PENGARUH TEKHNIK SOSIODRAMA TERHADAP BERPIKIR POSITIF PADA SISWA MTs. Al-KHAIRIYAH PUTRA NW RAJEK

Ani Endriani[1], Burhanudin[2]
[1,2]Jurusan Bimbingan Konseling, FIPP UNDIKMA
E-mail : aniendriani20@gmail.com

Abstrak: Teknik sosiodrama merupakan pembelajaran bermain peran untuk meningkatkan nilai tanggung jawab dan rasa berpikir positif. Berpikir positif adalah sumber kekuatan dan sumber kebebasan. Individu berfikir positif akan mudah mendapatkan kebahagiaan dan solusi dalam menyikapi masalah dalam hidupnya. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Apakah ada pengaruh teknik sosiodarama terhadap berpikir positif pada siswa kelas VII dan VIII MTs Al-Khairiyah Putra NW Rajak Lombok Tengah. Sehingga tujuan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah : untuk mengetahui pengaruh teknik sosisodrama terhadap berpikir positif siswa kelas VII dan VIII MTs Al-Khairiyah Putra NW Rajek Lombok Tengah. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen *one group pre-test post-test*. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket sebagai metode pokok sedangkan, wawancara, dokumentasi dan observasi sebagai metode pelengkap. Adapun jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 44 siswa yang terdiri dari kelas VII dan VIII. Analisis data menggunakan rumus *t-test*. Bedasarkan hasil analisis data dengan taraf signifikan 5% maka diperoleh hasil penelitian yaitu nilai *t-hitung* lebih besar dari nilai *t-tabel* (t-hitung 3,529 > t-*tabel* 2,021) kenyataan ini menunjukkan bahwa nilai *t-hitung* yang diperoleh adalah signifikan, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (Ha) yang berbunyi: Ada pengaruh teknik sosiodarama terhadap berpikir positif pada siswa kelas VII dan VIII MTs Al-Khairiyah Putra NW Rajek Lombok Tengah diterima. Berdasarkan analisis data yang disimpulkan diatas, dilihat dari pengujian hipotesis, maka Ada Pengaruh teknik sosiodarama terhadap berpikir positif pada siswa kelas VII dan VIII MTs Al-Khairiyah Putra NW Rajek Lombok Tengah.
Kata Kunci : Tekhnik sosiodrama, Berpikir Positif

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah salah satu instrumen bangsa yang memerlukan perhatian khusus dalam pelaksanaan dan pengembangannya. Pengembangan di bidang pendididkan tidak serta merta berjalan dan bergulir begitu saja, akan tetapi harus ada konsep, srategi, peran serta pengelola pendidikan (sekolah) dan fasilitator pendidikan yang dalam hal ini adalah pemerintah, yang harus aktif dalam mengimplementasikan program-program, cermat dalam melaksanakan evaluasi dan bijak dalam mengeluarkan segala kebijakan pendidikan.

Suatu bangsa banyak ditentukan oleh maju mundurnya Pendidikan. Sepeti dinyatakan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 (2003: 5) tentang Sistem Pendidikan Nasional, yaitu: Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, ahlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Penjelasan di atas, menjelaskan bahwa hasil belajar yang dinginkan itu betul-betul manusia yang berkualitas secara optimal, sebab bagi bangsa yang sedang bekembang seperti halnya Indonesia manusia yang berkualitas itulah yang sangat diperlukan. Inti dari pendidikan secara formal dalam pembelajaran adalah siswa belajar. Oleh karena itu guru dan siswa tidak dapat dipisahkan. Sehingga dalam pembelajaran kita mengenal ungkapan Proses Belajar Mengajar.

Guru dituntut untuk mampu menemukan tingkah laku keseluruhan yang dicapai siswa dari proses belajar mengajar, sehingga hasil penilaian secara keseluruhan tersebut

benar-benar objektif dan dapat dipercaya. Guru adalah tenaga profesional yang menggunakan keahliannya untuk membantu perkembangan para peserta didik, karena guru berperan sebagai agen pembaharu, pemimpin dan pendukung nilai-nilai masyarakat.

Belajar mengajar adalah suatu kegiatan yang bernilai edukatif. Nilai edukatif mewarnai interaksi yang terjadi antara guru dengan anak didik. Guru dengan sadar merencanakan kegiatan pengajarannya secar a sistematis dengan memanfaatkansegala sesuatunya guna kepentingan pengajaran, agar tujuan pembelajaran dapat tercapai. Adapun metode pengajaran yang bisa dilakukan diantaranya metode demonstrasi, observasi, ceramah, diskusi, debat, sosiodrama dan lain sebagainya.

Tekhnik sosiodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang lain termasuk konflik-konflik yang dialami dalam pergaulan sosial. Pendapat tersebut dapat dimaknai bahwa teknik sosiodrama merupakansalah satu teknik yang digunakan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok di sekolah dengan cara memerankan perilaku yang berkaitan dengan masalah-masalah sosial (Evi Zuhara, 2015).

Menurut Widyahening, dkk (2012:253-254) mengemukakan bahwa bermain peran berarti memgang fungsi orang yang dimainkannya. Sedangkan kedua metode tersebut yang merupakan metode mengajar dengan cara mempertunjukan tentang masalah-masalah yang memiliki hungan sosial tersebut, dan melalui metode tersebut mengajarkan cara-cara bertingkah laku dalam hubungan antar sesama manusia.

Berdasarkan menurut para ahli diatas penulis dapat menarik kesimpulan bahwa teknik sosiodrama adalah model pembelajaran bermain peran dengan mendramatisasi kehidupan nyata atau konflik yang belum terselesaikan dan sistem sosibaal yang membentuk individu agar lebih memhami cara-cara bertingkah laku sesama manusia.

Menurut Ibrahim Elfiky (2008:207) dalam buku terapi berpikir positif berfikir positif adalah sumber kekuatan dan sumber kebebasan. Disebut sumber kekuatan karena ia membantu anda memikirkan solusi sampai mendapatkannya dengan begitu anda bertambah mahir, percaya, dan kuat. Disebut sumber kebebasan karena dengannya anda akan terbebas dari penderitaan dan kungkungan pikiran negatif serta pengaruh pada fisik. Sedangkan menurut Kholidah dan Alsa (2012) Berpikir positif merupakan suatu keterampilan kognitif yang dapat dipelajari melalui pelatihan. Berpikir positif mempunyai peran yang penting untuk membuat individu menerima situasi yang tengah dihadapinya secara lebih positif.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa, berpikir positif adalah: hal yang penting bagi manusia dalam menjalani kehidupan. Untuk menghadapi suatu permasalahan dalam hidup, bisa melihat diri dalam berbagai aspek khususnya dalam memecahkan permasalahan, namun berfikir positif juga perlu bahkan harus di dukung dengan usaha untuk berubah menjadi lebih baik. Dengan demikian seseorang yang berfikir positif akan mudah mendapatkan kebahagiaan dan solusi dalam menyikapi masalah dalam hidupnya.

Berdasarkan wawancara awal dengan Guru MTs Al-Khairiyah Putra NW Rajek (Layang Sekar, S.Pd), bahwa kegiatan belajar kelompok yang dimodifikasikan pada teknik sosiodrama merupakan salah satu penunjang dalam usaha untuk menumbuhkan rasa berfikir positif antar siswa, sehingga perlu dibina dan diarahkan dengan baik dengan begitu diharapkan tercipta suasana yang tenang, damai dan tentram dalam suasana belajar yang akan menunjang kelancaran dan pengembangan pendidikan

kedepannya. Salah satu cara untuk melatih rasa berpikir positif siswa dengan diadakan suatu kegiatan belajar melalui salah satu teknik, yaitu metode sosiodrama.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan dengan judul pengaruh teknik sisiodrama terhadap berpikir positif pada siswa MTs Al-Khairiyah Putra NW Rajek Lombok Tengah.

KAJIAN PUSTAKA

Pengertian Sisiodrama

Menurut Djamarah (2014: 88) Teknik sosiodrama dan bermain peran merupakan dua buah teknik mengajar yang mengandung pengertian yang dapat dikatakan bersama dan karenanya dalam pelaksanaan sering disilih gantikan. Istilah sosiodrama berasal dari kata sosio atau sosial dan drama. Kata drama adalah suatu kejadian atau peristiwa dalam kehidupan manusia yang mengandung konflik kejiwaan, pergolakan, benturan antara dua orang atau lebih. Sedangkan bermain peranan berarti memegang fungsi sebagai orang yang dimainkannya, misalnya berperan sebagai guru, anak yang sombong, orang tua dan sebagainya. Kedua teknik tersebut biasanya disingkat menjadi metode sosiodrama yang merupakan metode mengajar dengan cara mempertunjukkan kepada siswa tentang masalah-masalah hubungan sosial, untuk mencapai tujuan pengajaran tertentu. Masalah hubungan sosial tersebut didramatisasikan oleh siswa dibawah pimpinan guru. Melalui teknik ini guru ingin mengajarkan cara-cara bertingkah laku dalam hubungan antara sesama.

Menurut Witama (2007: 12) teknik sosiodrama adalah teknik pembelajaran bermain peran untuk memecahkan masalah-masalah yang berkaitan dengan fenomena sosial, permasalahan yang menyangkut hubungan antara manusia seperti masalah kenakalan remaja, narkoba, gambaran keluarga yang otoriter, dan lain sebagainya. Teknik sosiodrama digunakan untuk memberikan pemahaman dan penghayatan akan masalah-masalah sosial serta mengembangkan kemampuan siswa untuk memecahkanya. Teknik Sosiodrama merupakan salah satu teknik dalam bimbingan kelompok yaitu *role playing* atau teknik bermain peran dengan cara mendramatisasikan bentuk tingkah laku dalam hubungan sosial. Sedangkan ahli lain berpendapat bahwa teknik sosiodrama atau bermain peran adalah suatu cara mengajar dengan pemberian kesempatan kepada siswa agar bisa dan biasa melakukan kegiatan dalam kehidupan sosial manusia dalam memecahkan masalahnya.

Berdasarkan menurut para ahli diatas penulis dapat menarik kesimpulan bahwa teknik sosiodrama adalah model pembelajaran bermain peran dengan mendramatisasi kehidupan nyata atau konflik yang belum terselesaikan dan sistem sosial yang membentuk individu secara kolektif.

Langkah-Langkah Teknik Sosiodrama

Menurut Roestiyah (2001: 91) langkah-langkah pelaksanaan teknik sosiodrama, 1) Menentukan masalah. Partisipasi kelompok dalam memilih dan menentukan masalah sangat diperlukan. Masalah harus signifikan dan cukup dikenal oleh pemain maupun pengamat. Masalah harus valid, jelas, dan sederhana sehingga peserta dapat mendiskusikan secara rasional. Diperlukan kehati-hatian untuk menghindari masalah yang dapat mengungkapkan isu yang tersembunyi, tetapi menyimpang dari tujuan permainan peran. Dalam hal ini, baik pengamat maupun pemain harus benar-benar mengerti permasalahannya. 2) Membentuk situasi. Desain peran yang dimainkan atau situasi tergantung pada hasil yang diinginkan. Kehati-hatian perlu diambil untuk menghindari situasi yang kompleks, yang mungkin mengacaukan perhatian pengamat

dari masalah yang dibahas. Situasi harus memberikan sesuatu yang nyata kepada pemain dan kelompok, dan dapat saat yang sama memberikan pandangan umum dan pengetahuan yang diinginkan. 3) Membentuk karakter. Keberhasilan proses permainan peran sering ditentukan oleh peran dan pemain yang layak dipilih. Peran yang akan dimainkan harus dipilih secara hati-hati. 4) Mengarahkan pemain. Permainan yang spontan tidak memerlukan pengarahan. Akan tetapi, permainan peran yang terencana memerlukan pengarahan dan perencanaan yang matang. Pengarahan diperlukan untuk memberitahukan tanggung jawab mereka sebagai pemain. Pengarahan mungkin dilakukan secara resmi atau tidak resmi, tergantung situasi dan pengarahan tidak harus menentukan apa yang harus dikatakan atau dilakukan. 5) Memahami peran. Biasanya, suatu hal yang baik bagi pengamat untuk tidak mengetahui peran apa yang sedang dimainkan. Permainan harus diatur waktunya secara hati-hati dan spontan. Penting untuk diketahui, apabila ada beberapa pemain, hendaknya mereka mulai bermain pada saat yang sama dan berakhir pada saat yang sama pula, yaitu ketika permainan dihentikan. 6) Menghentikan atau memotong. Biasanya, suatu hal yang baik bagi pengamat untuk tidak mengetahui peran apa yang sedang dimainkan. Permainan harus diatur waktunya secara hati-hati dan spontan. Penting untuk diketahui, apabila ada beberapa pemain, hendaknya mereka mulai bermain pada saat yang sama dan berakhir pada saat yang sama pula, yaitu ketika permainan dihentikan, dan 7) Mendiskusikan dan menganalisis permainan. Langkah terakhir ini harus menjadi "pembersih". Jika peranan di langkah terakhir ini harus menjadi "pembersih". Jika peranan dimainkan dengan baik, pengertian pengamat terhadap masalah yang dibahas akan semakin baik. Diskusi harus lebih difokuskan pada fakta dan prinsip yang terkandung daripada evaluasi pemain. Suatu ide yang baik, jika membiarkan pemain mengekspresikan pandangan mereka terlebih dahulu.

Tujuan Teknik Sisiodrama

Adapun menurut Djamarah (2014 :88) tujuan teknik sosiodrama yaitu: (1) Agar siswa dapat menghayati dan menghargai perasaan orang lain, (2) Dapat belajar bagaimana membagi tanggung jawab, (3) Dapat belajar bagaimana mengambil keputusan dalam situasi kelompok secara spontan dan (4) Merangsang kelas untuk berpikir dan memecahkan masalah.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dikatakan bahwa, dalam pelaksanaan teknik sosiodrama terdapat langkah-langkah yang perlu menjadi pertimbangan oleh setiap guru, karena dengan memperhatikan langkah-langkah tersebut teknik sosiodrama dapat dilaksanakan dengan baik sesuai dengan tujun pembelajaran.

Selain itu dapat dikatakan bahwa teknik sosiodrama lebih tepat digunakan untuk mencapai tujuan yang mengarahkan pada aspek afektif motorik dibandingkan pada kognitif, terkait dengan kehidupan hubungan sosial.

Kelemahan Teknik Sisiodrama

Kelemahan yang terdapat pada Teknik sosiodrama, seorang guru sebagai fasilitator, pengarah dan pembimbing harus memiliki kemampuan untuk dapat meminimalisir kelemahan-kelemahan tersebut sehingga tidak menghambat proses pembelajaran yang akan dilaksanakan. Adapun menurut Djamarah (2014:90) kelemahan teknik sosiodrama sebagai berikut: 1). Sebagian besar anak yang tidak ikut bermain drama mereka menjadi kurang kreatif, 2). Banyak memakan waktu, baik waktu persiapan dalam rangka pemahaman isi bahan pelajaran maupun pada pelaksanaan pertunjukan, 3). Memerlukan tempat yang cukup luas, jika tempat bermain sempit

menjadi kurang bebas dan 4). Sering kelas lain terganggu oleh suara permain dan para penonton yang kadang-kadang bertepuk tangan, dan sebagainya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dikatakan bahwa, kelemahan-kelemahan sosiodrama bisa diakibatkan karena pengelola yang kurang baik, sehingga sosiodrama dijadikan sebagai alat hiburan sehingga tujuan pembelajaran menjadi terabaikan.

Kelebihan Teknik Sisiodrama

Kelebihan dari teknik sosiodrama, yakni siswa lebih tertarik perhatiannya pada pelajaran karena masalah-masalah sosial sangat berguna bagi meeka. Karena mereka bermain peran sendiri, maka mereka mudah memahami masalah-masalah sosial itu sehingga ia dapat menempatkan diri sepeti watak orang lain itu. menurut Djamarah dan Zain (2014:89-90). Adapun kelebihan dalam teknik sosiodrama sebagaimana yang tersadur di bawah ini, sebagai berikut: (1) Dapat mengembangkan kreatifitas siswa dengan peran yang dimainkan siswa dapat berfantasi, (2) Memupuk kerjasama antara siswa, (3) Menumbuhkan bakat siswa dalam seni drama, (4) Siswa lebih memperhatikan pelajaran karena menghayati sendiri, (5) Memupuk keberanian berpendapat di depan kelas, (6) Melatih siswa untuk menganalisa masalah dan mengambil kesimpulan dalam waktu singkat.

Berpikir Positif

Berpikir positif adalah sebuah sikap atau prilaku, serta cara pandang seseorang yang selalu positif dalam mensikapi kehidupan ini. Menurut Bachtiar (2014: 18) berpikir positif adalah sikap mental yang melibatkan proses masuknya pikiran, dan gambaran yang membangun bagi perkembangan kita. Pikiran positif menghadirkan kebahagiaan, sukacita, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap situasi dan tindakan. Apapun yang kita harapkan, pikiran positif akan mewujudkannya. Jadi berpikir positif juga merupakan sikap mental yang mengharapkan hasil yang baik serta menguntungkan.

Elfiky (2015) berpikir positif merupakan sumber kekuatan dan sumber kebebasan. Maksud dari sumber kekuatan karena ia dapat membantu anda menemukan solusi dalam permasalahan anda, sehingga anda dapat bertambah mahir, kuat dan percaya terhadap kelebihan yang dimiliki diri sendiri. Disebut sebagai sumber kebebasan karenanya anda dapat terbebas dari penderitaan dan kungkungan pikiran negatif serta pengaruhnya pada fisik.

Menurut Samadani (2014) berpikir positif merupakan sikap mental melibatkan proses memasukan pikiran-pikiran, kata-kata, dan gambaran-gambaran yang membangun bagi perkembangan pikiran seseorang. Pikiran positif akan menghasilkan kebahagiaan, sukacita, kesehatan serta kesuksesan dalam setiap situasi dan tindakan. Apapun yang telah dipikirkan dengan pikiran positif maka sebuah harapan akan terwujud.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa, berpikir positif adalah: hal yang penting bagi manusia dalam menjalani kehidupan. Untuk menghadapi suatu permasalahan dalam hidup, bisa melihat diri dalam berbagai aspek khususnya dalam memecahkan permasalahan, namun berfikir positif juga perlu bahkan harus di dukung dengan usaha untuk berubah menjadi lebih baik. Dengan demikian seseorang yang berfikir positif akan mudah mendapatkan kebahagiaan dan solusi dalam menyikapi masalah dalam hidupnya.

Ciri - ciri Berpikir Positif

Menurut Bachtiar (2014: 23-24) ciri-ciri *positive thingking* (berpikir positif) antara lain: 1). Masalah adalah sebagai tantangan. Orang yang berpikir positif selalu

melihat masalah sebagai tantangan yang harus dilakukan. Dengan demikian, dia memiliki semangat kuat dan ketenangan untuk menyelesaikan masalah. Bandingkan dengan orang yang melihat masalah sebagai beban hidup. Mereka akan merasa bahwa masalah membuat hidup menjadi sangat berat untuk dijalani dan merasa orang yang paing sengsara sedunia. 2). Menikmati hidup. Pemikiran positif akan akan membuat seseorang menerima keadaannya dengan besar hati. Hal tersebut berarti ia tidak berusaha untuk mencapai hidup yang lebih baik. Justru, dengan penerimaan keadaan tersebut menjadikan ketenangan diri untuk merencanakan hal-hal yang menakjubkan. 3). Siap menerima saran. Dengan keterbukaan, boleh jadi hal-hal baru yang akan membuat segala sesuatu lebih baik. Kritik selalu dianggap sebagai pelecut untuk memperbaiki diri. Saran akan dijadikan patokan untuk untuk mencoba kembali. Dengan begitu hidup tidak akan terasa berat dan membebani. 4). Memangkas pikiran negative. Menumbuhkan atau bahkan memelihara pikiran negativ terlalu lama diibaratkan membangunkan singa tidur.ia bisa menerkam dan menghabisi hidup kita sekecil apapun tunas negetif yang ada dipikiran kita maka segera lenyapkan, dan jangan merawatnya hingga tumbuh besar dan memenuhi seluruh pikiran kita. 5). Rasa syukur yang tinggi. Apa yang kita dapat saat ini dan apa yang kita alami saat ini adalah buah kehidupan yang patut disyukuri. Mensyukuri apa yang dimiliki dan tidak berkeluh kesah tentang apa yang tidak dipunyai adalah langkah tepat untuk membahagiakan diri sendiri.

Prinsip Berpikir Positif

Menurut Elfikry (2014:14-17) mengatakan prinsip-prinsip berfikir positif sebagai berikut: 1) Masalah dan kesengsaraan ada dalam persepsi. Jika kita mampu mengubah persepsi tentang suatu masalah menjadi sebuah hadiah terindah dari tuhan, lalu berkonsentrasi pada upaya mencari solusi, maka kita akan membuka pintu harapan lebar. 2) Masalah tidak membiarkan kita dalam kondisi apa adanya,tapi membawa kita dalam kondisi lebih buruk atau lebih baik. Sebaiknya, kita menyadari bahwa apa yang terjadi pada diri kita tidak penting. Yang penting adalah apa yang harus dilakukan terhadap sesuatu yang terjadi. 3) Belajarlah dari masa lalu, hiduplah pada masa kini, dan rencanakanlah masa depan. Tanpa tujuan, kehidupan seseorang akan terasa hampa. Ia akan merasa frustasi dan sia-sia. Oleh karna itu, tujuan hidup sangatlah penting. Bagaimana kita menyikapi masa lalu dan apa yang harus dilakukan saat ini hingga tiba waktunya mewujudkan impian , agar dapat membangun masa depan yang cerah, hal pertama yang harus kita lakukan adalah membersihkan pikiran, konsentrasi, perasaan , dan keyakinan *negative* yang ada pada masa lalu. 4) Setiap masalah ada solusi spiritualnya. Segala cobaan hidup di Dunia adalah anugrah tuhan agar kita semakin dekat dengannya. Apaun masalah yang kita hadapi, tetaplah berpikir positif. Pusatkan perhatian pada upaya mencari solusi dan tawakkal kepada tuhan, sehingga pikiran kita sarat dengan spiritualitas. 5) Mengubah pikiran berarti mengubah kenyataan, pikiran baru. Jika kita ingin benar-benar ingin menciptakan positif dalam hidup, mulailah mengubah bagian dalam diri sendiri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *one group pree tes* dan *post test design* dimana dalam rancangan ini hanya terdapat satu kelompok subyek yaitu kelompok eksperimen sebagai kelompok yang dikenakan perlakuan (*treatment*). Pertama-tama dilakukan pengukuran terhadap kelompok eksperimen, lalu dikenakan perlakuan (*treatment*) berupa bimbingan kelompok dalam jangka waktu tertentu, kemuidan dilakukan pengukuran untuk kedua kalinya dengan tujuan untuk mengetahui

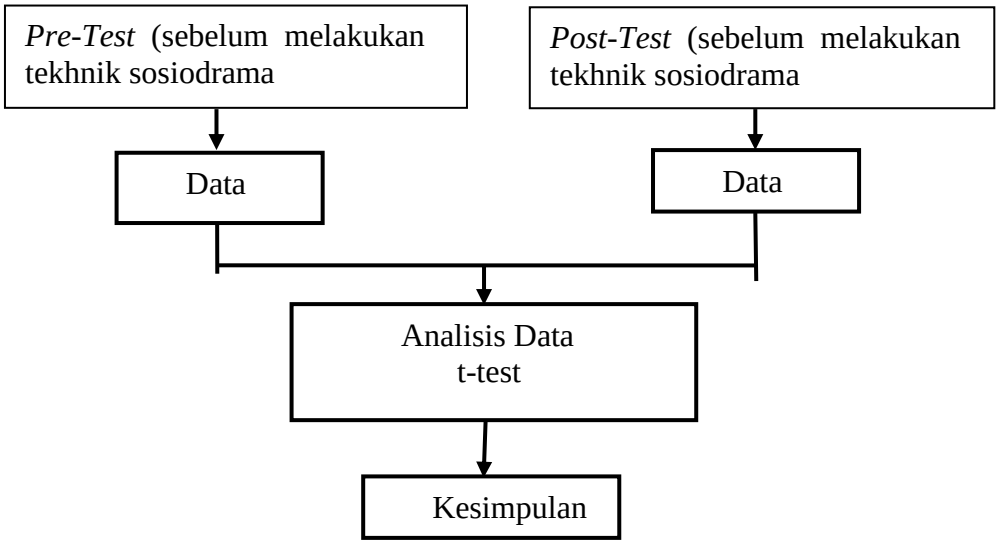
perbedaan hasil *pree test* sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) dengan post test setelah diberikan perlakuan (*treatment*).

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yakni variabel X disebut variabel bebas adalah tekhnik sosiodrama dan variabel Y disebut variabel terikat adalah berpikir positif. Sehubungan dengan penelitian ini maka secara konseptual rancangan penelitian digambarkan sebagai berikut :

O_1 x O_2

Keterangan:

Gambar 01: *One Group and post-test* Desain (Sugiyono, 2013: 111)



Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII dan VIII kelas VII dan VIII MTs Al-Khairiyah Putra NW Rajek Lombok Tengah yang berjumlah 44 orang siswa. Sampel yang akan digunakan adalah sesuai dengan teknik penentuan sampel "Jika populasi kurang dari 100, dianjurkan agar semuanya dijadikan sampel. Namun jika populasi lebih dari 100, maka dapat diambil 10-15%, 20-25% atau lebih tergantung kemampuan peneliti" (Arikunto, 2006: 134). Karena jumlah populasinya kurang dari 100 maka diambil keseluruhan yakni 44 siswa, sehingga menjadi penelitian populasi.

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode angket sebagai metode pokok dan metode dokumentasi dan observasi sebagai metode pelengkap. Instrumen yang digunakan adalah dalam bentuk angket tertutup dan secara langsung diberikan kepada siswa, dan langsung dijawab oleh responden (subyek) peneliti dan tinggal memilih jawaban yang sesuai dengan keadaan siswa. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah berupa angket, bentuk angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah bentuk angket tertutup. Adapun angket ini merupakan alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi pertanyaan secara tertulis kepada responden untuk dijawab secara tertulis pula. Dalam penelitian ini, angket disusun dalam bentuk sejumlah pertanyaan untuk dijawab oleh responden (siswa) kaitannya dengan pengaruh teknik sosiodarama terhadap berpikir positif pada siswa kelas VII dan VIII MTs Al-Khairiyah Putra NW Rajek Lombok Tengah. Dalam penelitian ini, variabel x disebut variabel bebas *(indevendent variable)* adalah tekhnik

sosiodrama dan variabel y disebut variabel terikat *(devendent variable)* adalah berpikir positif.

Adapun indikator berpikir positif adalah 1) Masalah adalah sebagai tantangan, 2) Menikmati hidup, 3) Siap menerima saran, 4) Memangkas pikiran negatif, dan 5) Rasa syukur yang tinggi. Adapun bentuk dan pola penilaian berpikir positif adalah responden (subyek) penelitian tinggal memilih jawaban yang sesuai dengan keadaan dirinya. Angket ini terdiri atas 3 (tiga) alternatif pilihan jawaban yaitu a, b, c dengan pemberian skor adalah sebagai berikut : untuk pilihan (a) sering diberi skor 3 (tiga), untuk pilihan (b) kadang-kadang diberi skor 2 (dua) dan untuk pilihan (c) tidak pernah diberi skor 1 (satu). Sedangkan metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan rumus *T-tes*.

HASIL PENELITIAN

Menyusun tabel deviasi *pre-test* dan *post-test* dimaksudkan untuk mengetahui deviasi yang diperoleh sebelum dan sesudah pemberian *treatment* tekhnik sosiodrama. Berdasarkan hasil penyebaran angket *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan kepada 44 0rang pada siswa kelas VII dan VIII MTs Al-Khairiyah Putra NW Rajek Lombok Tengah. Hasil yang diperoleh adalah cukup besar pengaruh *treatment* tekhnik sosiodrama yang diberikan kepada siswa sehingga perubahan yang terjadi dapat dilihat dari hasil nilai data angket *pre-test* yaitu sebesar 1396 (dengan kode masing-masing siswa, AAZ = 31, AMA = 28, AR = 32, AIS = 31, ARD = 27, AA = 34, DSHS = 33, ERUL = 26, HA = 33, HA = 28, MAWIN =31, MSW =, 33, RAS = 32, MF = 27, MYRS = 27, NAR = 33, SAMSIA = 31, SAHBAN = 33, ZAIN= 28, AR =30, AR = 29, AY = 31, HSI = 26, MIH = 28, MIZ = 26, LSH = 29, MA=27, MHRS = 31, MJH = 30, MKP = 33, MK = 25, ML = 25, MIST = 31, MTH = 27, MWY = 32, MZ = 25, MS =28, SHY = 31, WS = 31, ZA =32, ZAEN = 33, MK = 32, AH = 29 dan MA = 31) dan nilai hasil angket *post-test* yang diperoleh sebesar 2394 (dengan kode masing-masing siswa, AAZ = 56, AMA = 55, AR = 51, AIS = 56, ARD = 54, AA = 57, DSHS = 52, ERUL = 58, HA = 51, HA = 51, MAWIN =57, MSW =, 51, RAS = 50, MF = 55, MYRS = 54, NAR = 51, SAMSIA = 54, SAHBAN = 53, ZAIN= 54, AR = 56, AR = 56, AY = 56, HSI = 54, MIH = 56, MIZ = 55, LSH = 55, MA=54, MHRS = 56, MJH = 54, MKP = 58, MK = 54, ML = 57, MIST = 51, MTH = 55, MWY = 58, MZ = 53, MS =53, SHY = 57, WS = 50, ZA =58, ZAEN = 57, MK = 50, AH = 55 dan MA = 58).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebelum diberikan *treatment*, hasil angket dari *pre-test* rendah, berbeda dengan setelah mendapatkan perlakuan atau *treatment* pemberian tekhnik sosiodrama dan melakukan pembagian angket *post-test* kembali kepada siswa dan hasilnya adalah terjadi perubahan yang berarti, walaupun ada hasil data yang tidak sesuai dengan harapan peneliti, tetapi dari keseluruhan hasil yang telah di jumlahkan dan pemberian *treatment* yang dilakukan peneliti cukup berhasil.

Tabel kerja untuk menghitung nilai t dengan menggunakan rumus t-test Tabel kerja untuk menghitung nilai t dengan menggunakan rumus t-test Tabel kerja untuk menghitung nilai t dengan menggunakan rumus t-test.

Tabel 01. Tabel kerja pengujian hipotesis tentang pengaruh teknik sosiodrama terhadap berpikir positif pada siswa MTs Al- Khairiyah Putra NW Rajek Kabupaten Lombok Tengah.

No	Kode Siswa	*Pree-test*	*Post-test*	*Gaind* (d) Post test – Pre test	xd= d-md	X^2d
(1)	*(2)*	*(3)*	*(4)*	*(5)*	*(6)*	*(7)*
1	AAZ	31	56	25	0,682	0.465
2	AMA	28	55	27	2,682	7193,124
3	AR	32	51	19	-5,318	28.281
4	AIS	31	56	25	0,682	0.465
5	ARD	27	54	27	2,682	7193,124
6	AA	34	57	23	-1,318	1,737
7	DSHS	33	52	19	-5,318	28,281
8	ERUL	26	58	32	7,682	58,186
9	HA	33	51	18	-6,318	39,917
10	HA	28	51	23	-1,318	1,737
11	MAWIN	31	57	26	1,682	2,829
12	MSW	33	51	18	-6,318	39,917
13	RAS	32	50	18	-6,318	39,917
14	MF	27	55	28	3.682	13557,124
15	MYRS	27	54	27	2.682	7,563
16	NAR	33	51	19	-5,318	28,281
17	SAMSIA	31	54	23	-1,318	1,737
18	SAHBAN	33	53	20	-4,318	18,645
19	ZAIN	28	54	26	1,682	2,829
20	AR	30	56	26	1,682	2,829
21	AR	29	56	27	2.682	7,563
22	AY	31	56	25	0.682	0,465
23	HSI	26	54	28	3,682	13557,124
24	MIH	28	56	28	3,682	13557,124
25	MIZ	26	55	29	4,682	21,921
26	LSH	29	55	26	1,682	2,829
27	MA	27	54	27	2.682	7,563
28	MHRIS	31	56	25	0.682	0,465
29	MJH	30	54	24	-0,318	0,101
30	MKP	33	58	25	0,682	0,465

31	MK	25	54	29	4,682	21,921
32	ML	25	57	24	-0,318	0,101
33	MST	31	51	20	-4,318	18,645
34	MTH	27	55	28	3,682	13557,124
35	MWY	32	58	26	1,682	2,829
36	MZ	25	53	28	3,682	13557,124
37	MS	28	53	25	0,682	0,465
38	SIIY	31	57	26	1,682	2,289
39	WS	33	50	17	-7,318	53,553
40	ZA	32	58	26	1,682	2,829
41	ZAEN	33	57	24	-0,318	0,101
42	MK	32	50	18	-6,318	39,917
43	AH	29	55	26	1,682	2,289
44	MA	31	58	27	2,682	7193,124
JUMLAH		1396	2394	1070		89844,919

Berdasarkan hasil perhitungan *t – test* yang diperoleh melalui analisis, ternyata nilai *t* diperoleh = 3.529 kemudian dikonsultasikan dengan nilai *t* dalam tabel dengan db (N – 1) = 44-1 = 43 dengan taraf signifikansi 5% = 2.021. Kenyataan ini menunjukkan bahwa nilai t hitung lebih besar dari pada nilai t tabel (3.529 > 2.021), Karena t hitung lebih besar dari nilai t tabel, maka penelitian ini dikatakan signifikan. Hal ini berarti bahwa hipotesis nol di tolak dan hipotesis alternatif diterima, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa : Ada Pengaruh Teknik Sosiodrama Terhadap Berpikir Positif pada Siswa Pada MTs AL-Khairiyah Putra NW Rajek Kabupaten Lombok Tengah.

PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah diberikan tekhnik sosiodrama. Karena dalam penelitian ini menggunakan *one group pre-test post-test design*. Dengan demikian, bahwa pelaksanaan tekhnik sosiodrama mempunyai peranan yang positif dalam membantu siswa dalam meningkatkan berpikir positif siswa.

Teknik sosiodrama adalah model pembelajaran bermain peran dengan mendramatisasi kehidupan nyata atau konflik yang belum terselesaikan dan sistem sosial yang membentuk individu secara kolektif.

Teknik Sosiodrama merupakan pembelajaran bermain peran untuk meningkatkan nilai tanggung jawab dan rasa berpikir positif.

Berpikir positf adalah berpikir tentang segala hal dengan cara yang logis. Orang yang berpikir positif, baik terhadap diri sendiri, orang lain, maupun lingkungan. Dengan demikian, orang yang berpikir positif tidak akan pernah putus asa, meskipun sering

menghadapi berbagai masalah hidup. Sebab, ia akan mudah menemukan jalan keluarnya.

Maka dapat dikatakan bahwa teknik sisiodrama merupakan suatu metode pembelajaran dalam mendramatisasikan tingkah laku para siswa dengan memberikan suntikan motivasi melalui teknik bermain peran dapat menanggulangi masalah hal-hal yang mengganggu atau menghimpit perasaan dapat diungkapkan, dilontarkan, diringankan dengan berbagai cara, pikiran yang suntuk, buntu, atau beku sangat berpengaruh terhadap pola pikir siswa dapat dicegah melalui berbagai masukan, pandangan dan tanggapan, serta pengetahuan yang bisa membuat siswa belajar menerapkan cara berpikir yang positif.

Dengan demikian teknik sisodrama dapat membantu meningkatkan cara berpikir yang posiif pada siswa di sekolah. Melalui drama-drama bermain peran juga dapat meningkatkan pola pikir yang positif pada siswa dan mengurangi pikiran-pikran negatif sehingga tujuan pendidikan dapat tercapai dengan optimal. Oleh sebab karena bahwa tekhnik sosiodrama mempunyai peranan yang positif dalam meningkatkan berpikir positif siswa kelas VII dan VIII Pada MTs AL-Khairiyah Putra NW Rajek Kabupaten Lombok Tengah.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan secara statistik dengan rumus *t-test* dapat dinyatakan bahwa t_{hitung} yang diperoleh yaitu 3,529 dan t_{tabel}, pada taraf signifikan 5% dan db=N-1=44-1= 43 yaitu 2,021 maka t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel}, (3,529 > 2,021), yang berarti hipotesis nol (Ho) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) yang diajukan diterima.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa: Ada Pengaruh Teknik Sosiodrama Terhadap Berpikir Positif Pada Siswa MTs AL-Khairiyah Putra NW Rajek Kabupaten Lombok Tengah. ”*Signifikan”.*

Berdasarkan simpulan penelitan di atas, maka disarankan kepada: Kepala sekolah, hendaknya selalu menjalin kerjasama yang baik dengan guru pembimbing, guru bidang studi, wali kelas dan orang tua/wali murid, serta pihak-pihak lainnya, dalam rangka untuk meningkatkan rasa berpikir positif siswa. agar Pengaruh teknik sisiodrama terhadap berpikir positif siswa berjalan dengan baik. Kepada Kepada Guru BK, hendaknya pelaksanaan teknik sosiodrama dilakukan secara intensif dan terprogram, karena terbukti bahwa teknik sosiodrama akan membantu siswa yang mengalami masalah rendahnya rasa berpikir positif. Pengaruh teknik sisodrama terhadap berpikir positif siswa MTs AL-Kkhaitiyah Putra NW Rajek Kabupaten Lombok Tengah. Kepada siswa, hendaknya betul-betul memanfaatkan teknik sosiodrama yang ada di sekolah dan berguna dalam kehidupan sehari-hari. Pengaruh Teknik Sisiodrama Terhadap Berpikir Positif Pada Siswa MTs AL-Khairiyah Putra NW Rajek Kabupaten Lombok Tengah. Kepada peneliti lain, diharapkan agar mengadakan penelitian yang lebih mendalam dan lebih luas, khususnya mengenai aspek-aspek yang belum terungkap dalam penelitian ini seperti bentuk teknik sosiodrama yang lain yaitu refleksi perasaan, eksplorasi pengalaman dan lain-lain. Pengaruh teknik sisodrama terhadap berpikir positif pada siswa MTs AL-Khairiyah Putra NW Rajek Kabupaten Lombok Tengah.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, *Suharsimi*. (*2006*). Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka.

Bachtiar, A. 2014. *Dahsyatnya Berpikir dan Berkeperibadian positif*. Yogyakarta: Araska

Djamarah. Zein. 2014. Strategi belajar mengajar. Jakarta. Rineka cipta

Evi Zuhara. 2015. "Efektivitas Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X di SMA Kartika Siliwangi 2 Bandung"

Elfiky, I. 2009. Terapi Berpikir Positif. Jakarta: Nusantara Lestari Ceria Pratama

Kholidah, E. N., & Alsa, A. 2012. Berpikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis. 39 (1). Hlm. 67-75

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R & D*. Bandung: Aneka Cipta.

Samadani, A. 2014. Sukses Itu Mudah. Jakarta: Mitra Wacana Media

Widyahening. Dkk, 2012.*Kajian drama teori dan implementasi. Surakarta* : Yuda Presinda