# EFEKTIFITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK REFRAMING UNTUK MENINGKATKAN KEPEKAAN SOSIAL SISWA KELAS XI SMAIT AL-GHAZALI JEMBER

Qoimah Bil Qisthi[1], Nasruliyah Hikmatul Maghfiroh[2], Imaratul Ulwiyah[3]
[1 2 3] Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas PGRI Argopuro, Jember
Alamat email : [1]qoimahbilqisthi18@gmail.com,
[2]nasruliyahhikmatulmaghfiroh85@gmail.com, [3]ulwiyahimaratul85@gmail.com

## *ABSTRACT*

*This research aims to investigate the effectiveness of group guidance using the reframing technique on enhancing social sensitivity among eleventh-grade students at SMAIT Al Ghazali. The method employed is a pre-experimental design with a one-group pre-test and post-test framework. The population consisted of 23 eleventh-grade students, with a sample size of 6 students. Data analysis was conducted using the Wilcoxon test to compare pre-test and post-test scores. The results showed that the average pre-test score increased from 55 to 95.33 in the final post-test. The Wilcoxon test yielded an Asymp. Sig (2-tailed) value of 0.028, which is less than 0.05, indicating that the hypothesis is accepted. In conclusion, group guidance using the reframing technique is effective in increasing the social sensitivity of eleventh-grade students at SMAIT Al Ghazali in Jember.*

*Keywords: Group Guidance, Reframing Technique, Social Sentivity*

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik reframing mempengaruhi pada peningkatan kepekaan sosial siswa kelas XI di SMAIT Al Ghazali. Metode yang digunakan adalah *Pre-eksperimental Design* dengan jenis penelitian *One Group Pre-test Post-test Design*. Populasi yang digunakan adalah siswa kelas XI yang berjumlah 23 orang, dengan sampel 6 siswa. Analisis data menggunakan uji wilcoxon untuk membandingkan skor pre-test dan post-test. Hasilnya rata-rata skor pre-test sebesar 55 menjadi 95,33 pada post-test akhir. Uji wilcoxon menghasilkan nilai Asymp.Sig (2-tailed) sebesar 0,028 yang lebih kecil dari 0,05 (hipotesis diterima). Kesimpulannya bahwa

bimbingan kelompok dengan teknik reframing efektif untuk meningkatkan kepekaan sosial siwa kelas XI di SMAIT Al Ghazali Jember.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Teknik Reframing, Kepekaan Sosial

## A. Pendahuluan

Dewasa ini pendidikan karakter banyak menjadi bahasan di dunia pendidikan. Sehingga pendidikan karakter diyakini menjadi aspek yang krusial untuk meningkatkan kualitas SDM karena berperan serta dalam membangun kemajuan bangsa (Shodiq, 2021). Maka pada tahun 2018 pemerinah menerbitkan Permendikbud nomor 20 tahun 2018 tentang Penguatan Pendidikan Karakter pada satuan pendidikan formal yang menjadi turunan dari Perpres nomor 87 tahun 2017 tentang penguatan pendidikan karakter. Nilai – nilai penguatan yang tercantum diantaranya: religius, jujur, toleran, disiplin, bekerja keras, kreatif, mandiri, demokratis, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, cinta tanah air, menghargai prestasi, komunikatif, cinta damai, gemar membaca, peduli lingkungan, peduli sosial dan bertanggung jawab. Salah satu nilai yang menjadi tolak ukurnya adalah peduli sosial/kepekaan sosial (Pertiwi et al., 2020).

Davis (1983:113-126) mengungkapkan bahwa kepekaan sosial adalah suatu sikap atau perilaku seseorang terhadap lingkungan seperti mampu memahami dan menganalisis masalah, berpikir kritis dan logis, serta mampu menjalin interaksi dangan orang-orang di sekitarnya. Beberapa kepekaan sosial yang perlu ditumbuhkan diantaranya adalah berbagi dengan orang lain, bersedia membantu orang yang membutuhkan, berani meminta maaf, dan menghargai perbedaan (Tondok, 2012). Kepekaaan sosial adalah pengetahuan dalam ranah sosial dan kapasitas orang untuk membangun hubungan sosial dengan orang lain (Maharani Lailan & Wahyuni Sri, 2023).

Scott (1991) mengungkapkan bahwa kepekaan mampu mengembangkan seseorang untuk melakukan pengambilan keputusan moral, tindakan moral, dan penilaian moral yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Nyatanya

kehidupan bermasyarakat pada masa kini semakin terkikis seiring berkembangnya zaman dan teknologi mengakibatkan kurangnya interaksi sosial. Manusia semakin tidak memikirkan apa yang terjadi pada lingkungan sekitarnya, tidak terkecuali dilingkungan sekolah (Hana et al., 2024). Minimnya kepekaan sosial dapat menjauhkan para siswa dari lingkungan dan teman sebayanya. Apalagi pada masa ini dunia didominasi oleh generasi z yang mana salah satu ciri dari mereka adalah memiliki individualitas yang tinggi.

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan guru sekolah di SMAIT Al Ghazali Jember, peneliti memperoleh informasi bahwa di sekolah tersebut masih ada siswa yang memiliki kepekaan sosial yang rendah diantaranya, adalah abai ketika mendapati temannya mengalami kesusahan, tidak mematuhi aturan bersama, menunda ketika kerja bakti sehingga temannya bekerja dahulu, tidak tanggap ketika menyiapkan acara bersama. Permasalahan diatas bisa terjadi karena ada beberapa faktor yang kurang mendukung berkembangnya kepekaan sosial siswa salah satunya kurangnya monitor dan pembiasaan dari lingkungan dirumah dalam kehidupan sehari-hari, sehingga kepekaan sosial tersebut belum tertanam kuat dalam diri siswa.

Maka dalam upaya meningkatkan kepekaan sosial siswa, perlu dilakukan layanan bimbingan konseling. Layanan yang akan diselengggarakan adalah layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok merupakan suatu bantuan yang diberikan oleh konselor untuk memperoleh informasi, gagasan baru, dan pemikiran baru secara bersam-sama atau kelompok dari interaksi antar siswa (Marom, 2022). Dengan memanfaatkan dinamika kelompok, bimbingan ini dapat membantu individu dalam mengatasi masalah juga dapat memperkuat keterampilan sosial.

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok ini diperlukan teknik yang tepat dalam meningkatkan kepekaan sosial. Salah satu teknik yang dapat diterapkan adalah reframing. Teknik reframing (Cormier 2008: 364) adalah suatu pendekatan yang mengubah atau menyusun kembali persepsi konseli atau cara pandang baru terhadap masalah atau tingkah laku.

Teknik reframing merupakan teknik yang berbasis pada pendekatan perilaku kognitif, teknik ini memberikan sudut pandang yang baru terhadap konseli dengan harapan agar konseli mampu bertindak atau melakukan sesuatu dengan lebik baik (Anggraeni Rahmatia et al., 2024). Peneliti berasumsi bahwa teknik tersebut cocok untuk menjadi alternatif dalam meningkatkan kepekaan sosial siswa. Oleh karena itu, peneliti memilih judul **"**Efektifitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Reframing Untuk Meningkatkan Kepekaan Sosial Siswa Kelas XI SMAIT Al-Ghazali Jember**"** untuk penelitian ini.

## B. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Eksperimen yang digunakan adalah *Pre-Eksperimental Design*. Dikatakan Pre-Eksperimental Design karena desain ini belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh, masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap variabel dependen. Jadi hasil eksperimen yng merupakan variabel dependen itu bukan semata-mata di pengaruhi variabel independen (Sugiyono, 2013). Jenis penelitian yang digunakana adalah *One-Group Pretest Posttest Design. One-Group Pretest Posttest Design* yaitu penelitian yang melakukan pretest sebelum adanya pemberlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat mebandingkan keadaan sebelum diberi perlakuan.

**Tabel 1**
**Desain penelitian**

| Pretest | Perlakuan | Posttest |
|---|---|---|
| $O_1$ | X | $O_2$ |

Keterangan :
$O_1$ = Pemberian pre-test
X = pemberian treatment
$O_2$ = nilai post test

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa dan siswi SMAIT Al-Ghazali sejumlah 40 siswa dan siswi. Sampel yang akan peneliti gunakan adalah *non probability sampling,* yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Setelah dilakukan pengelompokkan responden sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan peneliti, ditemukan 6 sampel yang akan menjadi responden dalam penelitian ini.

Peneliti memakai kuesioner tertutup, yang mengharuskan responden untuk memilih serangkaian jawaban yang telah ditentukan. Sebelumnya kuesioner telah dilakukan uji reabilitas dan validitas untuk menguji keakuratan kuesioner. Pada pengujian reabilitas diperoleh *Cronbach Alpha* sebesar 0,967

Metode analisis data dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif. Statistik deskriptif merupakan statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2013). Analisis data digunakan untuk mengetahui gambaran tingkat kepekaan sosial rendah senelum dan sesudah diberi perlakuan berupa teknik reframing.

Analisis data yang digunakan adalah statistik parametrik dengan rumus t-test yaitu membandingkan hasil dari perolehan *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan *SPSS* versi 25.00 *for windoms* dan menggunakan uji *wilcoxon* untuk menguji signifikasi perbedaan tingkat kepekaan sosial sebelum dan sesudah di berikan treatment.

## C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini diawali dengan melakukan tes untuk mengetahui seberapa besar tingkat kepekaan sosial siswa SMAIT Al Ghazali Jember dengan menyebarkan angket pre-test kepada 40 responden siswa dan siswi SMAIT Al Ghazali

Dari hasil angket peneliti mengambil kriteria yaitu siswa yang memiliki kepekaan sosial yang rendah dan sangat rendah, mengacu pada data diatas peneliti menemukan 6 siswa yang ditetapkan menjadi sampel dalam penelitian ini. Hasil analisa sampel dapat dilihat dalam tabel dibawah

**Tabel 2**
**Sampel Penelitian**

| No. | Nama Responden | Skor | skor% | Kategori |
|---|---|---|---|---|
| 1 | BN | 62 | 49,6 | R |
| 2 | HS | 62 | 49,6 | R |
| 3 | ZS | 58 | 46,4 | R |
| 4 | SH | 60 | 48 | R |
| 5 | MA | 44 | 35,2 | R |
| 6 | DM | 46 | 36,8 | R |
| Rata-rata nilai | | 55,33 | | 44% |

Berdasarkan hasil pre-test diatas, selanjutnya peneliti akan memberikan treatment kepada siswa yang memiliki kepekaan sosial rendah.

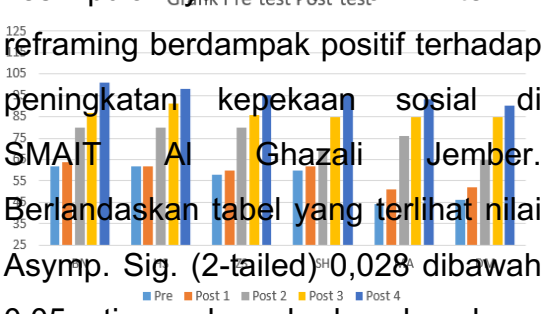
Pemberian post-test kepada sampel bertujuan untuk menilai adakah perubahan yang signifikan

pada kepekaan sosial siswa kelas XI SMAIT AL Ghazali Jember sesudah di berikan perlakuan. Hasil dapat ditelaah pada tabel berikut :

**Tabel 3**

| No. | Nama | Pre-test | Ket | Post-test 1 | ket | Post-test 2 | ket | Post-test 3 | ket | Post-test 4 | ket |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | BN | 62 | R | 64 | R | 80 | S | 87 | T | 101 | T |
| 2 | HS | 62 | R | 61 | R | 80 | S | 91 | T | 98 | T |
| 3 | ZS | 58 | R | 60 | R | 80 | S | 86 | T | 95 | T |
| 4 | SH | 60 | R | 62 | R | 70 | S | 85 | T | 95 | T |
| 5 | MA | 44 | R | 51 | R | 76 | S | 85 | T | 93 | T |
| 6 | DM | 46 | R | 52 | R | 65 | R | 85 | T | 90 | T |
| Rata-rata | | 55 | | 58,33 | | 75,17 | | 86,5 | | 95,33 | |

Diketahui bahwa dari 6 siswa tersebut mengalami perubahan signifikan disetiap prosen pemberian treatment, mulai dari skor rata-rata yang menunjukkan 55 pada saat pre-test menjadi 95,33 post-test terakhir. Hal tersebut mengindikasikan bahwa 6 siswa tersebut telah mengalami peningkatan yang positif pada aspek kepekaan sosial.




Grafik 1 Peningkatan Kepekaan Sosial

Berdasarkan hasil rerata pre-test dan post-test menghasilkan data perbandingan skor pre-test 55 dasil skor post-test terakhir menunnjukkan 95,33, yang artinya dengan dilakukannnya treatment bimbingan kelompok dengan teknik reframing dapat meningkatkan kepekaan sosial siswa, hal ini menunjukkan keberhasilan pada penelitian yang dilakukan. Kemudian berikut hasil dari uji wilcoxon ditunjukkan pada tabel dibawah

**Hasil Uji Wilcoxon**

**Wilcoxon Signed Ranks Test**

**Ranks**

| | | N | Mean Rank | Sum of Ranks |
|---|---|---|---|---|
| Post-test - Pre-test | Negative Ranks | 0[a] | ,00 | ,00 |
| | Positive Ranks | 6[b] | 3,50 | 21,00 |
| | Ties | 0[c] | | |
| | Total | 6 | | |

a. Post-test < Pre-test
b. Post-test > Pre-test
c. Post-test = Pre-test

**Test Statistics[a]**

| | Post-test - Pre-test |
|---|---|
| Z | -2,201[b] |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | ,028 |

a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.

Berdasarkan hasil telaah diatas, kesimpulannya bahwa teknik reframing berdampak positif terhadap peningkatan kepekaan sosial di SMAIT Al Ghazali Jember. Berlandaskan tabel yang terlihat nilai Asymp. Sig. (2-tailed) 0,028 dibawah 0,05 artinya ada perbedaan kepekaan sosial siswa SMAIT Al Ghazali Jember

(hipotesis diterima). Maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik reframing berpengaruh dalam meningkatkan kepekaan sosial siswa kelas XI SMAIT Al Ghazali Jember.

Penelitian bisa menjadi bias karena masih terdapat keterbatasan penelitian seperti jumlah sampel yang terlalu sedikit juga waktu yang terbatas. Harapan peneliti untuk peneliti yang akan mengangkat tema yang serupa dapat menegmbangkan penelitian ini dengan cara menambah jumlah aspek dengan karakteristik yang beragam agar hasil penelitian menjadi lebih terpercaya.

## E. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektifitas bimbingan kelompok dengan teknik reframing dalam meningkatkan kepekaan sosial siswa SMAIT AL Ghazali Jember. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan treatment , tingkat kepekaan sosial siswa relatif rendah dengan rata-rata 55 tetapi setelah diberikan treatment sebanyak tiga kali, terjadi peningkatan yang signifikan sebesar 95,33. Analisis menggunakan uji wilcoxon di SPSS versi 25.00 menghasilkan Asymp.Sig sebesar 0,028, menunjukkan pengaruh yang signifikan antara pre-test dan post-test sehingga hipotesis penelitian dapat diterima. Kesimpulannya adalah teknik reframing dapat memberikan dampak positif pada peningkatan kepekaan sosial.

Penelitian yang dilakukan dapat menjadi rujukan untuk penelitian selnjutnya dan dapat dijadikan sarana pengembangan bagi penelitian lebih lanjut. Harapan lain dari peneliti adalah penelitian ini dapat menjadi referensi dan panduan layanan bimbingan bagi guru BK disekolah. Sedang kan kepada siswa, diharapkan untuk selalu mengasah kepekaan sosial mereka dimanapun tempatnya.

## DAFTAR PUSTAKA

Anggraeni Rahmatia, Trisnani Rischa Pramudia, & Suharni. (2024). Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Reframing untuk Mereduksi Perilaku Impulsive Bullying. *SENASSDRA*, *3*(3), 484–495.

http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SENASSDRA

Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *44*(1), 113–126. https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.113

Hana, U., Rahmawati, W. K., Jaya Wardhana, H. B. A., Pgri, U., Jember, A., Jawa, J., & 10, N. (2024). Efektifitas Teknik Hoom Room Untuk Meningkatkan Kepekaan Sosial Siswa Kelas VIII di MTS Al-Hidayah Mangli. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling Dan Mulitkultural*, *2*(2), 174–181.

Maharani Lailan, & Wahyuni Sri. (2023). Analisis Kepekaan Sosial Pada Siswa Madrasah Aliyah Laboratorium Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *8*(01), 189–196. https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.5112

Mahardika, W. (2024). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kepekaan Sosial Siswa. *Jurnal Attending*, *3*(1), 2829–1247. https://ojs.uho.ac.id/index.php/attending/article/view/46667/19607

Marom, A. (2022). *Keektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi Kelompok Terhadap Perencanaan Karir*. (Skripsi Sarjana, Universitas PGRI Semarang)

Pertiwi, N. P., Sumarwiyah, & Hidayati, R. (2020). Peningkatan Kepekaan Sosial Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Home Room Pada Siswa. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, *2*(2), 124–132. https://doi.org/10.24176/jpp.v2i2.4503

Scott, K. (1991). Echivening School Studies Affective Alms: Emphaty And Moral Development. *Handbook Of*

*Research On Social Studies Teaching Ang Learning.*

Setya Wati, D. W. (2021). *Efektivitas Konseling Behavioral Melalui Teknik Reframing dalam Mengembangkan Kontrol Emosi Peserta Didik di SMP Negeri 2 Kragan Rembang*. (Skripsi Sarjana, Institut Agama Islam Negeri Kudus).

Shinta Ayu Lintri, Yanzi Hermi, & Mentari Ana. (2024). Pengaruh Metode Project Based Learning Terhadap Kepekaan Sosial Peserta Didik. *HEMAT : Journal of Humanities Education Management Accounting and Transportation*, *1*, 1. https://rayyanjurnal.com/index.php/HEMAT/article/view/2060

Shodiq, S. F. (2021). Pengaruh Kepekaan Sosial terhadap Pengembangan Pendidikan Karakter Berbasis Masyarakat. *Jurnal Basicedu*, *5*(6), 5648–5659. https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i6.1698

Sugiyono. (2013). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF* (19th ed.). ALFABETA.

Tondok, M. S. (2012, September 2). *Melatih Kepekaan Sosial Anak*. Harian Surabaya Post. https://core.ac.uk/reader/11983370

Umarsono, W. (2022). *Modul Layanan Bimbingan Kelompok (kenali Diri Sendiri)* (D. R. Rizqian, Ed.; 1st ed.). Amerta Media.

Zuni, S. (2022). *Bimbingan Kelompok Teknik Modeling Untuk meningkatkan Self-Efficacy Mahasantri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an An-Nasuchiyyah Kudus*.(Skripsi Sarjana, Institut Agama Islam Negeri Kudus)