

Penerapan Bimbingan dan Konseling dengan Teknik Psikodrama dalam Lingkup Pendidikan

Siti Nuraida Amanah¹, Neng Silva^{2*}, Naeila Rifatil Muna³
IAIN Syekh Nurjati Cirebon
e-mail: 1aidaamanah13@gmail.com, 2nengsilva130103@gmail.com,
3neilarmuna@syekhnurjati.ac.id
*corresponding author

Abstract. Several factors, such as learning problems, low quality of education, and low student achievement accompany the low quality of education. Counseling guidance is present as a means of improving the quality of students. One of the techniques in guidance and counseling is psychodrama. The purpose of this research is to understand the role of psychodrama application in the scope of education to improve students' quality. This research uses a qualitative approach with a literature study. Psychodrama is a method that combines drama and psychology in helping individuals develop their potential, and solve social and emotional problems. Psychodrama has been widely applied in the world of education. The role of psychodrama is to increase the emotional intelligence of students, as a means of increasing self-disclosure, building learning independence, building self-concept, and as a means of training teachers in improving creative learning.

Keywords: *psychodrama, guidance, counseling, education*

Abstrak. Rendahnya kualitas pendidikan diiringi oleh beberapa faktor, seperti halnya permasalahan pembelajaran, rendahnya mutu pendidikan, dan rendahnya prestasi belajar siswa. Bimbingan konseling hadir sebagai salah satu sarana dalam meningkatkan kualitas peserta didik. Salah satu teknik dalam bimbingan dan konseling adalah psikodrama. Tujuan penelitian ini yakni untuk memahami peranan penerapan psikodrama dalam lingkup pendidikan sebagai upaya peningkatan kualitas peserta didik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi literatur. Psikodrama merupakan suatu metode yang menggabungkan antara drama dan psikologi dalam membantu individu dalam mengembangkan potensi, serta memecahkan permasalahan sosial dan emosional. Psikodrama telah banyak diterapkan dalam dunia pendidikan. Adapun peranan psikodrama yakni meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik, sarana peningkatan *self disclosure* (keterbukaan diri), membangun kemandirian belajar, membangun *self concept* (konsep diri), dan sebagai sarana pelatihan guru dalam meningkatkan pembelajaran yang kreatif.

Kata Kunci: *psikodrama, bimbingan, konseling, pendidikan*

Unggah:	Revisi:	Diterima:
24-04-2024	28-05-2024	12-06-2024

Pendahuluan

Dewasa ini, generasi muda diharuskan memiliki pengetahuan yang luas sehingga tidak adanya ketertinggalan perkembangan zaman. Seseorang harus memiliki kualitas yang baik dalam berbagai aspek seiring dengan semakin tingginya tuntutan dan persaingan dalam dunia kerja yang membutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas. Peningkatan mutu sumber daya manusia ini salah satunya dapat dilaksanakan melalui proses pendidikan. Mengingat pentingnya pendidikan, alangkah baiknya generasi muda dapat mengenyam pendidikan setinggi-tingginya. Hal tersebut harus dipayakan agar memiliki kualitas dan pengetahuan yang baik. Pendidikan ini dapat digolongkan dalam tiga jenis, yakni pendidikan formal, nonformal, dan informal. Pendidikan formal mencakup pendidikan sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), sekolah menengah atas (SMA), dan perguruan tinggi. Sedangkan, pendidikan nonformal merupakan suatu pendidikan yang dilakukan sebagai pengganti maupun pelengkap dari pendidikan formal. Pendidikan formal ini seperti pondok pesantren, sekolah minggu, masjid, gereja, bimbingan belajar, kursus, dan lain-lain. Adapun menurut Syaadah, dkk (2022) pendidikan informal merupakan pendidikan yang dilakukan atas tanggungjawab sendiri dan dilakukan secara mandiri.

Pendidikan diharapkan dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang unggul. Adapun menurut penuturan Rahim & Hulukati (2020), pendidikan diarahkan untuk pengembangan jati diri manusia, mengembangkan karakter, budi pekerti, dan pengembangan manusia seutuhnya. Menurut Dasmaniar (2018), pendidikan yang diselenggarakan guna meningkatkan berbagai kecakapan pribadi ataupun bakat, kecerdasan, dan berbagai potensi lain yang mampu dikembangkan dalam proses dan hasil belajar. Pendidikan ini diadakan sebagai upaya dalam proses pengembangan diri yang dapat mengembangkan potensi peserta didik menjadi lebih berkualitas. Dengan begitu, alangkah baiknya seluruh *stakeholders* dapat bekerjasama dalam upaya meningkatkan kualitas pendidikan.

Namun demikian, berdasarkan survei *Programme or International Student Assessment (PISA)* pada tahun 2018 (Ramesyah, 2020) didapat bahwa siswa Indonesia mendapat peringkat sangat rendah pada kategorisasi matematika, sains, dan membaca.

Kemudian, dalam situs yang dipublikasikan oleh Worldtop20.org pada tahun 2023 (Zarawaki, 2023) Indonesia berada di urutan 67 dari 203 negara dari segi tingkat pendidikan. Artinya, Indonesia belum dapat menempati 20 teratas dalam bidang pendidikan. Dari hasil survei tersebut, dapat disimpulkan bahwa kualitas pendidikan di Indonesia masih berada pada kategorisasi yang rendah.

Rendahnya pendidikan di Indonesia tentu diiringi oleh beberapa faktor yang menyertainya. Faktor yang menyebabkan rendahnya pendidikan di Indonesia diantaranya adalah permasalahan pembelajaran, rendahnya mutu pendidikan, dan rendahnya prestasi belajar siswa (Nurhuda, 2022). Pertama, faktor permasalahan belajar. Dalam proses pendidikan, terkadang kegiatan pembelajaran bersifat pasif. Seorang pendidik terkadang menempatkan diri sebagai seseorang yang serba tahu sehingga proses belajar menjadi tidak menarik dan membosankan. Kedua, faktor rendahnya mutu pendidikan. Menurut Aziz (dalam Nurhuda, 2022) pendidikan yang bermutu mencakup pendidikan yang memenuhi harapan, kebutuhan, serta keinginan yang sesuai dengan harapan masyarakat. Ketiga, rendahnya prestasi belajar siswa. Kenyataan mengenai rendahnya prestasi siswa sangat disayangkan. Hal tersebut dapat menunjukkan adanya kegagalan dalam proses pendidikan. Oleh karena itu, upaya yang dilakukan dalam peningkatan mutu pendidikan dapat diawali dengan seorang pendidik menciptakan pembelajaran yang menyenangkan dan tidak monoton, *active learning*, keterlibatan orangtua dalam meningkatkan motivasi anaknya, dan upaya masyarakat dalam membantu menciptakan lingkungan yang nyaman untuk belajar.

Dalam meningkatkan kualitas pendidikan tersebut, diperlukan adanya keterlibatan berbagai pihak. Salah satu upaya dalam peningkatan kualitas pendidikan adalah adanya layanan bimbingan dan konseling. Menurut Lase (2018), apabila tujuan dari pendidikan adalah pembentukan manusia yang utuh, maka proses pendidikan ini selain dapat meningkatkan kualitas intelektual, diharapkan dapat membantu siswa dalam mencapai kematangan sosial emosional seorang individu maupun anggota anggota masyarakat. Dengan begitu, adanya bimbingan dan konseling dalam lingkup pendidikan diharapkan dapat membantu dalam menunjang tercapainya tujuan

pendidikan tersebut. Karena, bimbingan dan konseling diterapkan sebagai sarana pemecahan masalah atau pengembangan diri peserta didik.

Salah satu teknik dalam bimbingan dan konseling adalah psikodrama. Penerapan psikodrama dalam lingkup pendidikan diharapkan dapat menjadi sarana pengembangan diri bagi peserta didik sehingga menghasilkan peserta didik dengan kualitas yang unggul. Hal tersebut tentunya dapat berpengaruh pada peningkatan kualitas pendidikan. Seperti halnya dalam penelitian yang dilakukan oleh (Amalia, 2017) dimana hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata pretest kepercayaan diri peserta didik berada pada angka 4,50 sedangkan pada hasil posttest naik menjadi 12,50. Dengan begitu, dapat disimpulkan bahwasanya terdapat pengaruh yang signifikan bagi kepercayaan diri peserta didik setelah adanya perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2019) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional peserta didik tersebut mengalami perubahan setelah diberlakukannya psikodrama. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa penerapan psikodrama efektif dalam rangka membantu peserta didik meningkatkan kecerdasan emosional.

Dari penelitian tersebut, dapat dipahami bahwasanya penerapan psikodrama dapat digunakan sebagai sarana pengembangan peserta didik. Psikodrama dalam bimbingan dan konseling diharapkan mampu menjadi ajang peserta didik dalam mengembangkan diri, mengembangkan potensi, maupun sebagai sarana pemecahan masalah. Ketika pendidikan mampu menghasilkan kualitas sumber daya manusia yang unggul, maka menandakan kualitas pendidikan yang baik. Oleh karena itu, pada artikel ini akan membahas mengenai penerapan psikodrama dalam lingkungan pendidikan. Tujuan dari kajian literatur ini untuk mengetahui teori psikodrama, penerapan psikodrama di lingkup pendidikan dan peran penerapan psikodrama dalam lingkup pendidikan.

Metode

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah studi literatur. Dengan begitu, penelitian ini difokuskan dalam mengkaji secara ilmiah data-data yang terdapat dalam berbagai literatur kepustakaan yang relevan dengan pembahasan dalam artikel

ini. Kemudian dipaparkan dan dianalisis dengan metode kualitatif sehingga menghasilkan ide dan gagasan yang dituangkan dalam pembahasan. Adapun pembahasan yang didapat setelah mengkaji berbagai literatur yakni mengenai teori psikodrama, penerapan teknik psikodrama dalam lingkup pendidikan, dan peranan psikodrama dalam lingkup pendidikan.

Hasil

Teori Psikodrama

Psiko diambil dari kata psikologi yang berarti mental/pikiran. Drama yaitu dialog yang dipentaskan. Psikodrama yaitu kegiatan pertunjukan drama dan memerankan suatu peran guna menyelesaikan masalah atau konflik dalam diri individu. Drama psikodrama ini dapat berisi tentang life review klien, atau kejadian yang pernah dialami klien. Metode bermain peran atau roleplay adalah sebuah metode yang “mendatangkan” kejadian di dunia nyata ke dalam suatu pertunjukan drama, yang dilaksanakan di dalam kelas atau suatu pertemuan. Menurut (Siu, Nuriani, & Lamirin, 2022) metode bermain peran sebagai wadah untuk menyalurkan kreativitas, membangun suasana kekeluargaan dan sebagai tempat untuk berlatih meningkatkan hubungan antar pribadi (*interpersonal relationship*). Jadi, psikodrama adalah kegiatan bermain peran yang dilakukan oleh suatu kelompok. Kisah yang diangkat dalam psikodrama adalah kejadian yang pernah dialami salah satu pemeran psikodrama atau kejadian yang pernah dialami anggota kelas. Dengan dilakukannya teknik psikodrama di dalam kelas, maka akan tercipta suatu kreativitas dan suasana kekeluargaan yang maksimal, maka suasana pembelajaran pun akan terasa hidup, nyaman dan aktif.

Psikodrama dapat diartikan bermain peran dengan tujuan agar individu dapat memperoleh pengertian tentang diri, konsep diri, mengetahui kebutuhan dan menunjukkan reaksi terhadap dirinya. Menurut Corey (dalam Sari, 2017) psikodrama adalah kegiatan bermain peran yang bertujuan agar individu memahami dirinya dengan lebih baik, menemukan konsep diri, berani mengungkapkan apa yang dirinya butuhkan dan memberikan reaksi jika dirinya berada dalam tekanan. Hal itu selaras dengan (Putri, Yaksa, & Rasimin, 2023) dalam proses psikodrama, individu dilatih untuk bermain peran dan melakukan penghayatan terhadap peran yang ia mainkan, individu juga dilatih untuk menemukan nilai-nilai dari peran yang ia mainkan, lalu

individu mengungkapkan hal tersebut. Menurut Moreno (dalam Khusna, Handayani, & Ajie, 2020) dengan psikodrama kita bisa melihat permasalahan yang terjadi dengan cara pandang yang berbeda setelah permasalahan tersebut diangkat menjadi sebuah drama dan diperankan oleh orang lain dalam suatu kelompok, dengan teknik psikodrama individu dapat mengetahui, memahami, mengembangkan dan menyelesaikan masalah yang terjadi pada dirinya sendiri. Adapun menurut (Syamsu, 2016) terapi drama mencakup permainan peran dengan memanfaatkan teater kreatif sebagai media ekspresi pribadi. Dengan begitu, dalam permainan psikodrama individu dilatih agar dapat memainkan peran dan melakukan penghayatan, karena hal tersebut individu akan menemukan konsep dirinya dan memahami dirinya secara lebih dalam sehingga konflik dalam dirinya akan terpecahkan.

Terdapat beberapa komponen yang dilibatkan dalam psikodrama. Menurut Romlah (dalam Khairi & Yustiana, 2018) komponen-komponen dalam teknik psikodrama adalah : 1) panggung yaitu tempat untuk melakukan pertunjukan. 2) pemimpin sebagai konseptor acara dan bertanggung jawab atas pertunjukan tersebut; 3) pemeran utama yang memerankan kejadian penting yang dialami; 4) pemeran pembantu untuk menggambarkan peranan-peranan pemeran utama dan 5) penonton sebagai pemberi dukungan. Menurut Lubis & Hasnida (2016) terdapat teknik-teknik psikodrama yaitu teknik pemanasan, pengelompokkan siswa/konseli, teknik berbicara, monodrama, teknik *double and multiple*, pemindahan peran dan teknik cermin. Teknik pemanasan terbagi menjadi dua, yaitu pemanasan untuk peserta agar membayangkan sesuatu yang santai dan nyaman dan pemanasan untuk pemeran utama agar tidak ragu dengan peran yang akan dimainkannya. Selanjutnya yaitu pengelompokkan siswa/konseli untuk menganalisis peran tertentu, lalu teknik berbicara dan monodrama, tentunya teknik berbicara diperlukan ketika akan memulai monodrama. Teknik yang selanjutnya yaitu teknik *double and multiple* dan pemindahan peran. Teknik yang berikutnya adalah pemindahan peran yang dilakukan oleh pemeran utama dan pemeran pembantu, teknik yang terakhir yaitu teknik cermin. Jadi, menurut pembahasan diatas, prosedur adalah tata cara melakukan sesuatu atau kegiatan. Tata cara dalam melakukan psikodrama yaitu melakukan teknik pemanasan,

mengelompokkan siswa/konseli, menguasai teknik berbiacara dan monodrama, pemindahan peran dan teknik cermin.

Dalam pelaksanaan psikodrama ada beberapa langkah yang harus dilaksanakan secara bertahap. Selaras dengan pemaparan Corey (dalam Febrianti & Irmayanti, 2019) langkah-langkah pelaksanaan psikodrama adalah : a) tahap persiapan (*the warm up*) yaitu tahap menciptakan rasa percaya dan keterikatan dalam kelompok; b) tahap pelaksanaan (*The action*) yaitu tahap pertunjukan drama; dan c) tahap diskusi (*The sharing*) merupakan tahap untuk berdiskusi, berbagi pendapat, evaluasi yang tidak menghakimi siapa pun. Langkah-langkah psikodrama dapat meliputi Eksplorasi perasaan dan pengalaman klien terkait masalah yang dimiliki, Mendiskusikan setting drama dan jalan cerita yang akan didramakan dan membagikan peran, Menjalankan psikodrama sesuai peran dan setting yang telah ditentukan dan Evaluasi perasaan setelah dilakukan psikodrama. Selaras dengan pembahasan di atas, yang termasuk dalam tahap persiapan (*the warm up*) adalah eksplorasi perasaan dan pengalaman klien terkait masalah, berdiskusi terkait setting drama dan jalan ceita lalu membagikan peran. Tahap pelaksanaan (*the action*) yaitu proses penampilan drama sesuai dengan peran dan setting yang telah didiskusikan, dan tahap diskusi (*the sharing*) adalah tahap akhir yaitu melakukan evaluasi bersama. Dengan begitu, dalam pelaksanaan psikodrama ini terdapat langkah-langkah bertahap yang harus dilewati.

Penerapan Psikodrama dalam Lingkup Pendidikan

Penerapan psikodrama dalam lingkup pendidikan dapat dijadikan suatu pendekatan untuk membantu peserta didik dalam belajar melalui tindakan, peran, serta ekspresi emosional. Psikodrama ini menghadirkan cara kreatif bagi individu untuk memecahkan masalah pribadi dalam suasana kelompok. Dengan psikodrama, diharapkan individu dapat dengan bebas mengekspersikan perasaannya. Teknik psikodrama digunakan sebagai layanan bimbingan dan konseling di lingkup pendidikan. Penerapan psikodrama dapat efektif meningkatkan kualitas peserta didik apabila dilaksanakan dengan benar dan memanfaatkan dinamika kelompok.

Berdasarkan tinjauan literatur, penerapan psikodrama ini dilaksanakan dalam membantu perkembangan dan peningkatan kualitas peserta didik. Seperti halnya dalam

penelitian yang dilakukan oleh Putri, Rasimin, & Yaksa (2023) dalam penelitiannya menunjukkan hasil bahwasanya layanan tersebut dapat meningkatkan empati, dilihat dari hasil proses tindakan pada setiap siklusnya dan adanya pola pemahaman perilaku baru yang siswa peroleh terkait empati. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Sari (2017) dalam menghasilkan kesimpulan bahwa penerapan psikodrama efektif dalam mengembangkan kontrol diri siswa. Hal tersebut terlihat dari adanya peningkatan nilai yang signifikan dari pretest ke posttest. Penelitian yang dilakukan oleh (Sari, 2020) menghasilkan kesimpulan bahwa psikodrama efektif diterapkan dalam meningkatkan keterbukaan peserta didik kelas XI SMAN 3 Rembang. Dengan begitu, penerapan psikodrama dalam lingkup pendidikan diterapkan sebagai sarana memfasilitasi perkembangan dan peningkatan kualitas peserta didik.

Adapun penelitian lain yang menunjukkan bahwa penerapan psikodrama sebagai suatu sarana peserta didik dalam meningkatkan keterampilan belajar. Seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Khusna & Handayani (2020) yang menghasilkan kesimpulan bahwa ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama terhadap kemandirian belajar siswa kelas XI SMK PGRI 2 Taman Pemalang. Hal tersebut dilihat dari hasil perhitungan pre-test dan post-test dimana terjadi peningkatan rata-rata kelompok eksperimen sebesar 17,8 poin, dengan hasil pretest sebesar 73,0 dan hasil posttest sebesar 90,8. Selain itu, psikodrama juga dapat dijadikan sebagai sarana peserta didik dalam mengembangkan konsep diri. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Jahiras (2020) yang menghasilkan kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan penerapan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama pada konsep diri siswa kelas VII SMPN 48 Surabaya. Dengan begitu, penerapan psikodrama di lingkup pendidikan dijadikan sebagai upaya meningkatkan keetrampilan belajar ataupun membangun konsep diri.

Dalam penerapan psikodrama di lingkup pendidikan, tentunya tidak dapat berjalan begitu saja tanpa mengetahui bagaimana cara penerapannya dengan benar. Dengan begitu, seorang guru harus diberikan pelatihan terkait metode belajar dengan teknik psikodrama ini. Seperti halnya pengabdian yang dilakukan oleh Siu, Nuriani, & Lamirin (2022) dimana pengabdian tersebut menghasilkan kesimpulan bahwa pelatihan

metode belajar menggunakan teknik psikodrama dapat meningkatkan kemampuan guru dalam mengajar dan guru dapat mengoptimalkan potensinya dalam mengajar. Pelatihan metode belajar dengan teknik psikodrama ini dilakukan dengan cara berupa analisis visual, dan FGD (*Focus Group Discussion*). Feedback yang dihasilkan dari pelatihan ini adalah, para guru yang menjadi peserta pelatihan sangat termotivasi dan terinspirasi untuk menerapkan teknik psikodrama atau bermain peran (*role playing*) dalam kegiatan belajar mengajar. Kegiatan belajar yang menggunakan teknik psikodrama dapat menumbuhkan minat belajar siswa, membuat siswa aktif di kelas, belajar mengekspresikan perasaan dan masih banyak manfaat lainnya. Dalam proses psikodrama, guru berfungsi bukan hanya sebagai pengajar atau pendidik yang mentransferkan ilmu, tapi juga sebagai fasilitator, motivator dan konseptor.

Berdasarkan hal tersebut, dapat dipahami bahwa peran bimbingan dan konseling dengan teknik psikodrama telah dilaksanakan di lingkup pendidikan. Pemberian teknik psikodrama tersebut dapat memberikan dampak yang baik, bagi peserta didik maupun pengajar dalam menciptakan suasana belajar yang aktif. Dalam lingkup pendidikan ini pula layanan bimbingan dan konseling dengan teknik psikodrama dapat dijadikan sebagai suatu layanan yang dikemas dengan kreatif guna memfasilitasi peserta didik dalam upaya pengembangan diri dan pemecahan masalah. Dengan begitu, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan dan konseling dengan teknik psikodrama efektif untuk dilaksanakan dalam lingkup pendidikan.

Peran Psikodrama dalam Lingkup Pendidikan

Tinjauan literatur yang peneliti lakukan menemukan bahwa penerapan psikodrama dalam lingkup pendidikan memberikan pengaruh yang baik bagi peserta didik. Adapun peranan psikodrama dalam dunia pendidikan diantaranya yakni sebagai sarana meningkatkan kecerdasan emosional. *Pertama*, yakni sebagai sarana meningkatkan kecerdasan emosional. Adanya empati dan kontrol diri dapat menjadi ciri pada peningkatan kecerdasan emosional. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putri, Rasimin, & Yaksa (2023) menyatakan bahwa pemberian psikodrama dapat berpengaruh pada peningkatan empati peserta didik. Hal tersebut dilakukan agar peserta didik dapat memahami perspektif oranglain. Selain itu, empati juga penting

untuk ditanamkan sebagai sarana pengembangan pemahaman dan perilaku sosial. Menurut Mulyawati, Marini, & Nafiah (2022) apabila seorang remaja memiliki rasa empati rendah cenderung gagal dalam menjalin hubungan, hal tersebut karena ketidakmampuan dalam memahami perasaan orang lain dan tidak dapat memposisikan diri pada kondisi yang dialami orang lain. Selain itu, menurut penelitian yang dilakukan oleh Sari (2017), psikodrama efektif dalam mengembangkan kontrol diri siswa. Dengan demikian, psikodrama dapat dijadikan sebagai sarana meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik.

Kedua, yakni sebagai sarana peningkatan *self disclosure* (keterbukaan diri). Teknik psikodrama dapat memungkinkan peserta didik dalam mengungkapkan perasaan, pemikiran, dan pengalaman melalui bermain peran. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Sari (2020) dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa ketika layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama telah dilaksanakan, terdapat pengaruh pada peningkatan keterbukaan siswa kelas XI SMAN 3 Rembang. Menurut Damayanti (2023) *self disclosure* ini merupakan suatu bentuk komunikasi yang memberikan informasi pribadi kepada oranglain dapat berupa perasaan, keinginan, pendapat, ataupun pengalaman dengan tujuan menumbuhkan kedekatan hubungan antar keduanya. Dengan melakukan *self disclosure* ini peserta didik dapat terhindar dari berbagai bentuk kesalah pahaman karena seseorang mampu dalam mengekspresikan diri dan memberikan informasi secara utuh.

Ketiga, yakni membangun kemandirian belajar. Peserta didik diharapkan dapat menerapkan kemandirian belajar. Kemandirian belajar merupakan keterampilan yang penting untuk dikembangkan bagi peserta didik. Hal tersebut karena memungkinkan untuk peseta didik terus belajar sepanjang hidupnya. Teknik psikodrama dapat digunakan sebagai sarana membangun kemandirian belajar. Seperti halnya dalam penelitian yang dilakukan oleh Khusna & Handayani (2020) dimana hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama terhadap kemandirian belajar siswa kelas XI SMK PGRI 2 Taman Pernalang. Dengan begitu, teknik psikodrama dalam pendidikan berperan dalam membangun kemandirian belajar.

Keempat, yakni membangun *self concept* (konsep diri). Membangun konsep diri peserta didik merupakan hal yang penting dalam pendidikan. Memiliki konsep diri yang positif dapat membuat peserta didik berusaha dalam mengikuti pembelajaran dengan baik sehingga mendapatkan prestasi belajar. Menurut Saragi, Iswari, & Mudjiran (2018), seorang siswa dengan konsep diri yang positif dapat mempresepsikan, menilai, serta merasa dirinya positif, sedangkan ketika memiliki konsep diri negatif maka akan terjadi sebaliknya. Adapun menurut Saragi (2018) menuturkan bahwasanya konsep diri dapat menjadi salah satu kunci keberhasilan, ketika siswa memiliki konsep diri yang positif maka dapat sukses dalam belajar ataupun pendidikannya. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dapat membangun konsep diri pada peserta didik. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Jahiras (2020) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan penerapan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama pada konsep diri siswa kelas VII SMPN 48 Surabaya. Sehingga dalam dunia pendidikan, peran psikodrama ini sebagai sarana peserta didik dalam membangun konsep diri.

Kelima, yakni sebagai sarana pelatihan guru dalam meningkatkan pembelajaran yang kreatif. Selaras dengan Siu, Nuriani, & Lamirin (2022) dimana terdapat pelatihan para pengajar dengan teknik psikodrama dalam mengembangkan pembelajaran yang kolaboratif. Dengan adanya pelatihan ini, guru terinspirasi untuk menggunakan metode bermain (*role play*) pada setiap proses pembelajaran. Dalam proses *role play*, guru bukan hanya sebagai pengajar atau pendidik, tapi juga sebagai fasilitator dan motivator. Adanya pelatihan ini digunakan untuk melatih para pengajar dalam mengelola kelas, berkomunikasi, dan menciptakan suasana mengajar yang aktif, kreatif, dan kolaboratif. Dengan begitu, ketika memberikan pengajaran kepada peserta didik dapat menciptakan suasana kelas yang menyenangkan.

Demikianlah peran penerapan bimbingan dan konseling dengan teknik psikodrama dalam lingkup pendidikan. Peran penerapan psikodrama dalam lingkup pendidikan diantaranya adalah untuk meningkatkan kecerdasan emosional, peningkatan *self disclosure*, membangun kemandirian belajar, membangun *self concept*, dan sebagai sarana pelatihan guru dalam meningkatkan pembelajaran yang kreatif. Peran

psikodrama dalam pendidikan ini dapat beragam, menyesuaikan kebutuhan. Dengan pelaksanaan yang tepat, psikodrama dapat dijadikan sebagai suatu layanan yang efektif dalam meningkatkan pengalaman belajar peserta didik dan pengembangan sosial, serta emosional. Sehingga dapat disimpulkan bahwasanya teknik psikodrama ini memiliki peranan yang penting dalam pendidikan guna peningkatan sumber daya yang berkualitas. Dengan meningkatkan sumber daya yang berkualitas, akan tercipta pula pendidikan yang berkualitas. Oleh karena itu, psikodrama diterapkan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas peserta didik.

Kesimpulan

Psikodrama dapat diartikan bermain peran dengan tujuan agar individu dapat memperoleh pengertian tentang diri, konsep diri, mengetahui kebutuhan dan menunjukkan reaksi terhadap dirinya. Dalam permainan psikodrama itu, individu dilatih agar dapat memainkan peran dan melakukan penghayatan, karena hal tersebut individu akan menemukan konsep dirinya dan memahami dirinya secara lebih dalam. Komponen-komponen yang dibutuhkan pada teknik psikodrama yaitu pemimpin, peran utama, peran pembantu, panggung dan penonton. Langkah-langkah pada pelaksanaan psikodrama terdiri dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap diskusi.

Psikodrama telah diterapkan sebagai salah satu teknik dalam layanan bimbingan dan Konseling di sekolah. Dalam penerapannya, psikodrama dapat dijadikan suatu pendekatan untuk membantu peserta didik dalam belajar melalui tindakan, peran, serta ekspresi emosional. Psikodrama ini menghadirkan cara kreatif bagi individu untuk memecahkan masalah pribadi dalam suasana kelompok. Dengan psikodrama, diharapkan individu dapat dengan bebas mengekspresikan perasaannya.

Dalam dunia pendidikan, terdapat peran-peran dari psikodrama, yaitu untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik, sarana peningkatan *self disclosure* (keterbukaan diri), membangun kemandirian belajar, membangun *self concept* (konsep diri), dan sebagai sarana pelatihan guru dalam meningkatkan pembelajaran yang kreatif.

Saran

Terdapat saran-saran yang disampaikan dibawah ini, yaitu :

1. Bagi lingkup pendidikan terutama sekolah. Adanya penerapan psikodrama di lingkungan sekolah dapat dijadikan sebagai sarana dalam meningkatkan kemandirian, sarana ekpresi diri dan peningkatan kreativitas peserta didik. Oleh karena itu, sudah sepatutnya sekolah dapat memaksimalkan sarana dan prasarana bimbingan dan konseling agar pelaksanaan psikodrama berjalan baik.
2. Bagi mahasiswa, terkhusus mahasiswa Bimbingan dan Konseling. Dianjurkan untuk memperbanyak literasi mengenai teknik dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling, hal tersebut agar mendapat wawasan yang luas seputar ilmu bimbingan dan konseling yang semakin berkembang.
3. Bagi peneliti lain yang melakukan kajian yang sama. Kedepannya mengenai penerapan psikodrama dalam lingkup pendidikan dapat dikaji lebih dalam dengan memanfaatkan kajian literatur yang lebih mendalam dan dikaji berdasarkan tingkatan pendidikan yang lebih spesifik.

Daftar Pustaka

- Amalia, R. (2017). *Meningkatkan Kepercayaan Diri Menggunakan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Siswa Kelas X TMO C SMKN 2 Salatiga Tahun Ajaran 2016/2017*. Salatiga: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Damayanti, V. D. (2023). *Peningkatan Self Disclosure Siswa Melalui Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok*. Bandar Lampung: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bandar Lampung.
- Tasmania. (2018). Survey Tentang Masalah-masalah yang Dihadapi oleh Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Inuman. *Jurnal PAJAR (Pendidikan dan Pengajaran)*, 1(1), 65-75.
- Febrianti, C., & Irmayanti, R. (2019). Teknik Psikodrama dalam Bimbingan Kelompok untuk Mengatasi Perilaku Merokok Siswa SMA. *Fokus*, 2(3), 105-113.
- Jahiras. (2020, September). Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Efektif Meningkatkan Konsep Diri Siswa Kelas VII SMPN 48 Surabaya. *Terapeutik Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 378-381.
- Khairi, A., & Yustiana, Y. R. (2018). Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Keyakinan Diri Akademik Peserta Didik. *Proceeding The 1st International Conference on Islamic Guidance and Counseling 2018*, (pp. 104-112).
- Khusna, A. U., & Handayani, A. (2020). Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Terhadap Kemandirian Belajar. *Pedagogik Jurnal Pendidikan*, 15(2), 36-43.

- Lase, B. P. (2018). Posisi dan Urgensi Bimbingan Konseling dalam Praktik Pendidikan. *Jurnal Warta Dharmawangsa*(58).
- Lubis, N. L., & Hasnida. (2016). *Konseling kelompok*. Jakarta: Kencana.
- Mulyawati, Y., Marini, A., & Nafiah, M. (2022). Pengaruh Empati Terhadap Perilaku Prososial Peserta Didik Sekolah Dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 12(2), 150=160.
- Nurhuda, H. (2022). Masalah-masalah Pendidikan Nasional: Faktor-faktor dan Solusi yang Ditawarkan. *Dirasah: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan DasarIslam*, 5(2), 127-137.
- Putri, A. R., Rasimin, & Yaksa, R. A. (2023). Upaya Meningkatkan Empati Siswa dengan Teknik Psikodrama dalam Layanan Konseling Kelompok di SMP Negeri 2 Kota Jambi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 87-94.
- Rahim, M., & Hulukati, W. (2020.). Pendidikan di Indonesia (Antara Harapan dan Kenyataan)., (pp. 57-75).
- Ramesyah, F. (2020, Desember 29). *Kumparan*. Retrieved Oktober 24, 2023, from <https://kumparan.com/ferdy-ramesyah/pisa-skor-pendidikan-indonesia-masih-di-bawah-rata-rata-dunia-1usItNpTYEW>
- Safitri, C. (2019). *Pengaruh Psikodrama terhadap Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VII SMPN 2 Bandarlampung Tahun Pelajaran 2017-2018*. Bandar Lampung: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Saragi, M. P., Iswari, M., & Mudjiran, M. (2018). Kontribusi Konsep Diri dan Dukungan Orangtua terhadap Motivasi Belajar Siswa dan Implikasinya dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 5(1), 1-14.
- Saragi, M. P. (2018). Analisis Konsep Diri Siswa Serta Implikaisnya dalam Pelayanan Konseling. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 8(2), 28-34.
- Sari, N. N. (2020, Oktober). Pemanfaatan Teknik Psikodrama dalam Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Keterbukaan Diri Siswa. *Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 49=58.
- Sari, S. P. (2017). Teknik Psikodrama dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(2), 123-137.
- Siu, O. C., Nuriani, & Lamirin. (2022). Mengajar Dengan Metode Role Play Berbasis Psikodrama Kepada Guru Sekolah Minggu Buddha Tamil Kota Medan. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Bodhi Dharma*, 1(2), 48-56.
- Syaadah, R., Ary, M. H., Silitonga, N., & Rangkuty, S. F. (2022). Pendidikan Formal, Pendidikan Non Formal, dan Pendidikan Informal. *PEMA: Jurnal Pendidikan dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2), 125-131.
- Syamsu, Y. (2016). *Konseling Individual*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Zarawaki, N. M. (2023, Januari 23). *IDN Times*. Retrieved Oktober 25, 2023, from <https://www.idntimes.com/life/education/nisa-zarawaki/peringkat-pendidikan-dunia2023>.