



Teknik Sosiodrama melalui Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Perilaku Prososial Siswa Pasca-Pandemi

Galuh Ayu Pramudita¹ , Arbin Janu Setiyowati¹ , Yuliati Hotifah¹ 



INFORMASI ARTIKEL

Diterima 6 Mar 2026
Direvisi 10 Apr 2026
Disetujui 10 Apr 2026
Tersedia Online 10 Apr 2026

KATA KUNCI

Teknik Sosiodrama; Bimbingan Kelompok; Perilaku Prososial

AFILIASI

1. Departemen Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Malang, Kota Malang, Indonesia

KONTAK

Galuh Ayu Pramudita,
Departemen Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Malang, Kota Malang, Indonesia
Email: Galuhayu712@gmail.com

KUTIP ARTIKEL INI

Pramudita, G.A., Setiyowati, A.J., Hotifah, Y. (2026). "Teknik Sosiodrama Melalui Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Perilaku Prososial Siswa Pasca-Pandemi", CITA INSIGHT: Journal of Counseling and Educational Dynamic 1(1), 33-47.
<https://journal.citacendekia.com/cijced/article/view/9>

ABSTRAK

Pendahuluan: Perkembangan pasca pandemi membawa dampak pada menurunnya kualitas interaksi sosial remaja, yang sering kali ditandai dengan munculnya perilaku antisosial serta memudarnya rasa empati di lingkungan sekitarnya. Di sisi lain, keterampilan prososial yakni tindakan sukarela untuk menolong orang lain tanpa pamrih merupakan aspek krusial yang harus dimiliki individu sebagai makhluk sosial. Tujuan penelitian ini adalah mensintesis efektivitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama dalam meningkatkan perilaku prososial siswa, merespons degradasi keterampilan sosial di era digital pasca-pandemi.

Metode: Tinjauan ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR). Pencarian literatur dilakukan pada *database* Google Scholar, SINTA, dan Scopus. Kriteria inklusi mencakup artikel jurnal empiris *peer-reviewed* (2016-2026), subjek siswa SMP-SMA/SMK, dan intervensi sosiodrama pada variabel prososial. Kriteria eksklusi meliputi studi non-empiris, jenjang usia dini/dewasa, dan instrumen ukur yang tidak valid.

Hasil: Sintesis terhadap tujuh artikel utama mengonfirmasi bahwa sosiodrama memberikan efek signifikan terhadap peningkatan perilaku prososial. Analisis komparatif menunjukkan divergensi efektivitas: pada siswa SMP, teknik ini secara efektif menginternalisasi empati dasar dan mereduksi agresi verbal; sedangkan pada jenjang SMA/SMK, teknik ini secara superior memfasilitasi komunikasi interpersonal kompleks, asertivitas sosial, dan resolusi konflik teman sebaya. Pemberian ruang bagi siswa untuk bermain peran mengeksplorasi tokoh tertentu terbukti efektif dalam memecahkan masalah sosial, yang secara konsisten berkontribusi pada peningkatan signifikan terhadap perilaku prososial siswa.

Simpulan: Layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama merupakan pendekatan yang efektif untuk meningkatkan perilaku prososial pada siswa. Intervensi ini memberikan struktur yang terarah bagi siswa untuk berlatih menumbuhkan empati, berinteraksi secara positif, dan menginternalisasi nilai-nilai kepedulian sosial untuk diterapkan dalam kehidupan nyata. Sosiodrama adalah instrumen terapeutik yang relevan untuk merestorasi perilaku prososial remaja. Peneliti selanjutnya disarankan merancang studi longitudinal dan model "sosiodrama hibrida", sementara praktisi konseling perlu mengintegrasikan teknik ini ke dalam program intrakurikuler wajib.

ABSTRACT

Introduction: Post-pandemic developments have led to a decline in the quality of adolescents' social interactions, often characterized by the emergence of antisocial behavior and a diminishing sense of empathy within their social circles. On the other hand, prosocial skills voluntary acts of helping others without expecting anything in return are a crucial aspect that individuals must possess as social beings. The purpose of this study is to synthesize the effectiveness of group guidance using sociodrama techniques in enhancing students' prosocial behavior, in response to the degradation of social skills in the post-pandemic digital era.



This work is licensed under [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/). This license enables reusers to distribute, remix, adapt, and build upon the material in any medium or format, so long as attribution is given to the creator.

Method: This review employs a Systematic Literature Review (SLR) methodology. The literature search was conducted in the Google Scholar, SINTA, and Scopus databases. Inclusion criteria included peer-reviewed empirical journal articles (2016–2026), participants from junior high and high school/vocational school students, and sociodrama interventions targeting prosocial variables. Exclusion criteria included non-empirical studies, early childhood/adult age groups, and invalid measurement instruments.

Results: A synthesis of seven key articles confirms that sociodrama has a significant effect on increasing prosocial behavior. A comparative analysis reveals divergent effectiveness: among middle school students, this technique effectively fosters basic empathy and reduces verbal aggression; whereas among high school and vocational school students, this technique significantly facilitates complex interpersonal communication, social assertiveness, and peer conflict resolution. Providing students with the space to role-play and explore specific characters has proven effective in solving social problems, which consistently contributes to a significant increase in students' prosocial behavior.

Conclusions: Group counseling services using sociodrama techniques are an effective approach for enhancing prosocial behavior in students. This intervention provides a structured framework for students to practice developing empathy, interacting positively, and internalizing values of social concern to apply in real life. Sociodrama is a relevant therapeutic tool for restoring prosocial behavior in adolescents. Future researchers are advised to design longitudinal studies and a "hybrid sociodrama" model, while counseling practitioners need to integrate this technique into mandatory intraschool programs.

1. PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial yang memiliki kecenderungan alami untuk berinteraksi, membentuk hubungan dan terlibat dalam berbagai dinamika sosial. Interaksi dan hubungan yang terjalin antar individu inilah yang mewarnai kehidupan manusia sebagai makhluk sosial. Makhluk sosial yang digambarkan saling membutuhkan antar individu satu dengan individu lain. Menurut Rizkia dkk. (2022) manusia pada dasarnya adalah makhluk sosial yang perlu berinteraksi dengan individu lain dilingkungannya setiap saat, dapat dikatakan bahwa manusia individu yang saling bergantung dan membutuhkan. Baik secara sadar atau tidak, manusia akan selalu berhubungan satu sama lain untuk mencukupi kebutuhan dalam kehidupannya (Iffah & Yasni, 2022).

Namun meskipun manusia secara umum dianggap sebagai makhluk sosial, terdapat fenomena yang berlawanan dengan ini. Seiring berkembangnya zaman saat ini, kodrat manusia sebagai makhluk sosial yang didalamnya dimana individu akan saling menjalin hubungan dengan berkomunikasi, saling membutuhkan, tolong menolong, dan bekerjasama sudah mulai terkikis dan menurun. Padahal bahkan dalam setiap agama, diajarkan untuk saling berhubungan baik dengan sesama manusia (Daksanugraha dkk., 2025). Memasuki epos modernitas lanjut yang digawangi oleh disrupsi teknologi digital, masyarakat global kini dihadapkan pada fenomena sosiologis yang sangat paradoksal dan mengkhawatirkan. Kodrat interdependensi ini sedang mengalami proses pengikisan yang masif. Kondisi ini diperburuk dan diampifikasi secara ekstrem oleh terjadinya pandemi, yang memaksa seluruh populasi dunia, termasuk remaja usia sekolah, untuk masuk ke dalam fase isolasi fisik yang berkepanjangan.

Ketika transisi pasca-pandemi dimulai, para sosiolog dan psikolog pendidikan menemukan bahwa meskipun restriksi fisik telah dicabut, kesejahteraan sosial (*social well-being*) para remaja tidak serta-merta pulih (Rizki & Fildazah, 2025). Menurut penelitian mutakhir dari studi longitudinal kesejahteraan remaja di era pasca-pandemi, dilaporkan adanya peningkatan sentimen alienasi; remaja merasa semakin terputus dari komunitas mereka, menunjukkan sinisme terhadap institusi sosial, dan memiliki kecenderungan bersikap apatis terhadap

penderitaan sesama. Komunikasi layar yang asinkron dan teralienasi (*screen-mediated communication*) telah menumpulkan kemampuan remaja untuk membaca gestur non-verbal, mengatur intonasi emosional, dan merasakan empati afektif secara langsung (Huda, 2025). Hilangnya ruang-ruang perjumpaan organik ini memunculkan perilaku antisosial baru, seperti egoisme akut, intoleransi, narsisme digital, isolasi diri secara sukarela (*hikikomori*), hingga agresivitas dunia maya atau *cyberbullying* yang eskalasinya sangat merusak arsitektur mental remaja.

Dalam agama islam, setiap muslim wajib berperilaku saling menolong dengan sesama makhluk hidup karena itu merupakan perilaku yang mulia (Hayati, 2023). Dalam lapisan masyarakat tanpa terkecuali siswa remaja kini banyak memiliki perilaku anti sosial yang dimana individu lebih suka hidup sendiri, tidak saling tolong menolong, lebih mementingkan kepentingan pribadi dan menganggap orang lain tidak penting bahkan lunturnya rasa simpati dan empati antar sesama. Oleh karena itu, siswa remaja memiliki tanggung jawab sosial agar fenomena ini tidak terus terjadi. Salah satu dari keterampilan sosial yang perlu dikembangkan adalah keterampilan prososial. Perilaku prososial merupakan kebalikan dari perilaku antisosial (Ardhiani & Darsinah, 2023).

Perilaku prososial merupakan tanggung jawab seorang individu guna meningkatkan toleransi hidup antar sesama individu dengan bersosialisasi dan berinteraksi satu sama lain (Guo dkk., 2025). Sikap prososial juga merupakan segala bentuk sikap positif baik melalui fisik, psikis bahkan materil dan lain sebagainya (Wafa & Majid, 2024). Jadi perilaku sosial ini adalah tindakan spontan yang dilakukan oleh seorang individu semata-mata untuk membantu atau menolong orang lain tanpa pamrih. Akan timbul perasaan positif ketika siswa menerapkan perilaku menolong yang kemudian mendorong siswa untuk melakukan perbuatan-perbuatan positif lainnya (Fansuri dkk., 2026).

Perilaku prososial bukan sekadar tindakan kebaikan acak; ia adalah sebuah konstruksi psikologis kompleks yang mencakup segala bentuk tindakan sukarela yang secara spesifik dirancang dan ditujukan untuk memberikan manfaat, meringankan beban, atau menolong orang lain tanpa adanya ekspektasi imbalan eksternal (pamrih) (Wafa & Majid, 2024). Untuk meningkatkan atau mengembangkan perilaku prososial ini kepada siswa, perlu diadakannya sebuah layanan bimbingan dan kelompok. Salah satu layanan yang dapat digunakan guna mencapai tujuan ini adalah dengan diadakannya bimbingan kelompok. Menurut Romlah dalam (Syarifien dkk., 2023) bimbingan kelompok merupakan layanan yang memberikan bantuan pada siswa dalam setting kelompok untuk mencegah masalah dan mengembangkan potensi siswa sebagai anggota kelompok. Dinamika bimbingan kelompok dimana timbulnya suasana aktif, hidup, bergerak dan berkembang dengan adanya interaksi yang baik antar anggota.

Penelitian ini membawa kebaruan (*novelty*) yang sangat menonjol dengan mengargumentasikan dan membuktikan bahwa teknik sosiodrama memiliki superioritas absolut dibandingkan teknik bimbingan kelompok lainnya (seperti diskusi, *homeroom*, atau *cinema therapy*) khusus untuk konteks tantangan sosial di era digital pasca-pandemi. Sosiodrama merupakan salah satu bentuk teknik yang dapat membantu siswa dalam memecahkan masalah sosial melalui kegiatan drama, dimana siswa akan memerankan suatu peran tertentu dari situasi masalah sosial (Altinay, 2024). Adapun tujuan dari penggunaan teknik ini adalah untuk melatih keterampilan dalam kehidupan, memahami prinsip, melatih memecahkan masalah, meningkatkan kreatifitas dan motivasi serta melatih siswa bekerja sama dan mengembangkan sikap toleransi (Amalia & Zahro, 2022). Berdasarkan pemaparan diatas, maka penulis tertarik

untuk meneliti teknik sosiodrama yang digunakan pada bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku prososial pada siswa, dikarenakan teknik sosiodrama pada layanan bimbingan kelompok ini akan berfokus pada penyelesaian masalah sosial yang dalam hal ini berkaitan dengan prososial.

Sosiodrama, yang dikembangkan dari akar teori psikodrama J.L. Moreno adalah sebuah teknik terapeutik berupa dramatisasi (permainan peran) yang sengaja dirancang untuk memecahkan konflik sosial kolektif yang timbul dalam hubungan antarmanusia (Hayuni & Flurentin, 2024). Berdasarkan fondasi latar belakang yang komprehensif ini, artikel Systematic Literature Review ini disusun dengan tujuan utama tidak hanya untuk mengidentifikasi keberadaan efektivitas sosiodrama, tetapi juga untuk membedah anatomi dari proses terapeutik tersebut, mensintesisnya dengan literatur mutakhir, dan memetakan secara kritis bagaimana pola efektivitas teknik ini berbeda pada jenjang kognitif yang beragam (antara siswa SMP dan SMA/SMK).

2. METODE

2.1 Desain Penelitian Tinjauan Literatur Sistematis (SLR)

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kajian literatur sistematis (literature review). Kajian literatur adalah suatu penelusuran dan penelitian kepustakaan dengan membaca berbagai buku, jurnal dan terbitan-terbitan karya ilmiah terdahulu yang berkaitan dengan topik penelitian (Marzi dkk., 2025; Nuha dkk., 2024). Hasil dari kajian ini kemudian disusun menjadi sebuah karya ilmiah baru. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa pada metode ini, peneliti tidak melakukan studi ke lapangan dikarenakan hanya berfokus pada pengambilan dan analisis data dari literatur yang telah ditemukan (Chand, 2025). Literatur berfokus pada topik yang akan dibahas, yang dalam hal ini berkaitan dengan teknik sosiodrama, bimbingan kelompok dan perilaku prososial. Metode SLR yang diimplementasikan dalam studi ini mengadopsi struktur esensial dari protokol PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), yang dimodifikasi agar sesuai dengan lanskap penelitian pendidikan dan konseling sosial. Tahapan PRISMA mencakup perencanaan, penelusuran, penyaringan kriteria, penilaian kelayakan, ekstraksi data, dan sintesis naratif kritis (Anjani dkk., 2026).

2.2 Strategi Pencarian Literatur

Untuk memastikan temuan yang dihasilkan memiliki validitas eksternal yang luas dan tidak bias, penelusuran literatur dilakukan melintasi beberapa basis data repositori akademik elektronik terkemuka yang menyajikan karya ilmiah *peer-reviewed*. Basis data yang digunakan meliputi Google Scholar, Scopus, DOAJ, SINTA. Strategi pencarian dijalankan menggunakan kombinasi sintaksis kata kunci baik dalam versi Bahasa Indonesia maupun Bahasa Inggris, yang dihubungkan dengan operator Boolean (AND, OR) untuk memperluas (inklusif) sekaligus menyempitkan (eksklusif) hasil agar relevan dengan rumusan masalah (Adys, 2025). Kata kunci yang diaplikasikan antara lain: ("Teknik Sosiodrama" OR "Sociodrama Technique" OR "Sociodrama Intervention" OR "Role-play Counseling") AND ("Bimbingan Kelompok" OR "Group Counseling" OR "Group Guidance") AND ("Perilaku Prososial" OR "Prosocial Behavior" OR "Altruism" OR "Interpersonal Communication" OR "Social Interaction").

2.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi



Untuk menjaga homogenitas objek, relevansi kontekstual, dan validitas inferensi yang ditarik, penentuan literatur yang layak ditinjau didasarkan pada parameter inklusi dan eksklusi yang diterapkan secara ketat.

TABEL 1

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
Rentang tahun 2016-2026	Kajian teoretis konseptual seperti <i>systematic review</i> , <i>meta analisis</i> .
Populasi fase remaja mulai Sekolah Menengah Pertama dan Atas (SMA-SMA/SMK) sederajat.	Fase anak usia dini, sekolah dasar, mahasiswa dan dewasa lanjut.
Penggunaan data empiris yang mencakup riset kuantitatif eksperimental.	Penggunaan instrumen teknik selain sosiodrama.
Artikel secara eksplisit meneliti implementasi Bimbingan Kelompok menggunakan Teknik Sosiodrama yang mengukur Perilaku Prosocial atau variabel dependen komunikasi interpersonal, empati atau reduksi agresi.	Artikel non peer reviewed seperti artikel berita, blogspot, wikipedia.

2.4 Ekstraksi Data

Setelah kriteria tersebut diaplikasikan terhadap hasil pencarian awal (melalui proses pembacaan judul dan abstrak untuk menyingkirkan literatur yang tidak relevan secara kasat mata), artikel-artikel yang lolos *screening* kemudian diunduh teks lengkapnya (*full-text*). Teks lengkap ini kemudian dianalisis satu per satu. Literatur yang terkonfirmasi memenuhi seluruh syarat metodologis kemudian diekstraksi ke dalam tabel hasil tinjauan literatur sistematis. Tabel ini akan mencatat poin-poin krusial mulai dari nama penulis, tahun rilis, rumusan tujuan penelitian, metode dan subjek penelitian, dan temuan utama. Berbasis pada tabel tabulasi inilah *synthesis kritis* dan narasi komparatif disusun untuk menjawab tuntutan pertanyaan riset.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Tinjauan Literatur

Berdasarkan tahapan penyaringan metode *Systematic Literature Review* yang ketat, sejumlah literatur inti telah terpilih sebagai basis empiris kajian ini. **Tabel 2** di bawah ini merangkum dan memetakan karakteristik fundamental dari artikel-artikel yang lolos evaluasi inklusi, menampilkan spektrum metodologi, dan cakupan temuan yang bervariasi dari jenjang SMP hingga SMA/SMK.

TABEL 2

Hasil Tinjauan Literatur Sistematis

No.	Judul dan Penulis	Tujuan Penelitian	Metode dan Subjek Penelitian	Temuan Utama
1.	Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Perilaku Prosocial Siswa Kelas X OTKP SMKN Ngraho (Amalia & Zahro, 2022)	Mengetahui efektivitas teknik sosiodrama terhadap peningkatan prososial siswa kejuruan yang berstatus rendah.	Kuantitatif Pre-Eksperimental (one group pre-post test). Sampel siswa kelas X (purposive sampling).	Terdapat pelonjakan signifikan skor pretest (53,25) menjadi posttest (93,13). Sosiodrama sangat efektif meningkatkan kepedulian antar-siswa kejuruan dalam 6 kali perlakuan.
2.	Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Dalam Meningkatkan Perilaku Prosocial Kelas X TAV (Budiyanti, 2020)	Menguji perbedaan efektivitas sosiodrama melawan teknik diskusi konvensional dalam hal perilaku sopan santun/prososial.	True-Experimental (pre-test post-test control group). 9 siswa (eksperimen sosiodrama), 9 siswa (kontrol diskusi).	Kelompok sosiodrama (mean 152,22) jauh mengungguli kelompok kontrol (mean 131,22). Sosiodrama terbukti secara parametrik (t-hitung 6,808)

No.	Judul dan Penulis	Tujuan Penelitian	Metode dan Subjek Penelitian	Temuan Utama
				superior merombak afeksi sosial.
3.	Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Sosiodrama Terhadap Perilaku Prososial Siswa Kelas X SMK pada Masa Pandemi (Syarifien dkk., 2023)	Mendeskripsikan adaptasi dan efektivitas katartik sosiodrama spesifik pada masa/pasca pandemi COVID-19.	Kualitatif Deskriptif (Observasi naturalistik & wawancara mendalam). Setting: SMK Nusa Bhakti.	Evaluasi masalah melalui pementasan peran mendobrak apati pasca-pandemi. Siswa secara langsung menghayati situasi dan menunjukkan empati organik dalam interaksi lanjutan.
4.	Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Perilaku Prososial Siswa SMP (Hayati, 2023)	Menguji apakah sosiodrama mampu mengubah penalaran moral tingkat pertama yang berdampak pada tindakan prososial di SMP.	Kuantitatif Korelasional & Kuasi-Eksperimen. Sampel populatif besar: siswa SMPN 3.	Sosiodrama meningkatkan penalaran moral secara simultan; berkorelasi positif sangat signifikan dengan perilaku prososial empiris ($r=0,499$, $p=0,000$).
5.	Improving students' interpersonal communication skills using group guidance services with the sociodrama technique (Septine dkk., 2026)	Menurunkan variabel prososial menjadi kecerdasan komunikasi interpersonal, mengeksplorasi efektivitasnya dalam dinamika kelompok.	Research & Development (R&D) dan studi lapangan (Field Test). Subjek: Siswa Madrasah Aliyah/SMP.	Sosiodrama berkontribusi masif terhadap perbaikan komunikasi asertif, kemampuan mendengar empatik (listening), dan pemecahan dinamika konflik sosial. Produk sangat dapat diterima (highly acceptable).
6.	Efektivitas Teknik Sosiodrama Melalui Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Verbal Siswa SMP (Winarlin dkk., 2024)	Menekan tingkat agresivitas verbal yang merupakan proksi dan cikal bakal hilangnya perilaku prososial di usia remaja awal.	Kuantitatif Pre-Eksperimental (one group pre-post test). Subjek khusus dengan skor agresivitas verbal tinggi di SMP.	Bermain peran terbukti drastis menurunkan agresivitas. Pelaku mampu mengevaluasi dampak kata-katanya akibat merasakan perspektif distansiasi sebagai "korban" dalam lakon drama.
7.	Pengembangan Panduan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Membantu Meningkatkan Keterampilan Prososial (Rizkia dkk., 2022)	Mengembangkan, menguji kelayakan, dan membuktikan validitas buku panduan standar sosiodrama prososial secara empiris.	Research & Development (R&D) model 4D. Uji kelayakan pakar (CVI) dan uji efektivitas empiris pada 25 siswa MAN.	Panduan tervalidasi sangat tinggi (CVI=1). Uji keefektifan menghasilkan t-count (6.765) dengan Effect Size sangat tinggi (0.937), membuktikan kemampuan standardisasi teknik.

3.2 Tren Teknik Sosiodrama dalam Bimbingan Kelompok

Salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling yang sering digunakan di sekolah adalah bimbingan kelompok. Adapun pengertian dari bimbingan kelompok menurut Winkel merupakan salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling yang diberikan pada sejumlah individu atau yang diberikan pada sebuah kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok (Järvenoja dkk., 2025). Kegiatan layanan bimbingan kelompok, menawarkan sebuah cara mencegah, mengentaskan masalah serta mengembangkan potensi siswa dengan memanfaatkan suasana kelompok. Tabel 2 di atas mengonfirmasi bahwa penelitian terkait layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama bukanlah sebuah konsep hipotetis, melainkan sebuah intervensi berbasis bukti (*evidence-based intervention*) yang terukur kekuatannya. Jika dicermati, desain metodologis dari literatur-literatur ini mencakup tiga poros utama penelitian pendidikan: eksperimentasi murni/kuasi, penelitian tindakan kelas bimbingan dan konseling (PTBK), dan *Research & Development* (R&D).

Hal ini sesuai dengan pandangan bahwa dalam bimbingan kelompok ini nantinya akan timbul sebuah dinamika kelompok yang dimana untuk membahas berbagai hal yang berguna berkaitan dengan perkembangan pribadi setiap anggota kelompok. Tidak hanya itu, Dinamika kelompok yang tercipta ini juga nantinya akan menumbuhkan rasa tertarik atau partisipasi pada siswa sebagai anggota untuk mengikuti kegiatan tersebut. Selanjutnya terdapat dua tujuan bimbingan kelompok antara lain: 1) tujuan umum, untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi. 2) tujuan khusus, untuk mendorong perkembangan perasaan, pikiran, wawasan serta sikap yang menunjang terbentuknya tingkah laku yang efektif (Arwansyah & Suharyanto, 2025). Salah satu teknik yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok ini adalah teknik sosiodrama.

Dalam poros eksperimental, studi yang dilakukan oleh (Budiyanti, 2020) sangat menonjol karena menggunakan format *True-Experimental* dengan kelas kontrol (*control group*). Peneliti tidak sekadar memberikan *pre-test* dan *post-test* pada kelompok yang sama, namun menghadapkan efektivitas sosiodrama secara diametral melawan kelompok yang hanya menggunakan teknik bimbingan diskusi kelompok konvensional. Data empiris menunjukkan bahwa pada akhir eksperimen, kelas sosiodrama mencetak nilai *mean* 152,22 yang melampaui jauh kelas diskusi dengan *mean* 131,22. Parameter statistik (*t-test*) memvalidasi bahwa sosiodrama memiliki kedalaman dampak afektif yang tidak bisa dicapai oleh metode diskusi yang bersifat kognitif-pasif semata. Diperkuat oleh (Amalia & Zahro, 2022), perlakuan sosiodrama yang diberikan sebanyak enam siklus pementasan kepada siswa SMK kejuruan berhasil melipatgandakan skor perilaku prososial dari 53,25 menjadi 93,13, meniadakan label “prososial rendah” pada siswa yang awalnya asosial.

Teknik sosiodrama ini berakar pada dimensi pribadi dan sosial. Menurut Romlah, teknik sosiodrama adalah sebuah teknik berupa permainan peran yang bertujuan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia (Ritonga dkk., 2025). Selain itu menurut Winkel dalam (Syalafiah & Rima, 2020) sosiodrama merupakan dramatisasi berbagai persoalan yang muncul selama bergaul dengan orang lain, yang dalam hal ini termasuk konflik yang sering dialami dalam pergaulan sosial. Teknik ini berfokus pada pemecahan masalah yang berkaitan dengan hubungan dan interaksi sosial, kenakalan remaja bahkan permasalahan yang ditimbulkan dari latar belakang keluarga yang dimana teknik ini dilakukan secara berkelompok. Selanjutnya Mulyasa dalam (Nurjanah dkk., 2022) mengemukakan bahwa dalam sosiodrama ini siswa mempunyai kesempatan untuk menggali potensi belajar yang dimiliki melalui pemeranan tokoh tertentu yang berkaitan dengan permasalahan sosial yang dialami.

Sementara itu, dari poros R&D, (Rizkia dkk., 2022) dan (Septine dkk., 2026) mengangkat intervensi ini ke taraf standarisasi. (Rizkia dkk., 2022) mengembangkan instrumen berupa Buku Panduan Sosiodrama yang secara preskriptif mengatur skenario-skenario prososial. Melalui validasi pakar dengan indeks rasio CVI maksimal (=1) dan perhitungan *Effect Size* lapangan yang luar biasa tinggi (0.937), literatur ini melegitimasi bahwa proses sosiodrama mulai dari tahap pemanasan, pementasan, hingga *de-roling* (tahap terminasi) adalah sebuah urutan terapeutik eksak yang menuntut profesionalisme konselor, bukan sekadar permainan teater biasa. Dari poros kualitatif dan Penelitian Tindakan, (Syarifien dkk., 2023) serta (Supriyadi & Rahmi, 2024) membedah fenomena pasca-pandemi dari jarak dekat.

Penelitian tindakan kelas bimbingan dan konseling berfokus pada observasi dan intervensi yang dilakukan langsung dalam kelas termasuk juga proses kajian dan pendalaman kasus yang sengaja dilakukan dalam waktu bersamaan dengan tujuan untuk meningkatkan hasil belajar (Sudarsono dkk., 2025). Observasi dalam PTBK menunjukkan bahwa masalah prososial seperti

keengganan meminjamkan alat tulis, apatis pada penderitaan kawan, dan sikap individualis akibat terlalu lama belajar di rumah (Daring) dapat dibongkar secara perlahan dari siklus ke siklus. Sociodrama memaksa siswa yang egois tersebut untuk *berakting* menjadi individu yang terabaikan (A. E. Arianti dkk., 2025). Katarsis psikologis yang terjadi dalam adegan tersebut, dipandu oleh diskusi evaluasi pasca-lakon, menjadi momentum *aha-erlebnis* (kesadaran seketika) yang memutarbalikkan moralitas destruktif menjadi prososial.

Adapun tujuan dari teknik sociodrama ini adalah sebagai bentuk menunjang perkembangan sosial dan pribadi masing-masing anggota kelompok atau yang dalam hal ini adalah siswa, serta bertujuan untuk meningkatkan mutu kerjasama dalam kelompok untuk mencapai tujuan masing-masing anggota (Raya dkk., 2024). Selain itu adapun pengertian sociodrama menurut pandangan Moreno & Stanbreg dalam (Haryati dkk., 2023) bahwa teknik sociodrama membantu orang untuk memecahkan masalah, membuat keputusan, memperoleh pemahaman, belajar bermain peran dengan lebih menyenangkan namun tetap dapat mencapai tujuan. Jadi diketahui bahwa sociodrama merupakan sebuah teknik yang dimana berisikan kegiatan memainkan sebuah peranan yang dimainkan oleh siswa untuk memecahkan masalah-masalah ataupun mengembangkan potensi siswa yang berkaitan dengan sosial

3.3 Teknik Sociodrama dan Keunggulannya di Era Digital

Dalam tinjauan ini, peneliti tidak membatasi diri pada rekapitulasi data empiris dari tabel, melainkan berupaya melakukan sintesis kritis literatur untuk menjawab rumusan masalah utama mengenai alasan sociodrama jauh lebih unggul dibandingkan teknik lain untuk menyelesaikan krisis prososial di era digital. Seperti yang banyak dikeluhkan oleh para sosiolog modern, komunikasi remaja saat ini sangat didominasi oleh interaksi yang diperantarai layar (*screen-mediated*). Akibatnya, fenomena seperti perundungan siber, menurunnya kedermawanan, serta hilangnya rasa empati semakin marak terjadi (Ziqri dkk., 2026). Hal ini disebabkan karena konsep penderitaan orang lain hanya dipahami sebagai konsep kognitif yang abstrak berupa sekumpulan teks di layar tanpa memancarkan bahasa tubuh yang menderita. Ketika sekolah berupaya merespons masalah ini melalui bimbingan kelompok berformat diskusi atau sekadar memberikan nasihat klasikal, metode tersebut kerap kali gagal.

Berbeda dengan pendekatan konvensional tersebut, teknik sociodrama bekerja secara radikal dengan mendekonstruksi pelindung digital yang memisahkan remaja dari realitas sosialnya. Sociodrama menuntut rekonstruksi mekanisme mental melalui pengambilan peran spontan dan distansiasi ego (S. Arianti dkk., 2022). Dalam praktiknya, siswa diharuskan secara kinetis dan emosional memerankan figur tertentu, misalnya seorang siswa yang terbiasa melontarkan agresi verbal ditugaskan untuk berdiri dalam posisi korban. Ketika mereka memainkan peran tersebut secara langsung di hadapan teman-temannya, tameng egosentrisme perlahan melemah. Melalui pengalaman ini, proses internalisasi emosi empati tidak lagi hadir sebagai perintah normatif dari konselor, melainkan tumbuh secara organik dari sensasi ketidaknyamanan saat berada di posisi pihak yang terpinggirkan (Edy dkk., 2025).

Selain itu, sociodrama memfasilitasi terjadinya katarsis secara spontan (*catharsis of action*). Mengingat era digital kerap kali hanya menyisakan ruang komentar yang sarat akan toksisitas sebagai tempat pelepasan frustrasi, sociodrama hadir menawarkan panggung yang aman secara ekologis (*ecologically safe*) (Muin dkk., 2025). Di arena ini, siswa diberikan kebebasan untuk berekspresi, meluapkan tangisan, atau mengutarakan kemarahan terhadap ketidakadilan skenario sosial tanpa takut dihakimi. Pelepasan ketegangan emosional yang dramatik ini terbukti

mampu membersihkan residu afeksi negatif, sehingga membuka ruang batin yang lebih kondusif bagi tumbuhnya altruisme dan dorongan untuk menolong sesama (Amanullah, 2022).

Keunggulan lain yang membuat sosiodrama tak tergantikan adalah kemampuannya dalam menciptakan siklus umpan balik kinestetik secara langsung melalui pemodelan teman sebaya. Berbeda dengan teknik cinema therapy yang bersifat pasif dan satu arah (Prayitno & Naqiyah, 2025), sosiodrama bersifat multidireksional yang memaksa siswa untuk mengobservasi bahasa non-verbal lawannya secara real-time (Maisaroh dkk., 2024). Pasca-pementasan skenario, dinamika berlanjut pada tahap refleksi kelompok di mana siswa pengamat memberikan kritik dan evaluasi atas keputusan yang diambil oleh para pemeran. Dinamika umpan balik dari teman sebaya ini secara efektif membiasakan siswa untuk memecahkan persoalan moral secara spontan dan bertanggung jawab, sekaligus mereplikasikan tuntutan pengambilan keputusan prososial dalam kehidupan bermasyarakat. Kompleksitas intervensi yang memadukan aktivitas psikomotorik, ledakan afektif, dan analisis kognitif secara simultan inilah yang menjadikan *effect size* sosiodrama dalam mendongkrak perilaku prososial sedemikian ekstrem dan jauh melampaui efektivitas layanan konseling model lainnya.

3.4 Analisis Komparatif Efektivitas Teknik Sociodrama pada Jenjang SMP vs SMA/SMK

Untuk memperdalam sintesis kritis dari literatur yang diulas, penelusuran SLR ini mengungkapkan sebuah fenomena metodologis yang menarik. Terdapat perbedaan signifikan mengenai target pencapaian dan bentuk prososial yang berhasil diintervensi oleh sosiodrama ketika diterapkan pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) dibandingkan dengan Sekolah Menengah Atas atau Kejuruan (SMA/SMK) (Tabel 3). Pemahaman mengenai divergensi efektivitas ini sangat krusial bagi guru Bimbingan dan Konseling agar tidak melakukan penyamaan skenario secara serampangan (*one-size-fits-all approach*) (Uruk & Permana, 2025). Pada usia SMP (kurang lebih 12-15 tahun), siswa berada pada awal transisi dari pemikiran operasional konkret menuju operasional formal (merujuk pada teori Piaget) serta berada pada fase penalaran moral konvensional awal (Kohlberg) (Mulya dkk., 2025). Pada level ini, egosentrisme masih cukup mendominasi, dan penolakan teman sebaya sering direspons dengan insting reaktif yang destruktif.

TABEL 3

Analisis Komparatif Efektivitas Teknik Sociodrama

Aspek Komparasi	Jenjang SMP (Remaja Awal, 12-15 Tahun)	Jenjang SMA/SMK (Remaja Menengah-Akhir, 16-18 Tahun)
Tahap Perkembangan Kognitif & Moral	Berada pada masa transisi menuju operasional formal; penalaran moral didominasi oleh tingkat konvensional awal yang rentan egosentrisme.	Telah mencapai kapasitas operasional formal yang matang; mampu memahami abstrak, dilema sosial, dan kompleksitas hierarki kelompok.
Tipologi Masalah Antisosial Dominan	Cenderung linier dan reaktif: olok-olok (<i>verbal aggression</i>), keengganan meminjamkan barang, dan kenakalan ringan akibat impulsivitas.	Lebih kompleks dan manipulatif: alienasi disengaja, relasi beracun (<i>toxic relationships</i>), ketakutan sosial, dan keengganan moral akibat tekanan kelompok dominan.
Fokus & Target Intervensi Sociodrama	Restorasi penalaran moral dasar, mitigasi impulsivitas agresif, dan penanaman nilai empati yang sangat konkret.	Resolusi pemecahan masalah (<i>problem-solving</i>), fasilitator asertivitas sosial, dan penguangkit rasa percaya diri (<i>self-efficacy</i>) untuk bertindak.
Indikator Output Prososial	Tindakan nyata keseharian: kesediaan bekerja sama, menolong teman sebangku, dan menghentikan kebiasaan merendahkan (<i>name-calling</i>).	Tindakan sosial tingkat lanjut: keberanian menengahi konflik teman yang difitnah, mediasi komunikasi, kepemimpinan etis, dan kolaborasi tim kerja (khususnya SMK).
Metafora Fungsi Sociodrama	Berfungsi sebagai "Jangkar Pembentuk Moral Dasar" dan peredam agresi.	Berfungsi sebagai "Laboratorium Asertivitas Sosial Tingkat Lanjut" yang meluruhkan kecemasan.

Sebagaimana diuraikan dalam **Tabel 3** di atas, siswa pada usia SMP (kurang lebih 12-15 tahun) berada pada fase krusial dalam pembentukan identitas awal. Merujuk pada teori perkembangan kognitif Piaget dan penalaran moral Kohlberg, mereka sering kali merespons penolakan sosial dengan insting reaktif yang destruktif karena egosentrisme masih cukup dominan. Berdasarkan literatur, sosiodrama di tingkat SMP terbukti paling superior dalam hal restorasi penalaran moral dasar, reduksi impulsivitas agresif, dan penanaman kesantunan (Hayati, 2023; Septine dkk., 2026; Winarlin dkk., 2024). Kasus dominan di SMP sering bermula dari agresi verbal dan kenakalan ringan. Sosiodrama sangat efektif apabila diformulasikan menggunakan skenario yang temanya sangat linier dengan dikotomi moral yang tegas (seperti skenario perundung dan korban).

Literatur menunjukkan bahwa siswa SMP sangat reaktif dan merespons simulasi dramatik yang visual ini dengan cepat untuk belajar tentang kesantunan (*manners*) dasar. Oleh karena itu, output prososial pada level ini bersifat konkret, menjadikan sosiodrama sebagai intervensi penjinak agresi (*aggression mitigation*) yang andal (Mahwiyah dkk., 2025). Sebaliknya, siswa SMA/SMK (usia 16-18 tahun) telah memiliki kapasitas operasional formal yang matang. Mereka mampu berpikir abstrak, konseptual, dan memahami kompleksitas hierarki status sosial di antara rekan sebaya (*peer cliques*). Perilaku antisosial di SMA bukan lagi sekadar berebut barang, melainkan alienasi disengaja, manipulasi relasi, kecemasan eksistensial, hingga keengganan membantu secara moral karena takut dikucilkan grup dominan.

Sintesis temuan dari (Amalia & Zahro, 2022; Budiayanti, 2020) mengindikasikan bahwa sosiodrama di level SMA bergeser perannya menjadi alat pemecahan masalah, fasilitator komunikasi interpersonal asertif, dan pengungkit rasa percaya diri. Pada kasus SMK (seperti jurusan OTKP atau TAV), sosiodrama dirancang untuk memecahkan dilema kolaborasi di lingkungan kerja tim praktek (Maisaroh dkk., 2024). Dari sini, sosiodrama memformulasikan pembentukan kepemimpinan etis dan asertivitas sosial yang menjadi senjata proaktif yang memunculkan perilaku prososial di dunia nyata. Secara konklusif, perbandingan ini membuktikan kapabilitas adaptif dari metodologi sosiodrama: pada SMP ia berfungsi sebagai “jangkar pembentuk moral dasar”, sementara pada SMA ia berevolusi menjadi “laboratorium asertivitas sosial tingkat lanjut”. Secara konklusif, perbandingan matrikular ini membuktikan tingginya kapabilitas adaptif dari metodologi sosiodrama: ia bertindak sebagai instrumen moral elementer di bangku SMP, dan bertransformasi menjadi laboratorium inkubasi agen sosial yang asertif di bangku SMA/SMK.

4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelusuran, ekstraksi data, dan sintesis kritis menyeluruh terhadap berbagai literatur ilmiah menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR), dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok merupakan strategi intervensi terapeutik yang valid, berdaya guna tinggi, dan sangat efektif untuk meningkatkan secara drastis perilaku prososial pada siswa usia remaja. Dibandingkan dengan teknik bimbingan kelompok konvensional yang cenderung mengandalkan pendekatan kognitif dan ceramah pasif, teknik sosiodrama menunjukkan superioritas empiris karena kemampuannya mendobrak pertahanan psikologis melalui pengalaman bermain peran (*role-playing*), empati kinestetik, katarsis emosional, dan pemecahan masalah spontan.

Lebih jauh, kajian ini memvalidasi urgensi dan kebaruan teknik sosiodrama sebagai intervensi definitif dalam menghadapi degradasi moral dan disonansi komunikasi remaja di era digital dan pasca-pandemi. Sosiodrama memaksa generasi *digital native* untuk melepaskan isolasi siber mereka, berkonfrontasi dengan realitas emosional manusia melalui tatap muka, dan mengukur dampak tindakan mereka terhadap penderitaan orang lain secara instan. Secara diferensial, sintesis literatur juga memperlihatkan bahwa aplikasi sosiodrama di tingkat SMP sangat esensial untuk memitigasi agresi verbal dan menumbuhkan empati konkret, sedangkan di jenjang SMA/SMK efektivitasnya terfokus pada perakitan keberanian (*self-efficacy*), komunikasi asertif, dan kolaborasi kepemimpinan untuk menolak arus antisosial di lingkungannya.

Saran bagi penelitian selanjutnya adalah diperlukan adanya studi longitudinal yang ekstensif untuk tidak sekadar mengukur kenaikan skor prososial sesaat pasca-*posttest*, tetapi meninjau *retensi* kelanggengan perilaku tersebut enam hingga dua belas bulan pasca-pementasan sosiodrama berakhir. Selain itu, mengingat kita berada di era digital yang dinamis, peneliti selanjutnya sangat disarankan untuk melakukan inovasi pada desain "*Sosiodrama Hibrida*" yakni mengawinkan pementasan drama tatap muka dengan skenario simulasi dinamika grup WhatsApp atau pementasan kasus *cyberbullying* spesifik guna mengeksplorasi pembentukan variabel perilaku "*Cyber-Prososial*" di ranah media sosial.

Bagi Praktisi Sekolah (Guru Bimbingan dan Konseling teknik sosiodrama hendaknya tidak lagi diperlakukan sekadar sebagai menu selingan atau *games* pengisi waktu kosong di akhir semester. Guru Bimbingan dan Konseling sangat direkomendasikan untuk menstandarisasi teknik ini ke dalam kurikulum program bimbingan klasikal dan kelompok yang terjadwal rutin. Konselor dituntut untuk meningkatkan kapabilitas profesionalitasnya, khususnya dalam merancang naskah skenario prososial (*scripting*) yang mutakhir sesuai dengan tingkat kognitif siswa (SMP vs SMA), serta mengasah keterampilan pemanduan diskusi *de-roling* (evaluasi pasca-lakon) agar katarsis emosional siswa dapat dirasionalisasikan menjadi pemahaman nilai moral yang menetap. Pihak sekolah juga perlu mendukung penyediaan infrastruktur seperti laboratorium atau ruang konseling yang representatif dan luas agar siswa leluasa mengekspresikan dinamika teaterikalnya.

Informasi Pendanaan

Penulis menyatakan tidak ada sumber pendanaan yang terlibat.

Kontribusi Penulis (CRediT)

GA Pramudita: Penulisan – Naskah asli, Penyelidikan, Administrasi Proyek, Konseptualisasi. **AJ**

Setiyowati: Penulisan – Peninjauan & Penyuntingan, Konseptualisasi, Validasi, Pengawasan. **Y**

Hotifah: Penulisan – Peninjauan & Penyuntingan, Metodologi, Validasi, Pengawasan.

Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan.

ORCID

AJ Setiyowati  0000-0003-4839-9631

Y Hotifah  0000-0001-9891-8175

REFERENSI

- Adys, H. P. (2025). Strategi Membaca Dalam Meningkatkan Pemahaman Literal Teks Bahasa Inggris: Kajian Literatur Pada Mahasiswa Di Pendidikan Tinggi. *INDOPEDIA (Jurnal Inovasi Pembelajaran Dan Pendidikan)*, 3(3), 516–525. <https://indopediajournal.my.id/index.php/jurnal/article/view/494>
- Altınay, D. (2024). Psychodrama, Sociodrama, Sociometry and Spontaneity Theater in Education and Psychodrama in Actor's Education. Dalam S. Giacomucci, H. Junqueira Fleury, & D. Altınay (Ed.), *Psychodrama in Education: Creativity and Experiential Teaching Around the World* (hlm. 5–39). Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-981-97-8377-9_2
- Amalia, R., & Zahro, I. F. (2022). Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Perilaku Prosocial Siswa Kelas X OTKP SMKN Ngraho Bojonegoro. *Al-Ihath: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(1), 60–73. <https://ejournal.attanwirbjn.ac.id/index.php/jbki/article/view/13>
- Amanullah, A. S. R. (2022). Mekanisme Pengendalian Emosi dalam Bimbingan dan Konseling. *Conseils: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(1), 1–13. <https://doi.org/10.55352/bki.v2i1.112>
- Anjani, O. R., Nuha, M. S., Paramita, N. D., & Jalil, M. K. (2026). Kerangka Konseptual Peran Guru Bimbingan dan Konseling sebagai Fasilitator: Dekonstruksi P5 menuju PL8D dalam Kurikulum Merdeka. *Ilmu Pendidikan: Jurnal Kajian Teori Dan Praktik Kependidikan*, 11(2), 93–102. <https://doi.org/10.17977/um027v11i22026p93-102>
- Ardhiani, N. R., & Darsinah, D. (2023). Strategi Pengembangan Perilaku Prosocial Anak dalam Menunjang Aspek Sosial Emosional. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 540–550. <https://doi.org/10.37985/murhum.v4i1.263>
- Arianti, A. E., Hambali, I. M., & Rahman, D. H. (2025). Integrasi Nilai Catur Piwulang dalam Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama untuk Mengembangkan Sikap Altruis Siswa SMA. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 10(2), 1152–1158. <https://doi.org/10.51169/ideguru.v10i2.1762>
- Arianti, S., Gumilang, G. S., & Hanggara, G. S. (2022). Meningkatkan Percaya Diri (Self Confidence) Menggunakan Sociodrama. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 2, 122–131. <https://doi.org/10.29407/sfh80k28>
- Arwansyah, O. D., & Suharyanto, A. (2025). Increasing the Effectiveness of Interpersonal Communication through Understanding and Strengthening Self-Concept. *Athena: Journal of Social, Culture and Society*, 3(2), 514–520. <https://doi.org/10.58905/athena.v3i2.372>
- Budiyanti, N. M. (2020). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Dalam Meningkatkan Perilaku Prosocial Kelas X TAV Di SMK Negeri 1 Semarang. *Empathy Cons - Journal of Guidance and Counseling*, 1(2), 1–6. <https://doi.org/10.31331/emp.v1i2.1440>
- Chand, S. P. (2025). Methods of Data Collection in Qualitative Research: Interviews, Focus Groups, Observations, and Document Analysis. *Advances in Educational Research and Evaluation*, 6(1), 303–317. <https://doi.org/10.25082/AERE.2025.01.001>
- Daksanugraha, S., Eryanto, M. R., Gymnastiar, I. H., Kusuma, S. C., & Rafiansyah, M. R. D. (2025). Fungsi Agama dalam Kehidupan Umat Manusia. *Jurnal Studi Islam dan Hukum Syariah*, 3(1), 349–355. <https://doi.org/10.3342/jursih.v3i1.194>
- Edy, D. F., Putri, R. D., Hasanuddin, A. S., & Fatmawiyati, J. (2025). *Konselor Sebaya Berintegritas: Buku Ajar Penguatan Karakter dan Empati*. Penerbit: Kramantara JS.

- Fansuri, A. F., Mufarohah, H., & Ramadhani, S. (2026). Pendekatan Edukatif Dalam Penerapan Reward Dan Punishment Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Disiplin Siswa. *Gagasan: Jurnal Pendidikan Nusantara*, 1(1), 44–60. <https://jurnal.paretrisetnusantara.org/index.php/jpn/article/view/4>
- Guo, L., Niu, Y., Li, X., Li, Y., Xue, Z., & Yang, G. (2025). Sense of meaning in life, self-acceptance, and prosocial behavior: An application of network analysis methods. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1533687>
- Haryati, T., Padilah, E., & Patras, Y. E. (2023). Evaluasi Implementasi Program Ujian Madrasah Di Kecamatan Cipanas Dengan Menggunakan Discrepancy Evaluation Model. *JURNAL MANAJEMEN PENDIDIKAN*, 11(1), Article 1. <https://doi.org/10.33751/jmp.v11i1.7704>
- Hayati, N. (2023). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Perilaku Prosocial Siswa SMP N 3 Pasaman Barat* [Skripsi]. UIN Mahmud Yunus Batusangkar.
- Hayuni, R., & Flurentin, E. (2024). Pengembangan Panduan Sosiodrama Untuk Meningkatkan Nilai Peduli Sosial Siswa Smp. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(3). <https://citeus.um.ac.id/jkbk/vol1/iss3/17>
- Huda, M. M. (2025). Dampak Penggunaan Gawai Berlebihan terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Siswa di Sekolah. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 346–356. <https://doi.org/10.65094/hcambd69>
- Iffah, F., & Yasni, Y. F. (2022). Manusia Sebagai Makhluk Sosial. *Lathaif: Literasi Tafsir, Hadis Dan Filologi*, 1(1), 38–47. <https://doi.org/10.31958/lathaif.v1i1.5926>
- Järvenoja, H., Törmänen, T., Lehtoaho, E., Turunen, M., Suoraniemi, J., & Edwards, J. (2025). Investigating peer influence on collaborative group members' motivation through the lens of socially shared regulation of learning. *British Journal of Educational Psychology*, 95(4), 1063–1079. <https://doi.org/10.1111/bjep.12754>
- Mahwiyah, N. F., Umari, T., & Donal, D. (2025). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Psikodrama Cerita Rakyat Nusantara untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa. *Conseils: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 5(2), 104–112. <https://doi.org/10.55352/bki.v5i2.2273>
- Maisaroh, S., Ramadhani, N. O., & Siswoyo, A. A. (2024). Mengintegrasikan Model Pembelajaran Pbl Dengan Instrumen Non Tes (sosiodrama) Pada Pembelajaran Bahasa Indonesia. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 2(12). <https://doi.org/10.62281/v2i12.1192>
- Marzi, G., Balzano, M., Caputo, A., & Pellegrini, M. M. (2025). Guidelines for Bibliometric-Systematic Literature Reviews: 10 steps to combine analysis, synthesis and theory development. *International Journal of Management Reviews*, 27(1), 81–103. <https://doi.org/10.1111/ijmr.12381>
- Muin, S. R. W., Fajar, A., & Santosa, H. (2025). Integrasi Teknik Sosiodrama dalam Layanan Bimbingan Kelompok sebagai Strategi Anti-Bullying. *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 7(2), 259–272. <https://doi.org/10.24952/bki.v7i2.17035>
- Mulya, Z. A., Putri, I. K. K., & Chadjijah, S. (2025). Kesulitan belajar dalam bingkai teori Piaget pada siswa SMP usia 13–15 tahun: Systematic literature review: Learning difficulties within the framework of Piaget's theory among junior high school students aged 13–15 years: A systematic literature review. *Kharismatik: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(2), 112–124. <https://doi.org/10.70757/kharismatik.v3i2.100>
- Nuha, M. S., Hidayah, N., & Wahyuni, F. (2024). Model Pelatihan Peer-Counseling Pada Mahasiswa: Tinjauan Literatur Sistematis. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 818–840. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.5695>

- Nurjanah, I., Rohaeti, E. E., & Alawiyah, T. (2022). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Siswa Kelas VIII. *FOKUS: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 5(6), 487–497. <https://www.academia.edu/download/110387554/3751.pdf>
- Prayitno, I. H., & Naqiyah, N. (2025). Penerapan Teknik Cinema Counseling Dengan Pengalaman Tidak Langsung (vicarious Experiences) Untuk Meningkatkan Academic Efficacy Siswa. *Jurnal BK UNESA*, 15(3), 1–9. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/72418>
- Raya, R. B., Agungbudiprabowo, & Herdiansyah, D. (2024). Keefektifan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Sopan Santun Siswa. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 15(3), 288–297. <https://doi.org/10.23887/jibk.v15i3.85166>
- Ritonga, A. R. F., Hilmi, D., & Rusuly, U. (2025). Implementation of Roleplay Technique Based on Sociocultural Theory in Learning Maharoh Kalam at Dauroh Ocean Para. *At-Tasyrih: Jurnal Pendidikan Dan Hukum Islam*, 11(1), 162–176. <https://doi.org/10.55849/attasyrih.v11i1.284>
- Rizki, M. R. M., & Fildazah, C. N. N. F. C. N. N. (2025). Karakter Mahasiswa di Masa Pandemi dan Pascapandemi: Adaptasi, Resiliensi, dan Akhlak. (Studi Kasus di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh): Indonesia. *EDUCATIONIST: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pengajaran*, 1(2), 8–16. <https://journal.nasrangroup.com/index.php/educationist/article/view/39>
- Rizkia, R., Suranata, K., & Sudarsana, G. N. (2022). Pengembangan Panduan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Membantu Meningkatkan Keterampilan Prososial Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(1), 148–155. https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk/article/view/1470
- Septine, R. D., Zamroni, E., & Sucipto, S. (2026). Improving students' interpersonal communication skills using group guidance services with the sociodrama technique. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 7(1), 540–554. <https://doi.org/10.32806/jkpi.v7i1.1233>
- Sudarsono, M., Nuha, M. S., & Diniyah, U. (2025). Permainan “Werewolf” Dalam Bimbingan Kelompok: Studi Tindakan Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Remaja. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 11(3), 31–43. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v11i3.15220>
- Supriyadi, T., & Rahmi, K. H. (2024). *Ide Bunuh Diri Dan Cara Penanggulangannya*. PT. RajaGrafindo Persada - Rajawali Pers.
- Syalafiah, M., & Rima, I. (2020). Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Komunikasi Interpersonal Siswa SMA. *FOKUS: Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 3(3), 80–88. <https://scholar.archive.org/work/2cvymrombbfevmz235dzcdbza/access/wayback/https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/download/4908/1750>
- Syarifien, M. A. R., Rohaeti, E. E., & Novianti, W. (2023). Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Sosiodrama Terhadap Perilaku Prososial Siswa Kelas X Smk Nusa Bhakti Bandung Pada Masa Pandemi. *FOKUS: Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 6(2), 97–106. <https://doi.org/10.22460/fokus.v6i2.11134>
- Uruk, F. H., & Permana, S. A. (2025). *Bimbingan dan Konseling Kelompok: Sebuah Buku Ajar Berbasis TPACK*. Pradina Pustaka.
- Wafa, R. A., & Majid, A. N. (2024). Internalisasi Perilaku Prososial Mahasiswa Melalui Pendidikan Religius. *Bersatu: Jurnal Pendidikan Bhinneka Tunggal Ika*, 2(2), 247–266. <https://doi.org/10.51903/bersatu.v2i2.637>

- Winarlin, R., Lasan, B., & Widada, W. (2024). Efektivitas Teknik Sosiodrama Melalui Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Verbal Siswa Smp. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(2). <https://citeus.um.ac.id/jkbk/vol1/iss2/16>
- Ziqri, M., Rahmi, Analiza, T., Sinta, C. Z., & Widyawati, S. (2026). Fenomena Cyberbullying di Media Sosial Sebagai Pelanggaran Sila Kedua Pancasila. *Menulis: Jurnal Penelitian Nusantara*, 2(1), 226–232. <https://doi.org/10.59435/menulis.v2i1.944>

KUTIP ARTIKEL INI CITE THIS ARTICLE

Pramudita, G.A., Setiyowati, A.J., Hotifah, Y. (2026). "Teknik Sosiodrama Melalui Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Perilaku Prosocial Siswa Pasca-Pandemi", *CITA INSIGHT: Journal of Counseling and Educational Dynamic* 1(1), 33-47. <https://journal.citacendekia.com/cijced/article/view/9>

This work is licensed under **CC BY-SA 4.0**. This license enables reusers to distribute, remix, adapt, and build upon the material in any medium or format, so long as attribution is given to the creator.



Copyright © 2026. The Author(s). Published by CV Cita Cendekia

E-ISSN 0000-0000 **P-ISSN** 0000-0000