

# Efektivitas Pelatihan untuk Meningkatkan Ketrampilan Sosial pada Anak Sekolah Dasar Kelas 5

Retno Ristiasih Utami<sup>1</sup>

Sartini Nuryoto<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Psikologi Universitas Semarang

<sup>2</sup> Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta

**Abstract.** The purpose of this research was to examine the effectiveness of training to improve social skills of 5<sup>th</sup> elementary school children. Ten children were selected by Peer Nominations to participate in the training. Low level of social skills was indicated by high level of negative behaviors. Social Skill Training consist of 5 sessions for 4 days: Ice breaking, Self Understanding and Understanding Others, Verbal Communication Skills, Non Verbal Communication Skills and Team Work. The training was presented in role playing and discussion method. Statistical technique was applied using t-test. The result showed that there was a significant difference between pre-test and post-test ( $t = 8.536$ ,  $p = 0.000$ ;  $p \leq 0.05$ ). Social Skill Training was effective to improve children's social skills.

**Keywords:** social skill training, social skills

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas Pelatihan untuk meningkatkan ketrampilan sosial pada anak Sekolah Dasar kelas 5. Sepuluh orang anak yang terseleksi melalui Nominasi Teman Sebaya sebagai anak yang mempunyai ketrampilan sosial rendah diikutsertakan dalam pelatihan. Ketrampilan sosial rendah ditandai dengan tingginya tingkat perilaku negatif. Pelatihan meliputi 5 sesi yang dilaksanakan dalam 4 hari: Pencairan, Pengenalan diri dan pemahaman terhadap orang lain. Ketrampilan komunikasi verbal, ketrampilan komunikasi non verbal serta ketrampilan kerjasama. Metode yang digunakan adalah permainan dan diskusi. Hasil analisis dengan teknik statistik *t-test* diperoleh nilai  $t$  sebesar 8.536 dengan  $p = 0.000$  ( $p \leq 0.05$ ) menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa Pelatihan Ketrampilan sosial efektif untuk meningkatkan ketrampilan sosial anak.

**Kata kunci:** pelatihan ketrampilan sosial, ketrampilan sosial

Penyesuaian diri berkaitan dengan kemampuan untuk memenuhi tuntutan lingkungan sebagaimana memenuhi kebutuhan sendiri (Gilmer, 1984). Keluarga sebagai lingkungan awal yang menjadi dasar perkembangan anak mempunyai peran penting dalam pembentukan kepribadian anak. Dasar perkembangan sosial diletakkan pada meningkatnya hubungan antara anak dengan teman-temannya, tidak hanya lebih banyak bermain tetapi juga percakapan atau komunikasi

Masalah perkembangan sosial juga seringkali luput dari perhatian orangtua, anak disibukkan oleh kegiatan-kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan prestasi akademis semata sehingga mereka kehilangan waktu untuk bermain dan bersosialisasi dengan teman-temannya. Permainan modern juga cenderung bersifat individualis sehingga menghambat anak mengembangkan kecerdasan emosionalnya. Selama ini ada yang mengukur perkembangan hanya dari sudut kecerdasan atau pencapaian prestasi akademik di sekolah, namun di kemudian hari terbukti bahwa di lapangan pekerjaan tingkat kepandaian bukanlah tolok ukur keberhasilan satu-satunya, ada kematangan perkembangan lain yang berpengaruh, yaitu kecerdasan emosional. (Intisari, 1999).

Ketidakeimbangan menyebabkan anak kurang mendapat kesempatan untuk mengembangkan aspek sosial dan emosi. Perkembangan sosial yang tidak optimal akan menyebabkan anak kesulitan dalam

melatih ketrampilan sosialnya.. Penelitian Boyum dan Parke (1995) menyebutkan bahwa hubungan sosial yang problematik pada masa kanak-kanak ternyata dapat menjadi prediksi perilaku-perilaku bermasalah seperti putus sekolah (*drop out*), kriminalitas, kenakalan remaja dan perilaku-perilaku psikopatologis pada masa-masa selanjutnya. Hurlock (1978) menyebutkan bahwa kelompok sosial mempengaruhi perkembangan sosial anak dengan mendorong mereka untuk menyesuaikan diri terhadap harapan sosial, membantu mencapai kemandirian dan dengan mempengaruhi konsep diri mereka.

Anak usia sekolah dasar (6-12 tahun) memiliki tugas perkembangan yang berkaitan dengan ketrampilan sosial. Kenyataan bahwa tuntutan sekolah dan lingkungan kurang mendukung adanya perkembangan dalam mengembangkan ketrampilan sosial, menimbulkan asumsi bahwa memang diperlukan adanya pelatihan keterampilan sosial untuk meningkatkan kemampuan anak dalam mengembangkan ketrampilan sosial pada umumnya serta penyesuaian sosial pada khususnya.

Salah satu langkah yang dapat ditempuh untuk meningkatkan hubungan positif dengan teman sebaya ini menurut Bierman (1986) adalah dengan mengajarkan ketrampilan sosial pada anak-anak tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana efektivitas pe-

latihan dalam meningkatkan keterampilan sosial pada anak, khususnya pada masa kanak-kanak akhir sehingga dapat memberikan kontribusi dan pengalaman bagi perkembangan sosial pada masa remaja dan masa-masa selanjutnya.

Ketrampilan sosial menurut Cavell (dalam Cartledge dan Milburn, 1995) adalah bagian dari kompetensi sosial selain penyesuaian sosial (*social adjustment*) dan *social performance*. Ketrampilan sosial menurut Kelly (1982) adalah ketrampilan yang diperoleh individu melalui proses belajar yang digunakan dalam berhubungan orang lain maupun dengan lingkungan secara baik dan tepat. Ketrampilan sosial bertujuan untuk mendapatkan penguat, baik dari hubungan antar individu yang dilakukan dan menolak hadirnya suatu keadaan yang tidak menyenangkan.

Masa kanak-kanak akhir, pada usia sekolah (6-12 tahun) adalah tahap ke IV atau disebut fase latensi. Krisis psikososial yang terjadi adalah rasa mampu dan usaha (*industry*) melawan rasa tidak mampu (*inferiority*) (Monks, dkk, 1999). Anak mulai memasuki dunia sekolah dan belajar ketrampilan sosial seperti yang diharapkan oleh lingkungannya. Aspek lingkungan yang berperan agar anak dapat melewati tahapan ini dengan berhasil adalah orangtua, guru serta teman-teman yang kooperatif (Woolfolk dan McCune-Nicolich, 1984). Anak harus belajar untuk berhasil dalam prestasi akademik di sekolah

maupun dalam pergaulan sosial agar ia dapat mengembangkan sikap *industry*. Namun sikap *industry* yang berlebihan akan membawa kecenderungan *maladaptive* yang disebut *narrow virtuosity*, di mana anak tidak dapat menjadi 'anak' yang hidup dalam dunianya karena orangtua maupun guru hanya menekankan satu area kompetensi saja tanpa mengembangkan minat lain secara luas sehingga anak-anak seakan-akan hidup dalam kehampaan. Anak yang diperlakukan dengan buruk oleh orangtua, guru dan ditolak teman sebayanya akan mengembangkan sikap inferioritas. Anak-anak demikian ini pada usia dewasa kelak tidak berani mencoba sesuatu setelah mengalami kegagalan, misalnya gagal dalam pelajaran olahraga tidak akan pernah lagi mencoba menekuni olahraga. Bila ketrampilan sosial tidak dikembangkan, anak-anak ini kelak akan mengalami hambatan dalam bersosialisasi, ia akan merasa tak berdaya (Boeree, 1997)

Sejak pertengahan masa kanak-kanak, saat anak mulai memasuki Sekolah Dasar, ia akan lebih banyak menghabiskan waktu di sekolah, di antara teman-teman dan gurunya. Anak akan mengembangkan kemampuan sosialnya lebih luas lagi di luar keluarganya. Sekolah merupakan sistem sosial kecil tempat anak mempelajari aturan moral, sosial, sikap dan cara bergaul dengan orang lain. (Mussen dkk, 1994)

Anak usia kanak-kanak akhir akan lebih banyak memperhatikan statusnya

dengan teman sebaya. Interaksi yang terjadi lebih kompleks, selektif dan subjektif sehingga anak dituntut untuk lebih meningkatkan kemampuan hubungan interpersonal (Durkin, 1995).

Anak yang mempunyai keterampilan sosial rendah akan menunjukkan tingkat perilaku negatif yang tinggi. Anak-anak yang kurang dapat menyesuaikan diri dengan baik dianggap kurang mempunyai keterampilan yang adekuat dalam interaksi sosialnya (Munandar, 1985). Hurlock (1978) mengemukakan pola perilaku negatif atau pola perilaku yang tidak sosial adalah : 1). **Negativisme**. Perlawanan terhadap tekanan pihak lain untuk berperilaku tertentu. Ekspresi fisiknya mirip dengan ledakan kemarahan tetapi secara bertahap diganti dengan penolakan lisan untuk menuruti perintah. 2). **Agresi**. Tindakan permusuhan yang nyata atau ancaman permusuhan. Ekspresi sikap agresif biasanya ditunjukkan dengan penyerangan secara fisik atau lisan terhadap pihak lain. 3). **Pertengkaran**. Persepsi pendapat yang mengandung kemarahan yang umumnya dimulai apabila seseorang melakukan penyerangan yang tidak beralasan. Berbeda dengan agresi, pertengkaran melibatkan dua orang anak atau lebih sedangkan agresi merupakan tindakan individu dan salah seorang anak yang terlibat dalam pertengkaran memainkan peran bertahan sedangkan dalam agresi peran selalu agresif. 4). **Mengejek dan menggertak**. Mengejek merupakan

serangan secara lisan pada anak lain tetapi menggertak merupakan serangan yang bersifat fisik. Dalam kedua hal tersebut penyerang memperoleh kepuasan dengan menyaksikan ketidakenakan korban dan usahanya untuk membalas dendam. 5). **Perilaku yang sok kuasa**. Kecenderungan untuk mendominasi orang lain atau menjadi "majikan". Jika diarahkan secara tepat hal ini dapat menjadi sifat kepemimpinan tetapi umumnya tidak demikian dan biasanya mengakibatkan timbulnya penolakan dari kelompok sosial. 6). **Egosentrisme**. Hampir semua anak di usia yang lebih muda bersifat egosentrik dalam arti bahwa mereka cenderung berpikir dan berbicara tentang diri mereka sendiri. Apakah kecenderungan ini akan hilang, menetap atau akan berkembang semakin kuat, sebagian tergantung pada kesadaran anak bahwa hal itu membuat mereka tidak populer dan sebagian lagi tergantung pada kuat lemahnya keinginan mereka untuk menjadi populer. 7). **Prasangka**. Landasan prasangka terbentuk pada masa kanak-kanak awal yaitu tatkala mereka menyadari bahwa sebagian orang berbeda dari mereka dalam hal penampilan dan perilaku dan bahwa perbedaan ini oleh kelompok sosial dianggap sebagai tanda kerendahan. 8). **Antagonisme jenis kelamin**. Ketika masa kanak-kanak berakhir banyak anak laki-laki ditekan oleh keluarga laki-laki atau teman sebaya untuk menghindari pergaulan dengan anak perempuan atau me-

mainkan "permainan anak perempuan". Mereka juga mengetahui bahwa kelompok sosial memandang anak laki-laki lebih tinggi derajatnya daripada perempuan. Walaupun demikian pada usia kanak-kanak akhir ini biasanya anak laki-laki tidak melakukan pembedaan terhadap anak perempuan tetapi menghindari mereka dan menghindari aktivitas yang dianggap sebagai aktivitas anak perempuan.

Pada usia kanak-kanak akhir ini kognisi sosial anak sudah mulai berkembang dengan baik. Mereka sudah mulai memahami tujuan dari hubungan dan berusaha menjaga hubungan tersebut dengan melakukan perilaku-perilaku positif seperti mengatakan hal-hal yang baik dan menanggapi perkataan teman. Kelompok teman sebaya melatih anak-anak ketrampilan sosial yang kritis yang tidak dapat diperoleh dari orang dewasa dengan cara yang sama tentang bagaimana hubungan dengan pemimpin, bagaimana menghadapi permusuhan dan dominasi (Mussen, dkk, 1994).

Ketrampilan sosial meliputi kemampuan interpersonal dan kemampuan intrapersonal. Berikut ini ciri-ciri dari dua hal tersebut : 1). **Perilaku interpersonal** yaitu perilaku yang menyangkut ketrampilan yang digunakan selama berhubungan dengan orang lain, oleh karena itu diperlukan suatu kemampuan untuk mengerti dan memahami orang lain. 2). **Perilaku intrapersonal** yaitu perilaku atau sikap yang berhubungan dengan

pengaturan diri terutama pengaturan diri dalam situasi sosial. Anak dengan ketrampilan ini akan dapat memperkirakan akibat-akibat yang mungkin timbul dari perilakunya. Beberapa unsurnya antara lain adalah kemampuan mengidentifikasi perasaan orang lain, kemampuan untuk asertif, kepekaan terhadap keadaan orang lain baik secara verbal maupun non verbal, kemampuan mengatur dan mengendalikan emosi sehingga dapat mengontrol perilaku negatif seperti marah, agresi dan sebagainya serta kemampuan mengendalikan stress.

Pelatihan adalah salah satu bentuk belajar yang efektif di mana individu dapat meningkatkan pengetahuan dan penguasaan ketrampilan yang baik. Menurut Truelave (1996) pelatihan adalah salah satu usaha untuk mengajarkan pengetahuan, ketrampilan dan sikap untuk melaksanakan suatu pekerjaan yang berhubungan dengan tugas tertentu. Pelatihan adalah pemindahan pengetahuan dan ketrampilan yang terukur dan telah ditentukan sebelumnya oleh karena itu pelatihan harus memiliki tujuan dan metode yang jelas untuk menguji apakah pengetahuan dan ketrampilan yang diberikan sudah dikuasai.

Pelatihan ketrampilan sosial menggunakan metode diskusi kelompok selain metode permainan. Menurut Steward dan Shamsadani (dalam Andayani dan Kumara, 1996) diskusi kelompok dapat dilakukan baik untuk subjek orang dewasa

maupun subjek anak-anak pula. Melalui diskusi sederhana peserta juga dapat mulai belajar mempraktekkan beberapa materi seperti bertanya, berpendapat, menerima pendapat peserta lain, dan sebagainya (Wenzler-Cremer dan Fischer-Siregar, 1993).

Metode permainan merupakan metode yang efektif dalam belajar karena menurut DePorter dkk (2000), sembilan puluh persen pengetahuan diperoleh bila individu tidak hanya mendengar dan mencatat tetapi dengan melakukan. Wenzler-Cremer dan Fischer-Siregar (1993) menyebutkan bahwa permainan adalah suatu metode yang sesuai untuk belajar ketrampilan sosial karena dengan permainan diciptakan suasana yang santai dan menyenangkan sehingga individu dapat belajar dengan lebih baik dan sungguh-sungguh. Oleh karena itu proses bermainlah yang mendapat perhatian.

Bierman dkk (1987) berpendapat bahwa program pelatihan ketrampilan sosial akan lebih efektif bila perilaku-perilaku negatif dari anak dijadikan target langsung. Anak-anak yang berperilaku negatif adalah anak-anak yang ketrampilan sosialnya kurang sehingga mereka kurang dapat menyesuaikan diri dan kurang dapat diterima di lingkungan teman sebayanya. Kemampuan yang ditekankan adalah kemampuan komunikasi, pemahaman terhadap orang lain dan kerjasama terutama dalam kelompok teman sebaya.

Berdasarkan uraian di atas dapat di-

simpulkan bahwa pelatihan Ketrampilan sosial merupakan salah satu cara belajar yang dapat dilakukan pada anak-anak Sekolah Dasar kelas lima yang berada dalam masa kanak-kanak akhir, untuk membantu menurunkan tingkat perilaku negatif atau meningkatkan ketrampilan sosial mereka. Penyusunan program pelatihan disesuaikan dengan kebutuhan dan perilaku anak.

Berdasarkan teori-teori yang telah dikemukakan maka hipotesis yang diajukan untuk penelitian ini adalah : ada perbedaan kemampuan ketrampilan sosial pada anak Sekolah Dasar kelas 5 sebelum dan sesudah mengikuti Pelatihan Ketrampilan Sosial. Pelatihan Ketrampilan Sosial efektif untuk meningkatkan ketrampilan sosial atau menurunkan tingkat perilaku negatif

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen. Tujuannya untuk mengamati apa akibat yang timbul dari pemberian perlakuan dengan cara memberikan perlakuan pada kelompok eksperimen kemudian melakukan evaluasi (Nazir, 1988).

Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel Bebas: Pelatihan Ketrampilan Sosial.
2. Variabel Tergantung: Ketrampilan Sosial

Pelatihan Ketrampilan Sosial adalah program pelatihan dengan materi pelatihan yang disusun melalui tiga tahap yang dikemukakan oleh Goldstein dan Pollock (1988) yaitu tahap *assessment*, konstruksi program pelatihan dan evaluasi serta diberikan dengan metode permainan dan diskusi. Sesi pelatihan adalah Pencairan, Pengenalan diri dan Pemahaman terhadap orang lain, Ketrampilan Komunikasi, Ketrampilan Komunikasi Non Verbal dan Ketrampilan Kerjasama.

Ketrampilan Sosial adalah kemampuan anak untuk berperilaku dan berinteraksi dengan orang lain khususnya teman sebaya dalam konteks sosial dengan cara yang spesifik dan diterima oleh kelompoknya. Tinggi rendahnya ketrampilan sosial diketahui melalui metode sosiometri nominasi teman sebaya. Semakin tinggi skor indeks sosiometrik anak dalam nominasi teman sebaya maka tingkat perilaku negatif tinggi berarti ketrampilan sosialnya rendah. Sebaliknya, semakin rendah skor indeks sosiometrik anak dalam nominasi teman sebaya maka tingkat perilaku negatifnya rendah berarti ketrampilan sosialnya tinggi.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sosiometri, observasi dan wawancara. Sementara alat pengumpul data yang digunakan adalah Nominasi Teman Sebaya dan evaluasi materi pelatihan. Penyusunan butir pertanyaan dalam nominasi teman sebaya ini mengacu pada suatu teori, anak

diminta menentukan perilaku-perilaku yang tidak mereka sukai dan beberapa guru, orangtua dan psikolog (*profesional judgement*) melakukan penilaian terhadap pertanyaan-pertanyaan yang dibuat untuk mengetahui sejauhmana butir-butir pertanyaan mencakup keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur (Validitas Isi).

Subjek penelitian adalah 10 orang anak kelas 5 SD Ngemplak Simongan 02-03 Semarang yang terpilih melalui Nominasi Teman Sebaya sebagai anak yang rendah ketrampilan sosialnya, ditunjukkan dengan tingginya indeks sosiometrik untuk perilaku negatif. Kelas 5 A siswa yang terpilih sebagai peserta pelatihan mempunyai Indeks sosiometrik 6.23 sampai dengan 8.54 (5 orang) sementara kelas 5 B siswa yang terpilih mempunyai Indeks sosiometrik 5.22 sampai dengan 8.91 (5 orang).

Penelitian ini menggunakan *one group pre-test post-test design* (Cook dan Campbell, 1979) Digunakannya disain penelitian tersebut karena sulit menentukan *baseline* yang setara bila digunakan kelompok kontrol. Alasan lain adalah agar pelatihan dapat terfokus pada sasaran yaitu anak-anak yang ketrampilan sosialnya kurang.

Modul Pelatihan Ketrampilan Sosial disusun berdasarkan melalui tiga tahap yang dikemukakan oleh Goldstein dan Pollock (1988) yaitu tahap *assessment*, konstruksi program pelatihan dan evaluasi

serta diberikan dengan metode permainan dan diskusi. Sesi yang diberikan adalah Pencairan, Pengenalan diri dan Pemahaman terhadap orang lain, Ketrampilan Komunikasi, Ketrampilan Komunikasi Non Verbal dan Ketrampilan Kerjasama. Metode yang digunakan dalam pelatihan adalah permainan dan diskusi. Pelaksanaan pelatihan dalam 5 sesi selama 4 hari. Tiap sesi menyajikan 1-2 materi. Waktu yang dibutuhkan untuk tiap sesi sekitar 120 menit.

Hasil *post-test* menunjukkan adanya penurunan Indeks sosiometrik pada 10 anak peserta pelatihan. Indeks sosiometrik *post-test* berkisar antara 3.22 sampai dengan 5.91. Analisis kuantitatif dilakukan dengan teknik statistik t- test untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*. Sebelumnya dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas sebaran data dan uji homogenitas varians (Hadi, 2000, Winarsunu, 2002).

## HASIL DAN BAHASAN

Melalui analisis diperoleh nilai t sebesar 8.536 yang berarti menunjukkan adanya penurunan skor nominasi teman sebaya setelah perlakuan. Nilai p yang diperoleh 0.000 ( $p \leq 0.05$ ) sehingga ada perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa Hipotesis nol berhasil ditolak dan Hipotesis penelitian dapat diterima.

Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa Pelatihan Ketrampilan Sosial yang dilaksanakan dengan metode permainan dan diskusi efektif digunakan untuk meningkatkan ketrampilan sosial pada anak. Peningkatan ketrampilan sosial ditandai dengan menurunnya tingkat perilaku negatif. Subjek penelitian yang semula mempunyai tingkat perilaku negatif tinggi sehingga diasumsikan bahwa ketrampilan sosialnya rendah, setelah mengikuti Pelatihan Ketrampilan Sosial terbukti turun tingkat perilaku negatifnya. Subjek 5 yang semua berada di peringkat 5 kelasnya turun menjadi peringkat 10 untuk pilihan sebagai anak yang tidak disukai. Subjek 7 juga mengalami penurunan dari peringkat 2 menjadi peringkat 10, emikian juga subjek 9, dari peringkat 4 di kelasnya turun menjadi peringkat 14. namun demikian ada beberapa peserta yang meskipun indeks sosiometrinya turun tetapi kedudukannya dalam kelas sebagai anak yang tidak disukai tetap berada pada peringkat atas seperti hasil subjek 1, Sbjek 2 dan subjek 6. hasil lain terjadi pada subjek 10, semula peringkat 5 di kelasnya justru naik menjadi peringkat 2. hal tersebut menunjukkan bahwa walaupun dalam jangka waktu pendek pelatihan cukup efektif namun masih harus diuji kelanjutannya.

Sepuluh orang subjek penelitian yang terseleksi menjadi peserta pelatihan merupakan anak-anak yang mempunyai tingkat perilaku negatif tinggi menurut

penilaian teman-teman sekelasnya. Jenis-jenis perilaku negatif yang digunakan sebagai butir-butir dalam nominasi teman sebaya berasal dari pengumpulan pendapat anak-anak tersebut sehingga ada perbedaan-perbedaan persepsi dari orang dewasa, seperti guru. Misalnya, menurut hasil wawancara dengan guru, ada anak yang menurut guru tidak begitu bermasalah dalam pergaulan dengan teman-teman sebayanya namun ternyata banyak dipilih oleh teman-temannya sebagai anak yang perilakunya negatif.

Berdasarkan hasil analisis individual terhadap peserta pelatihan diperoleh hasil bahwa perilaku-perilaku negatif subjek yang menonjol rata-rata mengalami penurunan indeks sosiometrik. Namun, saat ukur yang lebih terstandar-disasai perlu juga digunakan untuk memperkuat hasil tersebut. Observasi juga seharusnya dilakukan sebelum seleksi subjek dan pelatihan agar efektivitas pelatihan dapat benar-benar diketahui.

Berkaitan dengan efektivitas pelatihan, pelaksanaan pelatihan tanpa kelompok kontrol juga mempunyai kelemahan karena tidak ada kelompok yang digunakan sebagai pembanding. Hal ini dapat mencemari validitas internal eksperimen. Penggunaan alat ukur yang sama dalam pre test dan post-test juga diduga dapat mengakibatkan kematangan pada subjek.

Penerimaan dan penolakan teman sebaya eratkaitannya dengan perilaku dan

ketrampilan sosial, akan berpengaruh dalam status sosial serta penyesuaian anak, demikian hasil penelitian Kupersmidt dkk (dalam Haselager, dkk, 2002) tentang anak yang ditolak di lingkungan teman sebayanya. Mendukung pendapat tersebut adalah penelitian Newcomb dkk. (1993) yang hasilnya menyebutkan bahwa anak-anak yang ditolak oleh teman sebayanya adalah anak-anak yang berperilaku agresif lebih tinggi dibandingkan anak-anak yang secara sosiometrik masuk dalam kategori rata-rata. Di sisi lain, anak-anak yang menarik diri dari sosialisasi dan pemalu juga mengalami penolakan, walaupun tidak setinggi anak-anak agresif tingkat penolakannya.

Ketrampilan sosial merupakan hal yang dipelajari. Pelatihan Ketrampilan sosial merupakan suatu alternatif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan ketrampilan sosial pada anak. Materi pelatihan yang diberikan dengan metode permainan akan lebih mengena pada asasan dibandingkan metode yang lebih formal seperti ceramah. Menurut Tasmin (2002) dunia anak-anak adalah dunia bermain, dengan permainan anak akan menggunakan otot tubuhnya, menstimulasi indra-indra tubuhnya, mengeksplorasi dunia sekitarnya, menemukan lingkungan seperti apa yang ia tempati dan menemukan seperti apa diri mereka sendiri. Melalui permainan anak juga akan mempelajari hal-hal baru dan belajar kapan menggunakan ketrampilan fisik dan

kemampuan berinteraksi dengan orang lain akan berkembang. Penggunaan metode permainan untuk pelatihan disesuaikan dengan usia anak.

Diskusi mengenai tujuan permainan dan refleksi permainan yang dilakukan di akhir sesi pelatihan akan mendorong anak untuk belajar melakukan pemahaman mengenai proses apa yang terjadi dalam permainan, mengemukakan pendapatnya dan menerima pendapat teman yang lain. Berdasarkan hasil diskusi dan evaluasi materi pelatihan diperoleh informasi mengenai materi-materi apa yang kurang sesuai dengan anak serta pelaksanaan pelatihan.

Anak yang mempunyai ketrampilan sosial yang optimal akan mengembangkan pola penyesuaian yang adekuat di usia selanjutnya. Konflik yang terjadi dalam proses berteman akan membantu anak belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, oleh karena itu anak yang berhasil dalam interaksi sosial adalah anak yang mempunyai kompetensi sosial baik (Docket dkk. 1996). Namun mengingat sebagian waktu anak juga dilewatkan di lingkungan keluarganya maka faktor keluarga juga tetap memegang peran penting dalam perkembangan ketrampilan sosial anak

Berdasarkan hasil penelitian ini maka model pelatihan yang sifatnya informal dapat dikembangkan sebagai metode yang mendukung kemampuan anak dalam memenuhi tugas perkembangannya.

## SIMPULAN DAN SARAN

Pelatihan Ketrampilan Sosial yang dilaksanakan dengan metode permainan dan diskusi dalam 5 sesi (Pencairan, Pengenalan Diri dan Pemahaman Terhadap Orang Lain, Ketrampilan Komunikasi Verbal, Ketrampilan Komunikasi Nonverbal serta Ketrampilan Kerjasama) efektif dalam meningkatkan ketrampilan sosial pada anak Sekolah Dasar kelas 5.

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa Pelatihan Ketrampilan Sosial efektif untuk meningkatkan ketrampilan sosial anak dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk sekolah dalam menyelenggarakan kegiatan. Kegiatan sekolah harus mempunyai keseimbangan dalam bidang kognisi dan sosial sehingga anak tidak hanya ditekankan dalam kemampuan akademis saja tetapi juga harus memperhatikan kemampuan sosial. Anak tidak lagi tersita waktunya untuk kegiatan-kegiatan belajar akademis saja seperti les tambahan pelajaran sekolah tetapi harus diberi kesempatan bersosialisasi dengan lingkungan terutama teman sebayanya.

Waktu anak tidak hanya dihabiskan di sekolah sehingga keluarga juga diduga mempengaruhi pengembangan ketrampilan sosialnya sehingga keluarga harus dilibatkan dalam proses pendidikan anak terutama bagi anak-anak yang mengalami masalah di sekolahnya. Penanganan yang terpadu tentunya akan memberikan hasil yang lebih efektif.

Bagi peneliti selanjutnya, disain penelitian yang tidak menggunakan kelompok kontrol harus diantisipasi untuk menghindari kelemahan-kelemahan. Namun penggunaan kelompok kontrol harus memperhatikan *baseline* yang setara agar hasilnya sesuai dengan tujuan. Pelatihan harus diuji lagi pengaruhnya untuk jangka waktu yang lebih lama, oleh karena itu perlu diberikan *post-test* kedua dan tindak lanjut (*follow up*) setelah pelatihan.

Pemilihan subyek penelitian hendaknya menggunakan alat ukur yang lebih akurat sehingga standardisasi lebih terjamin. Jumlah subyek penelitian juga per-

lu ditambah sehingga generalisasi hasil penelitian dapat mencakup populasi yang lebih luas.

Penelitian mengenai ketrampilan sosial harus memperhatikan faktor-faktor lain seperti faktor keluarga dan faktor-faktor dalam hubungan dengan teman sebaya yang belum diungkap dalam penelitian ini agar hasilnya memberikan kontribusi yang lebih baik. Modul pelatihan juga harus disempurnakan lagi dan akan lebih baik bila digunakan lebih dari dua metode (permainan dan diskusi) misalnya ditambah dengan penggunaan model atau keteladanan.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Andayani, B., Kumara, A., 1996, Diskusi Kelompok Terarah Dengan Subjek Anak-Anak, *Buletin Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada*, IV, 2, 26-31
- Bierman, K. L., 1986, Process of Change During Social Skill Training with Preadolescents and Its Relation to Treatment Outcome, *Child Development*, 57, 230-240
- Bierman, K. L., Miller, L. C. & Stabb, D. S., 1987, Improving the Social Behavior and Peer Acceptance of Rejected Boys: Effect of Social Skill Training with Instructions and Prohibitions, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55 (2), 194-200.
- Boeree, C. G., 1997, Personality Theories: Erik Erikson, [www.shipedu.com](http://www.shipedu.com)
- Boyum, L. A. & Parke, R. D., 1995, The Role of Family Emotional Expressiveness in The Development of Children's Social Competence, *Journal of Marriage and The Family*, 57, 593-608

- Cartledge, G. & Milburn, J. F., 1995, *Teaching Social Skill to Children and Youth*, Allyn and Bacon, Boston.
- Cook, T. D. & Campbell, D. T., 1979, *Quasi Experimentation : Design and Analysis Issues for Field Settings*, Houghton-Mifflin, Boston.
- DePorter, B., Reardon, M, Singer-Nourie, S., 1999, *Quantum Teaching : Mempraktek-kan Quantum Learning di Ruang-Ruang Kelas*, Kaifa, Jakarta
- Durkin, K, 1995, *Developmental Social Psychology; From Infancy to Old Age*, Blackwell Publisher, Massachusetts
- Gilmer, B. V, 1984, *Applied Psychology*, Tata McGraw-Hill Book Publishing Co. Ltd., New Delhi
- Goldstein & Pollock, 1988, *Social Skills Enhancement*, [www.usersglobal-net.co.uk](http://www.usersglobal-net.co.uk)
- Hurlock, E. B., 1978, *Perkembangan Anak*, Jilid 1 (terjemahan Meitasari Tjandrasa dan Muslichah Zarkasih), Erlangga, Jakarta.
- Intisari, 1999, *Mainan Modern Rentan Masalah (Kumpulan Artikel Psikologi Anak 2)*, PT Intisari Mediatama, Jakarta.
- Kelly, J. A., 1982, *Social Skill Training : A Practical Guide for Intervention*, Springer Publishing Co., New York
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P. & Haditono, S. R., 1999, *Psikologi Perkembangan, Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*, Gadjah Mada University Press, Yogyakarta.
- Munandar, S. C. U, 1985, *Mengembangkan Bakat dan Kreativitas Anak Sekolah ; Petunjuk Bagi Para Guru dan Orangtua*, Gramedia, Jakarta
- Mussen, P. H., Conger, J. J., Kagan, J. & Huston, A.C., 1994, *Perkembangan dan Kepribadian Anak* (ed. 6) (terjemahan F.X. Budiyanto dkk), Arcan, Jakarta.
- Nazir, M, 1988, *Metode Penelitian*, Ghalia Indonesia, Jakarta
- Truelave, S., 1996, *The Handbooks of Training and Development*, Mc Graw-Hill Book Int. Ltd, Oxford
- Wenzler-Cremer, H & Fischer-Siregar, M, 1993, *Proses Pengembangan Diri*, Grasindo, Jakarta
- Woolfolk & McCune-Nicolich, 1984, *Educational Psychology for Teachers* (2 nd ed), Englewo-od Cliffs Prentice Hall Inc., New Jersey.