



Pengembangan Keterampilan Sosial Siswa Terisolir melalui Metode Bimbingan Pribadi-Sosial di SMP Negeri 5 Banguntapan

Octavia Arlina Shahara

Universitas Proklamasi 45, Yogyakarta, Indonesia

octavia.23oas@gmail.com

Anisatun Murtafiah

Universitas Islam Negeri Salatiga, Indonesia

anisatunmurtafiah99@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas metode bimbingan pribadi sosial, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam mengembangkan keterampilan sosial siswa terisolir di SMP Negeri 5 Banguntapan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Metode langsung meliputi konseling individu dan latihan keterampilan sosial yang bertujuan untuk memberikan bimbingan intensif dan terarah kepada siswa. Sementara itu, metode tidak langsung melibatkan pengawasan interaksi siswa dalam kegiatan kelompok dan observasi perilaku sehari-hari untuk membangun keterampilan sosial secara bertahap. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode langsung memberikan dampak yang cepat dalam meningkatkan keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri siswa, sementara metode tidak langsung berkontribusi dalam menciptakan lingkungan sosial yang mendukung perkembangan keterampilan sosial secara berkelanjutan. Berdasarkan temuan ini, disarankan agar sekolah mengintegrasikan kedua metode tersebut dalam program bimbingan konseling secara lebih sistematis untuk mengoptimalkan pengembangan keterampilan sosial siswa yang terisolir..

Kata kunci: Keterampilan Sosial, Siswa Terisolir, Metode, Bimbingan Pribadi-Sosial

Abstract

Development of Social Skills for Isolated Students through Personal-Social Guidance Methods at SMP Negeri 5 Banguntapan.

This research aims to analyze the effectiveness of personal social guidance methods, both directly and indirectly, in developing the social skills of isolated students at SMP Negeri 5 Banguntapan. This research uses a descriptive qualitative approach with data collection methods through interviews, observation and documentation. Direct methods include individual counseling and social skills training aimed at providing intensive and targeted guidance to students. Meanwhile, the indirect method involves monitoring student interactions in group activities and observing daily behavior to build social skills gradually. The research results show that the direct method has a quick impact in improving students' communication skills and self-confidence, while the indirect method contributes to creating a social environment that supports the development of social skills on an ongoing basis. Based on these findings, it is recommended that schools integrate these two methods in guidance and counseling programs more systematically to optimize the development of isolated students' social skills.

Keywords: *Social Skills, Isolated Students, Methods, Personal-Social Guidance*

A. Pendahuluan

Keterampilan sosial adalah kemampuan yang diperlukan individu untuk berinteraksi secara efektif dalam berbagai situasi sosial, termasuk komunikasi, empati, pengendalian diri, dan kerjasama (Bali, 2017). Bagi remaja, keterampilan sosial sangat penting karena mereka berada pada fase perkembangan yang menentukan dalam membangun hubungan dengan teman sebaya. Perkembangan keterampilan ini berperan besar dalam keberhasilan mereka di sekolah, baik secara akademik maupun sosial (Fakhriyani, 2018). Pada usia remaja, siswa yang kurang dalam keterampilan sosial berisiko mengalami isolasi dan kesulitan berinteraksi dengan teman-temannya.

Fenomena siswa terisolir bukanlah hal baru dalam dunia pendidikan. Banyak siswa yang, karena berbagai faktor, terpinggirkan dari kelompok sosial mereka di sekolah. Isolasi ini sering kali berhubungan dengan rendahnya

keterampilan sosial mereka, yang menyebabkan kesulitan dalam menjalin hubungan sosial (Muliani, 2017). Di SMP Negeri 5 Banguntapan, beberapa siswa menunjukkan tanda-tanda isolasi sosial, seperti tidak memiliki teman dekat dan cenderung menarik diri dari interaksi sosial dengan teman sebaya.

Keterampilan sosial tidak terbentuk secara alami, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti lingkungan keluarga, pengalaman sosial sebelumnya, dan interaksi dengan teman sebaya (Murtafiah & Sahara, 2019). Anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang mendukung, di mana keterampilan komunikasi dan hubungan sosial dipraktikkan, cenderung memiliki keterampilan sosial yang lebih baik. Sebaliknya, anak-anak yang mengalami pengalaman sosial negatif atau tidak mendapatkan dukungan yang memadai dari orang tua mereka mungkin mengalami kesulitan dalam mengembangkan keterampilan ini.

Isolasi sosial dapat berdampak negatif pada perkembangan emosional dan psikologis siswa. Siswa yang terisolir cenderung merasa kesepian, tidak percaya diri, dan berisiko mengalami masalah mental seperti depresi dan kecemasan (Martono et al., 2021). Selain itu, isolasi sosial juga dapat menghambat prestasi akademik siswa karena kurangnya dukungan sosial yang diperlukan untuk mengatasi tantangan belajar. Hal ini sangat relevan dalam konteks SMP Negeri 5 Banguntapan, di mana beberapa siswa menunjukkan penurunan prestasi yang signifikan akibat keterasingan sosial.

Sekolah memiliki peran penting dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial yang dibutuhkan untuk sukses di masyarakat. Program bimbingan dan konseling, serta intervensi sosial, dapat membantu siswa terisolir untuk mengembangkan keterampilan yang diperlukan dalam berinteraksi dengan teman sebaya (Murtafiah & Sahara, 2019). SMP Negeri 5 Banguntapan telah berupaya untuk memberikan bimbingan tambahan kepada siswa yang mengalami kesulitan sosial melalui program konseling kelompok dan individu.

Mengembangkan keterampilan sosial adalah salah satu cara yang efektif untuk membantu siswa terisolir kembali berintegrasi ke dalam kelompok sosial

mereka. Dengan pelatihan yang tepat, siswa dapat belajar cara berkomunikasi secara efektif, mengenali isyarat sosial, dan berempati terhadap orang lain (Retnomanisya et al., 2013). Program bimbingan sosial di sekolah dapat memberikan lingkungan yang mendukung bagi siswa terisolir untuk mempraktekkan keterampilan sosial mereka dan meningkatkan kesejahteraan emosional mereka.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan pentingnya keterampilan sosial dalam membentuk hubungan yang sehat antara individu dengan lingkungannya. Menurut Sangaswari et al., (2024), keterampilan sosial mencakup kemampuan untuk berkomunikasi, bekerja sama, dan berempati dengan orang lain, yang semuanya berperan penting dalam interaksi sehari-hari. Isolasi sosial pada anak-anak dan remaja, seperti yang dikemukakan oleh Azzahra (2020), sering kali disebabkan oleh kurangnya keterampilan sosial ini, yang membuat mereka kesulitan untuk berinteraksi dengan teman sebaya dan terlibat dalam kelompok sosial. Penelitian oleh Yulianti et al., (2023), juga menunjukkan bahwa siswa yang mengalami isolasi sosial lebih rentan terhadap masalah emosional dan perilaku negatif seperti kecemasan dan depresi.

Beberapa penelitian sebelumnya juga telah menyoroti intervensi yang efektif dalam mengatasi isolasi sosial melalui peningkatan keterampilan sosial. Kurniati (2011), menunjukkan bahwa program pembelajaran sosial dan emosional di sekolah, yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa, dapat secara signifikan mengurangi perasaan terisolasi. Studi oleh Mardiana et al., (2023), juga menekankan pentingnya program pelatihan keterampilan sosial yang dilaksanakan oleh konselor sekolah untuk meningkatkan interaksi sosial siswa dengan teman sebaya, terutama bagi siswa dengan gangguan perilaku atau emosional. Namun, meskipun banyak penelitian yang telah membahas pentingnya keterampilan sosial, masih sedikit yang secara khusus meneliti dampaknya pada siswa di SMP, terutama dalam konteks sekolah menengah di Indonesia.

Penelitian ini menghadirkan kontribusi baru dengan fokus pada keterampilan sosial siswa terisolir di SMP Negeri 5 Banguntapan. Salah satu aspek kebaruan (novelty) dari penelitian ini adalah pendekatannya yang menggabungkan observasi perilaku sosial dengan intervensi bimbingan dan konseling di lingkungan sekolah menengah. Studi-studi sebelumnya sebagian besar dilakukan di negara-negara Barat dengan konteks budaya yang berbeda (Cordier et al., 2015), sementara penelitian ini memberikan kontribusi pada literatur lokal mengenai keterampilan sosial dan isolasi sosial di sekolah-sekolah Indonesia, khususnya di daerah urban yang memiliki kompleksitas budaya dan sosial tersendiri.

Penelitian ini juga menawarkan implikasi praktis yang signifikan bagi pengembangan program bimbingan dan konseling di Indonesia. Sebagai temuan baru, penelitian ini mengeksplorasi bagaimana intervensi keterampilan sosial yang difasilitasi oleh konselor sekolah dapat membantu siswa yang mengalami isolasi sosial untuk berintegrasi kembali dengan teman sebaya mereka. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program konseling berbasis keterampilan sosial yang sesuai dengan konteks budaya dan kebutuhan siswa di Indonesia, yang selama ini masih jarang dibahas secara mendalam dalam literatur lokal (Norton et al., 2010).

Melihat dampak signifikan dari isolasi sosial terhadap perkembangan siswa, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan di SMP Negeri 5 Banguntapan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi keterampilan sosial yang dimiliki oleh siswa yang terisolir serta faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan tersebut. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada perbaikan program bimbingan dan konseling di sekolah, sehingga lebih efektif dalam membantu siswa yang mengalami kesulitan sosial. Seperti yang dikemukakan oleh Armita (2016), program yang tepat dapat meningkatkan kesejahteraan sosial dan emosional siswa secara keseluruhan.

B. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode lapangan untuk menggali secara mendalam keterampilan sosial siswa terisolir di SMP Negeri 5 Banguntapan. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti memahami pengalaman subjektif siswa yang terisolir dan bagaimana mereka berinteraksi dalam lingkungan sosial sekolah (Creswell & Creswell, 2017). Dengan pendekatan ini, peneliti dapat menangkap realitas sosial yang kaya dan kompleks serta mengungkap faktor-faktor sosial dan psikologis yang memengaruhi keterampilan sosial siswa.

Dalam pengumpulan data, penelitian ini menggunakan tiga teknik utama: wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan kepada siswa yang terisolir, guru, serta konselor sekolah untuk mendapatkan informasi mengenai pengalaman dan pandangan mereka tentang keterampilan sosial siswa (Kvale, 2009). Observasi dilakukan di lingkungan sekolah untuk mengamati interaksi sosial siswa terisolir secara langsung, baik di dalam maupun di luar kelas. Dokumentasi seperti catatan akademik, laporan bimbingan konseling, dan data terkait lainnya juga digunakan sebagai sumber informasi pendukung.

Data yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi dianalisis menggunakan analisis deskriptif kualitatif. Tahapan analisis dimulai dengan pengodean data untuk menemukan tema-tema utama terkait keterampilan sosial siswa terisolir (Miles & Huberman, 1994). Data dari wawancara dan observasi dikategorikan berdasarkan tema-tema seperti interaksi dengan teman sebaya, peran bimbingan konseling, serta hambatan-hambatan sosial yang dialami siswa. Hasil analisis disajikan dalam bentuk deskripsi naratif yang mendalam mengenai keterampilan sosial dan isolasi sosial siswa.

Untuk meningkatkan keabsahan temuan, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi dengan menggabungkan data dari tiga sumber: wawancara, observasi, dan dokumentasi. Triangulasi membantu peneliti memastikan bahwa

data yang diperoleh konsisten dan akurat (Rifa'i, 2023). Selain itu, peneliti juga melakukan pengecekan ulang dengan responden (*member checking*) untuk memastikan bahwa hasil wawancara dan interpretasi peneliti sesuai dengan pengalaman dan pandangan siswa yang terisolir. Prosedur ini bertujuan untuk meningkatkan kredibilitas hasil penelitian dan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang keterampilan sosial siswa di SMP Negeri 5 Banguntapan.

C. Pembahasan

1. Keterampilan Sosial Siswa Terisolir di SMP Negeri 5 Banguntapan

Keterampilan sosial adalah kemampuan yang memungkinkan seseorang untuk berinteraksi secara efektif dengan orang lain dalam situasi sosial yang beragam (Azzahra, 2020). Keterampilan ini meliputi aspek komunikasi verbal dan non-verbal, empati, kerjasama, serta pengendalian diri dalam menghadapi konflik. Dalam konteks pendidikan, keterampilan sosial yang baik berperan penting dalam keberhasilan akademik dan sosial siswa (Fakhriyani, 2018). Di SMP Negeri 5 Banguntapan, siswa yang terisolir menunjukkan keterbatasan dalam keterampilan sosial yang berdampak pada hubungan sosial mereka di sekolah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa faktor yang menyebabkan siswa terisolir adalah rendahnya kepercayaan diri, pengalaman negatif di lingkungan sekolah, dan pola asuh yang kurang mendukung perkembangan keterampilan sosial (Kurniati, 2011). Siswa yang terisolir sering kali merasa tidak nyaman dalam situasi sosial, sehingga mereka cenderung menarik diri dari interaksi dengan teman sebaya. Hal ini diperparah oleh stigma dari rekan-rekan mereka, yang menganggap siswa tersebut berbeda atau tidak pantas untuk dijadikan teman.

Siswa yang terisolir di SMP Negeri 5 Banguntapan mengalami dampak signifikan pada perkembangan keterampilan sosial mereka. Isolasi sosial sering kali membuat siswa kurang memiliki kesempatan untuk berlatih interaksi sosial yang sehat, yang mengakibatkan penurunan kemampuan dalam memahami dan

merespons isyarat sosial (Mardiana et al., 2023). Akibatnya, siswa ini menjadi semakin terasing dan sulit beradaptasi dengan dinamika sosial di sekolah.

Guru dan pihak sekolah memiliki peran penting dalam mendeteksi serta menangani siswa yang terisolir. Dalam penelitian ini, guru bimbingan konseling di SMP Negeri 5 Banguntapan telah melakukan beberapa intervensi, seperti memberikan sesi konseling kelompok dan pelatihan keterampilan sosial. Menurut Fakhriyani (2018), intervensi berbasis sekolah yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa dapat membantu mengurangi isolasi sosial dan meningkatkan kesejahteraan emosional siswa.

Pendekatan individual terhadap siswa terisolir melalui program bimbingan khusus juga terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial. Siswa diberikan pelatihan untuk mengenali emosi mereka dan bagaimana mengekspresikan diri dengan cara yang sesuai dalam situasi sosial. Intervensi seperti ini berdasarkan pendekatan psikologi perkembangan yang berfokus pada kebutuhan individu untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka dan hubungan interpersonal (Murtafiah & Sahara, 2019).

Namun, meskipun ada berbagai upaya untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa terisolir, terdapat beberapa faktor penghambat, seperti kurangnya dukungan dari teman sebaya dan keluarga yang tidak responsif terhadap kebutuhan sosial anak (Azzahra, 2020). Tanpa lingkungan yang mendukung di luar sekolah, siswa yang terisolir mungkin akan mengalami kesulitan untuk mempertahankan keterampilan sosial yang mereka pelajari di sekolah.

2. Implikasi untuk Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 5 Banguntapan

Penelitian mengenai keterampilan sosial siswa terisolir di SMP Negeri 5 Banguntapan menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling di sekolah memainkan peran penting dalam mendukung siswa yang mengalami isolasi sosial. Program bimbingan yang terstruktur dengan baik dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk berinteraksi secara efektif dengan teman sebaya (Azzahra, 2020). Dengan adanya konselor yang

profesional dan program yang terencana, siswa yang terisolir dapat diberdayakan untuk mengatasi kendala sosial yang mereka hadapi.

Implikasi utama dari temuan penelitian ini adalah perlunya sekolah untuk memberikan perhatian khusus pada pengembangan keterampilan sosial siswa. Keterampilan seperti komunikasi, empati, dan kerjasama harus menjadi fokus dalam program bimbingan dan konseling (Fakhriyani, 2018). Sesi bimbingan kelompok, misalnya, dapat digunakan sebagai sarana untuk melatih siswa dalam situasi sosial yang terkontrol, di mana mereka dapat belajar dan berlatih keterampilan sosial tanpa merasa tertekan oleh ekspektasi teman sebaya.

Konselor sekolah memiliki peran sebagai fasilitator dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial. Konselor perlu mengenali tanda-tanda isolasi sosial dan memberikan dukungan yang tepat waktu (Murtafiah & Sahara, 2019). Dengan pendekatan yang responsif dan empatik, konselor dapat membangun hubungan yang mendukung dengan siswa, membantu mereka mengidentifikasi masalah sosial mereka, serta bekerja sama untuk mengembangkan solusi yang efektif.

Bimbingan dan konseling yang efektif harus melibatkan kerjasama antara konselor, guru, dan orang tua. Guru yang memiliki akses langsung ke siswa setiap hari dapat membantu memantau perkembangan keterampilan sosial siswa, sedangkan orang tua berperan dalam memperkuat pembelajaran keterampilan sosial di rumah (Muliani, 2017). Kolaborasi ini akan menciptakan lingkungan yang konsisten dan mendukung, yang penting bagi siswa dalam mempertahankan keterampilan sosial yang mereka pelajari di sekolah.

Implikasi penting lainnya adalah perlunya intervensi dini untuk mencegah siswa terisolir dari kelompok sosial mereka. Intervensi dini dapat mencegah dampak negatif yang lebih besar, seperti penurunan prestasi akademik dan gangguan emosional (Retnomanisya et al., 2013). Program bimbingan yang diimplementasikan sejak awal sekolah menengah dapat membantu

mengidentifikasi siswa yang berisiko dan memberikan dukungan yang tepat sebelum masalah keterampilan sosial mereka semakin memburuk.

Sekolah juga perlu menyediakan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan diri mereka secara bebas dan tanpa rasa takut dihakimi. Konselor dapat menciptakan lingkungan yang aman di mana siswa merasa nyaman untuk berbagi perasaan dan pengalaman mereka. Menurut Norton et al., (2010), ruang yang aman ini sangat penting dalam membantu siswa mengatasi hambatan emosional yang mungkin mereka alami dan memungkinkan mereka untuk belajar keterampilan sosial dengan lebih efektif.

Terakhir, penting bagi program bimbingan dan konseling untuk dilakukan monitoring dan evaluasi secara berkelanjutan. Konselor harus memastikan bahwa strategi yang digunakan dalam program tersebut sesuai dengan kebutuhan individu siswa dan dapat dievaluasi secara berkala (Armita, 2016). Evaluasi ini penting untuk memastikan bahwa program berjalan efektif dan mampu membantu siswa yang terisolir meningkatkan keterampilan sosial mereka.

3. Metode Bimbingan Pribadi Sosial dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Siswa di SMP Negeri 5 Banguntapan

Siswa di SMP Negeri 5 Banguntapan termasuk dalam kategori siswa yang sedang dalam masa perkembangan, yang mana pada usia ini remaja memiliki permasalahan yang kompleks, karena pada masa ini remaja sedang mencari jati dirinya. Siswa di SMP Negeri 5 Banguntapan sebagian besar dari keluarga menengah ke bawah dan berasal dari desa, sehingga tidak sedikit masalah yang mereka hadapi. Masalah-masalah tersebut berkaitan dengan masalah pribadi, sosial, belajar, dan karir. Namun pada tahun ini permasalahan yang sedang ditangani oleh SMP Negeri 5 Banguntapan adalah banyaknya siswa terisolir yaitu siswa yang dijauhi oleh teman-temannya, dikarenakan terlalu pendiam, pemalu, tidak dapat berkomunikasi dengan baik, tidak pandai bergaul, sifatnya yang tidak disukai oleh teman-temannya dan keadaan keluarga yang tidak harmonis yang

diketahui oleh teman-temannya. Sebagaimana ungkapan Eni Widiyati dan Sajini, S.Pd di bawah ini:

“Siswa SMP sebagai masa transisi dari usia kanak-kanak ke masa remaja, dimana mereka menunjukkan bahwa diri mereka bukanlah lagi seorang anak kecil yang belum pandai bergaul dan berkomunikasi. Normalnya adalah seseorang dapat bergaul dan berkomunikasi yang baik dengan teman-temannya, guru, orang tua, bahkan orang lain yang baru mereka kenal. Tetapi tidak bagi beberapa siswa yang terisolasi atau terisolir dari teman-temannya. Mereka memiliki keterampilan sosial yang perlu ditingkatkan agar dapat bergaul dan berkomunikasi sebagaimana teman-teman yang lainnya” (Eni Widiyati dan Sajini, 2013).

Untuk lebih jelasnya kategori masalah keterampilan sosial siswa di SMP Negeri 5 Banguntapan secara rinci dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 8
Masalah Keterampilan Sosial Siswa

No.	Jenis Masalah	Faktor Penyebab	Keterangan
1.	Pendiam	Karakteristik siswa	Siswa yang tidak terisolir
2.	Pemalu	Masalah keluarga, minder	
3.	Kurang dapat berkomunikasi	Sifat yang dimiliki, pasif	
4.	Kurang dapat bergaul	Tidak disukai teman	Siswa terisolir
5.	Dijauhi oleh teman-temannya	Tidak bisa membawa diri	

Berdasarkan hasil wawancara dan data di atas menunjukkan bahwa bimbingan pribadi sosial diperlukan dan diharapkan mampu membantu siswa secara keseluruhan (siswa yang tidak terisolir maupun terisolir) dalam meningkatkan keterampilan sosial, sehingga siswa tersebut mampu bergaul dengan teman-temannya dan berkomunikasi baik dengan semua orang yang berada dalam lingkungan sekitar.

Metode yang digunakan dalam layanan bimbingan pribadi sosial dalam mengembangkan keterampilan sosial siswa di SMP Negeri 5 Banguntapan dibagi menjadi dua, yaitu metode langsung dan tidak langsung. Implementasi yang diterapkan sebagai bagian dalam layanan bimbingan dan konseling di SMP Negeri 5 Banguntapan dengan menggunakan kedua metode tersebut adalah seperti di bawah ini:

a. Metode Langsung

Metode langsung yang diaplikasikan di SMP Negeri 5 Banguntapan secara teknik masih dibagi menjadi dua yaitu secara individu dan kelompok. Implementasi dari ke dua metode tersebut secara individu yang diterapkan oleh guru BK dengan siswa berupa percakapan pribadi. Selain itu bimbingan juga dilakukan dengan kunjungan rumah (*home visit*), guru BK melakukan kunjungan dan juga bimbingan langsung di rumah siswa. Guru BK mengadakan dialog dengan siswa dan orang tuanya di rumah siswa sekaligus untuk mengamati keadaan rumah siswa dan kehidupan sosial siswa di lingkungan rumah. Pernyataan ini sebagaimana dikuatkan oleh penuturan guru BK yaitu Ibu Dra. Eni Widayati:

“Metode langsung yang kami lakukan untuk bimbingan pribadi sosial kepada siswa secara individu dengan berdialog langsung kepada siswa yang bersangkutan. Selain itu saat pulang sekolah terkadang saya menyempatkan diri untuk berkunjung kerumah siswa tersebut untuk mengetahui perilaku keseharian siswa tersebut dari orang tuanya” (Widayati, 2013).

Secara kelompok penerapan bimbingan pribadi sosial yang dilakukan oleh guru BK dengan cara memanggil beberapa siswa. Kemudian siswa tersebut dibimbing oleh guru BK di ruang BK pada saat jam istirahat, karena pada jam ini siswa tersebut memiliki waktu yang bersamaan. Selain itu teknik yang dilakukan secara kelompok atau disebut juga klasikal dengan cara guru BK masuk ke kelas dan memberikan bimbingan kelompok. Cara ini dilakukan pada saat terdapat jam kosong. Selain itu strategi yang dilakukan secara kelompok diantaranya adalah

melalui layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, layanan bimbingan kelompok maupun konseling kelompok.

b. Metode Tidak Langsung

Selain metode langsung, bimbingan juga dapat dilakukan dengan metode tidak langsung. Metode tidak langsung yang diterapkan oleh guru BK di SMP Negeri 5 Banguntapan tidak hanya melalui media benda mati saja, namun lebih kepada sinergi antara program yang telah ada di sekolah dengan guru BK. Adapun program sekolah yang dirasa cocok dijadikan sebagai metode tidak langsung dalam bimbingan ini yaitu ekstrakurikuler, outbond serta seminar dan pelatihan. Hal tersebut sebagaimana penuturan dari Ibu Sajini, S.Pd:

“Metode tidak langsung yang kami lakukan bukan semata melalui poster maupun papan bimbingan, namun berupa kegiatan yang bisa langsung dirasakan oleh siswa seperti ekstrakurikuler maupun kegiatan lainnya” (Sajini, 2013).

Metode yang digunakan di SMP Negeri 5 Banguntapan dari deskripsi di atas dapat disimpulkan bahwa metode yang benar-benar efektif yang dapat diaplikasikan dalam mengentaskan masalah keterampilan sosial siswa di sana adalah dengan menggunakan metode langsung dan metode tidak langsung.

Dalam suatu layanan bimbingan dan konseling untuk mencapai tujuan, tentunya harus didukung dengan adanya beberapa hal guna mempercepat tercapainya tujuan layanan yang ada dalam program kerja bimbingan dan konseling. Demikian juga dengan bimbingan pribadi sosial dalam meningkatkan keterampilan siswa terisolir juga membutuhkan beberapa hal yang mendukung demi berjalannya bimbingan secara maksimal.

Metode bimbingan pribadi sosial bertujuan untuk membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan sosial melalui intervensi terarah yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling. Menurut Corey (2013: 67), bimbingan pribadi sosial dirancang untuk membantu siswa mengatasi masalah pribadi dan sosial yang mungkin menghambat perkembangan

mereka. Di SMP Negeri 5 Banguntapan, metode ini digunakan untuk mengatasi keterbatasan keterampilan sosial pada siswa yang mengalami kesulitan berinteraksi dengan teman sebaya. Bimbingan pribadi sosial menyediakan pendekatan individual yang memungkinkan siswa terisolir untuk mengenali kekuatan dan kelemahan mereka dalam berinteraksi sosial, serta membangun kepercayaan diri.

Penelitian ini menunjukkan bahwa teknik yang digunakan dalam bimbingan pribadi sosial, seperti konseling individu, pelatihan keterampilan sosial, dan permainan peran (role-playing), efektif dalam membantu siswa terisolir di SMP Negeri 5 Banguntapan. Herlina (2015), menekankan bahwa teknik seperti permainan peran membantu siswa mempraktikkan interaksi sosial dalam lingkungan yang aman dan terkendali sebelum menerapkannya dalam situasi nyata. Di sekolah ini, konselor menggunakan metode ini untuk mengidentifikasi pola perilaku sosial yang tidak efektif pada siswa dan memberikan alternatif perilaku yang lebih konstruktif. Teknik ini membantu siswa memahami cara berkomunikasi, bekerja sama, dan menyelesaikan konflik dengan cara yang lebih baik.

Metode bimbingan pribadi sosial memiliki dampak positif pada perkembangan keterampilan sosial siswa yang mengalami isolasi sosial. Menurut hasil penelitian, siswa yang mendapatkan bimbingan pribadi sosial menunjukkan peningkatan dalam hal interaksi dengan teman sebaya, partisipasi dalam kegiatan kelas, dan hubungan yang lebih baik dengan guru dan teman (Gysbers & Henderson, 2014). Studi oleh Cook et al. (2005), juga menemukan bahwa siswa yang terlibat dalam program bimbingan sosial secara signifikan mengalami peningkatan dalam keterampilan seperti empati, komunikasi efektif, dan manajemen emosi, yang semuanya penting untuk membangun hubungan sosial yang sehat.

Hasil penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan program bimbingan dan konseling di sekolah. Bimbingan pribadi sosial harus diintegrasikan secara lebih luas ke dalam kurikulum sekolah untuk membantu

siswa mengatasi isolasi sosial dan meningkatkan keterampilan sosial mereka (Gysbers & Henderson, 2014). Program bimbingan yang komprehensif juga harus memperhatikan kebutuhan khusus siswa yang mungkin mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Dalam konteks SMP Negeri 5 Banguntapan, penekanan pada pelatihan keterampilan sosial melalui metode bimbingan pribadi sosial terbukti efektif, sehingga program ini harus terus dikembangkan dan disesuaikan dengan kebutuhan individu siswa.

D. Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa metode bimbingan pribadi sosial, baik yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung, efektif dalam mengembangkan keterampilan sosial siswa terisolir di SMP Negeri 5 Banguntapan. Metode langsung, seperti konseling individu dan latihan keterampilan sosial secara intensif, terbukti meningkatkan komunikasi verbal, kemampuan berempati, dan kepercayaan diri siswa dalam berinteraksi. Sementara itu, metode tidak langsung, seperti pengawasan dalam aktivitas kelompok dan observasi perilaku sosial siswa, membantu menciptakan lingkungan sosial yang lebih kondusif dan mendukung proses belajar interaksi antar siswa.

Metode bimbingan langsung yang diterapkan dalam penelitian ini berhasil memberikan dampak yang lebih cepat pada pengembangan keterampilan sosial siswa. Siswa dilatih untuk langsung terlibat dalam praktik interaksi sosial dengan bimbingan langsung dari konselor atau guru, sehingga kesalahan dapat segera dikoreksi. Di sisi lain, metode tidak langsung, seperti memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengamati dan meniru perilaku sosial yang baik dari teman sebaya, juga memberikan hasil positif namun membutuhkan waktu yang lebih lama untuk beradaptasi. Kombinasi kedua metode ini memberikan efek yang sinergis dalam membentuk keterampilan sosial siswa secara berkelanjutan.

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar sekolah lebih mengintegrasikan metode bimbingan pribadi sosial ke dalam program bimbingan

konseling secara formal dan terstruktur, terutama untuk siswa yang menunjukkan gejala isolasi sosial. Selain itu, pengawasan oleh guru dalam kegiatan ekstrakurikuler dan kelompok belajar bisa menjadi metode tidak langsung yang efektif untuk memperkuat interaksi sosial siswa. Konselor sekolah juga harus terus mengembangkan teknik bimbingan yang responsif terhadap kebutuhan sosial siswa, dengan melibatkan siswa dalam kegiatan yang memupuk keterampilan komunikasi dan kerja sama kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Armita, P. (2016). Meningkatkan Kesejahteraan Sosial Anak Jalanan dengan Teori Self Esteem Improving Street Children Welfare with Self Esteem Theory. *Jurnal PKS Vol, 15*(4), 377–386.
- Azzahra, F. (2020). Meningkatkan keterampilan sosial dengan social skill training pada anak autis. *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi, 4*(1), 29–39.
- Bali, M. M. E. I. (2017). Model interaksi sosial dalam mengelaborasi keterampilan sosial. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan, 4*(2).
- Cook, A., Spinazzola, J., Ford, J., Lanktree, C., Blaustein, M., Cloitre, M., & Van der Kolk, B. (2005). Complex trauma. *Psychiatric Annals, 35*(5), 390–398.
- Cordier, R., Speyer, R., Chen, Y.-W., Wilkes-Gillan, S., Brown, T., Bourke-Taylor, H., Doma, K., & Leicht, A. (2015). Evaluating the psychometric quality of social skills measures: a systematic review. *PloS One, 10*(7), e0132299.
- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (7th ed.). Brooks/Cole Thompson Learning.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Fakhriyani, D. V. (2018). Pengembangan keterampilan sosial anak usia dini melalui permainan tradisional Madura. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini, 5*(1), 39–44.
- Gysbers, N. C., & Henderson, P. (2014). *Developing and managing your school guidance and counseling program*. John Wiley & Sons.
- Herlina, U. (2015). Teknik role playing dalam konseling kelompok. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial, 2*(1), 94–107.
- Kurniati, E. (2011). *Program bimbingan untuk mengembangkan keterampilan sosial anak melalui permainan tradisional*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kvale, S. (2009). *Interviews: Learning the craft of qualitative research interviewing*. Sage.
- Mardiana, F., Irmayanti, N., & Kusnadi, S. K. (2023). TRANSFORMASI SOSIAL: PENGUATAN PPM MELALUI PELATIHAN KETERAMPILAN SOSIAL DALAM MENANGANI AGRESIVITAS ANAK. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR), 6*, 1–5.
- Martono, E. P., Solihatun, S., & Prasetyaningtyas, W. E. (2021). Pengaruh

- keterampilan sosial terhadap kepercayaan diri siswa terisolir. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(2), 167–174.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. sage.
- Muliani, N. (2017). Penerapan Terapi Keterampilan Sosial Dan Cognitive Behaviour Therapy Pada Klien Isolasi Sosial Dan Halusinasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(2), 83–90.
- Murtafiah, A., & Sahara, O. A. (2019). Pelaksanaan Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Siswa Terisolir Di SMP Negeri 5 Banguntapan. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 3(2).
- Norton, P. J., Washington, C. S., Peters, J. E., & Hayes, S. A. (2010). Diversity considerations in assessing social skills. *Practitioner's Guide to Empirically Based Measures of Social Skills*, 135–153.
- Retnomanisya, T. Y., Sugiharto, D. Y. P., & Suharso, S. (2013). Mengatasi Perilaku Terisolir Siswa Menggunakan Teknik Assertive Training pada Siswa Kelas IV. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 2(2).
- Rifa'i, Y. (2023). Analisis Metodologi Penelitian Kulitatif dalam Pengumpulan Data di Penelitian Ilmiah pada Penyusunan Mini Riset. *Cendekia Inovatif Dan Berbudaya*, 1(1), 31–37.
- Sangaswari, G. O., Syaifullah, H. I., Ibrahim, M. D. M., Sumarni, N., Dwiyantri, S. K., & Rakhman, A. (2024). Peran Keterampilan Sosial Membentuk Hubungan yang Sehat Dalam Mempengaruhi Interaksi Sosial di Lingkungan Sosial. *Jurnal Bisnis Dan Komunikasi Digital*, 1(3), 10.
- Yulianti, H., Umami, S. B., & Fathoni, M. (2023). Eksplorasi Faktor Psikososial Yang Mempengaruhi Penyebab Konflik Siswa Di Lembaga Pendidikan Era Pasca Pandemi. *Harmoni: Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Sosial*, 1(4), 178–193.