

## **BAB II**

### **BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL**

#### **A. Keterampilan Komunikasi Interpersonal**

##### **1. Pengertian Komunikasi Interpersonal**

Sebelum mendefinisikan komunikasi interpersonal, terlebih dahulu dapat didefinisikan pengertian komunikasi. Komunikasi adalah suatu hubungan timbal-balik antara dua orang atau lebih yang sama-sama memberikan informasi. Menurut Deddy Mulyana dalam bukunya Ilmu Komunikasi (2000:41) Mengemukakan istilah komunikasi atau dalam bahasa Inggris *communication* berasal dari kata Latin *communicatio*, dan bersumber dari kata *communis* yang berarti *sama*. Sama disini maksudnya adalah sama makna. Jadi, kalau dua orang terlibat dalam komunikasi, misalnya dalam bentuk percakapan, maka komunikasi akan terjadi atau berlangsung selama ada kesamaan makna mengenai apa yang dipercakapkan. Komunikasi yang melibatkan hubungan antar pribadi sering disebut dengan komunikasi interpersonal.

Komunikasi interpersonal merupakan komunikasi yang pesannya dikemas dalam bentuk verbal atau nonverbal, seperti komunikasi pada umumnya komunikasi interpersonal selalu mencakup dua unsur pokok yaitu isi pesan dan bagaimana isi pesan dikatakan atau dilakukan secara verbal atau nonverbal. Dua unsur tersebut sebaiknya diperhatikan dan dilakukan berdasarkan pertimbangan situasi, kondisi, dan keadaan

penerima pesan. Deddy Muliana & Ganiem (2011:81) mengemukakan komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal maupun non verbal.

Komunikasi interpersonal merupakan kegiatan aktif bukan pasif. Komunikasi interpersonal bukan hanya komunikasi dari pengirim pada penerima pesan, begitupula sebaliknya, melainkan komunikasi timbal balik antara pengirim dan penerima pesan. Agus M. Hardjana (dalam Suranto A.W 2011:3) mengemukakan komunikasi interpersonal adalah interaksi tatap muka antar dua atau beberapa orang, di mana pengirim dapat menyampaikan pesan secara langsung pula. Komunikasi interpersonal bukan sekedar serangkaian rangsangan-tanggapan, stimulus-respon, akan tetapi serangkaian proses saling menerima, penyerahan dan penyampaian tanggapan yang telah diolah oleh masing-masing pihak. Suranto W (2011:5) mengatakan komunikasi interpersonal adalah proses penyampaian dan penerimaan pesan antara pengirim pesan dengan penerima baik secara langsung maupun tidak langsung.

Komunikasi interpersonal juga berperan untuk saling mengubah dan mengembangkan. Dan perubahan tersebut melalui interaksi dalam komunikasi, pihak-pihak yang terlibat untuk memberi inspirasi, semangat, dan dorongan agar dapat merubah pemikiran, perasaan, dan sikap sesuai dengan topik yang dikaji bersama. Komunikasi interpersonal atau komunikasi antar pribadi adalah proses pertukaran informasi serta

pemindahan pengertian antara dua orang atau lebih di dari suatu kelompok manusia kecil dengan berbagai efek dan umpan balik. Agar komunikasi interpersonal yang dilakukan menghasilkan hubungan interpersonal yang efektif dan kerjasama bisa ditingkatkan maka kita perlu bersikap terbuka, sikap percaya, sikap mendukung, dan terbuka yang mendorong timbulnya sikap yang paling memahami, menghargai, dan saling mengembangkan kualitas. Hubungan interpersonal perlu ditumbuhkan dan ditingkatkan dengan memperbaiki hubungan dan kerjasama antara berbagai pihak. Komunikasi interpersonal dinyatakan efektif bila pertemuan komunikasi merupakan hal yang menyenangkan bagi komunikan.

## **2. Hakekat Komunikasi Interpersonal**

Komunikasi dipandang dari arti yang lebih luas, tidak hanya diartikan sebagai pertukaran berita dan pesan akan tetapi sebagai kegiatan individu dan kelompok mengenai tukar menukar data, fakta, dan ide. Terdapat unsur hakikat yang senantiasa muncul tersurat maupun tersirat dalam komunikasi interpersonal. Suranto W (2011:5) mengemukakan beberapa unsur tersebut dapat diuraikan sebagai berikut :

- a. Komunikasi interpersonal pada hakikatnya adalah suatu proses. Dengan kata lain suatu proses hubungan yang saling pengaruh mempengaruhi.
- b. Pesan tersebut tidak ada dengan sendirinya melainkan diciptakan dan dikirimkan oleh seorang komunikator.
- c. Komunikasi interpersonal dapat terjadi secara langsung maupun tidak langsung.
- d. Penyampaian pesan dapat dilakukan baik secara lisan maupun tertulis.
- e. Komunikasi interpersonal tatap muka memungkinkan balikan atau respon dapat diketahui dengan segera. Artinya penerima pesan dengan segera memberi tanggapan atas pesan-pesan yang telah diterima dari sumber.

Hakikat komunikasi interpersonal di atas merupakan keseluruhan dari terjadinya komunikasi.

### 3. Keterampilan Komunikasi Interpersonal

Suranto W (2011:89) mengemukakan bahwa kemampuan berkomunikasi antar individu adalah salah satu kecakapan yang sangat penting bagi siapapun, baik seorang pemimpin maupun rakyat biasa. Oleh karena itu diperlukan beberapa keterampilan komunikasi interpersonal agar komunikasi yang dilakukan dapat berjalan secara efektif. Adapun keterampilan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

#### a. Keterampilan Berbicara

Komunikasi interpersonal sering kali dilakukan dengan teknik berbicara atau bercakap-cakap secara langsung. Keterampilan berbicara adalah usaha-usaha atau kemampuan dari seseorang, baik berupa persiapan fisik, persiapan mental, persiapan materi dalam proses tukar menukar informasi di muka orang lain. Agar pembicaraan dapat mencapai hasil yang memuaskan, maka diperlukan beberapa persiapan dan keterampilan berikut :

##### 1) Persiapan fisik

Persiapan fisik merupakan kemampuan atau usaha-usaha yang dilakukan untuk menjaga kondisi fisik agar dalam kondisi prima ketika berbicara dengan orang lain.

## 2) Persiapan mental

Persiapan mental adalah kemampuan yang dilakukan seseorang untuk menimbulkan keberanian dan kepercayaan diri dalam berkomunikasi dengan orang lain.

## 3) Persiapan materi

Persiapan materi merupakan usaha-usaha yang dilakukan untuk menguasai materi yang akan disampaikan dihadapan orang lain menjadi partner komunikasi interpersonal.

### b. Keterampilan Bertanya

Keterampilan bertanya merupakan kemampuan seseorang untuk menggali lebih dalam informasi-informasi dari orang lain. Kemampuan ini memiliki beberapa teknik diantaranya :

#### 1) Ungkapkan pertanyaan dengan tenang dan sopan

Pertanyaan yang dikemukakan dengan tenang dan sopan akan membuat keadaan lebih nyaman dan aman dalam berkomunikasi.

#### 2) Ungkapkan pertanyaan dengan singkat dan jelas

Pertanyaan yang disampaikan dengan singkat dan jelas akan mudah dipahami.

#### 3) Tidak merusak suasana

Usahakan untuk tidak bertanya sesuka hati, karena pertanyaan yang diajukan pada saat yang tidak tepat akan merusak suasana.

4) Jangan sungkan meminta maaf pada saat merasa bersalah

Ketika kita sudah menyadari bahwa sudah melakukan sebuah kesalahan dalam bertanya, maka sebaiknya kita meminta maaf.

5) Ucapkan terima kasih

Pada akhir komunikasi tanya jawab sampaikan suatu penghargaan kepada partner komunikasi dengan mengucapkan terima kasih.

6) Bersiaplah mendengarkan jawaban secara positif

Sebaiknya jangan memonopoli pembicaraan.

c. Keterampilan Membuka Pintu Komunikasi

Keterampilan membuka pintu komunikasi merupakan kemampuan dari dalam diri seseorang untuk membuka diri dalam menjalin hubungan kerja sama dengan orang lain. Suranto (2011:97) mengemukakan hubungan antar manusia dibina atas dasar hal-hal kecil yang mengakrabkan persahabatan, yang terbit dari kata hati yang tulus ikhlas, misalnya kesediaan untuk membuka komunikasi. Dengan membuka pintu komunikasi, berarti kita memiliki komitmen untuk membina kerja sama.

d. Keterampilan Menjaga Sopan Santun

Keterampilan menjaga sopan santun merupakan kemampuan seseorang untuk membiasakan diri untuk bersikap ramah, sopan santun dalam berbicara kepada orang lain. Menurut Suranto (2011:99) penampilan yang sopan dan ramah akan membuat kita lebih aman dalam memulai komunikasi ketimbang penuh emosi dan rasa curiga. Oleh karena

itu perlu untuk membiasakan diri bersikap sopan dan ramah, agar orang lain juga bersikap ramah kepada kita.

e. Keterampilan Meminta Maaf Pada Saat Merasa Bersalah

Keterampilan ini merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menyadari kesalahannya dan meminta maaf untuk kesalahan tersebut dalam berkomunikasi. Berkomunikasi tidak selamanya mudah, apalagi kalau kita tidak mengetahui jati diri mereka yang kita hadapi, tentu kita tidak akan menebak-nebak dan merancang persiapan komunikasi yang sesuai dengan tuntutan etis kedua belah pihak.

f. Cepat Tanggap dan Bertanggung Jawab

Cepat tanggap dan bertanggung jawab dimaksudkan sebagai kemampuan yang dimiliki seseorang dalam memberikan respon terhadap suatu stimulus yang ada dan mempertanggung jawabkan respon yang diberikan tersebut. Tanggap artinya peka atau sensitif terhadap situasi dan kondisi, serta berperilaku secara kondusif terhadap situasi tersebut.

g. Perhatian dan Kepedulian

Perhatian dan kepedulian merupakan sikap untuk mencari dan mengenal lebih dekat lawan dari komunikasi. Perhatian selalu diikuti dengan perasaan yang terfokus pada suatu objek yang diamati dan kemudian diakhiri dengan rasa peduli terhadap objek tersebut.

h. Memiliki Empati

Empati merupakan sikap memahami apa yang dirasakan oleh orang lain bahkan ikut merasakan hal itu.

i. Keterampilan Mendengarkan

Keterampilan mendengarkan dimaksudkan sebagai kemampuan siswa dalam menyimak dan mendengarkan dengan baik apa yang disampaikan oleh orang lain.

**4. Komponen-Komponen Komunikasi Interpersonal**

Secara sederhana dapat dikemukakan suatu asumsi bahwa komunikasi interpersonal akan terjadi apabila ada pengirim menyampaikan informasi berupa lambang verbal maupun non verbal kepada penerima dengan menggunakan medium suara manusia (human voice), maupun dengan medium tulisan. Berdasarkan asumsi ini maka dapat dikatakan bahwa proses komunikasi interpersonal terdapat komponen-komponen komunikasi yang terintegratif saling berperan sesuai dengan karakteristik komponen itu sendiri.

a. Sumber/komunikator

Merupakan orang mempunyai kebutuhan untuk berkomunikasi, yakni keinginan untuk membagi keadaan internal sendiri, baik yang bersifat emosional maupun informasional dengan orang lain.

b. Encoding

Encoding adalah suatu aktivitas internal pada komunikator dalam menciptakan pesan melalui pemilihan simbol-simbol verbal dan non verbal.



c. Pesan

Pesan Adalah seperangkat simbol-simbolbaik verbal maupun non verbal, atau gabungan keduanya, yang mewakili keadaan khusus komunikator untuk disampaikan kepada pihak lain.

d. Saluran

Merupakan sarana fisik penyampaian pesan dari sumber kepenerima atau yang menghubungkan ke orang lain secara umum.

e. Penerima/komunikan

Dalam proses komunikasi interpersonal, penerima bersifat aktif, selain menerima pesan melakukan pula interpretasi dan memberikan umpan balik.

f. Decoding

Decoding merupakan kegiatan internal dalam diri penerima. Misalnya telinga mendengar bunyi, mata melihat objek.

g. Respon

Respon dapat bersifat positif, netral, maupun negatif. Respon merupakan informasi bagi sumber sehingga ia dapat menilai efektivitas komunikasi untuk selanjutnya menyesuaikan diri dengan situasi yang ada.

h. Gangguan

Gangguan merupakan apa saja yang mengganggu atau membuat kacau penyampaian dan penerimaan pesan, termasuk yang bersifat fisik dan psikis.

i. Konteks Komunikasi

Komunikasi itu terjadi dalam suatu konteks tertentu, paling tidak ada tiga dimensi yaitu ruang, waktu, dan nilai.

## 5. Proses Komunikasi Interpersonal

Proses komunikasi digambarkan sebagai proses dengan menggabungkan pengirim dengan penerima pesan. Ada 6 langkah sebagaimana yang dikemukakan oleh Surwanto W (2011:11) yaitu : keinginan berkomunikasi, encoding oleh komunikator, pengiriman pesan, penerimaan pesan, decoding oleh komunikan, dan umpan balik. Adapun langkah-langkah tersebut dapat diuraikan sebagai berikut :

a. Keinginan berkomunikasi

Seorang komunikator mempunyai keinginan untuk berbagi gagasan dengan orang lain.

b. Encoding oleh komunikator

Encoding merupakan tindakan memformulasikan isi pikiran atau gagasan kedalam simbol-simbol, kata-kata, dan sebagainya sehingga komunikator merasa yakin dengan pesan yang disusun dan cara penyampaiannya.

c. Pengiriman pesan

Untuk mengirim pesan kepada orang lain komunikator memilih saluran komunikasi seperti telepon, SMS, email, surat ataupun tatap muka.

d. Penerimaan pesan

Pesan yang dikirim oleh komunikator telah diterima oleh komunikan.

- e. Decoding oleh komunikan

Decoding merupakan kegiatan internal dalam diri penerima.

- f. Umpan balik

Setelah menerima pesan dan memahaminya, komunikan memberikan respon atau umpan balik.

## 6. Ciri- Ciri Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal merupakan jenis komunikasi yang frekuensinya cukup tinggi dalam kehidupan sehari-hari. Berikut akan diuraikan beberapa ciri-ciri komunikasi interpersonal.

- a. Arus pesan dua arah

Komunikasi interpersonal menempatkan sumber pesan dan penerima dalam posisi yang sejajar, sehingga memicu terjadinya pola penyebaran pesan mengikuti arus dua arah.

- b. Suasana non formal

Komunikasi interpersonal biasanya berlangsung dalam suasana non formal.

- c. Umpan balik segera

Seorang komunikator dapat segera memperoleh balikan atas pesan yang disampaikan dari komunikan, baik secara verbal maupun non verbal.

- d. Peserta komunikasi berada dalam jarak yang dekat

Komunikasi interpersonal merupakan metode komunikasi antar individu yang menuntut agar peserta komunikasi berada dalam jarak dekat, baik jarak dalam arti fisik maupun jarak dekat.

- e. Peserta komunikasi mengirim dan menerima pesan secara simultan, spontan, baik secara verbal maupun non verbal.

Untuk meningkatkan keefektifan komunikasi interpersonal, peserta komunikasi dapat memberdayakan pemanfaatan kekuatan pesan verbal maupun non verbal secara bersamaan, saling mengisi, saling memperkuat sesuai tujuan komunikasi.

(Suranto W, 2011:14-16)

## **7. Asas-Asas Komunikasi Interpersonal**

Berikut ada lima asas komunikasi interpersonal yang dapat menjadi bahan pertimbangan ketika seseorang akan merancang atau proses komunikasi interpersonal.

- a. Komunikasi berlangsung antara pikiran seseorang dengan pikiran orang lain
- b. Orang hanya bisa mengerti suatu hal dengan menghubungkannya pada suatu hal lain yang sudah dimengerti.
- c. Sikap orang berkomunikasi tentu mempunyai tujuan.
- d. Orang yang telah melakukan komunikasi mempunyai suatu kewajiban untuk meyakinkan dirinya bahwa ia memahami makna pesan yang akan disampaikan itu.
- e. Orang yang tidak memahami makna informasi yang diterima, berkewajiban untuk meminta penjelasan kembali agar tidak terjadi bias komunikasi.

## 8. Tipe Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal memiliki tiga tipe diantaranya :

### a. Komunikasi dua orang

Komunikasi dua orang atau komunikasi diadik mencakup segala jenis hubungan antar pribadi, antara satu dengan orang lain, mulai dari hubungan yang paling singkat (biasa) sampai hubungan yang paing lama.

### b. Wawancara

Wawancara adalah satu tipe komunikasi interpersonal dimana dua orang terlibat dalam percakapan tanya jawab.

### c. Komunikasi kelompok kecil

Komunikasi kelompok kecil merupakan salah satu tipe komunikasi interpersonal, di mana beberapa orang terlibat dalam suatu pembicaraan.

(Suranto W, 2011:17-19)

## 9. Tujuan Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal merupakan sarana komunikasi yang dilakukan seseorang yang berorientasi pada tujuan tertentu. Tujuan komunikasi interpersonal itu bermacam-macam, beberapa diantaranya diuraikan sebagai berikut :

### a. Mengungkapkan perhatian kepada orang lain

### b. Menemukan diri sendiri

### c. Menemukan dunia luar

- d. Membangun dan memelihara hubungan yang harmonis
- e. Mempengaruhi sikap dan tingkahlaku
- f. Mencari kesenangan atau sekedar menghabiskan waktu
- g. Menghilangkan kerugian akibat salah komunikasi
- h. Memberikan bantuan

## **B. Bimbingan Kelompok**

### **1. Pengertian Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling dimana terdapat suatu kegiatan kelompok yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Menurut Tohirin (2007:170) menyebutkan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Winkel & Sri Hastuti, (2004: 56) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok merupakan sarana untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa, yang diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan ini bagi dirinya sendiri .

Dewa Ketut Sukardi (2008:64) menyebutkan bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing/konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun pelajar,

anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu layanan yang diberikan kepada siswa secara bersama-sama dalam suatu kelompok, dimana sesama anggota kelompok melakukan interaksi sosial yang dinamis untuk membahas masalah yang dialami setiap anggota kelompok sehingga ditemukan arah dan cara pemecahannya dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Bimbingan kelompok menghendaki siswa untuk mengemukakan pendapat serta melakukan komunikasi timbal balik dengan teman-temannya, melakukan hubungan emosional satu sama lain dan bergaul melalui kegiatan-kegiatan yang bermanfaat bagi peningkatan pembinaan pribadi masing-masing. Dalam proses bimbingan kelompok ini pemimpin kelompok hendaknya mengarahkan minat dan perhatian siswa tentang hidupan kebersamaan dan saling tolong menolong dalam memecahkan permasalahan bersama yang menyangkut kepentingan mereka bersama khususnya terkait dengan peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal.

## **2. Tujuan Bimbingan Kelompok**

Secara umum, Fungsi bimbingan dan konseling dijelaskan oleh Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan (2005:16) adalah :

- a. Pemahaman, yaitu membantu peserta didik agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, dan norma agama).

- b. Preventif (pencegahan), yaitu upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya, supaya tidak dialami oleh peserta didik.
- c. Pengembangan, yaitu konselor senantiasa berupaya untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.
- d. Perbaikan (penyembuhan), yaitu fungsi bimbingan yang bersifat kuratif. Fungsi ini berkaitan erat dengan pemberian bantuan kepada siswa yang telah mengalami masalah.
- e. Penyaluran, yaitu fungsi bimbingan dalam membantu individu memilih kegiatan ekstrakurikuler, jurusan yang sesuai dengan minat, bakat siswa.
- f. Penyesuaian, yaitu fungsi bimbingan dalam membantu individu (siswa) agar dapat menyesuaikan diri secara dinamis dan konstruktif terhadap program pendidikan, peraturan sekolah, atau norma agama.

Dari fungsi tersebut dapat diuraikan tujuan bimbingan kelompok terdiri dari tujuan umum dan tujuan khusus. Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu para siswa yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok. Selain itu juga dapat mengembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok melalui berbagai suasana yang muncul dalam kegiatan itu, baik suasana yang menyenangkan maupun menyedihkan. Prayitno (1995:178) mengemukakan tujuan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut :

- a. Mampu berbicara di depan orang banyak
- b. Mampu mengeluarkan pendapat, ide sara, tanggapan, perasaan dan lain sebagainya kepada banyak orang.
- c. Belajar menghargai pendapat orang lain.
- d. Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya.
- e. Mampu mengendalikan diri dan mampu menahan emosi.
- f. Dapat bertenggang rasa.
- g. Menjadi akrab satu sama lain.
- h. Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama

Bimbingan kelompok diharapkan memberikan sesuatu yang positif bagi perkembangan siswa. Melalui pelaksanaan layanan bimbingan



kelompok dalam penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kearah yang lebih baik.

### 3. Asas Bimbingan Kelompok

Asas yang digunakan dalam bimbingan dan konseling tidak terlepas dari asas bimbingan dan konseling secara umum. Prayitno & Erman Amti (2004:115) mengemukakan ada beberapa asas dalam bimbingan konseling diantaranya asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kekinian, kemandirian, kegiatan, kedinamisan, keterpaduan, kenormatifan, keahlian, alih tangan, dan tut wuri handayani. Namun hanya ada asas yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok, diantaranya :

a. Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan mewajibkan kepada setiap anggota dalam kelompok untuk menjaga kerahasiaan masing-masing permasalahan atau segala sesuatu yang dibahas dalam kelompok.

b. Asas keterbukaan

Asas keterbukaan memberikan keluasan dan kesempatan kepada seluruh anggota untuk mengemukakan pendapat.

c. Asas kesukarelaan

Asas kesukarelaan mengandaung makna bahwa semua anggota yang tergabung di dalam kelompok dengan kemauan sendiri, tanpa adanya tekanan dari pihak manapun.

d. Asas kenormatifan

Pelaksanaan bimbingan kelompok harus sesuai dengan norma-norma dan tradisi yang berlaku.

Berdasarkan uraian di atas, keempat asas tersebut harus dapat disepakati dan dilaksanakan kedalam bimbingan kelompok, karena asas merupakan landasan yang harus disepakati bersama guna mencapai tujuan yang diinginkan.

#### **4. Jenis Kegiatan Bimbingan Kelompok**

Jenis layanan bimbingan kelompok mengantarkan pada bentuk pelaksanaan bimbingan kelompok tersebut. Menurut Erman Amti (2004:106) dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok dikenal dua jenis, yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas.

a. Kelompok bebas

Dalam kegiatannya para anggota bebas mengemukakan segala pikiran dan perasaan dalam kelompok. Selanjutnya apa yang disampaikan mereka dalam kelompok itulah yang menjadi pokok bahasan kelompok.

b. Kelompok tugas

Dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok tugas ini arah dan isi kegiatannya tidak ditentukan oleh para anggota, melainkan diarahkan kepada penyelesaiannya suatu tugas. apa yang dikerjakan kelompok itu berasal dari pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok

mengemukakan suatu tugas untuk selanjutnya dibahas dan diselesaikan oleh anggota kelompok.

Dalam penelitian ini jenis kelompok yang digunakan adalah kelompok tugas yaitu membahas tentang topik yang telah ditentukan oleh pemimpin kelompok yakni tentang peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal siswa.

## **5. Komponen Dalam Bimbingan Kelompok**

### **a. Anggota Kelompok**

Keanggotaan merupakan salah satu unsur pokok dalam proses kehidupan kelompok. Tanpa anggota tidaklah mungkin ada kelompok. Kegiatan atau kehidupan kelompok itu sebagian besar didasarkan atas peranan para anggotanya. Peranan kelompok tidak akan terwujud tanpa keikutsertaan secara aktif para anggota kelompok, dan bahkan lebih dari itu, dalam batas-batas tertentu suatu kelompok dapat melakukan kegiatan tanpa kehadiran peranan pemimpin kelompok sama sekali. Prayitno (1995:32), mengatakan bahwa peranan anggota kelompok amat menentukan. Peranan yang hendaknya dimainkan oleh anggota kelompok agar dinamika kelompok itu benar-benar seperti yang diharapkan ialah :

- 1) Membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antaranggota kelompok.
- 2) Mencerahkan segenap perasaan dalam melibatakan diri dalam kegiatan kelompok.
- 3) Berusaha agar yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama.
- 4) Membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhi dengan baik.
- 5) Benar-benar berusaha untuk secara aktif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok.

- 6) Mampu berkomunikasi secara terbuka.
- 7) Berusaha membantu anggota lain.
- 8) Memberi kesempatan kepada anggota lain untuk juga menjalankan perannya.
- 9) Menyadari pentingnya kegiatan kelompok itu

b. Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok adalah orang yang mampu menciptakan suasana sehingga para anggota kelompok dapat belajar bagaimana mengatasi masalah-masalah mereka sendiri. Yuline dan Indri Astuti (2008:28), peran pemimpin kelompok adalah sebagai berikut :

- 1) Pembentukan kelompok, dalam hal ini pemimpin kelompok harus membina agar dapat terjadi hubungan antar anggota kelompok menuju keakraban, berkembangnya itikad dan tujuan bersama untuk mencapai tujuan kelompok, terbinanya kemandirian pada diri setiap anggota sehingga masing-masing mau berbicara dan terbinanya kemandirian kelompok sehingga bisa tampil beda dari kelompok lain.
- 2) Penstrukturan, yaitu membahas bersama anggota kelompok tentang bagaimana aturan mainnya dalam pelaksanaan bimbingan kelompok.
- 3) Pentahapan kegiatan.
- 4) Penilaian segera hasil layanan.
- 5) Tindak lanjut layanan

## 6. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok

a. Tahap Pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, pembinaan hubungan baik, tahap pelibatan diri atau tahap memasuki diri kedalam kehidupan suatu kelompok dengan tujuan agar anggota kelompok memahami maksud bimbingan kelompok. Pemahaman anggota kelompok akan memungkinkan anggota kelompok aktif berperan dalam kegiatan

bimbingan kelompok, yang selanjutnya dapat menimbulkan minat pada diri mereka untuk mengikuti.

Pada tahap ini bertujuan untuk menumbuhkan suasana saling mengenal, membina hubungan baik, percaya, menerima dan membantu teman-teman yang ada dalam kelompok. Fungsi dan tugas utama pemimpin selama tahap ini adalah mengajarkan bagaimana cara untuk berpartisipasi dengan aktif sehingga dapat meningkatkan peluang mereka untuk mendapatkan kelompok yang produktif. Selain itu mengajarkan anggota berpartisipasi dalam kelompok harus dapat memastikan semua anggota berpartisipasi dalam interaksi kelompok sehingga tidak ada seorangpun merasa dikucilkan. Prayitno (1995:44) mengemukakan peranan pemimpin kelompok yang harus ditampilkan pada tahap awal, yaitu :

- 1) Menampilkan diri secara utuh dan terbuka
- 2) Menampilkan penghormatan kepada orang lain, hangat, tulus, bersedia membantu dan penuh empati
- 3) Bertindak sebagai contoh

Prayitno (1995:44) mengemukakan bahwa kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap awal adalah :

- 1) Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan bimbingan kelompok
- 2) Menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok
- 3) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri

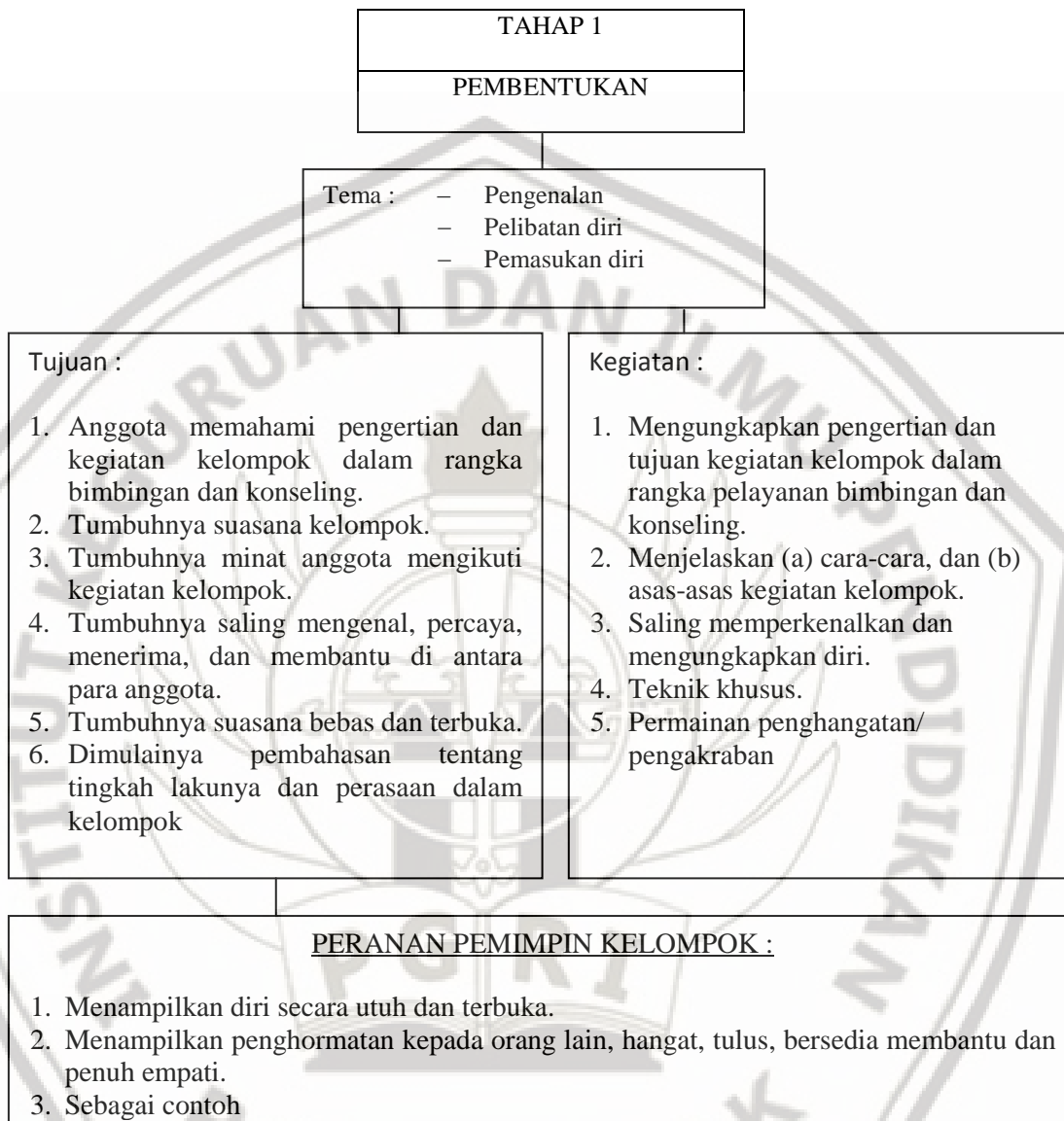
#### 4) Permainan penghargaan atau pengakraban

Penampilan pemimpin kelompok seperti yang diuraikan di atas, merupakan contoh yang berkemungkinan diikuti oleh para anggota dalam menjalin kegiatan bimbingan kelompok. Dalam tahap ini merupakan suatu keadaan yang mana para anggota kelompok merasa belum ada keterkaitan kelompok. Oleh karena itu, peranan pemimpin kelompok selain itu ialah merangsang dan memantapkan keterlibatan orang-orang baru dalam suasana kelompok yang diinginkan.

Pola keseluruhan tahap pembentukan tersebut disimpulkan kedalam bagan 2.1 sebagai berikut :



**Bagan 2.1**  
**Tahap I : Pembentukan**



b. Tahap Peralihan

Pemahaman tugas dan peranan anggota kelompok sangat tergantung pada kemauan pemimpin kelompok dalam mengenalkan tugas dan peranan anggota kelompok. Pada tahap ini pemimpin

kelompok bebas (kalau kelompok itu memang kelompok bebas) atau kelompok tugas (kalau kelompok itu memang kelompok bebas).

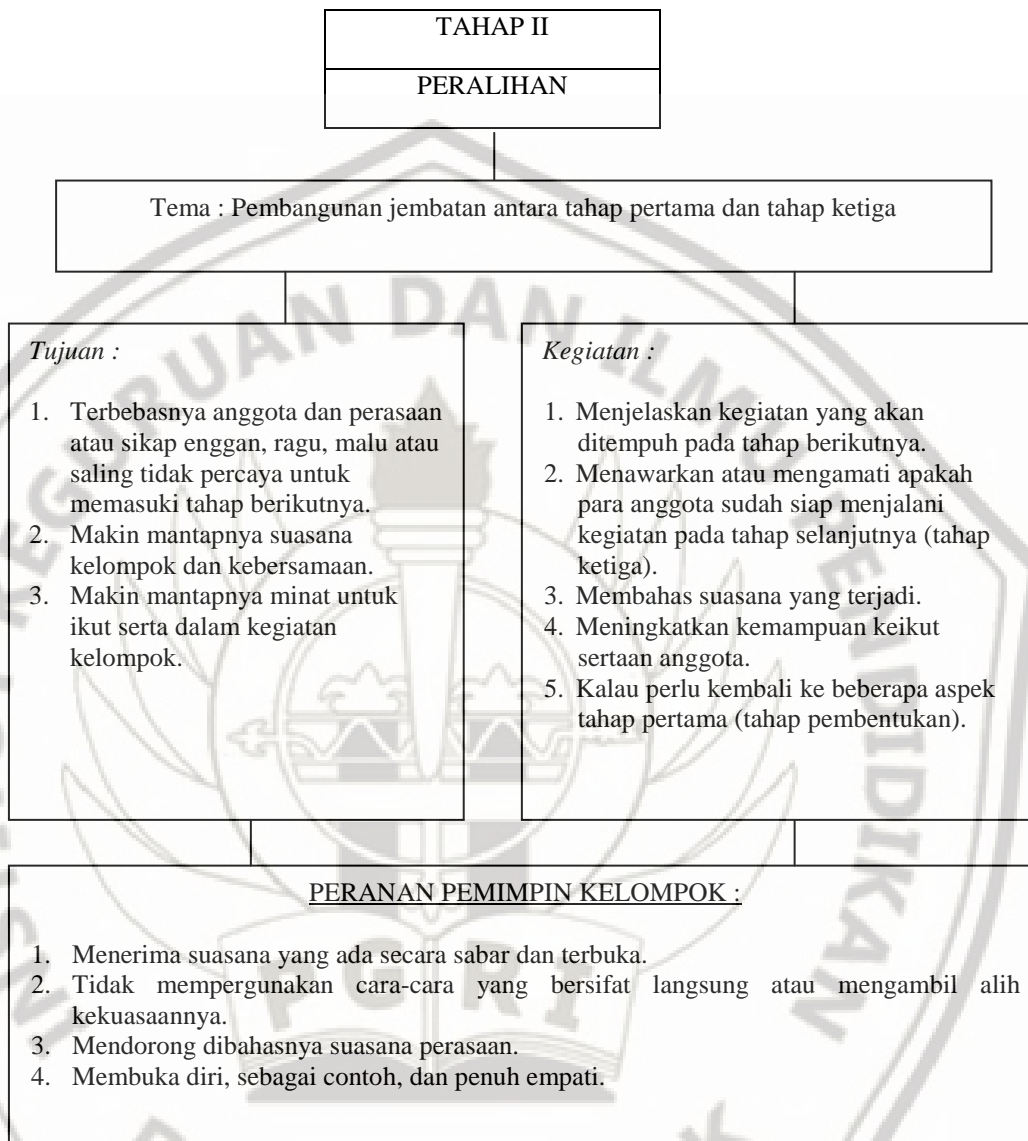
Tahap peralihan menurut Prayitno (1995:47) dijelaskan sebagai tahap peralihan yang bertujuan membebaskan anggota kelompok dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya. Pada tahap ini suasana kelompok mulai terbentuk dan dinamika kelompok mulai tumbuh. Pada kondisi demikian anggota peduli tentang apa yang dipikirkan terhadapnya dan belajar mengekspresikan diri sehingga anggota lain mendengarkan.

Adapun tahap peralihan secara lengkap dapat diuraikan kedalam bagan sebagai berikut :





## Bagan 2.2 Tahap II : Peralihan



### c. Tahap Kegiatan

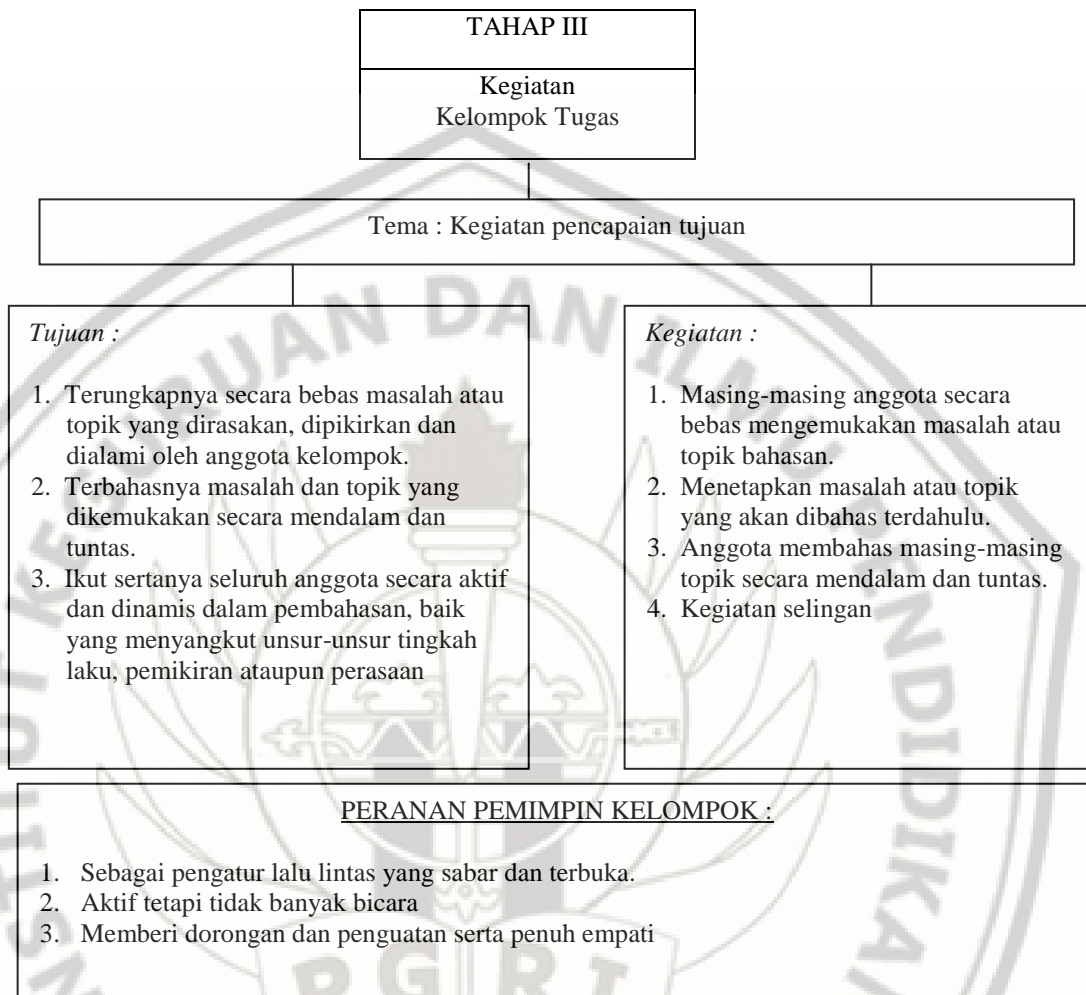
Tahap ini merupakan kehidupan yang sebenarnya dari kelompok. Namun kelangsungan kegiatan kelompok pada tahap ini amat tergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya. Jika tahap-tahap sebelumnya berhasil dengan baik, maka tahap ketiga itu akan

berlangsung dengan lancar, dan pemimpin anggota mungkin sudah bisa lebih santai dan membiarkan para anggota sendiri yang melakukan kegiatan tanpa banyak campur tangan dari pemimpin kelompok.

Prayitno (1995: 47) mengemukakan “Tahap ini merupakan inti kegiatan kelompok sehingga aspek-aspek yang menjadi isi pengiringannya cukup banyak”. Pelaksanaan kegiatan kelompok ditandai dengan pemahaman permasalahan dan pembahasan permasalahan kelompok yang mengarah pada pencapaian tujuan kelompok. Setiap anggota kelompok telah menunjukkan hubungan yang baik, saling membantu, menerima, dan berusaha memperkuat rasa kebersamaan. Dalam tahap ini terdapat dua bentuk kelompok yakni kelompok bebas dan kelompok tugas. Pada kelompok bebas topik yang dibahas berasal dari anggota kelompok. Setiap anggota kelompok bebas mengemukakan apa saja permasalahan yang dirasa perlu untuk dibicarakan bersama didalam kelompok tersebut.

Permasalahan itu berupa sesuatu yang dirasakan atau dialami oleh anggota yang bersangkutan atau permasalahan umum yang mungkin dirasakan sebagian besar anggota tersebut. Pada kelompok tugas topik yang dibahas tidak berasal dari anggota kelompok melainkan dari pemimpin kelompok. Dalam hal ini pemimpin kelompok lebih berperan aktif sebab permasalahan yang disampaikan oleh pemimpin kelompok diibaratkan pemberian tugas kepada anggota kelompok untuk dibahas secara mendalam. Tahap ini lebih rinci dijelaskan dalam bagan berikut :

### Bagan 2.3 Tahap III : Kegiatan



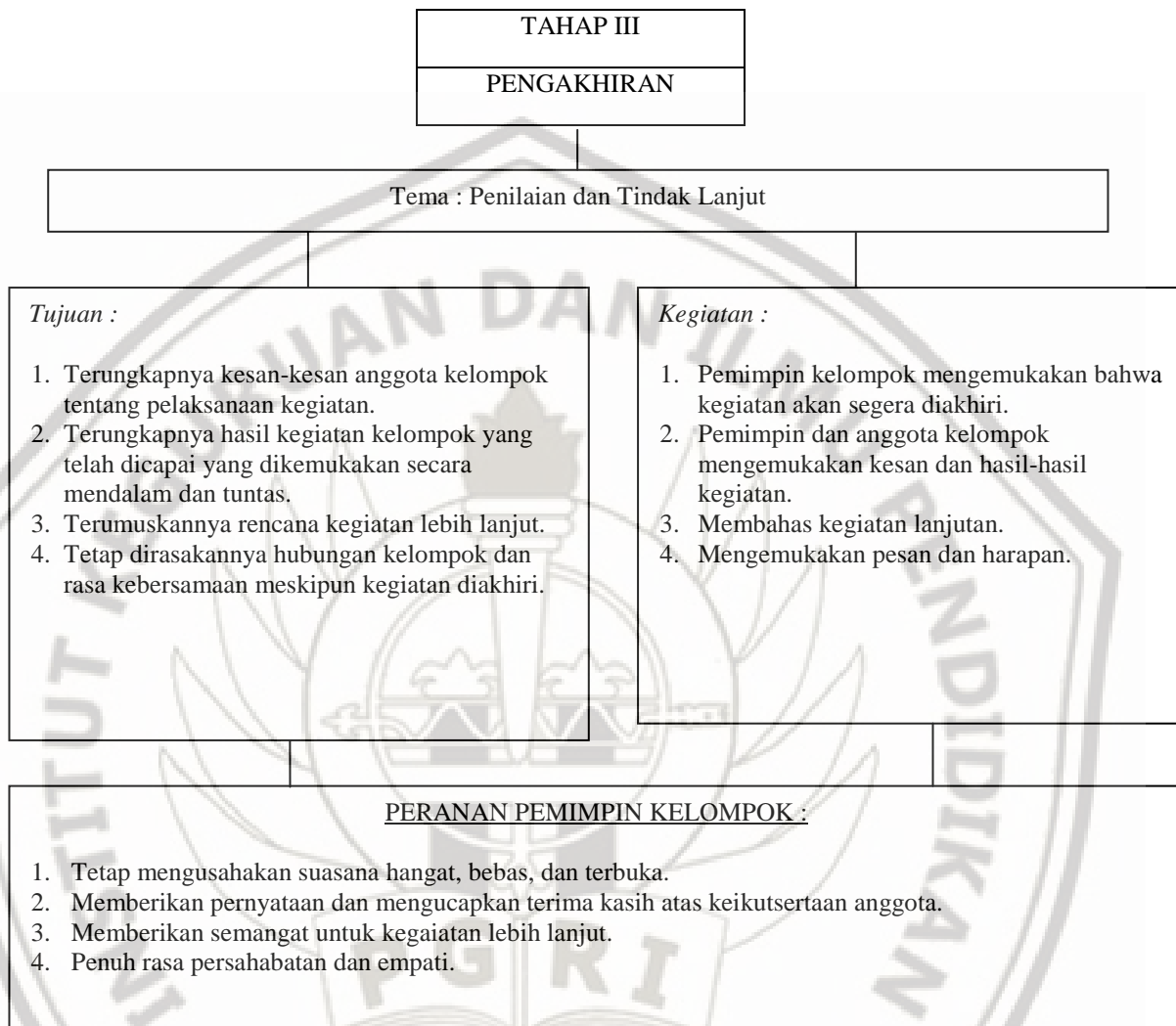
#### d. Tahap Pengakhiran

Tahap ini merupakan tahap akhir dalam perkembangan bimbingan kelompok yang ditunjukkan dengan tercapainya tujuan kelompok. Apabila permasalahan kelompok telah diatasi berarti tujuan kelompok telah tercapai. Menurut Prayitno (1995:60) peranan pemimpin kelompok pada tahap ini adalah :

- 1) Tetap mengusahakan suasana hangat, bebas, dan terbuka.
- 2) Memberikan pernyataan dan mengucapkan terima kasih atas keikutsertaan anggota.
- 3) Memberikan semangat untuk kegiatan lebih lanjut.
- 4) Penuh rasa persahabatan dan empati.

Berkenaan dengan pengakhiran kegiatan kelompok, pokok perhatian utama bukanlah pada berapa kali kelompok itu harus bertemu, tetapi pada hasil yang telah dicapai oleh kelompok itu ketika menghentikan pertemuan. Kegiatan kelompok sebelumnya dan hasil-hasil yang dicapai seharusnya mendorong kelompok itu untuk melakukan kegiatan sehingga tujuan bersama tercapai secara penuh. Dalam hal ini ada kelompok yang menetapkan sendiri kapan kelompok itu akan berhenti melakukan kegiatan, dan kemudian bertemu kembali untuk melakukan kegiatan, dan kemudian bertemu kembali untuk melakukan kegiatan. Selanjutnya tahap ini dapat diuraikan pada bagan 2.4 sebagai berikut :

**Bagan 2.4**  
**Tahap IV : Pengakhiran**



### C. Teknik Psikodrama

#### 1. Pengertian Teknik Psikodrama

Psikodrama merupakan permainan peranan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep pada dirinya, menyatakan kebutuhannya-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya (Gerald Corey, 2009:123). Drama dalam pengertian luas

adalah mempertunjukkan atau mempertontonkan suatu keadaan atau peristiwa yang dialami seseorang.

Metode psikodrama berarti cara menyajikan bahan pelajaran dengan mempertunjukkan dan mempertontonkan atau mendramatisasikan cara tingkahlaku dalam hubungan sosial. Jadi psikodrama adalah metode yang pelaksanaannya anggota kelompok mendapat tugas dari pemimpin kelompok untuk mendramatisasikan suatu situasi sosial yang mengandung suatu problem, agar peserta didik dapat memecahkan suatu masalah yang muncul dari suatu situasi sosial. Djuric (2003:9), yaitu : “*Psychodrama is an active form of group psychotherapy where an individual's life situations are presented on stage with support from group member*”. Artinya, psikodrama adalah bentuk aktif dari kelompok psikoterapi dimana situasi kehidupan individu disajikan di atas panggung dengan dukungan dari anggota kelompok. Psikodrama tidak hanya mengeksplorasi pikiran dan perasaan yang tidak ditunjukkan oleh seseorang, tetapi juga situasi yang tidak pernah benar-benar terjadi, proyeksi untuk masa depan, dan persepsi yang berbeda dari masa lalu dan kini.

Corey (dalam Romlah, 1989) berpendapat bahwa psikodrama merupakan permainan peranan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep pada dirinya, menyatakan kebutuhannya-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya.

## 2. Tujuan Teknik Psikodrama

Tujuan teknik psikodrama adalah melalui permainan psikodrama, siswa diajak untuk mengenali, merasakan suatu situasi tertentu sehingga mereka dapat menemukan sikap dan tindakan yang tepat seandainya menghadapi situasi yang sama. Diharapkan akhirnya mereka memiliki sikap dan keterampilan yang diperlukan dalam mengadakan penyesuaian sosial.

## 3. Tahapan Pelaksanaan Teknik Sociodrama

Terdapat delapan langkah yang dianjurkan Torrance (dalam Waluyo, 2001:123) dalam mengefektifkan psikodrama untuk menghadapi problem dan tantangan, diantaranya :

- a. Menetapkan problem
- b. Mendeskripsikan sosial konflik
- c. Pemilihan pemain
- d. Memberikan penjelasan dan pemanasan bagi aktor dan pengamat.
- e. Memerankan situasi tersebut.
- f. Memotong adegan (jika aktor meniggalkan peran dan tidak dapat di teruskan. Membuat kesimpulan. Jia pemimpin tidak dapat melihat perkembangan adegan dapat diganti.
- g. Mendiskusikan, menganalisis situasi kelakuan dan gagasan yang diproduksi.
- h. Menyusun rencana untuk testing lebih atau implementasi gagasan baru

#### 4. Kelebihan dan Kelemahan Teknik Psikodrama

Kelebihan dari teknik psikodrama menurut Mansyur dalam (Saiful Sagala, 2012:213) antara lain :

- a. Melatih anggota kelompok dalam memahami dan mengingat bahan yang akan didramakan.
- b. Melatih anggota kelompok untuk berinisiatif dan berkreatif.
- c. Bakat yang terpendam pada siswa dapat dipupuk sehingga dimungkinkan akan muncul .
- d. Kerjasama antar pemain dapat ditumbuhkan dan dibina dengan sebaik-baiknya.
- e. Siswa memperoleh kebiasaan untuk menerima dan membagi tanggung jawab dengan sesamanya.
- f. Bahasa lisan siswa dapat dibina menjadi bahasa yang baik agar mudah dipahami orang lain.

Selain kelebihan, psikodrama juga memiliki kekurangan antara lain:

- a. Sebagian siswa yang tidak ikut bermain drama mereka menjadi kurang kreatif.
- b. Banyak memakan waktu.
- c. Memerlukan tempat yang cukup luas.

#### 5. Langkah-Langkah Psikodrama

- a. Persiapan (warm-up)
  - 1) Pemimpin kelompok memberikan uraian singkat mengenai hakikat dan tujuan psikodrama.



- 2) Mewawancarai anggota kelompok tentang kejadian-kejadian pada saat ini atau lampau
- 3) Meminta anggota kelompok untuk membentuk kelompok-kelompok kecil dan mendiskusikan kelompok-kelompok yang pernah mereka alami, yang ingin mereka kemukakan dalam psikodrama.

b. Pelaksanaan

- 1) Protagonist dan peran pembantu memainkan peranannya dalam psikodrama.
- 2) Lama pelaksanaan tergantung pada penilaian pemimpin kelompok terhadap tingkat keterlibatan emosional protagonist dan pemain lainnya.

c. Diskusi

- 1) Pemimpin kelompok meminta para anggota kelompok untuk memberikan tanggapan dan brainstorm terhadap permainan pemeran protagonis.
- 2) Pemimpin kelompok memimpin diskusi dan mendorong sebanyak mungkin anggota kelompok memberikan balikkannya.
- 3) Pemimpin kelompok menetralsir balikan yang bersifat menyerang atau menjatuhkan protagonis.