

**PENERAPAN *CINEMA THERAPY* DALAM MENINGKATKAN KETERAMPILAN
SOSIAL PESERTA DIDIK KELAS VIII**

**Nenden Yulianingsih Habsyah
SMPN 1 Cileunyi**

yo3lie@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan *cinema therapy* dalam meningkatkan keterampilan sosial pada peserta didik kelas VIII di SMPN 1 Cileunyi – Bandung Tahun Pelajaran 2018-2019. Penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperimen* dengan jenis penelitian *pretest-posttest control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMPN 1 Cileunyi tahun Pelajaran 2018-2019. Sampel diambil berdasarkan teknik *random sampling*. Dengan menggunakan teknik pengambilan sampel tersebut maka diperoleh hasil kelas VIII-H sebagai kelas eksperimen dan kelas VIII-J sebagai kelas kontrol. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan angket keterampilan sosial. Perlakuan pada kelas eksperimen diberikan sebanyak lima sesi. Setelah diberikan perlakuan maka diperoleh hasil *post-test* yang kemudian diolah dengan menggunakan SPSS 25 dan diperoleh hasil data berdistribusi normal dan homogen. Kemudian untuk menguji hipotesis digunakan *paired sample t test* dan *independent sample t-test*.

Hasil rata-rata skor *pre-test* kelas eksperimen 113,89 dan hasil rata-rata *post-test* 131,11. Sementara kelas kontrol hasil rata-rata *pre-test* 114,56 dan hasil rata-rata *post-test* 123,89. Dengan melihat Sig. (2-tailed) *paired sample t test* kelas eksperimen yaitu $0,000 > 0,05$. Dan Sig. (2-tailed) *independent sample t-test* $0,018 < 0,05$. Maka H_0 diterima, artinya *cinema therapy* berpengaruh terhadap keterampilan sosial peserta didik kelas VIII SMPN 1 Cileunyi Tahun Pelajaran 2018-2019.

Kata Kunci : Bimbingan dan Konseling, *Cinema Therapy*, Keterampilan Sosial.

Abstract

This study aims to apply cinema therapy in improving social skills in grade VIII students at SMPN 1 Cileunyi - Bandung in 2018-2019 Academic Year. This research is a quasi-experimental study with the type of pretest-posttest control group design research. The population in this study were students of class VIII SMPN 1 Cileunyi Academic year 2018-2019. Samples were taken based on random sampling techniques. By using the sampling technique, the results obtained class VIII-H as an experimental class and class VIII-J as a control class. Data collection techniques using a social skills questionnaire. The treatment in the experimental class was given as many as five sessions. After the treatment is given, the results of the post-test are obtained which are then processed using SPSS 25 and the results obtained are normally distributed and homogeneous. Then to test the hypothesis used paired sample t test and independent sample t-test. The average results of the experimental class pre-test scores 113.89 and the average post-test results 131.11. While the control class average pre-test results 114.56 and post-test average results 123.89. By looking at Sig. (2-tailed) paired sample t test of the experimental class is $0,000 > 0.05$. And Sig. (2-tailed) independent

sample t-test 0.018 <0.05. Then Ha is accepted, meaning that cinema therapy influences the social skills of VIII grade students of SMPN 1 Cileunyi 2018-2019 Academic Year.

Keywords: Guidance and Counseling, Cinema Therapy, Social Skills.

PENDAHULUAN

Keterampilan sosial sejatinya merupakan keterampilan yang sangat dibutuhkan oleh peserta didik. Keterampilan sosial dapat dikembangkan melalui kegiatan yang dilakukan di sekolah. Sekolah merupakan wahana belajar untuk mengembangkan keterampilan sosial peserta didik melalui berbagai kegiatan. Keterampilan sosial merupakan keterampilan berkomunikasi, penyesuaian diri, dan keterampilan menjalin hubungan baik dengan orang lain (Budiman, 2006, hlm.21). Samanci (2010, hlm.150) menyebut keterampilan sosial sebagai kemampuan yang dibutuhkan untuk menjalin interaksi sosial dan untuk mampu beradaptasi terhadap harapan lingkungan.

Keterampilan sosial merupakan salah satu keterampilan yang harus dimiliki manusia agar bisa berbaur dengan orang lain dengan baik. Keterampilan sosial yang baik dibutuhkan bagi peserta didik di sekolah. Keterampilan sosial di sekolah akan mendukung interaksi dan kolaborasi peserta didik dengan teman dan guru (Mazurik Charles & Stefanou, 2010, hlm.162). Selain itu, keterampilan sosial di sekolah juga mendukung kemampuan *problem solving* peserta didik, serta berempati terhadap orang lain (Dereli, 2009, hlm.1420). Oleh karena itu, Shepherd (2010, hlm.43) menyebut keterampilan sosial sebagai kemampuan atau modal penting bagi anak untuk mencapai kesiapan emosi dan perilaku di sekolah. Adapun fungsi keterampilan sosial di sekolah adalah untuk melakukan hubungan sosial dengan guru dan teman, serta agar dapat menyesuaikan diri dengan aktivitas dan tuntutan pembelajaran. Keterampilan sosial tampak pada sikap dan perilaku keseharian, seperti kemampuan berkomunikasi; menyesuaikan diri, keterlibatan dalam kelompok; mengatasi masalah; dan mengembangkan potensi diri dalam konteks lingkungan. Berdasarkan pengertian yang diungkap oleh Budiman, Samanci, Dereli dan Shepherd dapat diketahui bahwa keterampilan sosial sangatlah penting dalam kehidupan peserta didik, dimana peserta didik yang merupakan makhluk sosial seyogyanya akan senantiasa memerlukan kemampuan untuk berkomunikasi, penyesuaian diri dan menjalin hubungan yang baik dalam kehidupan sehari-hari.

Kenyataan yang terjadi dilapangan, khususnya di SMP Negeri 1 Cileunyi, setelah peneliti melakukan observasi dan wawancara, ternyata keterampilan sosial peserta didik kelas

VIII masih terlihat rendah. Terbukti dari banyaknya pelanggaran-pelanggaran aturan sekolah. Hal tersebut menunjukkan bahwa peserta didik belum memiliki penyesuaian diri yang baik terhadap aturan-aturan yang ada di sekitar. Selain itu banyak peserta didik yang belum terampil untuk berkomunikasi antar teman dan guru sehingga banyak memunculkan salah persepsi antar satu sama lain yang dilakukan oleh peserta didik. Keterampilan sosial rendah tersebut mengakibatkan peserta didik keluar atau mengundurkan diri dari sekolah.

Hakikatnya manusia adalah makhluk sosial, dia membutuhkan keberadaan orang lain, tidak mampu hidup sendiri, sehingga keterampilan sosial adalah hal mutlak yang harus dimiliki setiap individu. Sedangkan hakikat dari pembelajaran adalah memberikan pelayanan bagi siswa agar dapat merubah tingkah laku ke arah perkembangan pribadi yang optimal (Yuliani, 2019). Bertolak dari pemahaman tersebut sekolah yang notakbene adalah lingkungan pembelajaran harus mampu menyediakan sarana untuk mngembangkan keterampilan sosial. Dalam ranah bimbingan konseling keterampilan sosial adalah salah satu keterampilan yang diperhatikan. Salah satu strategi layanan bimbingan dan konseling yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan sosial ini adalah layanan *cinema therapy*. Hal ini dianggap tepat karena melihat para remaja sangat mudah terpengaruh oleh lingkungan. Di era milenial saat ini tontonan merupakan salah satu indikator yang mempunyai pengaruh besar membentuk wawasan remaja. Maka dirasa tepat apabila peneliti menggunakan *cinema therapy* untuk mempengaruhi pemahaman peserta didik dalam pemahaman keterampilan sosial.

Berdasarkan masalah-masalah yang ditemukan di lapangan dan mengingat pentingnya keterampilan sosial itu sendiri, maka peneliti mengajukan solusi untuk permasalahan tersebut melalui penelitian yang berjudul ***“Penerapan Cinema Therapy dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Peserta Didik Kelas VIII”***.

METODE

Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif. Menurut Sukmadinata (2010, hlm. 53), penelitian kuantitatif didasarkan pada filsafat positivisme yang menekankan fenomena objektif yang dikaji secara kuantitatif atau dengan kata lain dilakukan dengan menggunakan angka, pengolahan statistik, struktur, dan percobaan terkontrol.

Penelitian eksperimen merupakan salah satu jenis penelitian kuantitatif yang sangat kuat untuk mengukur hubungan sebab akibat. Menurut Sugiyono (2017, hlm. 72) metode

penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalkan.

Menurut Latipun (dalam Yuliani, 2016) penelitian eksperimen, terdapat beberapa bentuk desain antara lain *pre-eksperimental design*, *true eksperimental design*, *factorial design*, dan *quasi eksperimental design*. Adapun desain yang dipilih oleh peneliti adalah *quasi eksperimental design* atau eksperimen kuasi. Menurut Sugiyono (2017, hlm. 77), desain eksperimen kuasi mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak sepenuhnya bisa mengontrol variabel-variabel luar yang memengaruhi pelaksanaan eksperimen.

Penelitian eksperimen kuasi ini digunakan untuk mengetahui perbedaan kemampuan kelas yang diberi perlakuan dan kelas yang tidak diberi perlakuan. Desain penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk *Pretest-Posttest Control Group Design*.

Dalam desain ini terdapat dua kelompok yang dipilih secara random. Kemudian kedua kelompok terlebih dahulu diberi tes awal (*pre-test*) dengan tes yang sama.

Hasil *pre-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diuji untuk mengetahui normalitas dan homogenitas data dari kedua kelompok. Selanjutnya kelompok eksperimen diberi perlakuan khusus yaitu layanan *cinema therapy*, sedangkan kelompok kontrol diberi perlakuan seperti biasa yaitu bimbingan klasikal. Setelah diberi perlakuan kedua kelompok di tes dengan tes yang sama sebagai tes akhir (*post test*). Hasil kedua tes akhir dibandingkan, untuk dilakukan uji hipotesis apakah terdapat pengaruh atau tidak dari *treatment* yang sudah dilakukan.

Instrumen penelitian merupakan alat bantu bagi peneliti dalam mengumpulkan data (Suharsimi Arikunto, 2005, hlm.34). Instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket keterampilan sosial.

Angket keterampilan sosial yang digunakan dimodifikasi dari instrumen Walker dan Mc. Connell, karena sudah tervalidasi secara teori sehingga mampu secara ajeg mengukur keterampilan sosial peserta didik. (Gresham. 2018, hlm. 7)

Data yang diperoleh dari pengukuran selanjutnya diolah dengan menggunakan analisis statistika. Seluruh data yang terkumpul diolah datanya dengan menggunakan Microsoft Excel dan SPSS 25.

Langkah yang harus dilakukan untuk mengkategorikan hasil angket kedalam tiga kategori tersebut dengan menggunakan rumus sebagai berikut (Azwar, 2012):

Tabel.1 Rumus Pengkategorian

Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

Keterangan:

M : *Mean*

SD : Standar Deviasi

Berdasarkan nilai angket yang sudah disebar, maka rentang kategori keterampilan peserta didik adalah sebagai berikut:

Tabel.2 Hasil Pengkategorian

Kategori	Rentang
Rendah	$X < 123$
Sedang	$123 \leq X < 147$
Tinggi	$147 \leq X$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Intervensi metode *cinema therapy* terhadap keterampilan sosial peserta didik ini terdiri dari lima sesi. Adapun rincian lima sesi yang dilaksanakan adalah sebagai berikut:

1) Sesi I

Pada sesi pertama ini dilakukan *pre-test* kepada kelas VIII-H sebagai kelas eksperimen dan kelas VIII-J sebagai kelas kontrol.

2) Sesi II

Pada sesi kedua peserta didik diminta untuk menceritakan keadaan yang pernah dialaminya yang berkaitan dengan perilaku keterampilan sosial. Kemudian peneliti menjelaskan mengenai konsep dan pengertian keterampilan sosial, dan hal yang berkaitan dengannya. Peneliti menjelaskan dan memperkenalkan metode *cinema therapy* dan tujuan yang ingin dicapai dari *cinema therapy*. Selain itu pada sesi ini dilakukan kontrak layanan dan pemaparan kegiatan yang akan dilakukan pada sesi-sesi berikutnya.

3) Sesi III

Pada sesi III ini kegiatan *cinema therapy* dilaksanakan. Peserta didik melihat dan menonton film yang disajikan oleh konselor. Kemudian masing-masing kelompok diminta mengomentari dan menarik hikmah dari film yang sudah ditayangkan.

Sesi ini dilakukan 5x dengan masing-masing film berjudul:

- Bad Genius
- Fly Colour

- Negeri 5 Menara
- Berubah - Film Pendek (short movie) Kemendikbud 2017
- Simbiosis – film pendek- Keterampilan Sosial PIPS UPI

4) Sesi IV

Pada sesi IV ini dilakukan diskusi mengenai film yang telah ditonton. Hal apa saja yang diamati dan diambil pelajaran oleh peserta didik. Kemudian nilai-nilai atau amanat yang ada dalam film tersebut dikaitkan dengan kenyataan sehari-hari yang terjadi di lingkungan peserta didik.

5) Sesi V

Pada sesi ini dilakukan *post-test* untuk mengukur pengaruh *cinema therapy* terhadap keterampilan sosial peserta didik kelas VIII.

Gambaran keterampilan peserta didik kelas VIII dapat diketahui dari hasil penyebaran kuesioner awal (*pre-test*). Setelah dilakukan *simple random sampling* untuk mendapatkan sampel, maka munculah kelas 8H sebagai kelas eksperimen dan kelas 8J sebagai kelas kontrol.

Setelah diberikan *treatment* berupa *cinema therapy* terhadap kelompok eksperimen, diperoleh hasil, *pre-test*, *post-test*, dan Skor kenaikan kelompok eksperimen yang akan disajikan pada tabel berikut:

Tabel.3 Rekapitulasi Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Eksperimen

No	Inisial	Pre-test	Kategori	Post-test	Kategori	Skor Kenaikan
1	AM	120	Rendah	131	Sedang	11
2	DN	119	Rendah	133	Sedang	14
3	IK	122	Rendah	133	Sedang	11
4	IM	103	Rendah	127	Sedang	24
5	KS	119	Rendah	130	Sedang	11
6	MC	115	Rendah	138	Sedang	23
7	MR	110	Rendah	127	Sedang	17
8	RH	100	Rendah	126	Sedang	26
9	SS	117	Rendah	135	Sedang	18
Jumlah		1025		1180		155
Rata		113,89		131,11		17,22

Setelah layanan *cinema therapy* diberikan kepada kelompok eksperimen dan bimbingan klasikal terhadap kelompok kontrol, untuk mengetahui perbandingannya dengan kelas kontrol, maka *post-test* diberikan kepada peserta didik baik pada kelompok eksperimen

maupun kelompok kontrol. Kelompok eksperimen berjumlah 9 orang dan kelompok kontrol berjumlah 9 orang. Berikut disajikan hasil kondisi *post-test* pada kelompok kontrol:

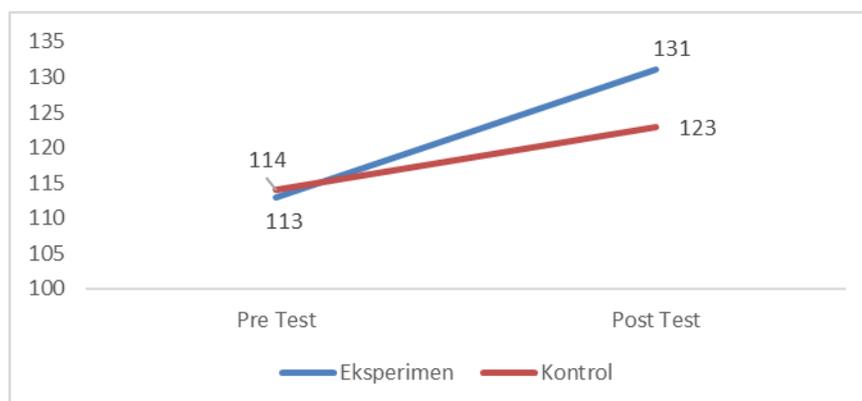
Tabel.4 Rekapitulasi Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Kontrol

No	Inisial	Pre-test	Kategori	Post-test	Kategori	Skor Kenaikan
1	AN	122	Rendah	129	Sedang	7
2	DP	115	Rendah	127	Sedang	12
3	DD	112	Rendah	126	Sedang	14
4	FM	105	Rendah	110	rendah	5
5	LN	122	Rendah	133	Sedang	11
6	RR	120	Rendah	127	Sedang	7
7	RZ	113	Rendah	123	Sedang	10
8	SB	105	Rendah	115	rendah	10
9	VM	117	Rendah	125	Sedang	8
Jumlah		1031		1115		84
Rata		114,56		123,89		9,33

Tabel.5 Descriptive Statistics

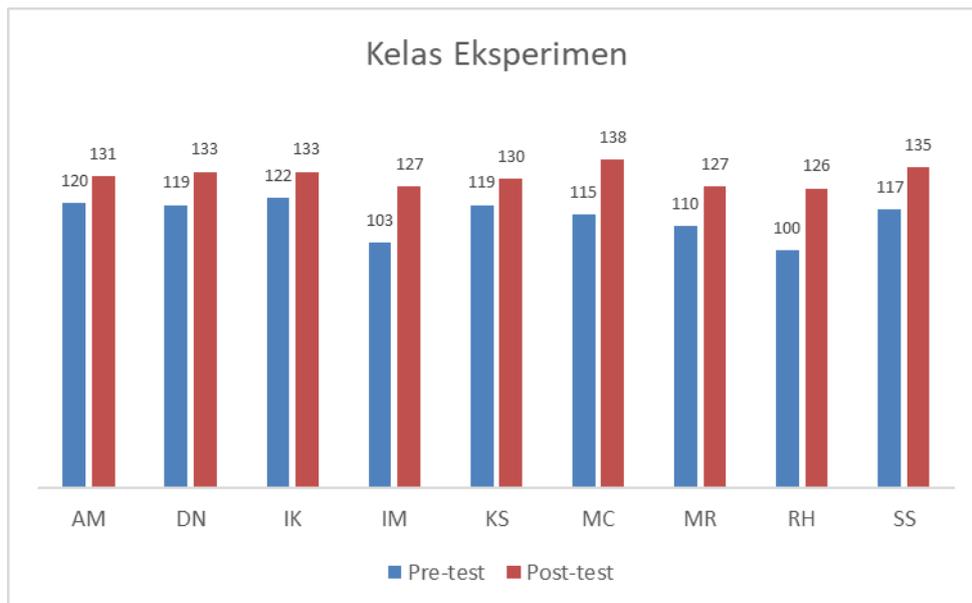
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-test Eksperimen	9	100	122	113.89	7.849
Post-Test Eksperien	9	126	138	131.11	4.045
Pre-Test Kontrol	9	105	122	114.56	6.502
Post-Test Kontrol	9	110	133	123.89	7.132
Valid N (listwise)	9				

Untuk grafik peningkatan keterampilan sosial antara kelas eksperimen dan kelas kontrol di atas, dapat dilihat dalam grafik berikut ini:



Grafik.1 Perbandingan Hasil *Pretest-Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Adapun untuk grafik peningkatan keterampilan sosial peserta didik yang mendapat layanan *cinema therapy*, dapat dilihat dalam grafik berikut ini:



Grafik. 2 Hasil *Pretest-Posttest* Keterampilan Sosial Peserta Didik Kelompok Eksperimen

Dari grafik tersebut dapat dilihat peserta didik atau sampel yang tadinya memiliki nilai *pre-test* dengan kategori rendah, setelah diberikan layanan *cinema therapy*, maka keterampilan sosial yang mereka miliki semua atau *post-test* naik menjadi berkategori sedang.

Pembahasan

Keterampilan Sosial

Cartledge dan Milburn (1995, hlm. 304) mengatakan bahwa keterampilan sosial adalah kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain pada konteks sosial dengan tujuan yang khusus untuk penerimaan sosial.

Libet dan Lewinsohn (Cartledge dan Milburn, 1995, hlm.3) mendefinisikan keterampilan sosial sebagai kemampuan yang kompleks untuk menunjukkan perilaku yang baik dinilai secara positif atau negatif oleh lingkungan, dan jika perilaku itu tidak baik akan diberikan hukuman oleh lingkungan.

Sementara Goleman (2003, hlm. 271) menyatakan bahwa keterampilan sosial adalah seni mempelajari emosi orang lain.

Dalam buku *Special Educational Needs And Inclusive Education* (Vol. III *Assesment and Teaching Strategies*) hal 405, Walker et. al mendefinisikan keterampilan sosial untuk peserta didik sebagai seperangkat kompetensi yang memungkinkan peserta didik untuk memulai dan memelihara hubungan sosial yang positif dengan yang lain, berkontribusi

terhadap penerimaan teman sebaya yang positif dan penyesuaian sekolah yang memuaskan, dan mengatasi secara efektif dan adaptif dengan lingkungan sosial yang besar.

Elksnin & Elksnin (2007, hlm.176) mengidentifikasi keterampilan sosial dalam beberapa ciri, yaitu:

a. Perilaku interpersonal

Merupakan perilaku yang menyangkut keterampilan yang dipergunakan selama melakukan interaksi sosial. Perilaku ini disebut juga keterampilan menjalin persahabatan, misalnya memperkenalkan diri, menawarkan bantuan, dan memberikan atau menerima pujian. Keterampilan ini kemungkinan berhubungan dengan usia dan jenis kelamin.

b. Perilaku yang berhubungan dengan diri sendiri

Merupakan keterampilan mengatur diri sendiri dalam situasi sosial, misalnya keterampilan menghadapi stres, memahami perasaan orang lain, dan mengontrol kemarahan atau sejenisnya. Dengan kemampuan ini anak dapat memperkirakan kejadian-kejadian yang mungkin akan terjadi dan dampak perilakunya pada situasi sosial tertentu

c. Perilaku yang berhubungan dengan kesuksesan akademis

Merupakan perilaku atau keterampilan sosial yang dapat mendukung prestasi belajar di sekolah, misalnya mendengarkan saat guru menerangkan pelajaran, mengerjakan pekerjaan sekolah dengan baik, melakukan apa yang diminta oleh guru, dan semua perilaku yang mengikuti aturan kelas.

d. *Peer Acceptance*

Merupakan perilaku yang berhubungan dengan penerimaan sebaya, misalnya memberikan salam, memberi dan menerima informasi, mengajak teman terlibat dalam suatu aktivitas, dan dapat menangkap dengan tepat emosi orang lain.

e. Keterampilan Komunikasi

Keterampilan komunikasi merupakan salah satu keterampilan yang digunakan untuk menjalin hubungan sosial yang baik. Kemampuan anak dalam berkomunikasi dapat dilihat dari beberapa bentuk, antara lain menjadi pendengar yang responsif, mempertahankan perhatian dalam pembicaraan, dan memberikan umpan balik terhadap kawan bicara.

Sedangkan menurut Caldarella dan Merrell (Merrell & Gimpel 1998, hlm. 36) terdapat 5 (lima) dimensi paling umum yang terdapat dalam keterampilan sosial, yaitu:

- a. Hubungan dengan teman sebaya (*Peer relation*), ditunjukkan melalui perilaku yang positif terhadap teman sebaya seperti memuji atau menasehati orang lain, menawarkan bantuan kepada orang lain, dan bermain bersama orang lain.
- b. Manajemen diri (*Self-management*), merefleksikan remaja yang memiliki emosional yang baik, yang mampu untuk mengontrol emosinya, mengikuti peraturan dan batasan-batasan yang ada, dapat menerima kritikan dengan baik.
- c. Kemampuan akademis (*Academic*), ditunjukkan melalui pemenuhan tugas secara mandiri, menyelesaikan tugas individual, menjalankan arahan guru dengan baik.
- d. Kepatuhan (*Compliance*), menunjukkan remaja yang dapat mengikuti peraturan dan harapan, menggunakan waktu dengan baik, dan membagikan sesuatu.
- e. Perilaku assertive (*Assertion*), didominasi oleh kemampuan-kemampuan yang membuat seorang remaja dapat menampilkan perilaku yang tepat dalam situasi yang diharapkan.

Aspek-aspek keterampilan sosial menurut Cartledge dan Milburn (1995, hlm. 304) yaitu:

- a. Minta ijin
- b. Berbagi pengalaman
- c. Menolong orang lain
- d. Negosiasi
- e. Menggunakan kontrol diri
- f. Mempertahankan yang dianggap benar
- g. Merespon ejekan
- h. Menghindari masalah-masalah dengan orang lain
- i. Membuang hasrat berkelahi

Khusus pada keterampilan sosial disekolah, Walker dan Mc.Connell (Merrell, 2001, hlm.14) menyebutkan tiga kategori perilaku yang menjadi indikator keterampilan sosial yang mendukung kegiatan pembelajaran, yaitu:

- a. *Preferred Sosial Behavior* meliputi perilaku sosial dasar pendukung interaksi sosial, meliputi perilaku kontak dan komunikasi, simpati dan empati, kompromi dan kerjasama; serta perilaku mengatasi masalah, berupa merespon gangguan dan masalah, dan mengatasi dorongan perilaku agresi.

b. *Peer-Preferred Sosial Behavior*, yakni interaksi berteman di luar pembelajaran meliputi penerimaan teman, perilaku interaksi berteman, adaptasi, perilaku membantu, inisiatif, dan bakat positif yang ditunjukkan.

c. *School Adjustment Behavior* atau perilaku yang menunjukkan penyesuaian diri terhadap aktivitas pembelajaran, meliputi kemampuan manajemen waktu, mengikuti arahan pembelajaran, kemampuan berkarya, dan respon terhadap pembelajaran.

Cinema Therapy

Cinema Therapy menurut Suarez (2006, hlm.1) adalah proses menggunakan film dalam terapi sebagai metafora untuk meningkatkan pertumbuhan dan wawasan klien.

Cinema therapy adalah intervensi terapeutik yang memungkinkan klien menilai secara visual karakter-karakter yang ada dalam film berinteraksi dengan orang lain, lingkungannya, dan masalah-masalah pribadi. Dengan Film dapat membantu memperkuat aliansi terapeutik dengan komunikasi dan pengalaman antara klien dan terapis (Gregerson, 2010: 92).

Gary Solomon (Demir, 2008: 1) menjelaskan bahwa *cinema therapy* merupakan salah satu jenis terapi yang menggunakan film sebagai alat terapi. Film dapat memberikan efek positif pada klien. Film yang ditayangkan akan menjadi alat terapi dengan memberikan efek yang positif dalam diri klien. Efek positif yang diperoleh akan membantu permasalahan yang sedang dialami oleh klien. Film juga akan memberikan makna yang akan berpengaruh terhadap kehidupan klien.

Cinema therapy merupakan metode penggunaan film untuk memberi efek positif pada pasien menurut Birgit Woltz (Demir, 2008: 1). Film akan membantu seseorang untuk mendapatkan makna yang positif dari film. Film juga dapat memberikan kesehatan emosi dalam diri seseorang. Film dan emosi sangat erat kaitannya, dimana ketika seseorang menonton film maka emosi dalam diri akan ikut serta dalam film tersebut.

Murty Lefkoe (2012: 20) menyebutkan bahwa drama atau *movie* bisa meningkatkan kepercayaan diri atau motivasi karena dalam menghayati drama, penonton seperti mempercayai sepenuhnya pada drama. Film juga akan membawa emosi penonton untuk terlibat dalam suasana dan mengikuti alur film (Teguh Trianton, 2013: 23).

Hesley (Byrd & Bill, 2006: 1) menambahkan bahwa *cinema therapy* atau "*videowork*" bertujuan sebagai potensi sarana untuk membuka diskusi dalam terapi. Dengan berdiskusi atau berkomunikasi itulah diharapkan peserta didik dapat meningkatkan keterampilan sosialnya.

Peneliti tertarik menggunakan metode *cinema therapy* karena film sangat berkaitan dengan emosi remaja saat ini. Penggunaan film memiliki keuntungan dengan memberikan rangsangan pada indra visual dan pendengaran sehingga membuat film lebih berdampak pada klien. Film juga diminati banyak orang, karena menonton film adalah kegiatan yang menyenangkan.

Cinema therapy dilakukan dengan merefleksi dan berdiskusi tentang karakter, gaya bahasa, atau arketipe dalam film atau video (Gregerson, 2010: 89).

Sedangkan menurut Hesley (dalam Sapiana, 2013:16), mengidentifikasi tujuan *cinema therapy* sebagai potensi sarana untuk membuka diskusi dalam terapi. Film dapat "menunjukkan kehidupan biasa dan membiarkan klien menemukan panduan dalam bekerja". Berdasarkan pengertian tersebut maka dapat disimpulkan layanan bimbingan dan konseling dengan teknik *cinema therapy* adalah layanan yang dilaksanakan oleh seorang konselor dengan menggunakan potongan film dalam rangka membantu meningkatkan pertumbuhan dan wawasan klien, dalam hal penelitian ini yakni mengatasi permasalahan dalam keterampilan sosial peserta didik.

Menurut Caron (Gregerson, 2010: 92) proses ataupun langkah dalam menggunakan film untuk konseling melibatkan tiga tahap yaitu: pengambilan data (dari klien dan menentukan tujuan terapi), kemudian pelaksanaan (pemutaran film), dan langkah terakhir ialah tanya jawab (diskusi tentang dampak dari film terhadap klien).

Menurut Ulus ada tiga proses atau fase yang dialami oleh penonton ketika tahap pelaksanaan atau menonton film dilakukan, yaitu: proyeksi, identifikasi, dan introyeksi (Gregerson, 2010: 93). Pada fase proyeksi, pikiran dan keyakinan klien dipengaruhi dan dipicu oleh peristiwa dan karakter dalam film. Pada fase kedua yaitu fase identifikasi, dalam tahap ini klien menerima atau menolak karakter, apakah karakter dalam film itu berkaitan dengan dirinya atau tidak. Jika karakter menerima, ia merasa bahwa karakter dalam film sama atau berkaitan dengan dirinya. Apabila klien menolak, maka klien merasa bahwa karakter yang ada dalam film tidak seperti dirinya, klien juga dapat merasakan karakter dalam film baik dengan keadaan sadar maupun tidak sadar. Tahap terakhir yaitu tahap introyeksi, pada tahap ini penonton dapat mengambil nilai-nilai dalam film ke dalam kehidupannya sendiri.

Sementara menurut IKI (Ikatan Konselor Indonesia) dalam JAMBORE KONSELOR 3 (2017), langkah-langkah lain yang terdapat dalam *cinema therapy* terdapat beberapa tahapan atau langkah-langkah seperti berikut (Gregerson, 2010, hlm. 93):

a. Pengarahan

Mempersiapkan atau menyusun petunjuk membantu individu untuk mempersiapkan diri. Hal ini juga dapat membantu individu untuk menangkap kesan mereka, dan mampu mengingat mereka proses dalam sesi menonton film. Dalam petunjuk ini dapat direkomendasi seperti; agar tetap nyaman dalam menonton, memperhatikan posisi tubuh, mengatur pernapasan guna untuk melepaskan ketegangan, dan hal terakut reaksi pribadi yang terbentuk.

b. Pemilihan Film

Film dapat dipilih sendiri oleh individu atau kelompok atau oleh praktisi. Film/video yang dipilih hendaknya memberikan yang pemahaman diri, wawasan lebih besar atau yang bermanfaat. Terapis harus memilih film yang dapat disesuaikan situasi individu, masalah, kebutuhan, dan tujuan. Selanjutnya, yang menjadi pertimbangan lainnya adalah isu-isu keragaman seperti latar belakang dan budaya. Misalnya, seperti penyalahgunaan obat atau kekerasan dalam rumah tangga atau memberikan model peran positif, menunjukkan pemecahan masalah, atau menawarkan harapan dan semangat. Tidak semua film-film yang digunakan dalam *cinema therapy*. Pemilihan film harus terhindar dari konten yang tidak pantas, seperti pelecehan, kekerasan, atau konten lainnya yang berpotensi menyinggung atau bertentangan dengan tujuan terapi.

c. Penugasan "Pekerjaan Rumah"

Penggunaan pekerjaan rumah telah terbukti menjadi teknik yang berguna dalam terapi. Menetapkan film utama sebagai pekerjaan rumah dapat diterima dengan baik karena menonton film dianggap sebagai aktivitas yang menyenangkan, dan melihat bisa dilakukan sendiri atau bersama-sama atau dalam kelompok. Terapis harus mengajak bersama mendiskusikan bagaimana reaksi terhadap film. Individu dapat menulis reaksi mereka berupa catatan untuk digunakan dalam diskusi bersama.

Bersarkan penjelasan teoritis di atas, langkah-langkah yang dapat ditempuh dalam *cinema therapy* adalah: 1. Tahap Pembentukan, yaitu tahap untuk membentuk sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok untuk mencapai untuk mencapai tujuan bersama, yang dilakukan dalam tahap ini diantaranya: Mentukan jumlah pertemuan, meminta anggota kelompok untuk membuat komitmen, membuat keputusan tentang tujuan. 2. Tahap Peralihan, yaitu tahap untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok. 3. Tahap Kegiatan, yaitu tahap "kegiatan inti" untuk membahas dan mengentaskan masalah pribadi anggota kelompok. Yang dilakukan dalam tahap ini diantaranya: Pemilihan

Film, menetapkan film utama sebagai pekerjaan rumah (Setiap anggota kelompok untuk menonton film di rumah sebelum pertemuan), dan mengajak mendiskusikan bersama tentang bagaimana reaksi terhadap film. 4. Tahap Penutupan, yaitu tahapan akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok. Pada akhir pertemuan masing-masing peserta akan menyebutkan secara singkat bagaimana perasaan tentang proses kelompok. serta merencanakan kegiatan selanjutnya. Jadi, *cinema therapy* dalam konseling kelompok dapat menjadi salah satu intervensi dalam upaya mengatasi masalah individu karena dengan *cinema therapy* dapat membangkitkan eksplorasi diri. Harapan dari *cinema therapy* sebagai intervensi dalam bimbingan dan konseling kelompok adalah menemukan makna yang terkandung dari tayangan film yang membawa inspirasi bagi penonton.

Dari beberapa pendapat tentang langkah *cinema therapy* yang sudah disebutkan tersebut. Menurut peneliti, jika sarana prasarana di sekolah memungkinkan maka kegiatan menonton dapat dilakukan di sekolah. Namun jika di sekolah terkendala dengan sarana, maka kegiatan menonton dapat dijadikan pekerjaan rumah. Peserta didik dapat menonton film yang di tugaskan di rumah masing-masing, seperti yang dikemukakan oleh IKI (Ikatan Konselor Indonesia) dan hasilnya didiskusikan di sekolah.

Bimbingan Klasikal

Depdiknas (2008, hlm. 224-225) menjelaskan bahwa bimbingan klasikal merupakan program bimbingan yang dirancang dengan mengadakan pertemuan secara tatap muka dengan konseli, berbasis kelas.

Menurut Santoso (2011:139) bimbingan kelas (klasikal) adalah program yang dirancang menuntut konselor untuk melakukan kontak langsung dengan para peserta didik di kelas. Secara terjadwal, konselor memberikan pelayanan bimbingan kepada para peserta didik. Kegiatan bimbingan kelas ini bisa berupa diskusi kelas atau brain storming (curah pendapat).

Menurut Ditjen GTIK dalam buku POP BK SMP (2016: 63), terdapat beberapa langkah dalam melaksanakan layanan bimbingan klasikal:

a. Persiapan

- 1). Mengajukan jadwal masuk kelas 2 jam setiap kelas/pekan untuk ditetapkan pimpinan sekolah sesuai kalender akademik SMP.
- 2). Mempersiapkan topik materi bimbingan klasikal, yang dirumuskan berdasarkan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) (Ditjen PMPTK, 2007), masalah yang

dihadapi peserta didik/konseli yang diases menggunakan AUM atau DCM, dan instrumen lain yang relevan.

3). Menyusun rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan menggunakan sistematika sebagaimana disajikan dalam format RPL.

4). Mendokumentasikan rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal yang akan diberikan

b. Pelaksanaan

1) Melaksanakan layanan bimbingan klasikal sesuai jadwal dan materi yang telah dirancang.

2) Mendokumentasikan rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal yang telah diberikan.

3) Mencatat peristiwa dan atau hal-hal yang perlu perbaikan dan atau tindak lanjut setelah layanan bimbingan klasikal dilaksanakan.

c. Evaluasi dan tindak lanjut

1). Melakukan evaluasi proses layanan bimbingan klasikal,

2). Melakukan evaluasi hasil layanan bimbingan klasikal yang telah diberikan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai penerapan *cinema therapy* terhadap keterampilan sosial peserta didik kelas VIII, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada perbedaan keterampilan sosial peserta didik yang mendapatkan layanan *cinema therapy* dengan keterampilan sosial peserta didik yang mendapatkan bimbingan klasikal. Hal ini dapat dilihat dari kenaikan yang signifikan pada peserta didik yang mendapat layanan *cinema therapy* dibandingkan dengan peserta didik yang hanya mendapatkan bimbingan klasikal. Tingkat keterampilan sosial peserta didik kelas VIII dapat lebih meningkat dengan menggunakan *cinema therapy*.
2. Gambaran umum peserta didik kelas VIII dalam layanan menggunakan *cinema therapy* lebih baik dari bimbingan klasikal dalam meningkatkan keterampilan sosial.

RUJUKAN

Arikunto, S.(2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*.Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Budiman, N. (2006). *Memahami Perkembangan Anak Usia Sekolah Dasar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

- Byrd, M. L. & Bill, F. (2006). *Cinema Terapi dengan anak-anak dan Keluarganya*. Departemen Psikologi Antioch University
- Cartledge, G. & Millburn, J. F. (1995). *Teaching Social Skill to Children & Youth. Innovative Approach, 3rd ed.* Massachussets: Allyn & Bacon.
- Charles, R., Mazurik & Stefanou, C. (2010). *Using Paraprofessionals to Teach Social Skills to Children with Autism Spectrum Disorders in the General Education Classroom*. *Journal of Instructional Psychology*, 37 (2), p. 161-169.
- Demir, E.S. (2008). *Cinema Therapy*. Diakses dari <http://psinema.metu.edu.tr/makale/cinematherapy.pdf>. Pada tanggal 26 Juli 2019, jam 11.05 WIB
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (2008). *Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*. Diperbanyak oleh jurusan PPB FIP UPI untuk lingkungan terbatas.
- Depdikbud. (2007). *Rambu-Rambu Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling pada Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta: Direktorat Jenderal PMPTK.
- Dereli, E. (2009). *Examining the Permanence of the Effect of a Social Skill Training Program for the Acquisition of Social Problemsolving Skills*. *Social Behavior and Personality*, 37 (10), p. 1419-1428.
- Ditjen GTIK. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah Pertama (SMP)*. Jakarta: Ditjen GTIK Kemendikbud RI.
- Elksnin, L. K. & Elksnin, N. (2007). *Assesment and Instruction of Social Skill*. London: Singular Publishing Group.
- Goleman, D. (2003). *Emotional Intelegence*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Gregerson, M.B. (2010). *The Cynematic Mirror for Psychology and Life Coaching*. New York: Spinger Science + Business Media.
- Gresham, F.M., (2018). *Effective Interventions for Social Emotion Learning*. New York: The Guilford Press.
- Ikatan Konselor Indonesia. (2017). *Seminar & Workshop Nasional Bimbingan dan Konseling*. Pontianak: Jambore Konselor 3, pp. 147–152.
- Lefkoe, M. (2012). *Strategi Peningkatan Motivasi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Merrell, K.W. (2001). *Helping Students Overcome Deression and anxiety: A Practical Guide*. New York: The Guilford Press.
- Merrell, K.W & Gimpel, G.A. (1998). *Social Skill of Children and Adolescents Conceptualization, Assessment, Treatment*. New Jersey London. Lawrence. Erlbaum Associates.
- Mitchell, D. (2004). *Special Educational Needs And Inclusive Education (Vol. III Assesment and Teaching Strategies)*. London and New York: Routledge Falmer
- Samanci, O. (2010). *Teacher Views on Social Skills Development in Primary School Students*. *Education*, 131 (1), p.147-157.
- Santoso, D.B. (2011). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Malang: tanpa penerbit.
- Sapiana. (2013). *Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Cinema Therapy Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas X Multimedia di SMK Negeri 1 Limboto Kabupaten Gorontalo*. Skripsi. Universitas Gorontalo.
- Shepherd, T. (2010). *Working with Students with Emotional and Behavior Disorders*. New Jersey: Pearson Education Inc.
- Suarez. (2006). *Cinema Terapi untuk Anak*. Jakarta: Departemen Psikologi antiock University
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, N.S. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Trianto, T. (2013). *Film sebagai Media Belajar*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Yuliani, W. (2016) *Pengaruh Strategi Active Learning Terhadap Kemandirian Belajar Siswa Kelas V SD Laboratorium UPI Cibiru*. S2 thesis, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Yuliani, W. (2019). *Pengaruh metode kooperatif learning tipe jigsaw terhadap kemandirian belajar peserta didik kelas VI SDN Tunas Bakti Subang tahun pelajaran 2018/2019*. *Quanta*, 3(2), 23-28.