



## EFEKTIVITAS TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN SELF-EFFICACY SISWA DALAM BELAJAR

Maria Ulfa<sup>1</sup> ; Unhaluddin T Kurniawan<sup>2</sup>

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Universitas Muhammadiyah Buton

\*Corresponden Author: [ulfa.razak88@gmail.com](mailto:ulfa.razak88@gmail.com)

### ABSTRACT

*This study aims to determine and describe the effectiveness of sociodrama techniques through group guidance to improve self-efficacy in learning in class VIII students of SMPN 2 Mawasangka. This research uses a quasi-experimental approach with non equivalent pretest posttest control design. The design of this study used two groups, namely the experimental group and the control group with each group of 10 students. The population in this study were students of SMP Negeri 2 Mawasangka. The sampling technique used is purposive sampling. The data analysis test used is the Wilcoxon test. Posttest results (final evaluation) with 10 samples in the experimental group showed 2 students (20% subjects) in the medium category and 8 students (80% subjects) had self-efficacy in the high category with an increase in scores of 303 points or by 40.61% and results Wilcoxon test with a significance of 0.001 smaller 0.05 (0.001 < 0.005), while the control group decreased by 1 point or by 0.14% which means group guidance through sociodrama techniques, effective for increasing self-efficacy in learning in students.*

**Keywords:** *self-efficacy in learning; Sociodrama; group guidance*

### ABSTRAK

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan efektivitas teknik sosiodrama melalui bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri dalam belajar pada siswa kelas VIII SMPN 2 Mawasangka. Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimen jenis quasi experiment dengan non equivalent Pretest Posttest Control design. Desain penelitian ini menggunakan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan masing-masing kelompok berjumlah 10 siswa. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 2 Mawasangka. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Uji analisis data yang digunakan adalah uji Wilcoxon. Hasil posttest (evaluasi akhir) dengan 10 sampel pada kelompok eksperimen menunjukkan 2 siswa (20% subyek) dalam kategori sedang dan 8 siswa (80% subyek) telah memiliki efikasi diri dalam kategori tinggi dengan peningkatan skor sebesar 303 poin atau sebesar 40.61% dan hasil uji Wilcoxon dengan signifikansi 0.001 lebih kecil 0.05 (0.001 < 0.005), sedangkan kelompok kontrol mengalami penurunan skor sebesar 1 poin atau sebesar 0.14% yang berarti bimbingan kelompok melalui teknik sosiodrama, efektif untuk meningkatkan efikasi diri dalam belajar pada siswa.*

**Kata Kunci:** *Efikasi diri dalam belajar, Sosiodrama, Bimbingan Kelompok*

### A. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital semakin pesat. Bahkan sejak di era millennium seperti sekarang ini kini disebut era digital 4.0. Era ini sangat mempengaruhi terhadap sifat, sikap dan perilaku individu dalam bertindak. Era ini lebih dikenal dengan era milenial, dimana individu dijargonkan sebagai generasi milineal.

Perkembangan teknologi juga mulai mempengaruhi efikasi diri siswa dalam belajar. Berdasarkan hasil pengamatan di SMP Negeri 2 Mawasangka Buton Tengah, maraknya penggunaan media sosial seperti *Blackberry Messenger, facebook, twitter, instgram, dan Whatsapp*, menjadikan diri siswa lebih sibuk dengan dunia

media sosial tersebut. Media sosial tersebut mulai mengurangi konsentrasi siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran, selain itu siswa juga cenderung akan menghindari tugas dalam belajar terlebih lagi siswa menganggap tugas tersebut pada level sulit dan menantang, sehingga siswa lebih mudah menyerah. Hal-hal tersebut merupakan indikator dari rendahnya efikasi diri siswa dalam belajar.

Faktor utama efikasi diri menurut Bandura mencakup tujuan dan kerangka kerja yang diterapkan untuk membandingkan kemampuan diri (Sohrabi, Mohammadi, & Aghdam, 2013). Menurut Bandura dalam Aliqol, Wibowo dan Wagimin, efikasi diri menentukan cara seseorang dalam berpikir, memotivasi dirinya, dan cara seseorang dalam bertindak. Bandura mengartikan efikasi sebagai keyakinan diri individu atas kemampuan yang dimilikinya yang dapat membentuk perilaku dalam kondisi tertentu dan sangat berhubungan dengan perilaku secara langsung (Aliqol, Wibowo, & Wagimin, 2017). Hal tersebut dapat diartikan bahwa, efikasi diri berkaitan dengan keyakinan diri seseorang dalam menilai kemampuan dan potensi yang dimilikinya dengan menghubungkan tindakan tertentu untuk mengatasi situasi dan kondisi yang akan dihadapi pada masa mendatang. Setiawan menjelaskan bahwa efikasi diri terdiri atas dua jenis, yaitu efikasi diri tinggi dan efikasi diri rendah (Setiawan, 2015).

Seseorang dapat dikatakan memiliki efikasi diri yang tinggi ketika seseorang merasa yakin akan dirinya dan percaya terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan masalahnya. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi, akan menganggap tugas-tugas yang sulit menjadi tantangan untuk diselesaikan, memiliki minat dan motivasi yang kuat, gigih dalam kesulitan atau hambatan dan selalu berusaha untuk menghindari kegagalan. Memiliki efikasi diri yang tinggi akan membuat diri lebih percaya diri, gigih, dan termotivasi dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah yang sulit (Schunk, 2012). Pernyataan tersebut dikuatkan oleh teori Bandura yang menyatakan bahwa terbentuknya efikasi diri seseorang adalah pernah mengalami tantangan dan mampu menyelesaikan dengan kegigihan dan kerja keras (Rustika, 2016). Sedangkan seseorang yang dikatakan memiliki efikasi diri yang rendah adalah seseorang yang merasa dirinya tidak yakin dengan kemampuan yang ada pada dirinya, tidak mampu menyelesaikan masalah apapun yang dihadapi, selalu merasa pesimis, dan berpikir negatif sebelum bertindak serta selalu mengalami kegagalan yang berdampak pada perilaku negatif.

Masalah efikasi diri siswa yang rendah dalam belajar di sekolah tersebut, merupakan salah satu tanggung jawab dan tugas bagi guru bimbingan dan konseling dalam pemberian layanan. Motivasi siswa sangat diprediksi oleh self-efficacy (Skaalvik, Federici, & Klassen, 2015). Dalam penelitian ini, hal yang dilakukan adalah pemberian layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Prayitno dalam Hanim, Badrujaman dan Pratiwi mengemukakan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok individu yang memanfaatkan dinamika kelompok, artinya semua individu yang

menjadi anggota kelompok akan saling berinteraksi, bertukar pikiran, bebas mengemukakan pendapat, dan saling berbagi informasi yang bermanfaat (E. P. Pratiwi, Hanim, & Badrujaman, 2017). Pelaksanaan bimbingan kelompok berusaha untuk mengubah sikap dalam perilaku secara langsung dan bertahap melalui pemberian informasi dengan menekankan pada manajemen kognitif pada semua anggota kelompok. Metode Sociodrama merupakan salah satu teknik dalam bimbingan kelompok dengan melibatkan beberapa peran yang disertakan adanya konflik-konflik individu dan sosial yang diceritakan, dalam sociodrama para pemeran harus mampu mengeksplorasi watak individu, problem individu, dan cara mengatasi problem-problem itu (Sari, Yusmansyah, Utaminingsih., 2014).

Nery dan Gisler juga berpendapat, dalam sociodrama sangat diperlukan pengalaman dan usaha untuk meningkatkan kreativitas peserta kelompok Dalam sociodrama disetiap pertemuan berisi pemanasan terus-menerus untuk berinteraksi dengan penonton dan protagonis sesuai tema, dari pemanasan non-spesifik, hingga dramatisasi, untuk berbagi emosi, isi dan pengalaman dan untuk pemrosesan teoretis tentang apa terjadi pada pertemuan tersebut (Nery & Gisler, 2019). Untuk meningkatkan efikasi diri siswa dalam belajar, siswa akan lebih banyak melakukan permainan peran yang terkontrol dan terjadwal dengan mengangkat topik atau masalah efikasi diri yang paling sering dihadapi oleh siswa dalam proses belajar. Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti beranggapan bahwa teknik sociodrama ini penting untuk diterapkan guna meningkatkan efikasi diri siswa dalam belajar.

## B. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan rancangan penelitian *Quasi experimental*, melalui *Non Equivalent Control Group Design*. Dalam penelitian quasi atau penelitian semu, terdapat dua kelompok subyek, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang sampel tidak dipilih secara random (Setyosari, 2016). Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Mawasangka Buton Tengah yang terdiri 4 kelas yang berjumlah 99 siswa. Pengambilan sampel melalui teknik *nonprobability sampling* dengan teknik penentuan jumlah sampel melalui *purposive sampling*. Adapun jumlah sampel penelitian yaitu 20 siswa dengan rincian 10 siswa yang memiliki efikasi diri yang rendah sebagai kelompok eksperimen dan 10 siswa yang memiliki efikasi diri yang sedang dan tinggi sebagai kelompok kontrol. Penyusunan instrumen efikasi diri dibuat berdasarkan aspek-aspek efikasi diri menurut Bandura yaitu: (a) *level*, (b) *generality*, dan (c) *strength* (Situmorang, Wibowo, & Mulawarman, 2018). Aspek efikasi diri ini dipilih karena mengungkap lebih banyak indikator sikap siswa.

Untuk mengetahui dan mendeskripsikan tinggi rendahnya efikasi diri siswa diukur melalui skala sikap yang terdiri dari 3 aspek yang dijabarkan dalam 48 aitem dengan jumlah 79 siswa. Proses uji kevaliditan (validitas) dan reliabilitas data dilakukan dengan *professional judgment*. Hasil uji validitas skala sikap dari jumlah 48 aitem, 24 aitem dinyatakan valid, dan 24 aitem lagi dinyatakan gugur.

Untuk 24 aitem yang valid, menghasilkan  $r_{it}$  atau indeks daya deskriminasi berkisar 0.357 sampai dengan 0.673. Pengujian reliabilitas berdasarkan *alpha cronbach*, dengan indeks reliabilitas skala sebesar 0.896 atau 89.6%. Untuk kategori data didasarkan pada standar deviasi dan mean hipotetik yaitu dengan kategorisasi jenjang berdasarkan distribusi normal dengan kategorisasi tinggi, sedang dan rendah (Azwar, 2012) sebagai berikut.

Tabel 1. Kategorisasi Data

Interval kategorisasi	Norma kategorisasi
$X < (\mu - 1,0\delta)$	Rendah
$(\mu - 1,0\delta) \leq X < (\mu + 1,0\delta)$	Sedang
$(\mu + 1,0\delta) \leq X$	Tinggi

### C. PEMBAHASAN

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon

Kelompok	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Pretest- Posttest	-3,818 <sup>b</sup>	0.001

Hasil analisis uji test statistik pada table 2 di atas dengan menggunakan uji *wilcoxon* dengan 10 sampel kelompok eksperimen pretest posttest menunjukkan ada perbedaan skor sebelum diberikan dan sesudah diberikan metode sosiodrama. Jika didasarkan pada uji analisis, nilai signifikasi sebesar  $0.001 < 0.05$  atau ( $p < 0.05$ ), yang berarti ada perbedaan efikasi diri sebelum pretest dan setelah diberikan metode *sosiodrama* (posttest). Maka peneliti menyimpulkan bahwa metode *sosiodrama* efektif untuk meningkatkan efikasi diri siswa. Pelaksanaan metode sosiodrama melalui bimbingan kelompok terlihat dengan meningkatnya hasil skor yang diperoleh siswa berdasarkan hasil pretest dan hasil posttest setelah penerapan metode (treatment). Berikut hasil perbandingan skor pretest dan posttest secara rinci yang ditampilkan dalam tabel 3 dan grafik 1.

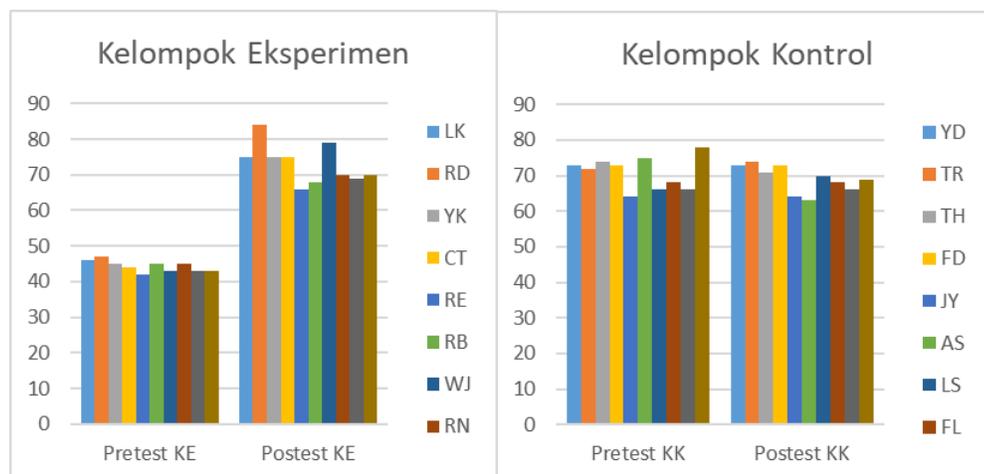
Tabel 3.

Perbandingan Hasil Pretest Dan Posttest Pada Kelompok Esperimen dan kelompok kontrol

No	Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
	Inisial	Pretest	Posttest	Inisial	Pretest	Posttest
1	LK	46	75	YD	73	73
2	RD	47	84	TR	72	71
3	YK	45	75	TH	74	70
4	CT	44	75	FD	73	73
5	RE	42	73	JY	64	64
6	RB	45	68	AS	75	75

Kelompok Eksperimen				Kelompok Kontrol		
No	Inisial	Pretest	Postest	Inisial	Pretest	Postest
7	WJ	43	79	LS	66	70
8	RN	45	74	FL	68	68
9	SY	43	69	RW	66	66
10	LD	43	74	TY	78	78
<b>Total</b>		<b>443</b>	<b>746</b>	<b>Total</b>	<b>709</b>	<b>708</b>

Berdasarkan tabel 3, terlihat bahwa ada perbedaan skor pretest sebelum penerapan teknik sosiodrama dan skor postest sesudah penerapan teknik sosiodrama melalui bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen, dibandingkan kelompok control. Merujuk table 3 tersebut pada kelompok eksperimen, skor efikasi diri siswa mengalami peningkatan sebesar 303 poin atau sebesar 40.61%, sedangkan pada kelompok kontrol terjadi sedikit penurunan sebesar 1 poin atau sebesar 0.14%. Peningkatan skor efikasi diri siswa tidak terlepas dari proses sosiodrama yang diterapkan pada kelompok eksperimen selama delapan kali pertemuan dengan intensitas pertemuan 2x45 menit. Adanya motivasi dalam diri siswa untuk meningkatkan efikasi diri melalui bermain peran dan melakukan sesuatu yang baru bagi diri siswa serta merasakan secara langsung manfaat sosiodrama dengan mengikuti secara aktif kegiatan bimbingan kelompok, tanpa disadari oleh masing-masing siswa dalam memainkan perannya telah meningkatkan skor efikasi dirinya dalam belajar.



**Grafik 1.** Hasil perbandingan pretest dan postest skala efikasi diri dalam belajar

Pada grafik 1, kelompok eksperimen terlihat jelas perbedaan yang terjadi antara hasil pretest dan postest setelah diberikan perlakuan dengan teknik sosiodrama. Sedangkan pada kelompok kontrol, yang terlihat adalah tidak ada perbedaan hasil pretest dan postest dalam meningkatkan efikasi diri siswa

Tabel 3 di atas menunjukkan adanya peningkatan setelah diberikan *treatment* dengan metode sosiodrama. Berdasarkan tabel 3 tersebut, penggunaan metode sosiodrama efektif untuk meningkatkan efikasi diri siswa dalam belajar pada siswa kelas VIII SMPN 2 Mawasangka. Bandura dalam Sariningsih dan Purwasih, menjelaskan bahwa *self-efficacy* atau efikasi diri adalah penilaian seseorang terhadap kemampuannya untuk menyusun tindakan yang dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas-tugas khusus yang dihadapi. Keyakinan yang kuat dan mempunyai perasaan dan kontrol terhadap emosi merupakan konsep dasar dari *self efficacy* (Sariningsih & Purwasih, 2017). Dalam hal ini *efikasi diri* terkait dengan persepsi atau penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Efikasi diri siswa merupakan kepercayaan diri siswa akan kemampuan dirinya dalam memecahkan masalah matematis (Simamora, Saragih, & Hasratuddin, 2018).

**Tabel 4.** Hasil *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Kriteria	Interval	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
		Pretest	Posttest	Pretest	Posttest
Rendah	$X < 48$	10			
Sedang	$48 \leq X < 72$		2	4	5
Tinggi	$72 \leq X$		8	6	5
<b>Total</b>		<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>

Dalam sosiodrama, ada skenario, yaitu ruang untuk bertindak, di mana tambahan realitas memfasilitasi pengalaman dan interaksi kreatif dalam pencarian pengalaman dan pembelajaran bersama; dengan demikian, sosiodrama adalah metode aktif *parexcellence* (Nery & Gisler, 2019). Sosiodrama dapat membantu mengatasi tantangan komunikasi, pemecahan masalah, dan kesadaran diri (Haleem & Winters, 2011). Dalam penelitian ini, layanan bimbingan kelompok dilakukan dengan metode sosiodrama. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan efikasi diri dalam belajar, agar siswa meyakini kemampuan yang dimilikinya ketika diberikan tugas terkait mata pelajaran, semangat dalam mengerjakan tugas, selalu berpikir positif ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas, dan selalu ada usaha yang dilakukan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru.

Hasil uji analisis data dengan Uji Wilcoxon menunjukkan ada perbedaan antara hasil kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dengan metode sosiodrama mampu meningkatkan efikasi diri siswa, sedangkan kelompok kontrol yang sama sekali tidak diberikan perlakuan, tidak mengalami peningkatan efikasi diri yang signifikan. Hasil penelitian ini senada dengan penelitian Ariandani dkk, yang menyimpulkan bahwa teknik atau metode sosiodrama efektif untuk meningkatkan *self succorance* melalui *lesson study* siswa kelas VII SMP Lab. Undhiksa Singaraja dengan menggunakan hasil uji  $t_{hitung}$  sebesar 30,60 dan  $t_{tabel}$  taraf signifikansi 0,05 sebesar 2,00 (Ariandani, Dantes, & Dharsana, 2019). Sosiodrama merupakan salah satu

teknik konseling yang mendramatisasikan masalah yang timbul dalam diri yang berkaitan dengan lingkungan pergaulan terkhusus dalam pergaulan sosial. Efikasi diri individu juga merupakan masalah yang ada dalam diri seseorang yang berkaitan dengan lingkungan sekitarnya. Efikasi diri belajar pada siswa merupakan kemampuan diri siswa pada tingkat *level*, *general*, dan *strength*, dalam kegiatan pembelajaran (Bandura, 1994; Zimmerman, 2000). Natawijaya dalam Ariandani dkk menjelaskan teknik sosiodrama digunakan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri siswa dalam membuat rencana dan keputusan. Melalui teknik sosiodrama, siswa diharapkan memiliki keinginan atau dorongan yang kuat dalam menjaga hubungan interpersonal agar siswa mampu menyesuaikan diri di lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat (Ariandani et al., 2019).

Penelitian yang juga sejalan dengan penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi yang menyimpulkan bahwa teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan *self-disclosure*, dengan desain penelitian *Nonrandomized pretest-posttest Control*. Pratiwi menggunakan uji t-tes dengan taraf signifikansi 0,05 nilai  $Z_{tab}$  sebesar 0,0104 dan harga  $Z_{hitung}$  sebesar -3,2 (A. A. Pratiwi, 2019). Penelitian lain terkait sosiodrama adalah penelitian yang dilakukan oleh Cardoso dan Campos, hasil penelitian tersebut adalah sosiodrama dapat dianggap sebagai intervensi psikologis dalam konteks penjara (bagi narapidana) (Cardoso & Campos, 2016).

Penerapan teknik sosiodrama merupakan salah satu metode yang cukup menarik dalam layanan bimbingan kelompok. Sosiodrama juga salah satu metode pembelajaran yang berfokus pada solusi dalam menyelesaikan masalah hubungan antar manusia (Bidart-Novaes, Brunstein, Gil, & Drummond, 2014).

Memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran akan menjadi daya Tarik bagi siswa dan membuat siswa termotivasi untuk yakin dan percaya akan kemampuannya dalam memecahkan dan menyelesaikan masalah (Syarafina, Jailani, & Winarni, 2018). Sumber kepercayaan utama siswa untuk meningkatkan *self-efficacy* belajarnya adalah: prestasi/pengalaman, penguasaan (perwakilan pengalaman), persuasi verbal dan rangsangan emosional (Bandura, 1994; Schunk & Pajares, 2002; Zimmerman, 2000). Tokoh ataupun peran yang dimainkan oleh masing-masing siswa adalah realita yang dihadapi oleh siswa terkait masalah yang terjadi pada dirinya yang berhubungan dengan lingkungan sosialnya. Bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berdampak positif dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Melalui bimbingan kelompok teknik sosiodrama, siswa mampu mengaktualisasikan dirinya, terbuka pada orang lain, dapat menerima informasi dan pengetahuan dari orang lain, saling berbagi, saling memotivasi dalam kebaikan, memiliki percaya diri, mendisiplinkan diri, bermanfaat untuk orang lain, memiliki tujuan hidup yang terarah, serta mampu menyesuaikan diri terhadap kelompok (Ulfa & Husniah, 2020).

Proses bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama berdasarkan pengalaman dan pengamatan, efektif diterapkan untuk meningkatkan efikasi diri siswa dalam belajar. Penerapan metode atau teknik sosiodrama semakin berkembang dan mampu membuat diri siswa meyakini kemampuan yang dimilikinya, semangat dalam mengerjakan tugas, selalu berpikir positif ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas, dan selalu berusaha untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Hal-hal tersebut merupakan proses aktualisasi diri siswa dan menjadikan diri siswa lebih yakin dan percaya diri akan kemampuan yang dimilikinya, sehingga siswa mampu mengambil keputusan yang terbaik untuk dirinya.

#### **D. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari pelaksanaan penelitian ini, peneliti menarik simpulan bahwa bimbingan kelompok melalui metode sosiodrama, efektif untuk meningkatkan efikasi diri siswa dalam belajar. Hasil *posttest* (evaluasi akhir) dengan 10 sampel pada kelompok eksperimen menunjukkan 2 siswa (20% subyek) dalam kategori sedang dan 8 siswa (80% subyek) telah memiliki efikasi diri dalam kategori tinggi dengan peningkatan skor sebesar 303 poin atau sebesar 40.61% dan hasil uji Wilcoxon dengan signifikansi 0.001.

Penerapan metode atau teknik sosiodrama mampu membuat diri siswa meyakini kemampuan yang dimilikinya, semangat dalam mengerjakan tugas, selalu berpikir positif ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas, dan selalu berusaha untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Hal-hal tersebut merupakan proses aktualisasi diri siswa dan menjadikan diri siswa lebih yakin dan percaya diri akan kemampuan yang dimilikinya, sehingga siswa mampu mengambil keputusan yang terbaik untuk dirinya.

Beberapa saran yang dikemas sebagai rekomendasi dalam pelaksanaan penelitian ini: pertama, agar pihak sekolah dapat meningkatkan dan melengkapi fasilitas sarana dan prasarana dalam layanan bimbingan dan konseling. Kedua, guru-guru terkhusus pada guru bimbingan dan konseling, dapat menggunakan dan mengembangkan teknik atau metode sosiodrama sesuai kebutuhan siswa di lapangan dengan pendekatan yang variatif melalui layanan atau orientasi ke-BK-an. Ketiga, untuk peneliti selanjutnya, agar dapat memilih variabel penelitian yang lebih signifikan dalam penerapan teknik sosiodrama seperti etika, regulasi diri, kontrol diri, dan variabel-variabel lain yang indikator atau aspeknya sangat sesuai dengan teknik sosiodrama.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Aliqol, A., Wibowo, M. E., & Wagimin. (2017). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Self-Efficacy dan Harapan Hasil (Outcome Expectations) Karir Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 49-53.

- Retrieved from <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>
- Ariandani, N. P. D., Dantes, N., & Dharsana, I. K. (2019). Konseling Behavioral dengan Teknik Sociodrama Melalui Lesson Study Untuk Meningkatkan Self-Succorance. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 10(1), 16-23. Retrieved from [ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/index](http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/index)
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy defined Self-efficacy defined. *Encyclopedia of Human Behavior*.
- Bidart-Novaes, M., Brunstein, J., Gil, A. C., & Drummond, J. (2014). Sociodrama as a Creative Learning Strategy in Business Administration. *Creative Education*. <https://doi.org/10.4236/ce.2014.514151>
- Cardoso, L. F. V., & Campos, M. das G. de C. (2016). Sociodrama as an intervention methodology for convicts. *Revista Brasileira de Psicodrama*. <https://doi.org/10.15329/2318-0498.20160021>
- Haleem, D. M., & Winters, J. (2011). A sociodrama: An innovative program engaging college students to learn and self-reflect about alcohol use. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6171.2011.00289.x>
- Nery, M. da P., & Gisler, J. V. T. (2019). Sociodrama: método ativo na pesquisa, no ensino e na intervenção educacional. *Revista Brasileira de Psicodrama*. <https://doi.org/10.15329/2318-0498.20190002>
- Pratiwi, A. A. (2019). Efektivitas Teknik Sociodrama dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Self-Disclosure di SMA Negeri 12 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 114-121. Retrieved from <http://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/jpbk/article/view/1526/1211>
- Pratiwi, E. P., Hanim, W., & Badrujaman, A. (2017). Pengaruh Teknik Role Playing Dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Toleransi Pada Peserta Didik Kelas X Smk Negeri 26 Jakarta. *Insight Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 114-129. <https://doi.org/10.21009/insight.062.01>
- Rustika, I. M. (2016). Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura. *Buletin Psikologi*. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11945>
- Sari, Yusmansyah, Utaminingsih. (2014). Pengaruh Teknik Sociodrama untuk Peningkatan Perilaku Asertif Siswa. *ALIBIKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 3(4), 1-16. Retrieved from <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/ALIB/article/view/8358>
- Sariningsih, R., & Purwasih, R. (2017). Pembelajaran Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Dan Self Efficacy Mahasiswa Calon Guru. *JNPM (Jurnal Nasional Pendidikan Matematika)*, 1(1), 163. <https://doi.org/10.33603/jnpm.v1i1.275>
- Schunk, D. H. (2012). Learning theories: An educational perspective. In *Pearson*. Massachusetts: Boston.
- Schunk, D. H., & Pajares, F. (2002). The Development of Academic Self-Efficacy. In

- Development of Achievement Motivation.* <https://doi.org/10.1016/b978-012750053-9/50003-6>
- Setiawan, M. A. (2015). Model Konseling Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Akademik Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling (Semarang)*, 4(1), 8-14.
- Setyosari, P. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan & Pengembangan*. Jakarta: Prenada Media.
- Simamora, R. E., Saragih, S., & Hasratuddin, H. (2018). Improving Students' Mathematical Problem Solving Ability and Self-Efficacy through Guided Discovery Learning in Local Culture Context. *International Electronic Journal of Mathematics Education*. <https://doi.org/10.12973/iejme/3966>
- Situmorang, D. D. B., Wibowo, M. E., & Mulawarman, M. (2018). Konseling Kelompok Active Music Therapy Berbasis Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk Meningkatkan Self-Efficacy Mahasiswa Millennials. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2508>
- Skaalvik, E. M., Federici, R. A., & Klassen, R. M. (2015). Mathematics achievement and self-efficacy: Relations with motivation for mathematics. *International Journal of Educational Research*. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2015.06.008>
- Sohrabi, R., Mohammadi, A., & Aghdam, G. A. (2013). Effectiveness of Group Counseling with Problem Solving Approach on Educational Self-efficacy Improving. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.07.033>
- Syarafina, D. N., Jailani, & Winarni, R. (2018). The application of problem based learning to improve students' self-efficacy. *AIP Conference Proceedings*, (September). <https://doi.org/10.1063/1.5054428>
- Ulfa, M., & Husniah, W. O. (2020). Efektivitas Teknik Sosiodrama melalui Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Siswa. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 5(1), 9-14. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26737/jbki.v5i1.1155>
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn. *Contemporary Educational Psychology*. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>