

## KEEFEKTIFAN KELOMPOK PSIKOEDUKASI DENGAN TEKNIK MODELING UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN SOSIAL SISWA

Yuwinda Ardila<sup>1</sup>, Anwar Sutoyo<sup>2</sup>, Mulawarman<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia

Email: <sup>1</sup> [ardilayuwinda@students.unnes.ac.id](mailto:ardilayuwinda@students.unnes.ac.id)

---

**Abstract:** *This study aims to test and analyze the effectiveness of psychoeducation group services with modeling techniques to improve students' social skills. This study uses a non-equivalent group pre-test post-test control group design. The random assignment sampling technique was used to select 10 experimental subjects placed into two groups so that each group consisted of five students. Data collection using the goal attainment scale (GAS), the results of the coefficient regression test of the ANOVA test showed that the psychoeducation group services of modeling techniques were effective in improving the social skills of students who obtained F tables = 4.46; with  $p < 0.05$  so that the experimental group proved to have a significant effect with a value of  $F = 73,164$ ;  $p = 0.00$  while the control group  $F = 4.151$ ;  $p = 0.76$ . The findings of this study confirm that psychoeducation group services with effective modeling techniques to improve students' social skills.*

**Keywords:** *Psychoeducation groups, modeling techniques, social skills*

**Abstrak:** *Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan menganalisis keefektifan layanan kelompok psikoedukasi dengan teknik modeling untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa. Penelitian ini menggunakan non-equivalent group pre-test post-test control group design. Teknik random assignment sampling digunakan untuk memilih 10 orang subjek eksperimen yang ditempatkan ke dalam dua kelompok sehingga setiap kelompok terdiri atas lima orang siswa. Pengumpulan data menggunakan goal attainment scale (GAS), hasil uji koefisiensi regresi uji F anova menunjukkan bahwa layanan kelompok psikoedukasi teknik modeling efektif untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa yang mana diperoleh F tabel=4,46; dengan  $p < 0,05$  sehingga kelompok eksperimen terbukti memberikan efek signifikan dengan nilai  $F=73,164$ ;  $p=0,00$  sedangkan kelompok kontrol  $F=4,151$ ;  $p=0,76$ . Temuan penelitian ini menegaskan bahwa layanan kelompok psikoedukasi dengan teknik modeling efektif untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa.*

**Kata Kunci:** *Kelompok psikoedukasi, teknik modeling, keterampilan sosial*

---

### A. PENDAHULUAN

Keterampilan sosial adalah kemampuan individu untuk berkomunikasi efektif dengan orang lain baik secara verbal maupun nonverbal sesuai dengan situasi, kondisi

dan peran yang dimiliki (umur, jenis kelamin, status sosial) pada saat itu, dimana keterampilan ini merupakan perilaku yang dipelajari (Gimpel & Merrell, 2014:3). Individu dengan keterampilan sosial akan mampu mengungkapkan perasaan baik positif maupun negatif dalam hubungan interpersonal, tanpa harus melukai orang lain. Keterampilan sosial yang ditampilkan seseorang juga dipengaruhi oleh peran sosial dan lingkungan dimana interaksi sosial itu terjadi.

Dalam *electronic psychology dictionary* (2013), keterampilan sosial adalah keterampilan yang memungkinkan seseorang untuk berinteraksi dan bertindak secara tepat dalam konteks sosial yang diberikan. Cook et al. (2008) mendeskripsikan keterampilan sosial sebagai perilaku yang dipelajari dalam berinteraksi dengan orang lain, perilaku ini memungkinkan individu untuk mampu mengembangkan tugas sosial secara optimal. Matson (2017) menjelaskan secara khusus keterampilan sosial melibatkan perilaku belajar tertentu, terdiri dari perilaku inisiasi dan respons, dan melibatkan interaksi dengan orang lain. Keterampilan ini juga diperkuat secara sosial dan menunjukkan keterampilan yang spesifik konteks. Sederhananya, keterampilan sosial adalah keterampilan yang memungkinkan individu untuk berfungsi secara kompeten pada tugas sosial (Cook et al., 2008).

Dari beberapa penjelasan tentang keterampilan sosial di atas, dapat disimpulkan bahwa keterampilan sosial merupakan suatu perangkat kemampuan yang dimiliki individu baik secara intrapersonal maupun interpersonal, sehingga individu yang memiliki keterampilan sosial akan mampu menonjolkan kemampuannya dalam berhubungan sosial dan mencapai berbagai prestasi. Keterampilan sosial yang baik dapat diketahui dengan kriteria: (a) cakap dalam tindakan; (b) mampu mencari, memilah dan mengelola informasi; (c) mampu mempelajari hal-hal baru dan memecahkan masalah sehari-hari yang dialami; (d) memiliki kemampuan berkomunikasi baik lisan maupun tulisan; (e) memahami, menghargai, dan mampu bekerjasama dengan orang lain yang berbeda-beda kepribadiannya; (f) mampu mentransformasikan kemampuan akademik; dan (g) mampu beradaptasi dengan perkembangan masyarakat yang ada.

Menjadi alasan penting mengapa keterampilan sosial perlu ditanamkan dan dikembangkan dalam diri anak untuk membentuk karakter mereka sejak awal masa pendidikan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Gürbüz et al. (2018), keterampilan sosial merupakan bidang pengembangan yang penting disebabkan dalam masa periode

awal pertumbuhan akan menyebabkan pengaruh permanen yang berlangsung seumur hidup pada diri seseorang. Dengan penjelasan pengalaman sosial awal memegang peranan penting bagi perkembangan dan perilaku sosial selanjutnya. Sebab pengalaman sosial awal cenderung menetap. Jadi mudah atau sulitnya perkembangan sosial anak selanjutnya tergantung pada baik buruknya si anak mempelajari sikap dan perilaku sosial. Selain itu, pengalaman sosial awal juga berpengaruh terhadap partisipasi sosial anak. Anak yang mempunyai pengalaman sosial awal yang baik cenderung lebih aktif dalam kegiatan kelompok sosial begitu juga sebaliknya. Didukung penelitian Putri (2018) menjelaskan dalam artikelnya bahwa munculnya banyak kasus yang destruktif dalam konteks kebangsaan, misalnya terjadinya sentimen antar etnis, perselisihan antar suku, kasus-kasus narkoba, tawuran antar pelajar, kekerasan terhadap anak, begal di mana-mana, kasus *bullying*, menunjukkan karakter kebangsaan yang lemah, karakter kebangsaan yang baik akan menumbuhkan keterampilan sosial yang baik. Dapat dipahami bahwa keterampilan sosial dan karakter kebangsaan adalah dua hal yang amat berkaitan.

Terkait dengan pemaparan yang telah diuraikan di atas, maka dapat diketahui bahwa keterampilan sosial sangat perlu dikembangkan dalam diri siswa tingkat sekolah dasar sebagai anak yang baru mengenal lingkungannya. Eisler & Frederiksen (1980:8) menjelaskan bahwa kemampuan yang dengannya individu dapat menciptakan iklim sosial yang membuat orang lain merespon sesuai dengan harapan dan keinginannya adalah ukuran keterampilan sosial individu. Dengan ini dapat dipahami bahwa keterampilan sosial dibentuk melalui proses belajar perilaku, pada dasarnya manusia memiliki kemampuan untuk berpikir dan mengatur atau mengarahkan diri sehingga ia dapat pula mengontrol lingkungan.

Salah satu studi oleh Utami & Nuryoto (2007) diketahui bahwa anak yang memiliki keterampilan sosial rendah akan menunjukkan tingkat perilaku negatif yang tinggi. Penelitian tersebut dilakukan pada subjek anak kelas 5 SD yang kemudian menunjukkan kesimpulan bahwa pelatihan keterampilan sosial merupakan salah satu cara belajar yang dapat dilakukan pada masa pertumbuhan kanak-kanak akhir sehingga perilaku negatif yang tinggi akan menurun dengan meningkatnya keterampilan sosial anak.

Keterampilan sosial sebagai perilaku yang dipelajari dapat dimodifikasi melalui teknik modeling dengan format layanan kelompok. Layanan kelompok psikoedukasi

untuk meningkatkan keterampilan sosial adalah sesuai dengan pendapat Berg et al. (2018:6) bahwa kelompok psikoedukasi umum untuk anak-anak termasuk kelompok pertemanan, kelompok manajemen kemarahan, mengatasi perceraian, mengatasi berkabung, keterampilan sosial, harga diri, dan mengatasi saudara kandung.

Salah satu tokoh dalam aliran belajar perilaku adalah Albert Bandura yang dikenal dengan teori *social learning*. Bandura menjelaskan bahwa perilaku manusia dapat dimodifikasi melalui prinsip-prinsip belajar dengan memperhatikan interaksi sosial dan kemampuan berpikir. Sehingga diketahui bahwa proses belajar perilaku dengan mengamati perilaku orang lain untuk ditiru disebut dengan modeling (Tarsono, 2018). Selanjutnya modeling dianggap sebagai teknik yang tepat untuk meningkatkan keterampilan sosial, hal ini sesuai dengan Corey (2013:354) yang menyatakan pemodelan sangat berguna dalam kelompok pelatihan keterampilan sosial dan dalam mengajar klien bagaimana membuat pernyataan diri yang lebih konstruktif dan mengubah struktur kognitif.

Mengenai psikoedukasi untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa adalah sesuai menurut Brown (2004:11) bahwa kelompok pelatihan keterampilan sosial melalui psikoedukasi dapat fokus pada pengembangan keterampilan sosial dan berupa pencegahan atau perbaikan. Sebagian besar dibentuk sebagai respons terhadap perilaku merugikan yang diamati, seperti kekerasan. Kelompok psikoedukasi disebut juga sebagai kelompok pendidikan atau bimbingan, menekankan penggunaan metode pendidikan untuk menyampaikan informasi dan mengembangkan keterampilan (Henderson & Thompson, 2016). Kelompok psikoedukasi bertujuan untuk mempromosikan pertumbuhan pribadi sesuai tahapan perkembangannya, pemberian informasi yang relevan, dan menyelesaikan masalah, atau konflik (Henderson & Thompson, 2016). Kelompok psikoedukasi menjadi bagian integral dari pemberian layanan dibidang konseling bagi praktisi saat ini khususnya di sekolah, kelompok psikoedukasi mencakup berbagai fungsi yaitu afektif, eksistensial, behavioral, dan kognitif (Furr, 2000). Hal demikian sesuai dengan yang dinyatakan Brown (2004) bahwa kelompok psikoedukasi dapat digunakan dengan berbagai variasi dan dapat diaplikasikan dengan berbagai setting diantaranya di sekolah, di rumah sakit, agen kesehatan mental, agen pelayanan sosial dan di universitas.

Dengan demikian pendekatan kelompok memberikan kesempatan bagi seseorang untuk belajar sosial, pengembangan, belajar observasi peniruan tingkah laku dari individu atau kelompok, menjalin hubungan satu dengan yang lainnya, dan penguatan untuk perubahan positif. Kelompok psikoedukasi dapat dilakukan dengan teknik modeling. Lyons (2008) mendefinisikan bahwa pemodelan sebagai pembuatan, penyempurnaan dan praktik kognitif yang dilakukan dengan tugas-tugas tertentu. Dikarenakan kelompok psikoedukasi memiliki tiga tujuan utama yaitu; pemberian informasi, berlatih keterampilan, dan proses komunikasi, berfokus pada topik-topik seperti sikap, kepercayaan, kerja sama, komunikasi, dan membangun keterampilan (Henderson & Thompson, 2016). Salah satu teknik di dalam kelompok psikoedukasi adalah pemediaan, pemediaan di sini diartikan dengan penggunaan video, film, audiotape, computer presentation (Brown, 2004). Selanjutnya ditegaskan oleh permendikbud (2014) bahwa layanan bimbingan dan konseling merupakan layanan bantuan khusus yang lebih bersifat psikoedukasi.

Dalam belajar hidup bermasyarakat diperlukan tiga proses dalam bersosialisasi, yaitu: (a) belajar berperilaku yang dapat diterima sosial; (b) memainkan peran sosial yang dapat diterima; (c) perkembangan sikap sosial. Jika peserta didik tidak mampu melakukan 3 proses sosialisasi di atas maka peserta didik tersebut berkembang menjadi orang yang nonsosial, asosial, dan anti sosial. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan peserta didik melakukan sosialisasi adalah adanya kesempatan dan waktu untuk bersosialisasi dengan orang lain; memiliki kemampuan berkomunikasi dengan kata-kata yang dapat dimengerti peserta didik maupun orang dewasa lain; memiliki motivasi untuk mau belajar bersosialisasi, metode belajar efisien dan bimbingan bersosialisasi.

Para peserta didik yang berada pada jenjang pertumbuhan anak akan mulai membentuk kelompok bermain yang selanjutnya berkembang menjadi kelompok belajar dan melakukan aktifitas pada masa anak. Sedangkan peserta didik kelas 5 atau 6 kadang-kadang sudah mengalami masa puber. Pada masa ini seorang peserta didik mengalami perubahan fisik sensual yang pesat. Sehingga seorang anak cenderung menarik diri dari kelompoknya, kurang dapat berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang lain. Juga terjadi kemunduran minat untuk bermain dan melakukan aktifitas kelompok serta cenderung bersikap antisosial.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti merasa perlu adanya peran guru pembimbing yang mendalam untuk mengatasi masalah rendahnya keterampilan sosial siswa sekolah dasar melalui program bimbingan dan konseling agar dapat mengenal potensi diri demi menyembuhkan perilaku yang menghambat tugas perkembangan sosialnya. Penelitian ini diharapkan memberi kontribusi dalam menguji keefektifan kelompok psikoedukasi dengan teknik modeling untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa.

## B. METODE

Penelitian ini mengaplikasikan *quasi experiment non-equivalent group pretest-posttest control group design*. Subjek eksperimen dipilih secara *random assignment* pada siswa kelas V SD Labschool UNNES yang memiliki tingkat keterampilan sosial sedang-rendah. Pembagian subjek dengan *random assignment* ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen (kelompok treatment) dan kelompok lain (kelompok kontrol) adalah berdasarkan kriteria subjek yang dapat dibedakan menjadi dua, yaitu: inklusi dan eksklusi.

Beberapa tahapan yang dilakukan dalam penelitian ini, yakni: 1) tahap pertama adalah merancang asesment dengan GAS (*Goal Attainment Scaling*). Skala GAS memberikan ukuran perubahan yang diindividualisasi dari besarnya kriteria; 2) tahap kedua adalah pembagian subjek penelitian. Setelah subjek penelitian ditentukan, peneliti membagi subjek menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol; 3) tahap ketiga yaitu pemberian *pretest* kepada kelompok subjek penelitian menggunakan GAS; 4) tahap keempat adalah proses pelaksanaan kelompok psikoedukasi dengan teknik modeling. Kelompok psikoedukasi anak akan lebih efektif dalam rentang waktu sekitar 40-50 menit pada setiap sesi, sesi yang ditentukan sekitar dua kali dalam sepekan selama 4 pekan dengan estimasi 8 s.d 10 kali perlakuan. Penguatan selalu diberikan ketika subjek diberikan *treatment* teknik modeling langsung maupun melalui media; 5) tahap kelima adalah proses dan tahapan konseling yaitu mengenai intervensi yang diberikan. Dalam hal ini kelompok psikoedukasi dengan teknik modeling melalui empat tahap belajar, yaitu: perhatian, retensi, reproduksi motorik, dan motivasi

(penguatan). Selanjutnya diakhiri dengan evaluasi proses dan evaluasi hasil untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan intervensi yang diterapkan pada subjek penelitian.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah GAS yang bertujuan mengukur perubahan individual yang direferensikan berdasarkan kriteria (King, 1999; McDougall & King, 2007:4). GAS melibatkan sekumpulan tujuan unik untuk konseli dan kemudian menetapkan serangkaian hasil, yang mencerminkan kegiatan nyata. Kiresuk et al. (1994) sangat mendorong penggunaan skala yang terdiri dari lima tingkat pencapaian, diwakili oleh skor mulai dari -2 hingga +2. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji koefisiensi regresi secara simultan bantuan SPSS 25. Uji koefisiensi regresi secara simultan digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh X1 dan X2 secara bersama-sama terhadap variabel Y. Intervensi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kelompok psikoedukasi dengan gabungan teknik *live modeling* dan teknik *symbolic modeling*.

**C. HASIL DAN DISKUSI**

Deskripsi data dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi keterampilan sosial siswa sebelum mendapatkan perlakuan semuanya 10 orang siswa berada tingkat yang sedang-rendah. Setelah mendapatkan intervensi, tingkat keterampilan sosial siswa berubah, dan berada pada tingkat tinggi. Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa kelompok psikoedukasi dengan teknik modeling dapat meningkatkan keterampilan sosial siswa.

**Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Keseluruhan GAS Kelompok Eksperimen**

<b>Subjek</b>	<b>Baseline score</b>	<b>Outcome score</b>	<b>Difference</b>
FB	29,22	70,78	41,56
RND	29,22	63,35	34,13
OV	41,1	66,32	25,22
HML	38,13	60,39	22,26
NP	41,1	73,75	32,65
Mean	35,75	66,91	
SD	6,08	4,41	

Tabel 1 mendeskripsikan mengenai hasil keseluruhan skor GAS (*Goal Attainment Scale*) pada kelompok eksperimen terkait keterampilan sosial dari masing-masing responden penelitian. *Baseline score* adalah skor keterampilan sosial sebelum diberikan intervensi, dan *outcome score* adalah skor keterampilan sosial setelah diberikan intervensi, sedangkan *difference* adalah skor selisih yang menjelaskan tingkat pencapaian masing-masing responden.

Berdasarkan data di atas dapat diketahui adanya perubahan perilaku keterampilan sosial pada masing-masing subjek penelitian, perilaku keterampilan sosial mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi kelompok psikoedukasi teknik modeling. Berdasarkan tiga fase kondisi maka dapat diketahui bahwa pada fase *baseline* terdapat skor tertinggi 41,1 dan skor terendah 29,22. Selanjutnya pada fase *outcome* terdapat skor tertinggi 73,75 dan skor terendah 60,39. Sedangkan jika ingin mengetahui jumlah selisih atau besarnya skor peningkatan dapat dilihat pada *difference* dan peningkatan skor paling besar adalah 41,56 dan peningkatan skor paling rendah adalah 22,26.

**Tabel 2. Deskripsi Data Hasil Keseluruhan GAS Kelompok Kontrol**

Subjek	Baseline score	Outcome score	Difference
EL	35,16	44,07	8,91
PPT	50	72,26	22,26
NR	32,19	41,1	8,91
DL	42,52	51,48	8,9
LTF	38,13	52,96	14,83
Mean	39,60	52,37	
SD	6,95	12,17	

Tabel 2 di atas mendeskripsikan mengenai hasil keseluruhan skor GAS (*Goal Attainment Scale*) pada kelompok kontrol yang diberikan intervensi tanpa teknik konseling terkait keterampilan sosial dari masing-masing responden penelitian. Berdasarkan data di atas dapat diketahui adanya perubahan perilaku keterampilan sosial pada masing-masing subjek penelitian, perilaku keterampilan sosial mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi kelompok psikoedukasi tanpa teknik modeling. Berdasarkan tiga fase kondisi maka dapat diketahui bahwa pada fase *baseline* terdapat skor tertinggi 50 dan skor terendah



32,19. Selanjutnya pada fase *outcome* terdapat skor tertinggi 72,26 dan skor terendah 41,1. Sedangkan jika ingin mengetahui jumlah selisih atau besarnya skor peningkatan dapat dilihat pada *difference* dan peningkatan skor paling besar adalah 22,26 sedangkan peningkatan skor paling rendah adalah 8,9.

Perbandingan tabel 1 dan tabel 2 di atas, dapat disimpulkan bahwa keterampilan sosial siswa meningkat lebih besar ketika diberikan intervensi psikoedukasi dengan menggunakan teknik modeling. Pemberian intervensi psikoedukasi tanpa menggunakan teknik hanya memberikan dampak yang sangat kecil bagi masing-masing responden, hal ini bisa dibuktikan berdasarkan angka *difference* (selisih) yang dihitung dari *baseline* dan *outcome*.

Selanjutnya hasil perubahan perilaku keterampilan sosial siswa pada setiap tujuan GAS yangmana peneliti mengukur perilaku apa saja yang menetap bahkan meningkat frekuensi kemunculan atau kekuatan dari perilaku yang dimiliki responden setelah program intervensi diberikan. Berikut disajikan perubahan perilaku dalam lima tujuan skala yang sudah ditetapkan.

**Tabel 3. Hasil perubahan skor keterampilan sosial siswa pada setiap goal GAS**

<i>Goal scale</i>	<i>Goal 1</i>	<i>Goal 2</i>	<i>Goal 3</i>	<i>Goal 4</i>	<i>Goal 5</i>	
<i>Importance</i>	3	3	3	3	2	
<i>Difficulty</i>	2	3	1	2	3	
<i>Weight(*sum=30)</i>	6	9	3	6	6	
<b>Kelompok Eksperimen</b>						
FB	<i>baseline</i>	-2	-1	-1	-1	-2
	<i>outcome</i>	+1	+2	0	+2	-1
RND	<i>baseline</i>	-2	-1	-1	-1	-2
	<i>outcome</i>	-1	-1	0	-1	-1
OV	<i>baseline</i>	-1	0	0	-1	-1
	<i>outcome</i>	+2	+2	+1	+1	-1
HML	<i>baseline</i>	-1	0	0	-1	-2
	<i>outcome</i>	-1	+1	+2	+2	0
NP	<i>baseline</i>	0	0	0	-1	-2
	<i>outcome</i>	+2	+2	+2	+1	+1
<b>Kelompok Kontrol</b>						
EL	<i>baseline</i>	-1	-1	-1	-1	-1
	<i>outcome</i>	-1	-1	0	-1	0
PPT	<i>baseline</i>	0	0	0	0	0
	<i>outcome</i>	+2	0	+1	0	0
NR	<i>baseline</i>	-2	-1	-1	-1	-2
	<i>outcome</i>	-1	-1	-1	+1	-1

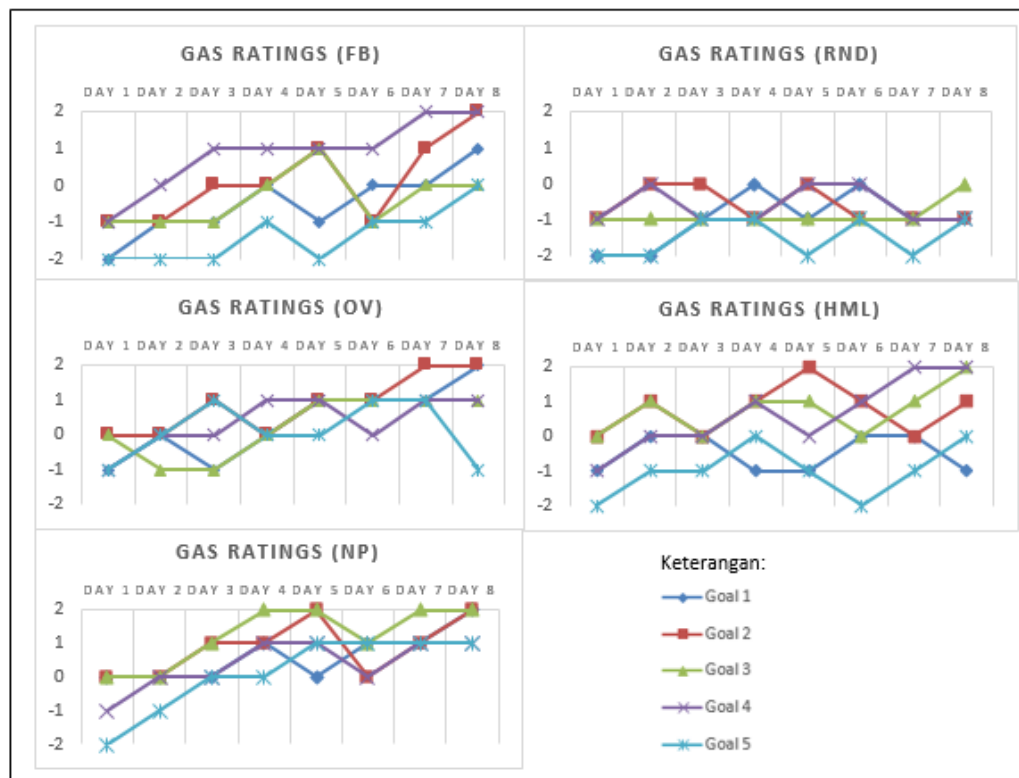
Lanjutan tabel:

DL	baseline	0	+1	-2	-1	-2
	outcome	0	+1	-1	-1	-2
LTF	baseline	-1	0	0	-1	-2
	outcome	-1	+2	0	-1	0

\*Weight = importance x difficulty

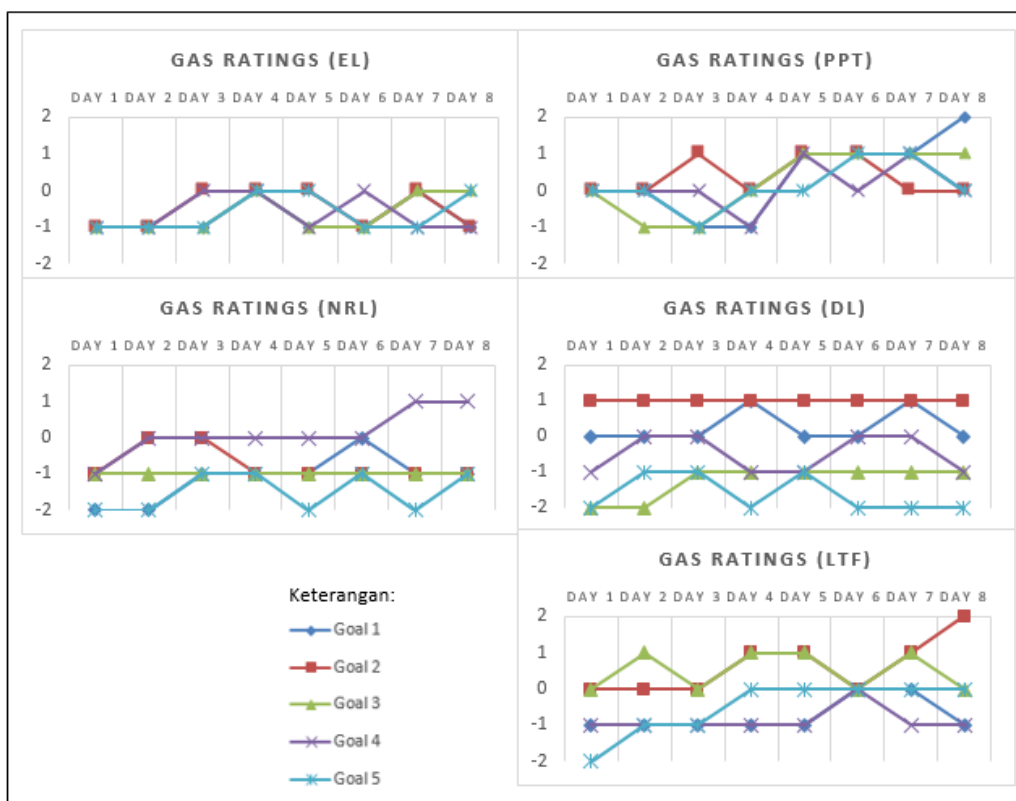
Tabel 3 di atas mendeskripsikan perubahan skor keterampilan sosial yang diukur menggunakan GAS, perubahan skor dialami siswa adalah sejak fase *baseline* menuju fase *outcome*. Perubahan skor sangat berbeda yang dapat dilihat jika membandingkan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yangmana terjadi pencapaian hasil yang lebih banyak pada kelompok eksperimen daripada kelompok kontrol.

Berdasarkan pada hasil penelitian menggunakan *goal attainment scale* (GAS) maka analisis visual grafik pada perubahan perilaku sangat ditekankan untuk melihat hasil pembuktian efek yang terjadi selama pemberian intervensi terhadap perubahan perilaku secara kontinyu. Dalam rancangan GAS untuk keterampilan sosial ada lima tujuan yang telah dikembangkan, yaitu: 1) berhubungan dengan teman sebaya, 2) pengaturan diri, 3) kemampuan akademik, 4) kepatuhan, dan 5) penegasan. Data hasil penelitian sebagaimana yang telah dijelaskan dapat diinterpretasikan dalam bentuk analisis visual grafik yang dapat dilihat pada bagan berikut:



Bagan 1. Analisis visual grafik hasil GAS pada perubahan perilaku keterampilan sosial kelompok eksperimen

Berdasarkan bagan 1 dapat diketahui peningkatan perilaku keterampilan sosial siswa yang berada pada kelompok eksperimen sangat beragam melalui pemberian intervensi kelompok psikoedukasi dengan teknik modeling. Kecenderungan arah grafik pada setiap tujuan dari masing-masing responden cenderung meningkat. Selain itu diperlukan kelompok pembanding untuk melihat efek intervensi dalam penelitian ini sehingga berikut disajikan analisis hasil visual grafik perubahan perilaku pada kelompok kontrol pada bagan 2 berikut ini:



**Bagan 2.** Analisis visual grafik hasil GAS pada perubahan perilaku keterampilan sosial kelompok kontrol

Selanjutnya analisis data kelompok psikoedukasi teknik modeling menggunakan uji koefisien regresi secara simultan dengan menghitung nilai F pada analisis anova. Uji F bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh X1 dan X2 secara bersama-sama terhadap variabel Y.

**Tabel 4.** Hasil analisis uji koefisiensi regresi

Between Groups	Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
	df	F	Sig.	df	F	Sig.
	1	73,164	,000	1	4,151	,076

Interpretasi dari tabel 4 ini menunjukkan bahwa adanya perubahan pada masing-masing kelompok. Secara deskriptif dapat dikatakan bahwa kelompok psikoedukasi dengan gabungan teknik modeling efektif untuk meningkatkan keterampilan sosial. Hal ini dibuktikan berdasarkan data di atas yang mana diperoleh  $F_{\text{tabel}} = 4,46$  sehingga dapat disimpulkan nilai pada kelompok eksperimen yang memenuhi kriteria uji yaitu  $P < 0,05$  dan  $F_{\text{hitung}} > F_{\text{tabel}}$ , dengan kata lain hipotesis diterima.

Penelitian ini ditujukan secara langsung kepada siswa SD dengan tujuan agar fungsi preventif dan fungsi kuratif dapat ditindaklanjuti sedini mungkin sehingga mereka dapat menjadi pribadi yang efektif dalam kesehariannya. Data yang diperoleh dari responden penelitian menunjukkan bahwa keterampilan sosial yang rendah mempengaruhi prestasi belajar dan tingkat kebahagiaan dibuktikan dengan pengukuran perilaku melalui observasi selama sepekan yang dilanjutkan dengan wawancara singkat dengan masing-masing responden. Hal ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Nugraini & Ramdhani (2016) hasilnya menunjukkan bahwa keterampilan sosial yang tinggi menjadi kunci bagi terciptanya kesejahteraan psikologis.

Beberapa riset sudah melaporkan kuatnya peran keterampilan sosial dalam menentukan kesejahteraan psikologis (Leme, Del Prette, & Coimbra, 2015; Muse, 2014; Nair et al., 2013). Keterampilan sosial memberi peluang kepada individu mengembangkan hubungan yang positif dengan orang-orang di sekitarnya sehingga individu mampu menguasai lingkungannya dengan lebih baik. Pola pikir positif dari seorang yang terampil sosial memberikan sumbangan positif terhadap tumbuhnya kemandirian dan keberanian dalam menentukan tujuan hidup.

Penelitian selanjutnya oleh Anggitasari & Awalya (2016) menunjukkan hasil penelitian bahwa teknik modeling secara signifikan meningkatkan perilaku prososial individu. Perilaku prososial yang merupakan kecondong untuk menguntungkan orang lain baik secara fisik maupun psikologis, hal ini tentu berkaitan dalam keterampilan sosial yang mana orang yang memiliki perilaku

yang terampil secara sosial dengan otomatis akan bertindak prososial dalam lingkungannya.

Layanan konseling ini dimaksudkan agar siswa dapat berkembang secara optimal khususnya dalam aspek perkembangan sosial untuk menjadi pribadi yang utuh. Sesuai dengan tujuan yang telah peneliti paparkan maka layanan konseling yang sesuai dengan tujuan tersebut adalah kelompok psikoedukasi dengan teknik modeling. Hal ini menunjukkan perlunya pembahasan lebih lanjut mengenai keefektifan kelompok psikoedukasi teknik modeling yang telah dilakukan pada penelitian ini dalam upaya meningkatkan keterampilan sosial siswa yang cenderung rendah.

Penelitian ini telah berhasil menguji keefektifan kelompok psikoedukasi dengan teknik modeling untuk meningkatkan perilaku keterampilan sosial siswa. Namun, hasil penelitian ini masih ditemukan keterbatasan. Hasil penelitian ini diperoleh dari subjek penelitian siswa kelas V SD saja, sehingga kemungkinan hasil akan berbeda saat dilakukan penelitian yang serupa pada subjek penelitian siswa dengan tingkat pendidikan yang berbeda.

#### **D. KESIMPULAN**

Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa layanan kelompok psikoedukasi teknik modeling efektif untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa. Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan bagi konselor untuk dapat menggunakan layanan kelompok psikoedukasi dengan teknik modeling untuk mengatasi masalah perilaku maladaptif kemudian mengubahnya menjadi perilaku adaptif dengan cara imitasi atau meniru perilaku model, layanan yang direkomendasikan dalam penelitian ini dikhususkan pada siswa yang memiliki tingkat keterampilan sosial sedang sampai dengan rendah. Sedangkan untuk peneliti selanjutnya, dapat melihat dan menelaah kembali mengenai aspek-aspek keterampilan sosial yang lebih kompleks untuk kemudian diberikan intervensi menggunakan teknik modeling namun tidak dilakukan secara bersamaan antara

*live modeling* dan *symbolic modeling* untuk melihat perbedaan efek dari dua intervensi yang berbeda.

## REFERENSI

- Anggitasari, D. W., & Awalya. (2017). Pengaruh layanan penguasaan konten dengan teknik modeling simbolik terhadap perilaku prososial mahasiswa. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 5(4), 13-18.  
<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk/article/view/13514>
- APA Dictionary of Psychology. (n.d.). Dikutip dari <https://dictionary.apa.org/>
- Berg, R. C., Landreth, Garry L., & Fall, K. A. (2018). *Group Counseling Concepts and Procedures Sixth Edition*. New York: Routledge.
- Brown, N. W. (2011). *Psychoeducational Group Process and Practice (Second Ed.)*. New York and Hove: Brunner Routledge. [www.brunner-routledge.com](http://www.brunner-routledge.com).
- Cook, C. R., Gresham, L. K., Barreras, R. B., Thornton, S., & Crews, S. D. (2008). Social skills training for secondary students with emotional and/ or behavioral disorders: A review and analysis of the meta-analytic literature. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 16, 131-144. doi:10.1177/1063426608314541
- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi (Penerjemah E. Koswara)*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Eisler, R. M. & Frederiksen, L. W. (2012). *Perfecting Social Skills: A Guide to Interpersonal Behavior Development*. New York: Springer US.  
[https://books.google.co.id/books?id=zEpWBgAAQBAJ&hl=id&source=gb\\_s\\_navlinks\\_s](https://books.google.co.id/books?id=zEpWBgAAQBAJ&hl=id&source=gb_s_navlinks_s)
- Furr, S. R. (2000). Structuring the group experience: A format for designing psychoeducational groups. *The Journal for Specialists in Group Work*, 25(1), 29-49. doi:10.1080/01933920008411450

- Gimpel, G. & Kenneth W. M. (2014). *Social Skills of Children and Adolescence: Conceptualization, Assessment, Treatment*. New York: Psychology Press. (<https://books.google.co.id/Gimpelsimilarbooks/>)
- Gürbüz, E. & Binnaz, K. (2018). Research of social skills of children who attend to kindergarten according to the attitudes of their mothers. *Journal of Education and Training Studies*. Vol.6 No.3. DOI: <https://doi.org/10.11114/jets.v6i3.2831>
- Henderson, D & Charles L. T (9th ed.). (2016). *Counseling Children*. (O.-D.Hague, Ed). Unites States of America: Cengage Learning. Retrieved from [www.cengage.com](http://www.cengage.com).
- Kemendikbud. (2014). *Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 tentang Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Tingkat Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.
- King, G. & McDougall, J. (2007). *Goal Attainment Scaling: Description, Utility, and Applications (2nd Ed.)*. Ontario: Research Associate Thames Valley Children's Centre.
- Kiresuk, T. J., Smith, A., & Cardillo, J. E. (1994). *Goal attainment scaling: Applications, theory, and measurement*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Leme, V. B. R., Del Prette, Z. A. P., & Coimbra, S. (2015). Social Skills, Social Support and Well-Being in Adolescents of Different Family Configurations. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 25(60), 9-17. doi:10.1590/1982-43272560201503
- Lyons, P. (2008). Case-based modeling for learning management and interpersonal skills. *Journal of Management Education*, 32, 420-443. DOI: [10.4324/9780203136003](https://doi.org/10.4324/9780203136003)
- Matson, J. L. (Ed.). (2017). *Handbook of Social Behavior and Skills in Children. Autism and Child Psychopathology Series*. doi:10.1007/978-3-319-64592-6

- Muse, Y. (2014). Social skills and psychological wellbeing of adolescents in monogamous and polygamous marriage structures: the case of sidama community. Thesis. Addis Ababa University. <http://localhost:80/xmlui/handle/123456789/11280>
- Nair, R., Ravindranath, S., & Thomas, J. (2013). Can Social Skills Predict Wellbeing. An Exploration. *European Academic Research*, 1(5), 712–720. <http://euacademic.org>
- Nugraini, I. & Ramdhani, N. (2016). Keterampilan sosial menjaga kesejahteraan psikologis pengguna internet. *Jurnal Psikologi*. Volume 43, Nomor 3, 2016: 183-193. doi: 10.22146/jpsi.22139
- Putri, D. P. (2018). Pendidikan Karakter pada anak sekolah dasar di era digital. *AR-RIAYAH: Jurnal Pendidikan Dasar* vol. 2, no. 1, 2018. doi: 10.29240/jpd.v2i1.439
- Utami, R. R & Nuryoto, S. (2007). Efektivitas pelatihan untuk meningkatkan keterampilan sosial pada anak sekolah dasar kelas 5. *Indigeneous, Jurnal Berkala Ilmiah Berkala Psikologi* Vol.7, No.1. doi: <https://doi.org/10.23917/indigenous.v0i0.4638>
- Tarsono. (2018). Implikasi teori belajar sosial (social learning theory) dari albert bandura dalam bimbingan dan konseling. *Psychopathic, Jurnal Ilmiah Psikologi* 2010, Vol.III, No.1: 29-36. DOI: 10.15575/psy.v3i1.2174