubungan dengan orang lain secara efektif merupakan hal penting bagi diri remaja, karena remaja mengalami perubahan, baik perubahan fisik maupun psikologis dan memiliki tugas perkembangan yang harus dipenuhi (Aelani, 2011, hlm 27).

A. Konsep Keterampilan Komunikasi Interpersonal

Komunikasi adalah pengiriman makna dari satu orang ke orang lain atau ke banyak orang, baik secara verbal atau non-verbal. Komunikasi dari satu orang ke orang lain umumnya digambarkan sebagai segitiga

seederhana yang terdiri dari konteks, pengirim, pesan dan penerima (Barrett, 2006, hlm 386).

Komunikasi terbagi atas 4 bentuk (Enjang 2009, hlm. 17) yaitu, komunikasi intrapersonal, komunikasi interpersonal, komunikasi Kelompok, dan komunikasi massa. Komunikasi yang sering digunakan manusia untuk berkomunikasi maupun berhubungan dengan orang lain beraneka raga. Salah satu keterampilan komunikasi yang paling sering dan efektif digunakan setiap hari adalah keterampilan komunikasi interpersonal. Keterampilan komunikasi interpersonal akan mampu mengarahkan pada hubungan yang lebih akrab antara satu individu dengan individu lain atau kelompok lain. Komunikasi interpersonal juga dapat meminimalisir kecurigaan-kecurigaan yang terjadi pada hubungan masyarakat (Aelani, 2011, hlm. 37).

Devito (2011, hlm. 18) menyatakan komunikasi interpersonal merupakan proses sosial di mana orang-orang yang terlibat saling mempengaruhi. Devito (2011, hlm. 154) memahami proses komunikasi interpersonal menuntut pemahaman hubungan simbiotik antara komunikasi dengan perkembangan relasional. Komunikasi mempengaruhi perkembangan relasional, dan pada gilirannya (secara serentak), perkembangan relasional mempengaruhi sifat komunikasi antara pihak-pihak yang terlibat.

Kompetensi komunikasi interpersonal terdiri dari satu set keterampilan, pengetahuan tentang komunikasi, dan evaluasi diri. Keterampilan komunikasi interpersonal yang efektif terjadi melalui tatap muka secara langsung tanpa media seperti melalui situs jejaring sosial. Keterampilan komunikasi interpersonal yang dilakukan dengan cara tatap muka akan membuat remaja terlibat secara aktif dalam melakukan interaksi dengan orang lain, keterlibatan secara aktif merupakan dimensi penting untuk menandai

komunikasi interpersonal secara efektif (Dillard et al., 1999, hlm. 64).

Keterampilan komunikasi interpersonal yang dilakukan secara langsung dan tidak didapatkan melalui jejaring sosial meliputi keterampilan siswa berkomunikasi secara non-verbal (non-verbal communication), penguatan (reinforcement), bertanya (questioning), merefleksikan (reflecting), keterampilan untuk memulai dan mengakhiri (opening and closing), pendengar yang aktif (active listening), dan keterebukaan diri (self disclosure) (Hartley, 2001, hlm. 53).

B. Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa Dengan Kecenderungan Adiksi Situs Jejaring Sosial.

Melakukan komunikasi dengan orang lain dapat dilakukan secara langsung (*face to face*) maupun tidak langsung salah satunya dengan menggunakan situs jejaring sosial (Suranto, 2011, hlm.6). Situs jejaring sosial merupakan situs yang paling diminati penggunaan internet diseluruh dunia (Cam dan Isbulan, 2012, hlm.14).

Perkembangan Teknologi dan Informasi menyediakan media interaktif yang memudahkan remaja untuk membangun hubungan baik dan menggunakan situs jejaring sosial remaja merasa diperhatikan oleh teman secara virtual baik teman baru maupun teman-teman yang sudah lama tidak bertemu. Remaja yang menghabiskan banyak waktu secara online di jejaring sosial, mengakibatkan waktu yang lebih sedikit untuk hubungan tatap muka di dunia nyata (Majorsy dkk, 2013, hlm.79).

Remaja yang memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial dapat disebabkan kurangnya keterampilan komunikasi interpersonal secara langsung seperti kurangnya keterampilan komunikasi nonverbal seperti ekspresi wajah, arah pandangan mata, dan penampilan. Selanjutnya keterampilan berkomunikasi dengan penguatan seperti pemberian pujian dan pemberian dukungan

secara langsung, keterampilan berkomunikasi dengan bertanya seperti mengajukan pertanyaan terbuka yang memperluas jawaban dan pertanyaan tertutup yang mendorong orang berbicara langsung, keterampilan siswa berkomunikasi dengan merefleksikan seperti mengajukan pertanyaan menggunakan refleksi percakapan dari beberapa aspek yang telah dikatakan secara langsung, keterampilan siswa berkomunikasi dengan membuka dan menutup pembicaraan dengan orang lain, keterampilan siswa berkomunikasi dengan menjadi pendengar yang aktif dengan menangkap pesan yang diterima pada saat berkomunikasi dan memberikan respon dengan jelas yang menunjukkan memperhatikan, dan keterampilan siswa berkomunikasi untuk melakukan keterbukaan diri dengan berbagi informasi diri sendiri kepada orang lain (Hartley, 2001, hlm. 53-60).

C. Strategi Sosiodrama Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal.

Kurangnya keterampilan komunikasi interpersonal secara langsung perlu memperoleh perhatian khusus dari semua pihak di sekolah salah satunya bantuan dari seorang konselor. Sebagai mana yang dilansir pada peraturan pemerintah No.29 tahun 1990 (Setyoningtyas, 2014, hlm.31) menyatakan tugas konselor atau guru pembimbing adalah membantu siswa menemukan pribadi, mengenal lingkungan, dan perencanaan masa depan. Terdapat berbagai layanan yang dapat digunakan untuk mengembangkan keterampilan komunikasi Interpersonal, diantaranya dengan cara layanan bimbingan dan konseling.

Salah satu bantuan yang dilakukan konselor dengan menggunakan salah satu teknik layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa yang tidak didapatkan melalui media seperti situs jejaring sosial adalah dengan menggunakan teknik

sosiodrama Moreno (Kellermann,2007, hlm. 15).

Teknik sosiodrama yang ditemukan dan dikembangkan oleh Moreno merupakan salah satu teknik yang telah digunakan untuk mengatasi permasalahan-permasalahan sosial serta digunakan untuk meningkatkan atau mengembangkan keterampilan-keterampilan individu yang dibutuhkan untuk menunjang keefektifan interaksi dengan lingkungan sosialnya. Kellermen (2007, hlm. 15) mendefinisikan sosiodrama sebagai “sebuah pengalaman kelompok sebagai prosedur untuk melakukan eksplorasi sosial dan transformasi konflik antar kelompok”.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan yaitu eksperimen kuasi dengan desain *nonequivalent (Pre-test and Post-test) Control-Group Design (pre-test dan post-test* pada dua kelompok), yaitu kelompok eksperimen (kelompok A1 dan kelompok A2) dan kelompok kontrol (kelompok B1 dan kelompok B2). Sampel penelitian sebanyak 24 siswa berdasarkan standar kelompok ideal dengan jumlah anggota pada setiap kelompok 5 anggota.. Instrumen yang digunakan adalah instrument pengungkap keterampilan komunikasi dan pengungkap kecenderungan adiksi yang sudah di validasi. Skala penelitian menggunakan metode Likert.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil data yang diperoleh melalui penyebaran angket keterampilan komunikasi interpersonal, menunjukkan siswa pada kelas eksperimen pertama dan kedua yang dijadikan sampel penelitian pencapaian keterampilan komunikasi interpersonal sebelum memperoleh intervensi semua siswa berada pada kategori rendah, diartikan siswa masih belum memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang baik seperti kurangnya keterampilan non verbal seperti ekspresi

wajah, arah pandangan mata, gerakan tubuh dan nada bicara. Selanjutnya kurangnya keterampilan berkomunikasi dengan memberikan penguatan seperti masih sulit memberikan pujian dan dukungan secara langsung, kurangnya keterampilan bertanya seperti masih sulit menentukan untuk mengajukan pertanyaan terbuka yang memerlukan jawaban dan pertanyaan tertutup yang mendorong orang berbicara langsung, kurangnya keterampilan merefleksikan seperti siswa 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 siswa berkomunikasi untuk menjadi pendengar yang aktif dengan menangkap pesan yang diterima pada saat berkomunikasi dan memberikan respon dengan jelas yang menunjukkan memperhatikan, dan kurangnya keterampilan siswa berkomunikasi untuk melakukan keterbukaan diri dengan berbagi informasi diri sendiri kepada orang lain.

Selain memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang rendah siswa yang berada pada kelas eksperimen pertama juga memiliki karakteristik kecenderungan adiksi jejaring sosial yang merupakan suatu kecenderungan siswa 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 onlinesitus jejaring sosial; (c) tolerance (aktivitas onlinesitus jejaring sosial mengalami peningkatan secara progresif selama rentang periode untuk mendapatkan efek kepuasan; (d) withdrawal (perasaan tidak menyenangkan pada saat siswa tidak melakukan aktivitas onlinesitus jejaring sosial; (e) conflict (pertentangan yang muncul dari diri siswa sendiri tentang tingkat kegemarannya onlinesitus jejaring sosial yang berlebihan maupun konflik

yang terjadi antara siswa dengan orang lain sebagai akibat perilaku online pada situs jejaring sosial; (f) *relapse* (kecenderungan perilaku siswa untuk mengulangi pola yang sempat dilakukan pada awal mengenal situs jejaring sosial dan telah mencoba melakukan kontrol pada dirinya. Sehingga siswa menghabiskan waktu secara berlebihan untuk mengakses situs jejaring sosial yang akan mempengaruhi pertentangan dengan lingkungan dan akan mengakibatkan perasaan tidak nyaman yang membuat siswa memiliki perasaan tidak nyaman dengan lingkungan sekitar membuat siswa akan lebih memilih berkomunikasi menggunakan situs jejaring sosial. Sedangkan pada kelas eksperimen kedua tidak memiliki karakteristik kecenderungan adiksi jejaring sosial.

Hasil penelitian keefektifan teknik sosiodrama menunjukkan perubahan yang signifikan baik pada kelas eksperimen 1 dan pada kelas eksperimen 2. Dengan demikian, teknik sosiodrama efektif meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa baik yang memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial ataupun siswa yang tidak memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial.

Berdasarkan hasil pengamatan, secara umum siswa yang menjadi sampel penelitian pada kelas eksperimen 1 dan kelas eksperimen 2 menunjukkan perubahan pada keterampilan komunikasi interpersonal. Hal ini dapat dilihat dari dinamika psikologis siswa selama kegiatan intervensi yang dilakukan peneliti.

Hasil data memenuhi asumsi normalitas dan homogenitas maka digunakan uji t. Skor t hasil penelitian menggunakan program SPSS 18.0, dengan menggunakan teknik analisis *Paired-Samples T-Test* diperoleh hasil kelas eksperimen 1 nilai signifikansi (Sig. (2-tailed)) sebesar 0.000 lebih kecil dari $\alpha=0.05$ dan thitung sebesar 14,5 lebih besar ttabel sebesar 2.01. hasil kelas eksperimen 1 nilai signifikansi (Sig. (2-tailed)) sebesar 0.000 lebih kecil dari $\alpha=0.05$ dan thitung sebesar 9,65 lebih besar ttabel sebesar 2.01

sehingga kesimpulan statistik diambil adalah H_0 =ditolak, artinya “Teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa”.

Hasil penelitian keefektifan teknik sosiodrama menunjukkan perubahan yang signifikan baik pada kelas eksperimen 1 dan pada kelas eksperimen 2. Dengan demikian, teknik sosiodrama efektif meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa baik yang memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial ataupun siswa yang tidak memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial.

Senada dengan pernyataan Moreno (Kellermann, 2007, hlm. 15) merekomendasikan teknik sosiodrama 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.

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, siswa 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 siswa memiliki keterampilan komunikasi interpersonal sehingga siswa dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar secara nyata (Natawidjaja, R. 1987, hlm. 33).

Selain dilihat berdasarkan perubahan skor hasil pre-test maupun post-test, efektifitas teknik sosiodrama dapat dilihat berdasarkan hasil pengamatan dan data hasil jurnal kegiatan harian siswa yang mengalami perubahan pada setiap aspeknya. Secara umum siswa pada kelas eksperimen 1 dan kelas eksperimen 2 menunjukkan perubahan pada kererampilan komunikasi interpersonal. Perubahan perilaku dapat dilihat dari dinamika psikologis siswa selama kegiatan intervensi dilakukan.

Kegiatan intervensi dilakukan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal yang terdiri dari beberapa set keterampilan meliputi keterampilan non verbal, keterampilan berkomunikasi, keterampilan bertanya, keterampilan merefleksikan, keterampilan menjadi pendengar yang aktif, dan keterampilan siswa berkomunikasi untuk melakukan keterbukaan diri, dengan memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang dapat mendukung siswa untuk dapat melakukan komunikasi dengan orang lain secara efektif, sehingga dapat terciptanya hubungan yang harmonis antara siswa dan orang disekitarnya.

Berdasarkan pengaruh antara kenaikan keterampilan komunikasi interpersonal dengan menurunnya adiksi jejaring sosial maka lebih besar pengaruhnya pada kelas eksperimen 1 dibandingkan pada kelas eksperimen 2, maka dapat disimpulkan dengan meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal dapat juga menjadi salah satu upaya untuk mereduksi kecenderungan adiksi jejaring sosial, karena dengan siswa memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang baik maka siswa akan lebih memilih menggunakan komunikasi

secara langsung dibandingkan dengan menggunakan media perantara seperti situs jejaring sosial.

Senada dengan penelitian yang dilakukan Drussell (2012, hlm.i) menunjukkan remaja yang tidak mempertimbangkan komunikasi interpersonal dengan cara tatap muka secara langsung akan menyebabkan remaja lebih mudah mengalami kecenderungan adiksi jejaring sosial karena komunikasi interpersonal yang dilakukan secara langsung merupakan cara yang paling efektif untuk dapat menjalin hubungan dengan orang lain

Remaja yang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang baik akan lebih mudah untuk beradaptasi terhadap lingkungan sehingga remaja akan lebih tertarik melakukan komunikasi secara langsung dengan orang lain dibandingkan dengan melakukan komunikasi melalui situs jejaring sosial (Segrin & Flora 2005, hlm. 490).

Secara umum hasil penelitian keefektifan teknik sosiodrama menunjukkan perubahan yang signifikan. Dengan demikian, teknik sosiodrama efektif meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Palimanan Tahun Ajaran 2015/2016. Selain itu hasil penelitian juga menunjukkan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa yang memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial dapat ditingkatkan melalui teknik sosiodrama. Selain dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal secara tidak langsung dengan meningkatnya keterampilan komunikasi interpersonal maka akan mereduksi kecenderungan adiksi jejaring sosial pada diri remaja..

KESIMPULAN

Penelitian teknik sosiodrama untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Palimanan Tahun Ajaran 2015/2016 menghasilkan kesimpulan sebagai berikut: (1) Keterampilan

komunikasi siswa pada sampel penelitian berada pada kategori rendah, berarti siswa masih belum memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang baik seperti kurangnya keterampilan non verbal seperti ekspresi wajah, arah premajangan mata, gerakan tubuh dan nada bicara. Selanjutnya kurangnya keterampilan berkomunikasi dengan memberikan penguatan seperti masih sulit memberikan pujian dan dukungan secara langsung, kurangnya keterampilan bertanya seperti masih sulit menentukan untuk mengajukan pertanyaan terbuka yang memperluas jawaban dan pertanyaan tertutup yang mendorong orang berbicara langsung, kurangnya keterampilan merefleksikan seperti siswa 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 siswa berkomunikasi untuk menjadi pendengar yang aktif dengan menangkap pesan yang diterima pada saat berkomunikasi dan memberikan respon dengan jelas yang menunjukkan memperhatikan, dan kurangnya keterampilan siswa berkomunikasi untuk melakukan keterbukaan diri dengan berbagi informasi diri sendiri kepada orang lain. (2)

Secara umum hasil penelitian keefektifan teknik sosiodrama menunjukkan perubahan yang signifikan. Dengan demikian, teknik sosiodrama efektif meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa yang berada pada kategori rendah kelas VIII SMP Negeri 1 Palimanan Tahun Ajaran 2015/2016. Selain itu hasil penelitian juga menunjukkan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa yang memiliki kecenderungan adiksi jejaring sosial dapat ditingkatkan melalui teknik sosiodrama. Selain dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal secara tidak langsung dengan meningkatnya keterampilan komunikasi interpersonal

maka akan mereduksi kecenderungan adiksi jejaring sosial pada diri remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Aelani, L. (2011). *Mengembangkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa*. Skripsi:PPB FIP UPI Bandung. Tidak diterbitkan.
- Barrett, Deborah J. (2006). *Strong communication skills a must for today's leaders, handbook of business strategy*. Emerald, pp: 385-390
- Devito, J. Alih bahasa Agus Maulana MSM. (2011). *Komunikasi antar manusia*. Jakarta. Professional Books.
- Cam, E dan Isbulan, O (2012). *A new addiction for teacher candidafest network*. *TOJET The Turkish Online Journal of Educational Technology*. 11, (3), 14-19.
- Dillard JP, Solomon DH, Palmer MT (1999). *Structuring the concept of relational communication*. *Journal Commun. Monogr.*, 66: 49-65.
- Drussell, John. (2012). *Social networking and interpersonal communication and conflict resolution skills among college fr*. *Master of social work clinical. Research Papers*. Paper 21.http://sophia.stkate.edu/msw_papers/21
- Griffiths MD. (2013). *Social networking addiction: emerging themes and issues*. *J Addict Res Ther* 4: e118. doi: 10.4172/2155-6105.1000e11.
- Enjang. (2009). *Komunikasi konseling*. Bandung. Nuansa.
- Hurlock, E.B. Alih Bahasa oleh Dra. Istiwidayanti dan Soedjarwo, M.Sc. (1980). *Psikologi perkembangan "suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan"*. Jakarta:Erlangga.
- Hartley, P (2001). *Interpersonal communication*. London and New York. Rountledge.
- Kellermen, Peter Felix. (2007). *Sociodrama and Collective Trauma*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Kellermen, Peter Felix. (2007). *Sociodrama and collective trauma*.

- Jurnal of personality and social psychology*. London . Jessica Kingsley Publishers.
- Majorsy, 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, R. (1987). Pendekatan – Pendekatan dalam Penyuluhan Kelompok. Bandung. CV Diponegoro
- Segrin, C., & Flora, F. J. (2005). Family communication. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Setyoningtyas, R. (2014). *Persepsi guru bk tentang kompetensi konselor di sekolah dasar swasta kota semarang*. Skripsi. UNNES
- Suranto.(2011). Komunikasi interpersonal. Bandung. Remaja Rosdakarya
- Tubbs, S. L., Moss, S., & Papastefanou, N. (2008). *Human communication: Principles and contexts*. McGraw-Hill Higher Education.
- Winkel, W S. (2012). Bimbingan dan konseling di insituisi pendidikan. Yogyakarta:Media Abadi.
- Wisnuwardhani dan Mashoedi. (2012). Hubungan Interpersonal. Jakarta. Salemba Humanika