

Pengaruh Teknik Sociodrama Terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas X Madrasah Aliyah YASMU

Moch. Khoirul Ilham

Universitas Sunan Drajat Lamongan; khoirulilham0605@gmail.com

Article history:

Received: 13-04-2026

Revised: 22-04-2026

Accepted: 20-05-2026

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Keywords:

Sociodrama Technique; Self-Efficacy

Kata Kunci:

Teknik sosiodrama; Efikasi Diri

Sociodrama is a method of guidance that provides students with the opportunity to dramatize attitudes, behaviors, or experiences as they occur in everyday social relationships in society. Self-efficacy is a person's belief in their abilities and the results they will obtain from their hard work, which will influence how they behave. Students with high self-efficacy will have high confidence in their ability to perform a task. Conversely, individuals with low self-efficacy will have low confidence in their abilities and will tend to give up when faced with a problem. Self-efficacy is considered very important in a person's life, not only in academic aspects but also in social aspects. However, in reality, at Madrasah Aliyah YASMU Gresik Regency, researchers found students with low self-efficacy. This research design is an experimental study that aims to examine the effect of sociodrama techniques on students' self-efficacy. The instrument used in this study was a questionnaire given to a predetermined sample. The findings in this study are the implementation of sociodrama techniques that run smoothly and there is a significant influence of sociodrama techniques on the self-efficacy of class X students at Madrasah Aliyah YASMU Gresik Regency by looking at Thitung and Ttabel. From the results of this study, it is suggested that future researchers can develop other variables that have an influence on student self-efficacy, so that it will enrich scientific findings in guidance and counseling science.

Sociodrama adalah suatu cara dalam bimbingan yang memberikan kesempatan pada murid untuk mendramatisasikan sikap, tingkah laku, atau penghayatan seseorang seperti yang dilakukan dalam hubungan sosial setiap hari di masyarakat. Efikasi diri merupakan keyakinan yang dipegang seseorang tentang kemampuannya dan juga hasil yang akan ia peroleh dari kerja kerasnya yang akan mempengaruhi cara individu berperilaku. Peserta didik



dengan efikasi diri yang tinggi akan mempunyai keyakinan yang tinggi tentang kemampuan dalam melakukan suatu tugas. Sebaliknya individu yang memiliki efikasi diri yang rendah akan memiliki keyakinan yang rendah pula tentang kemampuan dirinya dan akan cenderung menyerah ketika dihadapkan pada suatu permasalahan. Efikasi diri dipandang sangat penting dalam kehidupan seseorang, tidak hanya pada aspek akademik saja tetapi juga aspek sosial seseorang. Namun pada kenyataannya, di Madrasah Aliyah YASMU Kabupaten Gresik, peneliti menemukan siswa-siswa dengan efikasi diri yang kurang. Desain penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang bertujuan untuk melihat pengaruh teknik sosiodrama terhadap efikasi diri siswa. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah memberikan angket pada sampel yang telah ditentukan. Hasil temuan dalam penelitian ini adalah pelaksanaan teknik sosiodrama yang berjalan lancar dan terdapat pengaruh teknik sosiodrama terhadap efikasi diri siswa kelas X di Madrasah Aliyah YASMU Kabupaten Gresik secara signifikan dengan melihat T_{hitung} dan T_{tabel} . Dari hasil penelitian tersebut, disarankan kepada peneliti yang akan datang dapat mengembangkan variabel lain yang memiliki pengaruh dengan efikasi diri siswa, sehingga akan memperkaya temuan keilmuan dalam ilmu bimbingan dan konseling.

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah suatu kegiatan yang paling utama bagi manusia untuk membangun dirinya sendiri dan masyarakat. Pendidikan mempunyai peran penting untuk menjamin perkembangan dan kelangsungan hidup manusia karena pada dasarnya pendidikan mempunyai upaya menyiapkan individu (peserta didik) dimasa mendatang. Sebagai perkembangan dan perwujudan diri individu terutama bagi pembangunan bangsa dan negara. Melalui pendidikan di harapkan dapat meningkatkan kualitas diri dalam kehidupan manusia.

Seperti yang ditulis dalam Undang-undang RI Nomor 20 Tahun 2003 yakni pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatifitas, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokrasi dan bertanggungjawab.

Pendidikan juga dianggap sangat penting bagi masyarakat, karena pendidikan menjadi salah satu tolak ukur atas keberhasilan dari generasi masa depan penerus bangsa dengan meningkatkan kualitas pendidikan maka bangsa kita akan mampu bersaing dengan dengan negara-negara maju dalam bidang ilmu pengetahuan dan teknologi. Oleh karena itu, penting sekali meningkatkan keberhasilan peserta didik dalam berprestasi.

Penilaian seseorang terhadap kemampuan diri (Efikasi diri) yang dimiliki mempunyai peran yang sangat penting dalam proses perkembangan peserta didik dan mencapai keberhasilan dalam berprestasi. Efikasi diri adalah kemampuan manusia pada kemampuan mereka untuk melatih sejumlah ukuran pengendalian terhadap fungsi diri mereka dan kejadian-kejadian dilingkungannya. (Hambali; 2013)

Efikasi diri merupakan keyakinan yang dipegang seseorang tentang kemampuannya dan juga hasil yang akan ia peroleh dari kerja kerasnya yang akan mempengaruhi cara individu berperilaku.

Efikasi diri membantu seseorang dalam menentukan pilihan dan usaha untuk maju, kegigihan dan ketekunan yang ditunjukkan dalam menghadapi kesulitan, dan derajat kecemasan atau ketenangan yang dialami saat individu mempertahankan tugas-tugas dalam kehidupan.

Efikasi diri membantu mengarahkan seseorang dalam merasa, berpikir, memotivasi dirinya sendiri, dan perilaku yang akan dimunculkan. Peserta didik dapat memiliki efikasi diri rendah atau tinggi. Peserta didik dengan efikasi diri yang tinggi akan mempunyai keyakinan yang tinggi tentang kemampuan dalam melakukan suatu tugas. Mereka yakin akan kemampuan dalam menghadapi atau menyelesaikan tugas yang luas dan beragam. Ciri orang yang efikasi belajarnya tinggi adalah disiplin dan mentaati kewajiban, menghargai waktu, toleran terhadap tekanan dan keragaman, produktif, menanggung beban yang beragam. (Sri Wadaryati; 2013)

Sebaliknya individu yang memiliki efikasi diri yang rendah akan memiliki keyakinan yang rendah pula tentang kemampuan dirinya dan akan cenderung menyerah ketika dihadapkan pada suatu permasalahan. (Deni; 2011)

Selain itu, ia akan menetapkan target yang lebih rendah dan keyakinan terhadap pencapaian target juga rendah sehingga usaha yang dilakukan lemah, cenderung menghindari bila ada tugas. Dengan demikian, lemahnya efikasi diri dapat membuat siswa enggan melakukan kewajibannya sebagai siswa, yaitu belajar dengan baik. Siswa enggan bersaing mengejar prestasi. Padahal saat ini persaingan semakin ketat, dibutuhkan generasi muda yang unggul. Keunggulan tersebut dapat diperoleh melalui proses belajar yang optimal. Proses belajar yang optimal dapat diraih apabila efikasi diri yang dimiliki siswa cukup.

Terkait dengan itu, tingkat efikasi diri yang rendah juga dimiliki oleh sebagian peserta didik di Madrasah Aliyah YASMU Kabupaten Gresik, hal ini diketahui oleh penulis saat menjalani Praktik Pengalaman Lapangan di MA tersebut. Gejala yang nampak adalah pada saat proses kegiatan belajar dan mengajar berlangsung, masih terdapat peserta didik yang mengeluh saat diberi tugas, enggan maju ke depan untuk mengerjakan soal dipapan tulis, dan mencontek jawaban teman saat diberi tugas, padahal tugas tersebut merupakan tugas individu terkait dengan perkembangan masing-masing yang harusnya dapat dikerjakan tanpa mencontek jawaban teman.

Penulis juga sempat melakukan wawancara pada salah satu siswa kelas X IPA, bernama Izzatul Fauziyah tersebut mengaku bahwa dia dan teman-temannya masih sering mengeluh saat diberikan tugas harian oleh guru mereka, bahkan masih sering bertukar jawaban saat ulangan harian atau ujian semester. Berdasarkan uraian di atas, penulis menyimpulkan bahwa tingkat efikasi diri peserta didik sangat penting dan berpengaruh pada pencapaian keberhasilan dalam belajar dan berprestasi. Selain peserta didik, keterlibatan Guru juga memiliki peran penting sebagai upaya membantu peserta didik mengatasi segala hambatan dalam memperoleh keberhasilan, terutama guru bimbingan dan konseling. Secara umum tujuan dari Bimbingan dan Konseling adalah sebagaimana tertera dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No. 2 Tahun 1989, yaitu bahwa pendidikan adalah terwujudnya manusia Indonesia yang cerdas, bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti, serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Bimbingan dan konseling membantu memandirikan peserta didik dan mengembangkan potensi- potensi mereka secara optimal. Penyelenggaraan bimbingan dan konseling disekolah bertujuan agar siswa dapat menemukan pribadi, mengenal lingkungan dan merencanakan masa depan. (Deni Febrini; 2011) Bimbingan dan konseling memiliki beragam jenis layanan diantaranya adalah layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan konten, layanan bimbingan konseling perorangan, dan layanan bimbingan konseling kelompok. Salah satu layanan yang dianggap penulis sangat sesuai untuk membantu mengatasi masalah tingkat efikasi diri peserta didik adalah layanan konseling kelompok, yaitu proses kegiatan melalui interaksi sosial yang dinamis diantara anggota kelompok untuk membahas masalah-masalah yang dialami setiap anggota kelompok sehingga ditemukan arah dan cara pemecahan yang paling tepat dan memuaskan. (Wardatul Jannah; 2012) Konseling kelompok memiliki beberapa teknik, dan yang dianggap sangat tepat dan sesuai untuk diterapkan pada peserta didik yang mengalami masalah pada tingkat efikasi diri adalah teknik sosiodrama.

Salah satu penelitian yang relevan dengan tema ini dilakukan oleh Trianisa dan Siti Fitriana dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas X IPA di SMA N 2 Cepu”. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa penerapan teknik sociodrama dalam layanan bimbingan kelompok dapat membantu meningkatkan efikasi diri siswa yang sebelumnya rendah. Melalui kegiatan bermain peran dalam kelompok, siswa diberi kesempatan mengekspresikan perasaan, memahami situasi sosial, serta membangun keyakinan terhadap kemampuan dirinya. Teknik sociodrama memungkinkan siswa belajar dari pengalaman sosial yang disimulasikan sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri dan keberanian menghadapi tugas belajar. Oleh karena itu, penelitian tersebut memiliki relevansi dengan penelitian mengenai Pengaruh Teknik Sociodrama terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas X Madrasah Aliyah YASMU, karena sama-sama mengkaji efektivitas teknik sociodrama dalam meningkatkan aspek psikologis siswa, khususnya efikasi diri. (Trianisa Trianisa; 2022)

Teknik sociodrama yaitu salah satu bentuk bimbingan kelompok yang dipergunakan memecahkan masalah sosial dengan melalui kegiatan bermain peran. (Wardatul Jannah; 2012) Sociodrama memberikan kesempatan pada peserta didik agar bisa dan biasa melakukan kegiatan dalam kehidupan sosial manusia dalam memecahkan masalah-masalahnya. Selain itu, teknik sociodrama memberikan pengalaman secara langsung mengenai kemungkinan permasalahan yang terjadi dan memberi kesempatan pada siswa untuk merespon secara tepat. Karena Faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri yaitu pengalaman menyelesaikan masalah (*mastery experience*), pengalaman orang lain sebagai model (*Vicarious experience*), persuasi verbal (*verbal persuasion*), dan keadaan fisiologis dan emosional individu (*emotional arousal*).

METODE

Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pre eksperimen design dengan pendekatan One group pretest dan posttest design yaitu penelitian yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok perbandingan. Dalam penelitian ini, pengukuran dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Hal ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh teknik sociodrama terhadap efikasi diri siswa kelas X Madrasah Aliyah YASMU Kabupaten Gresik tahun pelajaran 2022/2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X Madrasah Aliyah YASMU Kabupaten Gresik Tahun Pelajaram 2022/2023 yang berjumlah 45 siswa.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. (Sugiyono; 2011) Maka sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul mewakili. Peneliti tidak menggunakan seluruh populasi dalam penelitian ini, tetapi menggunakan sampel. Hal ini dikarenakan karena keterbatasan waktu dan dana yang dimiliki oleh peneliti. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik Purposive sampling, karena sampel yang akan diambil adalah siswa yang memiliki efikasi diri yang lebih rendah dari siswa yang lain yang terdapat dalam populasi Sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 12 siswa dengan pertimbangan bahwa kegiatan bimbingan dan konseling kelompok yang efektif adalah beranggotakan 10 sampai 15 orang. Dan teknik sociodrama termasuk dalam salah satu teknik bimbingan dan konseling kelompok. Secara teori layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok, dalam hal ini ada beberapa jenis kelompok menurut jumlah anggotanya, misalnya Kelompok 2, Kelompok 3, Kelompok 4-8, Kelompok 8-30. (Prayitno; 2017)

TEMUAN DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan sociodrama di Madrasah Aliyah YASMU Kabupaten Gresik

Penelitian ini mulai dilaksanakan pada tanggal 15 Desember sampai dengan 15 Januari 2023 di Madrasah Aliyah YASMU Kabupaten Gresik. Peneliti terlebih dahulu bertemu dengan guru BK untuk mengajukan beberapa pertanyaan terkait dengan pelaksanaan layanan konseling yang ada di madrasah sebelum melaksanakan *pretest*. Guru BK menjelaskan bahwa memang terdapat siswa yang memiliki efikasi diri yang rendah. Gejala yang sering tampak adalah siswa sering menghindari ketika

diberi tugas dan mengeluh. Dalam pelaksanaan konseling sendiri, guru BK mengaku memiliki hambatan yaitu keterbatasan waktu dan tempat, sehingga tidak dapat maksimal dalam melakukan konseling secara individu maupun kelompok. Guru BK hanya dapat memanfaatkan jam pelajaran yang ada untuk memberikan pelayanan konseling pada siswa. Keterbatasan tersebut juga menjadi hambatan guru BK dalam melakukan beragam teknik. Menurut pengakuan beliau, beliau juga pernah melaksanakan teknik sosiodrama, meski dirasa kurang efektif karena membutuhkan waktu yang lama.

Sebelum memulai konseling kelompok dengan menggunakan teknik sosiodrama, peneliti mempersiapkan naskah drama yang akan digunakan. Karena kemampuan peneliti yang terbatas dalam penyusunan naskah, maka naskah drama yang digunakan merupakan karya kolaborasi antara peneliti dengan orang lain yang dianggap ahli dalam penyusunan naskah drama. Hal tersebut dilakukan agar naskah drama yang digunakan dapat sesuai dengan yang dibutuhkan dalam penelitian. *Expert judgment* dalam penyusunan naskah ini adalah Guru Bahasa Indonesia di MAN 1 Bungah Gresik.

Tabel 4.6

<i>Expert judgment</i> No	Nama	Profesi	Saran
1	Fathur Rohim	Guru Bahasa Indonesia Di MAN 1 Bungah Gresik	Perbaiki EYD dalam penulisan naskah.

Setelah mengumpulkan peserta didik yang akan menjadi sample penelitian, peneliti bersama peserta didik melakukan kontrak/komitmen kelompok guna menjalin komitmen untuk melaksanakan pertemuan-pertemuan layanan, kontrak juga dilaksanakan dalam rangka membangun *rapport* dengan seluruh siswa yang menjadi subjek penelitian. Peneliti juga mengemukakan deskripsi program layanan yang meliputi: tujuan layanan, proses layanan dan sasaran layanan.

Adapun deksripsi proses pelaksanaan kegiatan konseling dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan Efikasi Diri siswa kelas X Madrasah Aliyah YASMU Kabupaten Gresik Tahun Pelajaran 2018/2019 yaitu sebagai berikut:

1) Pertemuan 1

Hari/Tanggal : Kamis, 15 Desember

2023 Waktu : 10.00 s/d 11.45

Tempat : Ruang Kelas X IPS

Pelaksanaan *pretest*, dengan menggunakan instrument/ angket Efikasi Diri siswa untuk mengetahui tingkat Efikasi Diri siswa sebelum di berikan treatment adengan teknik sosiodrama terhadap Efikasi Diri siswa.

2) Pertemuan 2

Hari/Tanggal : Senin, 20 Desember 2023

Waktu : 10.00 s/d 11.45

Tempat : Ruang Kelas X IPS

Pertemuan ini merupakan tahap pengenalan dan pelibatan anggota kelompok. Dimana anggota kelompok saling memperkenalkan diri masing-masing, kemudian membahas pertemuan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama pada pertemuan selanjutnya. Peneliti juga menjelaskan tujuan umum, prinsip, serta prosedur kegiatan. Serta memberikan apresiasi selamat datang dan ucapan terimakasih atas partisipasinya dalam mengikuti kegiatan konseling.

3) Pertemuan 3

Hari/Tanggal : Ahad, 10 Januari 2023

Waktu : 10:00 s/d 11:30

Tempat : Ruang Kelas X IPS

Pokok permasalahan yang akan dibahas dalam pelaksanaan teknik sosiodrama ditetapkan pada tahap persiapan. Setelah tahap persiapan selesai, selanjutnya tahap pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan ini, peneliti menunjuk enam siswa untuk memerankan peran dalam naskah drama berjudul "Tak Kenal Tak Sayang" yang telah disiapkan. Enam siswa tersebut adalah :

- a) DI sebagai Eka
- b) RI sebagai Azkiyah
- c) GN sebagai Zaki
- d) MQ sebagai Azam
- e) KR sebagai Dani
- f) NF sebagai Toni
- g) SU sebagai Ayah Doni

Selanjutnya setelah sosiodrama selesai, pada tahap penutupan pemimpin kelompok member kesempatan pada anggota untuk menyampaikan pesan, masukan dan kesan anggota secara bergantian serta membahas untuk pertemuan konseling kelompok berikutnya. Kegiatan konseling diakhiri dengan salam dan doa.

4) Pertemuan

Hari/Tanggal : Ahad, 12 Januari 2023

Waktu : 09.45 s/d 10.30

Tempat : Ruang Kelas X
IPS

Pokok permasalahan yang akan dibahas dalam pelaksanaan teknik sosiodrama ditetapkan pada tahap persiapan. Setelah tahap persiapan selesai, selanjutnya tahap pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan ini, peneliti menunjuk enam siswa untuk memerankan peran dalam naskah drama berjudul "Ujian" yang telah disiapkan. Enam siswa tersebut adalah:

- a) EN sebagai Rani
- b) AA sebagai Pak Edy
- c) IF sebagai Fatim
- d) AN sebagai Bu Yanti
- e) NM sebagai Dea

Selanjutnya setelah sosiodrama selesai, pada tahap penutupan pemimpin kelompok member kesempatan pada anggota untuk menyampaikan pesan, masukan dan kesan anggota secara bergantian serta membahas untuk pertemuan konseling kelompok berikutnya. Kegiatan konseling diakhiri dengan salam dan doa.

5) Pertemuan

Hari/Tanggal : Ahad, 19 Januari 2023

Waktu : 12.45 s/d 13.30

Tempat : Ruang Kelas X IPS

Pelaksanaan posttest, dengan menggunakan instrument/ angket Efikasi Diri siswa untuk mengetahui tingkat Efikasi Diri siswa sesudah di berikan treatment dengan teknik sosiodrama terhadap Efikasi Diri siswa. Pada pertemuan ini seluruh anggota kelompok secara bersama-sama saling menuliskan harapan setelah kegiatan berakhir, kemudian kegiatan ditutup dengan salam dan doa.

2. Gambaran efikasi diri siswa sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan sosiodrama

Peneliti melakukan 2 kali pengukuran efikasi diri peserta didik, yaitu sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa sosiodrama. Adapun hasil pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan adalah sebagai berikut:

Tabel 4.7

Hasil pretest efikasi diri siswa No	Nama	Hasil pretest	keterangan
1	DI	85	Rendah
2	RI	84	Rendah
3	GF	80	Rendah
4	MQ	81	Rendah
5	MKR	80	Rendah
6	NF	85	Rendah

Tabel 4.8

Hasil posttest efikasi diri siswa No	Nama	Hasil posttest	Keterangan
1	DI	130	Tinggi
2	RI	106	Sedang
3	GF	111	Sedang
4	MQ	115	Sedang
5	MKR	130	Tinggi
6	NF	102	Sedang
7	SU	114	Sedang
8	EN	115	Sedang
9	AA	101	Sedang
10	IF	102	Sedang
11	AN	116	Sedang
12	NM	122	Sedang
N=12		Total= 1364	
Mean/rata-rata		114	

Tabel 4.9

Deskripsi Data Pretest, Posttest, dan Gain Score No	Nama	Hasil pretest	Hasil posttest	Gain Score
1	DI	85	130	45
2	RI	84	106	22
3	GF	80	111	31
4	MQ	81	115	34
5	MKR	80	130	55
6	NF	85	102	17
7	SU	81	114	33
8	EN	81	115	34
9	AA	79	101	22
10	IF	82	102	20

11	AN	86	116	116
12	NM	83	122	122
Jml	N=12	Total =	Total =	Total =
		1087	1364	551
Mean /rata-rata	91	114	46	

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa 12 siswa mengalami peningkatan terhadap efikasi diri setelah menerima perlakuan berupa teknik sosiodrama. Hal ini dapat dilihat melalui hasil *posttest* yang menunjukkan tidak ada lagi siswa yang memiliki kriteria rendah. 2 siswa diketahui memiliki kriteria tinggi, dan 10 siswa yang lain memiliki kriteria sedang.

Tabel 4.10

Hasil Uji Tes Paired Samples Test									
Paired Differences		T			df		Sig. (2-tailed)		
Mean		Std. Deviation			Std. Error Mean		95% Confidence Interval of the Difference		
Lower					Upper				
Pair 1	pretest	-	10.828	3.126	-	-9.287	5.172	11	.000
	-	16.167			23.046				
	posttest								

Tabel di atas menunjukkan perolehan nilai Sig (0/00) ≤ (0,05), maka varians kedua kelompok tidak homogen, dan berdasarkan hasil perhitungan diperoleh thitung 5.172 pada derajat kebebasan (df) 11 kemudian dibandingkan dengan ttabel dan nilai sig 0,05 adalah 2.201, maka thitung ≥ ttabel (5.172 ≥ y2,201) ini menunjukkan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima, artinya ada pengaruh teknik sosiodrama terhadap efikasi diri siswa. Selain itu nilai rata-rata posttest lebih besar dari pretest (114 ≥ 91). Jika dilihat dari nilai rata-rata maka tingkat Efikasi diri pada *posttes* lebih tinggi dibandingkan dengan hasil *pretest* setelah diberikan perlakuan berupa teknik sosiodrama. Konsep Efikasi diri sebenarnya adalah inti dari teori Sosial Kognitive yang dikemukakan oleh Albert Bandura yang menekankan peran belajar observasional, pengalaman sosial, dan determinisme timbal balik dalam pengembangan kepribadian.(Hartono; 2013)

Efikasi Diri (*Self Efficacy*) adalah keyakinan sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau melakukan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai suatu hasil tertentu.(Ulfa; 2015) Menurut Bandura, efikasi diri (*Self Efficacy*) adalah penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu. Efikasi diri (*Self Efficacy*) merupakan hal yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, termasuk pada aspek perkembangan sosial.

Efikasi diri pada individu terjadi apabila individu dapat belajar mengenali diri sendiri dengan mencatat sebanyak mungkin aspek positif yang dimiliki, serta menerima diri sendiri secara apa adanya dengan segala kekurangan dan kelebihan. Karena dengan itu akan tumbuh keyakinan dari dalam dirinya sendiri yang dapat membantu melakukan aktivitasnya sehingga tidak ada hambatan atau halangan apapun. Berdasarkan penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa teknik sosiodrama yang dilaksanakan dapat meningkatkan efikasi diri siswa. Teknik sosiodrama yaitu salah satu bentuk bimbingan kelompok yang dipergunakan memecahkan masalah sosial dengan melalui kegiatan bermain peran.(Ulfa; 2015) Sosiodrama memberikan kesempatan pada peserta didik agar bisa dan biasa melakukan kegiatan dalam kehidupan sosial manusia dalam memecahkan masalah-masalahnya. Selain itu, teknik sosiodrama memberikan pengalaman secara langsung mengenai

kemungkinan permasalahan yang terjadi dan memberi kesempatan pada siswa untuk merespon secara tepat.

Hasil penelitian di atas juga sejalan dengan hasil panduan pelatihan efikasi diri siswa SMP dengan Teknik Sociodrama oleh Nurhidayatul Maghfiroh dan Denok Setiawati. Selain itu, hal senada juga dibuktikan oleh Evi Zuhara bahwa teknik sociodrama efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa, Wardatul Djannah dan Ayom Yulita juga membuktikan bahwa teknik sociodrama dapat berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Berdasarkan hasil penelitian-penelitian terdahulu tersebut terbukti bahwa teknik sociodrama memiliki banyak manfaat bagi individu dan dapat digunakan sebagai salah satu cara atau metode untuk meningkatkan efikasi diri pada siswa.

KESIMPULAN

Hasil temuan dalam penelitian ini adalah pelaksanaan teknik sociodrama yang berjalan lancar dan terdapat pengaruh teknik sociodrama terhadap efikasi diri siswa kelas X di Madrasah Aliyah YASMU Kabupaten Gresik secara signifikan dengan melihat *T*-hitung dan *T*-tabel. Dari hasil penelitian tersebut, disarankan kepada peneliti yang akan datang dapat mengembangkan variabel lain yang memiliki pengaruh dengan efikasi diri siswa, sehingga akan memperkaya temuan keilmuan dalam ilmu bimbingan dan konseling. Berikut ini hasil uji statistik melalui program SPSS windows 16.00 menunjukkan diperoleh nilai $\text{Sig } (0/00) \leq (0,05)$, maka varians kedua kelompok tidak homogen, dan berdasarkan hasil perhitungan diperoleh *t*-hitung 5.172 pada derajat kebebasan (*df*) 11 kemudian dibandingkan dengan *t*-tabel $0,05 = 2.201$, maka *t*-hitung $\geq t$ -tabel ($5.172 \geq 2,201$) ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada pengaruh teknik sociodrama terhadap efikasi diri peserta didik kelas X IPS Madrasah Aliyah YASMU Kabupaten Gresik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifudin. *Bimbingan Dan Konseling*. Bandung: Pustaka Setia. 2016. Alwisol. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press. 2014.
- Ainin, Luluk Khurotul dan Mochamad Nursalim. Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Siswa Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal psikologi pendidikan dan bimbingan*. Vol 13. No. 1. 2012.
- Anggarasari, Nandhini Hudha. Perbedaan Strategi Pembelajaran Sociodrama Dan Presentasi Dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Cendekia*. Vol 1. No. 1. 2017.
- Berwirausaha. *Jurnal Psikologi*. Vol 5. No. 2. 2015
- Djanah, Wardatul Dan Drajat Edy K. Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Dengan Teman Sebaya. *Jurnal Cendekia*. 2012.
- Galih Wicaksono, dan Najlatun Naqiyah. Penerapan Teknik Bermain Peran Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal. *Jurnal Cendekia*. No.1. 2013.
- Hambali, Adang Dan Uja Jaenudin. *Psikologi Kepribadian (Lanjutan)*. Bandung: Pustaka Setia. 2013.
- Hapsah, Rifqi dan Siti Ina Savira. Hubungan Antara Self Efficacy Dan Kreativitas Dengan Minat Hartono, Dan Boy Soemardji. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana. 2013. Hikmawati, Fenti. *Bimbingan Konseling*. Jakarta; Rajagrafindo Persada. 2011.
- Komalasari, Gantina. Eka Wahyuni., Dan Karsih. *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks. 2018.
- Maghfiroh, Nurhidayatul dan Denok Setiawati. Panduan Pengembangan Pelatihan Efikasi Diri Siswa Dengan Sociodrama Untuk Siswa SMP" (*jurnal Cendekia*) 2.
- Mahfudh Shalaludin. Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Sociodrama Untuk Membantu Siswa Terisolasi. *Jurnal Kependidikan Islam*. No. 4. 2014.
- Novita Wellasari, Yusmansyah., dan Diah Utaminingsih. Pengaruh Tehnik Sociodrama Untuk Peningkatan Perilaku Asertif Siswa. *Skripsi*. . Lampung: Universitas Lampung.
- Nurlaila, Siti. Pelatihan Efikasi Diri Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Siswa-Siswi Yang Akan Menghadapi Ujian Akhir Nasional. *Jurnal cendekia*. Vol 1. No.1. 2011.

- Prayitno, Dan Erman Amti. Dasar- Dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta. 2009.
- Raharjo, Sahid, uji-reliabilitas alpha, www.spssindonesia.com (online), (diakses pada tanggal 11 september 2018)
- Rahmawati, layli Novita dan Nur Hidayah. Pengembangan Panduan Pelatihan Efikasi Diri Dalam Hubungan Pertemanan Melalui Strategi Experiential Learning Bagi Siswa SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. Vol 1. No. 1. 2016.
- Ria Efika, Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Kecerdasan Emosional Peserta Didik. Skripsi. Lampung: Universitas Negeri Lampung.
- Rustika, Made. Efikasi diri: Tinjauan Teori Albert Bandura. *Jurnal Psikologi*. Vol 20. No. 1-2. 2012.
- Sugiyono. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D. Bandung: Alfabeta. 2015.
- Sukitman, Tri. Panduan Lengkap dan Aplikatif Bimbingan Dan Konseling Berbasis Pendidikan Karakter.
- Suryani, Novia Solichah. Pengaruh Kegiatan Sosiodrama Terhadap Peningkatan Kemampuan Bahasa Lisan Usia Dini. *Jurnal Cendekia*. Vol 07. No. 02. 2016.
- Trianisa Trianisa. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas X IPA Di SMA N 2 Cepu. Vol 04. No. 05. 2022.
- Ulfah, Siti Hadijah. Efikasi Diri Mahasiswa Yang Bekerja Pada Saat Penyusunan Skripsi. Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta. winarlim, Retno dan Blasius Boli Lasan dan widada. Efektivitas Teknik Sosiodrama Melalui Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Verbal Siswa SMP. *Jurnal kajian bimbingan dan konseling*. Vol 1, No 2. Yogyakarta: Diva Press. 2015.