

**UPAYA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN  
KETERAMPILAN SOSIAL PESERTA DIDIK DI SMA ISLAM SUDIRMAN  
AMBARAWA TAHUN AJARAN 2023/2024**

Rista Arin Ningsih<sup>1</sup>, Umbu Tagela<sup>2</sup>, Adhi Krisna Maria<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Bimbingan dan Konseling Universitas Kristen Satya Wacana

<sup>1</sup>ristaarin111@gmail.com, <sup>2</sup>umbu.leba@uksw.edu, <sup>3</sup>adhi.asgustin@uksw.edu

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the efforts of guidance and counseling teachers in improving student skills at Sudirman Ambarawa Islamic High School in the 2023/2024 school year. This research uses qualitative research methods. This type of research is descriptive. The data collection techniques used are interviews, observation, and documentation. The data were analyzed by data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The subjects or informants in this study are counseling teachers and students who have low social skills. This study identified several findings related to the efforts made by counseling teachers in improving students' social skills. These efforts include: BK teachers provide a series of understandings about socializing which are carried out classically and provide ice breaking aimed at knowing the enthusiasm in interacting between students and their peers, BK teachers provide opportunities for students to respond well in play groups with their peers, BK teachers provide BK instruments and process the results obtained to determine the number of students with social problems, BK teachers provide BK services such as individual counseling with a reality counseling approach, BK teachers provide group guidance role-playing techniques and provide group counseling according to the number of students experiencing social skills problems.*

*Keywords: guidance and counseling teachers, social skills.*

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan keterampilan siswa di SMA Islam Sudirman Ambarawa tahun ajaran 2023/2024. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Data dianalisis dengan Reduksi Data, Penyajian Data, dan Pengambilan Kesimpulan. Subjek atau informan dalam penelitian ini adalah guru BK dan peserta didik yang memiliki keterampilan sosial rendah. Penelitian ini mengidentifikasi beberapa temuan terkait upaya yang dilakukan guru BK dalam meningkatkan keterampilan sosial peserta didik. Upaya-upaya tersebut antara lain: Guru BK memberikan serangkaian pemahaman mengenai bersosialisasi yang dilakukan secara klasikal dan memberikan ice breaking bertujuan untuk mengetahui antusiasme dalam berinteraksi antara peserta

didik dengan teman sebayanya, guru BK memberikan kesempatan peserta didik untuk merespon dengan baik dalam kelompok bermain dengan teman sebayanya, Guru BK memberikan instrumen BK dan mengolah hasil yang diperoleh untuk mengetahui jumlah peserta didik dengan permasalahan sosialnya, Guru BK memberikan layanan BK seperti konseling individu dengan pendekatan konseling realitas, Guru BK memberikan bimbingan kelompok teknik bermain peran dan memberikan konseling kelompok sesuai dengan jumlah peserta didik yang mengalami permasalahan keterampilan sosial.

Kata Kunci: guru bimbingan dan konseling, keterampilan sosial.

### **A. Pendahuluan**

Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana guna mewujudkan proses pembelajaran yang aktif sehingga peserta didik mampu mengembangkan potensi dalam dirinya. Pengembangan tersebut diantaranya: pengendalian diri, spiritual agama, kecerdasan, kepribadian, akhlak mulia, serta kemampuan terampil yang diperlukan dalam hidup bermasyarakat. Individu sebagai makhluk sosial memerlukan komunikasi dengan individu lain maupun dalam kelompok guna mengembangkan keterampilan sosial bermasyarakat.

Aktivitas publik menuntut individu memiliki pilihan untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan sekitarnya. Dalam hal ini individu perlu memiliki keterampilan sosial yang baik guna memiliki kesadaran dalam mengembangkan aktivitas

publik (Wahyuning Rici & Alawiyah, 2019). Seseorang dilahirkan belum memiliki keterampilan sosial, dan belum memiliki kemampuan bergaul. Pencapaian keterampilan sosial yang baik ditandai dengan matangnya kemampuan sosial dari diri individu. Untuk mencapai kematangan sosialnya, individu diharuskan belajar menyesuaikan diri dengan orang lain. Kemampuan sosialnya dapat diperoleh melalui berbagai kesempatan atau bisa melalui pengalaman dalam bergaul dengan orang-orang di lingkungan sekitarnya, mulai dari orang tua, saudara, teman sebaya, serta orang dewasa lainnya (Maharani et al., 2018)

Guru bimbingan dan konseling di sekolah berperan penting dalam pendidikan yaitu untuk membantu tugas perkembangan peserta didik dalam mencapai perkembangan secara optimal. Selama berproses di

sekolah peserta didik tentunya harus beradaptasi dengan lingkungannya seperti teman, pelajaran, jam mata pelajaran, guru, dan lainnya. Peserta didik memerlukan komunikasi yang baik dengan orang lain sebagai sarana interaksi sosial di sekolah. Peserta didik dalam jenjang sekolah menengah ke atas masih dikategorikan sebagai remaja. Suatu proses perkembangan remaja dimulai dari ketergantungan pada orang tua menuju kebiasaan. Ditandai dengan minat seksualitas, penampilan dalam diri individu, dan mulai fokus pada standar kebijakan moral. (Haq & Misnawi, 2020) mengungkapkan bahwa dalam membantu peserta didik meningkatkan kemampuan interaksi sosialnya, guru bimbingan dan konseling menerapkan beberapa teknik dan pemberian layanan konseling meliputi bantuan layanan konseling individual, layanan bimbingan kelompok, layanan konsultasi, dan layanan home visit (kunjungan rumah). Strategi guru bimbingan dan konseling dalam membantu keterampilan sosial yang rendah yaitu (1) Bekerja sama dengan wali kelas, wali murid, dan peserta didik. (2) Menyelenggarakan diskusi dalam lingkup bimbingan kelompok.

(Kartono, 2008) mengungkapkan bahwa lingkungan sekitar dapat mempengaruhi remaja. Seiring berjalannya waktu, banyak perubahan terjadi dalam lingkungan remaja, seperti perubahan mentalitas remaja terhadap orang tua, guru, teman, saudara, serta masyarakat. Hal tersebut merupakan salah satu bentuk respon perkembangan remaja.

Salah satu dampak dari perilaku kurang baik remaja saat ini karena rendahnya keterampilan sosial yang dimiliki. Remaja perlu mengembangkan keterampilan sosialnya agar mereka mampu menyesuaikan diri dengan baik dengan keadaan mereka saat ini dan dapat memenuhi tugas-tugas perkembangannya. Pada lingkungan masyarakat, umumnya gejala masalah yang ditemukan pada remaja adalah sikap-sikap individualistis, sikap egoistis, malas berinteraksi dengan tetangga, rendahnya empati, malas berkomunikasi, sikap acuh tak acuh, dan kurangnya rasa tanggung jawab (Virdawati et al., 2021). Hal itu menunjukkan kurangnya keterampilan sosial dalam kehidupan sehari-hari sebagai makhluk sosial. Mutamimah (Shalma, 2020) menyatakan bahwa

seseorang diharuskan mampu dalam mengatasi problematika yang timbul sebagai hasil dari hubungan sosialnya dengan lingkungan sekitar dan mampu menunjukkan dirinya sesuai norma aturan yang berlaku. Maka dari itu, individu diharuskan untuk menguasai keterampilan sosial dan kemampuan dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungannya. Keterampilan sosial menjadi penting ketika remaja semakin menginjak dewasa. Mereka akan memasuki dunia pergaulan yang lebih luas dan terbuka dengan teman sebayanya sehingga lingkungan pertemanan juga akan sangat menentukan interaksi mereka.

Kegagalan remaja dalam keterampilan sosialnya dapat menyebabkan mereka kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan disekitarnya sehingga dapat menyebabkan rasa rendah diri, dikucilkan dari pergaulan, cenderung berperilaku normatif, misalnya perilaku antisosial. Menurut (Shalma, 2020) keterampilan sosial memuat aspek antara lain : saling bekerja sama, keterampilan untuk saling berinteraksi sesama, keterampilan dalam mengontrol dirinya dan orang

lain, saling bertukar pikiran, saling bertukar pengalaman sehingga akan menciptakan suasana yang menyenangkan didalam anggota kelompok. Pentingnya keterampilan sosial pada masa remaja menumbuhkan diri peserta didik untuk selalu belajar dan membenahi diri. Namun, terdapat peserta didik dalam menguasai keterampilan sosial akan menyebabkan rendah diri, dikucilkan dari pergaulan, serta cenderung berperilaku anti sosial (Maharani et al., 2018).

(Isni et al., 2021) dalam penelitiannya yang berjudul Pola Komunikasi dan Keterampilan Sosial Remaja di Era Digital menemukan bahwa permasalahan pada remaja meliputi kurangnya pengetahuan remaja mengenai pola komunikasi dan keterampilan sosial menyebabkan kurangnya sikap dalam berperilaku remaja dalam berkomunikasi di masyarakat. Hal tersebut menjadikan remaja enggan berkomunikasi secara langsung didunia nyata, kurang percaya diri dalam mengemukakan pendapat, dan dapat menyebabkan kurangnya keterampilan remaja dalam menyaring

ketepatan informasi yang diterima remaja itu sendiri.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh penulis pada guru bimbingan dan konseling serta perwakilan peserta didik di sekolah menengah atas, khususnya di SMA Islam Sudirman Ambarawa bahwa terdapat peserta didik yang masih sulit untuk bersosialisasi atau berinteraksi dengan orang lain terutama interaksi dengan teman yang berbeda kelas, serta interaksi dengan guru mata pelajaran khususnya pada peserta didik kelas 10. Peserta didik lebih suka berinteraksi dengan kelompok teman dekatnya saja. Peserta didik masih kesulitan dalam membangun hubungan interaksi dengan orang lain. Peserta didik kelas 10 masih membutuhkan adaptasi untuk saling mengenal satu lain dikarenakan mereka baru saja memasuki sekolah dibangku SMA. Adapun observasi yang penulis lakukan menemukan bahwa peserta didik lebih suka berinteraksi dengan kelompok teman dekatnya saja, tidak mau menjalin kedekatan dengan teman berbeda kelas, cenderung pendiam dan suka menyendiri. Dapat disimpulkan, bahwa keterampilan sosial peserta didik tersebut cenderung rendah

karena terlihat dari perilaku-perilaku yang tampak pada diri mereka.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan jenis deskriptif. Penelitian ini berlokasi di SMA Islam Sudirman Ambarawa. Penelitian ini berlangsung sejak 26 Februari sampai dengan 20 April 2024. Data dalam penelitian ini berasal dari subjek yaitu guru bimbingan dan konseling serta peserta didik dengan keterampilan sosial yang rendah. Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui Teknik wawancara mendalam, observasi, dan studi dokumentasi. Nasution dalam buku (Sidiq et al., 2019) menjelaskan, pedoman wawancara berisi daftar pertanyaan yang lebih rinci, dan bersifat terbuka yang telah dipersiapkan terlebih dahulu dan akan diajukan menurut urutan pertanyaan yang telah dibuat oleh peneliti. Dalam penelitian ini, sebelum pelaksanaan penelitian uji validasi pedoman wawancara telah ditinjau ulang dan disetujui oleh dosen pembimbing utama dan dosen pendamping serta layak digunakan untuk digunakan wawancara penelitian.

### **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

#### **1. Kondisi Keterampilan Sosial Peserta Didik Di SMA Islam Sudirman Ambarawa**

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan, kondisi keterampilan sosial di SMA Islam Sudirman Ambarawa 90% cukup bagus, sebagian 10% peserta didik masih memiliki keterampilan sosial yang rendah.

Sebagai guru BK, sudah menjadi tugas dan tanggung jawab untuk membantu mengatasi permasalahan yang dialami oleh peserta didik. Keterampilan sosial yang masih rendah membutuhkan bantuan agar mencapai kematangan sosial. Peserta didik dengan keterampilan sosial rendah rata-rata disebabkan oleh rasa minder, kurangnya rasa percaya diri, cenderung suka menyendiri, kurang penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar. Selain itu, terdapat peserta didik dengan keterampilan sosial yang rendah tidak mempunyai teman dikelasnya. Peserta didik di SMA Islam Sudirman Ambarawa dengan keterampilan sosial yang baik mampu menunjukkan sikap bersosialisasinya disekolah dengan menerapkan 5S (senyum, salam, sapa, sopan, dan,

santun) sesuai dengan visi misi sekolah tersebut.

Perilaku keterampilan sosial yang rendah ditunjukkan ketika peserta didik tersebut lebih suka menyendiri, merasa minder dengan teman, jarang beranjak dari tempat duduk, dan menyapa teman seperlunya saja ketika disekolah. Peserta didik yang cenderung menyendiri seolah-olah merasa bahwa apa yang sedang dilakukannya sudah menjadi kesibukannya sendiri.

Guru BK berpandangan bahwa keterampilan sosial peserta didik yang masih rendah mempunyai permasalahan yang tidak bisa diungkapkan yang menjadi alasan mengapa peserta didik kurang bisa bersosialisasi dengan sekitar. Permasalahan yang dialami tentu perlu diselidiki lebih dalam oleh guru BK.

Dari perilaku-perilaku peserta didik yang mempunyai keterampilan sosialnya rendah, tentu mempunyai faktor penyebabnya. Dalam hal ini penulis menjabarkan faktor-faktor yang menyebabkan keterampilan sosial rendah yaitu : (1) Faktor kepribadian. faktor tersebut berasal dari dalam diri peserta didik sendiri. Hal ini ditunjukkan dengan peserta

didik yang tidak percaya diri, introvert, sering merasa minder dengan lingkungan sekitar. (2) Faktor keluarga. Faktor keluarga tersebut mengarah pada kebiasaan orangtua dirumah. Terdapat peserta didik yang tidak mau bersosialisasi karena kurang mendapatkan perhatian dari orang tua, orangtua banyak mengekang anaknya seperti tidak diperbolehkan bermain dengan teman sebayanya, dan orangtua sibuk bekerja. (3) Faktor lingkungan. Faktor tersebut berasal dari teman sebayanya. Ketika peserta didik dengan kekurangan fisik, maka teman dengan keterampilan sosial yang bagus akan menjaga jarak. Sehingga peserta didik dengan keterampilan sosial yang rendah akan merasa minder dengan temannya. (4) Faktor gen. Faktor tersebut berasal dari bawaan ketika dirumah.

## **2. Bentuk interaksi sosial peserta didik di SMA Islam Sudirman Ambarawa**

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan bentuk interaksi sosial dari peserta didik yang cukup baik yaitu peserta didik mau menyapa dan tegur sapa dengan bapak ibu guru di sekolah dengan kepercayaan dirinya, ketika pembelajaran di kelas peserta

didik mau ikut aktif dalam tanya jawab dengan guru, peserta didik mau membuka komunikasi dengan guru misalnya hanya bercerita sudah menunjukkan kemampuan interaksi yang baik. Sedangkan peserta didik dengan keterampilan sosial yang rendah cenderung berinteraksi seperlunya saja dengan teman dan akan berbicara ketika ditanya dengan temannya. Bentuk perilaku keterampilan sosial yang baik ditunjukkan oleh peserta didik di SMA Islam Sudirman Ambarawa yaitu peserta didik mampu menerapkan 5S di sekolah baik dengan guru maupun dengan teman sebayanya, ketika mendapatkan tugas dari guru peserta didik mampu bertanggungjawab dan bekerjasama terhadap kelompoknya, peserta didik mampu mengemukakan pertanyaan dan jawaban dengan rasa percaya diri yang dimilikinya.

Terdapat peserta didik di SMA Islam Sudirman Ambarawa yang kurang mampu menjalin interaksi antar teman. Adapun langkah yang diberikan guru BK kepada peserta didik tersebut dengan diberikan pengarahan kepada peserta didik bahwa sebagai individu kita tidak bisa hidup sendiri. Guru BK menyampaikan bahwa bersosialisasi

bukan hanya dari lingkungan sekolah saja, kemampuan bersosialisasi juga dibutuhkan di masyarakat dan dibutuhkan ketika seseorang sudah memasuki dunia yang lebih luas setelah lulus dari sekolah.

Pada dasarnya manusia hidup bersosialisasi dan tidak hidup sendiri. Dalam kehidupan, sosialisasi adalah proses penanaman nilai, kebiasaan, dan aturan dalam bertingkah laku di masyarakat. Selanjutnya, peserta didik di SMA Islam Sudirman Ambarawa dengan keterampilan sosial rendah memiliki dampak yang mungkin akan terjadi. Dampak yang mungkin terjadi apabila keterampilan sosial peserta didik masih rendah yaitu akan berdampak pada kegiatan pembelajarannya. Pembelajaran yang berupa proyek membutuhkan keaktifan peserta didik dalam kelompok. Keaktifan peserta didik tersebut masuk kedalam kriteria penilaian guru. Apabila peserta didik dengan keterampilan sosial yang masih rendah terlihat tidak memberikan sumbang ide dan tidak bisa mempresentasikan hasil proyek kelompok maka hal tersebut akan berpengaruh pada penilaiannya. Kemudian dampak lain yang terjadi, peserta didik tersebut tidak memiliki

relasi teman yang luas dan hanya terbatas. Dengan relasi pertemanan yang luas memiliki pengaruh dengan bertambahnya wawasan yang luas pula. Apabila peserta didik dengan keterampilan sosial rendah, kemungkinan wawasan tentang dunia luar tidak luas. Selain itu kemungkinan dampak yang akan terjadi maka nantinya temannya akan terbatas.

### **3. Upaya guru BK meningkatkan keterampilan sosial di SMA Islam Sudirman Ambarawa**

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan, guru BK di SMA Islam Sudirman Ambarawa memberikan upaya-upaya agar peserta didik mampu mengatasi masalah keterampilan sosialnya. Adapun berbagai upaya guru BK dalam meningkatkan keterampilan sosial peserta didik yang masih rendah yaitu : (1) Memberikan pemahaman terlebih dahulu secara klasikal dikelas. Sebelum masuk pemberian pemahaman, guru BK memberikan ice breaking yang melibatkan kelompok. Maka dari situ akan terlihat interaksi satu sama lain. (2) Guru BK memberikan kesempatan peserta didik untuk merespon dengan baik dalam kelompok bermain dengan teman sebayanya. (3) Guru BK

melakukan instrumen BK seperti sosiogram, daftar cek masalah, dan AKPD. Setelah menyebar instrumen ke dalam kelas, guru BK mengolah hasil instrumen. Lalu guru BK akan mendapatkan hasil sesuai kebutuhan peserta didik. Dari situ akan diketahui mana peserta didik dengan keterampilan sosial yang sudah baik dengan keterampilan sosial peserta didik yang masih rendah. (4) Guru BK menentukan layanan konseling yang tepat bagi peserta didik sesuai dengan permasalahan yang dialami pada hasil instrumen BK. (5) Guru BK memberikan konseling individu pada peserta didik. Konseling individu tersebut berpusat pada konseli itu sendiri. Guru BK menggunakan pendekatan konseling realitas. Alasannya karena konseling realitas akan terus menggali apa permasalahan yang dialami seperti apa, perasaan negatifnya seperti apa, dan sebagainya. (6) Guru BK memberikan bimbingan kelompok teknik bermain peran. Bertujuan agar peserta didik itu memiliki kemampuan berbicara, bisa merespon, bisa memberi pendapat, bisa bereaksi secara positif dengan teman sebaya. Serta Guru BK memberikan Konseling kelompok sesuai dengan jumlah

peserta didik yang mengalami permasalahan yang sama baik dalam kelas maupun luar kelas. Didalam kelompok tersebut guru BK membebaskan mereka untuk terbuka satu sama lain, jujur, bebas menyampaikan obrolan.

Upaya-upaya yang telah dilakukan guru BK dalam membantu meningkatkan keterampilan sosial peserta didik yang masih rendah yaitu cukup efektif. Beberapa layanan bimbingan dan konseling dapat membantu individu untuk berkembang lebih baik. Setelah diberikan layanan BK, masalah peserta didik seperti ketidakcakapan dan tidak percaya diri dalam bersosialisasi dapat membantu individu untuk berprogres cukup baik.

Setiap peserta didik memiliki keunikan. Upaya-upaya yang efektif dapat bervariasi tergantung pada kebutuhan individu. Guru BK harus memahami peserta didik secara mendalam dan mengadaptasi pendekatan mereka sesuai dengan situasi.

#### **4. Hambatan yang terjadi dalam membantu mengatasi keterampilan sosial peserta didik yang rendah di SMA Islam Sudirman Ambarawa**

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan hambatan yang terjadi

dalam membantu mengatasi keterampilan sosial peserta didik yang rendah yaitu : (1) Berkaitan dengan waktu. Dalam menggali permasalahan yang dialami konseli, dalam konseling membutuhkan pertemuan lebih dari satu kali sampai permasalahan dari peserta didik tuntas. Tetapi dalam pelaksanaannya belum maksimal dikarenakan pertemuan hanya terbatas. (2) Peserta didik merasa takut mengikuti konseling.

Untuk mengatasi hambatan tersebut, guru BK melakukan pendekatan kepada peserta didik dan membuat peserta didik merasa nyaman. Guru BK tetap melakukan tegur sapa kepada peserta didik dan tidak memaksa peserta didik untuk mengikuti konseling. Dalam mengatasi permasalahan peserta didik mengenai keterampilan sosial di SMA Islam Sudirman Ambarawa, guru BK menjalin kerjasama dengan guru wali kelas dan guru mata pelajaran. Jika guru BK tidak menjalin kerjasama dengan guru wali kelas dan guru mapel maka proses pelaksanaan pemberian layanan konseling tidak akan berjalan lancar. Guru BK mendapatkan laporan dari wali kelas mengenai masalah yang sedang dialami oleh peserta didik. Sehingga

guru BK dapat membantu peserta didik dengan pendekatan konseling yang tepat sesuai permasalahan konseli.

Menjalin kerjasama antara guru BK, guru wali kelas, dan guru mapel adalah bentuk kegiatan kolaboratif interaktif yang dapat memberikan sumbangan pemikiran dan atau tenaga untuk mengembangkan dan melaksanakan program layanan bimbingan dan konseling. Dalam mengatasi permasalahan peserta didik mengenai keterampilan sosial di SMA Islam Sudirman Ambarawa, guru BK juga menjalin kerjasama dengan wali murid. Guru BK mencari tahu lebih dalam penyebab peserta didik tidak mau bersosialisasi disekolah dan guru BK juga melakukan home visit untuk berkomunikasi dengan orang tua peserta didik. Komunikasi sebagai kunci utama dalam membangun hubungan yang sehat antara orang tua dan guru. Sehingga guru BK lebih mudah mendapatkan informasi yang tepat.

## **Pembahasan**

### **1. Kondisi Keterampilan Sosial peserta didik di SMA Islam Sudirman Ambarawa**

Berdasarkan hasil wawancara, 90 % memiliki kecakapan sosial yang

baik, sedangkan 10% sisanya belum memiliki kecakapan sosial yang baik. Keterampilan sosial yang masih rendah memerlukan bantuan agar peserta didik mampu mencapai kematangan sosialnya. Rendahnya keterampilan sosial rata-rata disebabkan oleh perasaan minder, perasaan tidak percaya diri, cenderung suka menyendiri, serta kurangnya penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar. Guru BK berpendapat bahwa keterampilan sosial peserta didik yang masih rendah mempunyai permasalahan yang tidak bisa diungkapkan sehingga menyebabkan alasan peserta didik tidak terampil dalam bersosialisasi. Sependapat dengan (Karimizzah et al., 2020) yang menjelaskan bahwa betapa pentingnya keterampilan sosial yang dimiliki bagi peserta didik karena peserta didik dapat bertindak sesuai dengan tuntutan lingkungan sosial, sehingga peserta didik secara umum dapat diterima dengan baik oleh lingkungan disekitar. Namun, jika peserta didik memiliki keterampilan sosial yang rendah, dapat menghambat dalam hubungan sosialnya, bertindak maladaptive, cenderung tertutup.

Rendahnya keterampilan sosial mempunyai faktor penyebab diantaranya : faktor kepribadian, faktor keluarga, faktor lingkungan, serta faktor genetik. Sejalan dengan (Sunarti, 2023) yang menjelaskan faktor-faktor yang menjadi penyebab rendahnya keterampilan sosial peserta didik antara lain : faktor dari keluarga seperti kurangnya perhatian, faktor sekolah seperti pertemanan dalam kelompok kurangnya bersosialisasi dengan lawan jenis , faktor lingkungan seperti umur yang berbeda dengan anak dan lingkungan sekitar yang baru, karakteristik individu seperti kurangnya kepercayaan diri.

## **2. Bentuk interaksi sosial peserta didik di SMA Islam Sudirman Ambarawa**

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan bentuk interaksi sosial dari peserta didik yang cukup baik yaitu peserta didik mampu mengawali untuk menyapa dan tegur sapa dengan bapak ibu guru ataupun dengan teman-temannya, ketika pembelajaran di kelas peserta didik secara aktif melakukan tanya jawab dengan guru, peserta didik mampu membuka komunikasi dengan diawali bercerita dan mengungkapkan apa

yang sedang dirasakan. Bentuk interaksi peserta didik di SMA Islam Sudirman Ambarawa tersebut sesuai pada aspek keterampilan sosial menurut Caldarella & Merrel (Katoro & Yuwono, 2018) berkaitan dengan peer relationship dimana peserta didik mampu menunjukkan sikapnya dalam memberikan apresiasi positif pada teman sebaya, mampu bergabung atau memulai percakapan, memiliki kepekaan (empati dan simpati) terhadap apa yang dirasakan, serta memiliki kemampuan mudah beradaptasi dan mempunyai banyak teman. Sedangkan bentuk interaksi sosial dari peserta didik yang masih rendah cenderung memiliki interaksi yang terbatas dan berbicara hanya ketika ditanya. Interaksi yang dilakukan terbatas pada situasi yang diperlukan atau ketika merasa sangat nyaman dengan teman-temannya. Peserta didik yang memiliki keterampilan sosial rendah cenderung mengalami banyak masalah dalam hubungan sosial dan sering terkait dengan berbagai masalah perilaku sosialnya. Oleh karena itu, penting bagi layanan bimbingan dan konseling untuk memahami dan mendukung peserta didik dalam mengembangkan

keterampilan sosial mereka (Maharani et al., 2018).

Dampak yang akan terjadi apabila keterampilan sosial peserta didik masih rendah yaitu : akan berdampak pada kegiatan pembelajarannya. Pembelajaran yang berupa proyek membutuhkan keaktifan peserta didik dalam kelompok. Peserta didik dengan keterampilan sosial rendah akan terlihat tidak memberikan sumbang pemikiran dalam kelompoknya. Kemudian dampak lain yang terjadi, peserta didik tersebut tidak memiliki relasi teman yang luas dan hanya terbatas. Adanya relasi pertemanan menjalin hubungan sosial yang menjadi bagian khas dalam pencarian jati diri remaja. Selain itu, wawasan tentang dunia luar tidak luas. Berdasarkan hasil penelitian diatas, menunjukkan bahwa penelitian tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan (Virdawati et al., 2021) yaitu : kurangnya aspek dari keterampilan sosial akan berpengaruh pada diri individu. Keterampilan individu rendah dapat menyebabkan sikap antisosial yang ditandani dengan kecenderungan untuk memisahkan diri, bersikap individualistis, tidak dapat menghargai perbedaan

pendapat, berprasangka buruk, dan kurang memiliki banyak teman.

### **3. Upaya guru BK meningkatkan keterampilan sosial di SMA Islam Sudirman Ambarawa**

Upaya sebagai usaha kegiatan yang mengarahkan tenaga, pikirann untuk mencapai suatu tujuan. Peserta didik yang mengalami permasalahan mengenai hubungan sosialnya menjadi tugas guru BK untuk menemukan solusi agar tercapai tugas perkembangannya secara optimal. Penulis menjabarkan upaya untuk meningkatkan keterampilan sosial peserta didik sebagai berikut :

- (1) Memberikan pemahaman terlebih dahulu secara klasikal dikelas. Sebelum masuk pemberian pemahaman, guru BK memberikan ice breaking yang melibatkan kelompok. Tujuannya untuk mengetahui antusiasme dalam berinteraksi antara peserta didik dengan teman sebayanya.
- (2) Guru BK memberikan kesempatan peserta didik untuk merespon dengan baik dalam kelompok bermain dengan teman sebayanya.
- (3) Guru BK melakukan instrumen BK seperti sosiogram, daftar cek masalah, dan AKPD. Setelah menyebar instrumen ke dalam kelas, guru BK mengolah hasil

instrumen. Lalu guru BK akan mendapatkan hasil sesuai kebutuhan peserta didik. Dari situ akan diketahui mana peserta didik dengan keterampilan sosial yang sudah baik dengan keterampilan sosial peserta didik yang masih rendah. Selanjutnya Guru BK menentukan layanan konseling yang tepat bagi peserta didik sesuai dengan permasalahan yang dialami pada hasil instrumen BK.

- (4) Guru BK memberikan konseling individu pada peserta didik. Konseling individu tersebut berpusat pada konseli itu sendiri. Guru BK menggunakan pendekatan konseling realitas. Alasannya karena konseling realitas akan terus menggali apa permasalahan yang dialami seperti apa, perasaan negatifnya seperti apa, dan sebagainya.
- (5) Guru BK memberikan bimbingan kelompok teknik bermain peran. Bertujuan agar peserta didik itu memiliki kemampuan berbicara, bisa merespon, bisa memberi pendapat, bisa bereaksi secara positif saat itu juga yang ada hubungannya dengan teman sebayanya.
- (6) Guru BK memberikan Konseling kelompok sesuai dengan jumlah peserta didik yang mengalami permasalahan yang sama baik dalam kelas maupun luar kelas.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian (Rahmi, 2020) yang menjelaskan upaya meningkatkan interaksi sosial peserta didik antara lain : Guru BK memberikan motivasi, Guru BK melakukan konseling individu agar peserta didik leluasa dalam menyampaikan kesulitan-kesulitan pada dirinya, Guru BK melakukan bimbingan kelompok melalui treatment atau pendekatan-pendekatan dalam layanan BK. Melalui pemberian bantuan layanan BK inilah, peserta didik akan memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya, serta kemungkinan upaya untuk mengatasi masalahnya dan bertujuan peserta didik dapat mengenal diri sendiri, menerima diri sendiri serta realistis dalam proses penyesuaian dengan lingkungannya (Yuniati et al., 2013)

#### **4. Hambatan yang terjadi dalam membantu mengatasi keterampilan sosial peserta didik yang rendah di SMA Islam Sudirman Ambarawa**

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan hambatan yang terjadi dalam membantu mengatasi keterampilan sosial peserta didik yang rendah yaitu : (1) Berkaitan dengan

waktu. Waktu pemberian bimbingan konseling hanya terbatas. Masih terdapat kelas yang belum mendapatkan layanan BK (2) Peserta didik memiliki ketakutan mengiktui konseling. Dalam hal tersebut, guru BK memiliki strategi agar peserta didik merasa nyaman dan menghilangkan rasa ketakutan pada dirinya. Dalam sekolah, guru BK di SMA Islam Sudirman Ambarawa menjalin kerjasama dengan guru wali kelas dan guru mata pelajaran. Jika guru BK tidak menjalin kerjasama dengan guru wali kelas dan guru mapel maka proses pelaksanaan pemberian layanan konseling tidak akan berjalan lancar. Guru BK menjalin kerjasama dengan wali murid. Guru BK mencari tahu lebih dalam penyebab peserta didik tidak mau bersosialisasi disekolah dengan melakukan home visit untuk berkomunikasi dengan orang tua peserta didik. Hasil Penelitian (Lestari, 2020) menjelaskan bahwa guru wali kelas dan guru mata pelajaran merupakan salah satu pihak yang memiliki kedekatan erat dengan peserta didik, dimana hal tersebut sejalan dengan temuan penelitian, yang mana guru BK menjalin kolaborasi dengan guru lain atau guru mapel membantu terlaksananya

program BK secara menyeluruh. Kerjasama antara guru BK dengan wali kelas dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling terdapat pada guru BK, wali kelas, peserta didik, sarana dan prasarana, dan waktu yang tersedia menjadi faktor pendukung dalam sekolah (Ma'fiah, 2020).

#### **D. Kesimpulan**

Guru bimbingan dan konseling di sekolah memiliki peran penting dalam membantu mengentaskan permasalahan yang dialami oleh peserta didik. Salah satu permasalahan yang berkaitan dengan rendahnya keterampilan sosial peserta didik. Guru BK tentu memiliki berbagai macam layanan konseling diantaranya konseling individu, bimbingan kelompok, bimbingan klasikal, dan sebagainya yang dapat membantu peserta didik. Adapun upaya yang dilakukan guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan keterampilan sosial peserta didik yang yaitu : Guru BK memberikan serangkaian pemahaman mengenai bersosialisasi yang dilakukan secara klasikal dan memberikan *ice breaking*, guru BK memberikan kesempatan peserta didik untuk merespon dengan

baik dalam kelompok bermain dengan teman sebayanya, Guru BK memberikan instrumen BK dan mengolah hasil yang diperoleh, Guru BK memberikan layanan BK seperti konseling individu dengan pendekatan konseling realitas, Guru BK memberikan bimbingan kelompok teknik bermain peran dan memberikan konseling kelompok sesuai dengan jumlah peserta didik yang mengalami permasalahan keterampilan sosial.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Haq, M. D., & Misnawi. (2020). Upaya Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Siswa Melalui Bimbingan Kelompok. *Edu Consilium: Jurnal BK Pendidikan Islam*, 1(2), 60–68.
- Isnai, K., Nurfatona, W. Y., & Nisa, K. (2021). Pola Komunikasi dan Keterampilan Sosial Remaja di Era Digital. *Panrita Abdi*, 5(4), 681–689.
- Karimizzah, D. A., Suhartono, S., & Hidayah, R. (2020). Keterampilan Sosial: Analisis Perilaku Siswa Terhadap Orang Lain Pada Siswa Kelas 3 Sd Negeri 2 Kebumen. *Kalam Cendekia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 8(3). <https://doi.org/10.20961/jkc.v8i3.43978>
- Kartono, K. (2008). *Patologi sosial 2: Kenakalan remaja*.
- Katoro, A. V., & Yuwono, S. (2018). *Perbedaan keterampilan sosial ditinjau dari sistem pendidikan*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Lestari, A. (2020). *BENTUK*

- KOLABORASI GURU MATA PELAJARAN DENGAN GURU BK DALAM PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING. <https://lib.unnes.ac.id/46524/>
- Ma'fiah, S. (2020). *Kerjasama Guru Bimbingan dan Konseling Dengan Wali Kelas dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling di SMAN 12 Banjarmasin*.
- Maharani, L., Masya, H., & Janah, M. (2018). Peningkatan keterampilan sosial peserta didik SMA menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 5(1), 65–72.
- Rahmi, M. (2020). *Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Di MAN 4 Aceh Besar*. UIN Ar-raniry Banda Aceh.
- Shalma, O. (2020). Keterampilan Sosial Siswa SMP Negeri 2 Undaan Kabupaten Kudus. *Skripsi. Tidak Diterbitkan. Fakultas Ilmu Sosial. Universitas Negerin Semarang: Semarang*.
- Sidiq, U., Choiri, M., & Mujahidin, A. (2019). Metode penelitian kualitatif di bidang pendidikan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1–228.
- Sunarti. (2023). **FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB RENDAHNYA KETERAMPILAN SOSIAL SISWA DAN UPAYA PENANGGULANGANNYA THE**. 2, 153–164.
- Virdawati, P., Hendriana, H., & Rosita, T. (2021). Profil Keterampilan Sosial Siswa Di Sman 2 Purwakarta. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(6), 494–503.
- Wahyuning Rici, O. T., & Alawiyah, T. (2019). Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Kerjasama Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa. In *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)* (Vol. 2, Issue 5, p. 171). <https://doi.org/10.22460/fokus.v2i5.3520>
- Yuniati, Y., Setyowani, N., & Saraswati, S. (2013). Upaya Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Siswa Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 2(3).