

## Teknik *Role Play* dalam Bimbingan dan Konseling

\*Nur Aeni Sanjaya<sup>1</sup>

UIN Antasari Banjarmasin<sup>1</sup>

\*nuraenisanjaya@uin-antasari.ac.id<sup>1</sup>

**Abstract:** *Guidance and counseling is the aid given to clients in resolving issues they are experiencing by a professional, who is frequently referred to as a counselor. The counselor will carefully investigate the issues the client is having before actively listening to them. Role play, which has its roots in behavioral theory, is one of the approaches used in guidance and counseling. Humans may think and alter their behavior, according to the historical trend of the development of the third behavioral theory, namely cognitive, which concentrates on thought processes and the eating environment. The components of the human personality include self-regulation, self-efficacy, self-system, and collective efficacy. The role play itself is divided into three stages: role-playing, role-playing, and reenactment. Role play, namely role acting, role assumption, role rehearsal, and role reversal, are then employed as ways to concentrate on the social problems that clients are experiencing.*

**Keywords:** *role play, guidance and counseling*

**Abstrak:** Bimbingan dan konseling merupakan bantuan yang diberikan oleh seorang ahli atau sering disebut dengan konselor kepada klien dalam menyelesaikan masalah yang dialami klien. Pada proses konseling, konselor akan aktif menggali dan kemudian mendengarkan masalah yang dihadapi klien. Salah satu teknik dalam bimbingan dan konseling adalah *role play* yang berasal dari teori behaviorial. Pada trend sejarah perkembangan teori behaviorial yang ketiga, yaitu kognitif yang fokus pada pola pikir dan lingkungan makan manusia dapat berpikir dan mengubah tingkah laku. Struktur kepribadian manusia terdiri dari, system diri, regulasi diri, efikasi diri, dan efikasi kolektif. Kemudian dalam permainan peran terdapat tiga fase, pemanasan, memainkan peran dan pemeragaan kembali. Kemudian untuk memfokuskan pada masalah sosial yang dialami klien teknik yang digunakan adalah *role play*, yaitu *role playing*, *role assumption*, *role rehearsal* dan *role reversal*.

**Kata Kunci:** *role play, bimbingan dan konseling*

### Pendahuluan

Bimbingan dan konseling merupakan bantuan yang diberikan oleh seorang ahli atau sering disebut dengan konselor kepada klien dalam menyelesaikan masalah yang dialami klien. Tujuan utama dari proses

konseling adalah untuk memandirikan seorang klien. Pada proses konseling, konselor akan aktif menggali dan kemudian mendengarkan masalah yang dihadapi klien. Konselor harus memiliki nilai, sikap, ketrampilan, pengetahuan, dan wawasan yang baik guna menjadikan seorang konselor yang professional. Salah satu ketrampilan, pengetahuan dan wawasan yang harus dimiliki konselor adalah mengenai teknik-teknik dalam konseling. Penggunaan teknik konseling yang tepat akan memberikan hasil yang baik untuk diri klien. Salah satu teknik dalam bimbingan dan konseling adalah *role play*. Teknik *role play* berasal dari teori behaviorial, asal teori tersebut terus berkembang dan mengalami penyempurnaan melalui teknik-tekniknya.

### **Metode Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan yang bersumber dari data pustaka. Sifat penelitian dalam penulisan artikel ini adalah deskriptif analitis. Data primer diperoleh dari buku Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi karya Gerald Corey.

### **Hasil dan Pembahasan Penelitian**

#### **Asal Muasal Teknik *Role Play***

Teknik *role play* ini berkembang dari beberapa teori, perkembangan teori tersebut akan dijelaskan dalam beberapa bagian, yaitu:

#### 1. Teknik Behaviorial

Teknik *role play* berasal dari teori klasik behaviorial atau sering disebut juga dengan teori tingkah laku. Pendekatan behaviorial menekankan pada kognitif individu dan menawarkan berbagai metode yang berorientasi pada tindakan (*action oriented*) untuk membantu klien mengambil langkah yang jelas dalam mengubah tingkah laku. Konseling behaviorial memiliki asumsi dasar bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari, tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru, dan manusia memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk, benar atau salah. (Komalasari 2014) Selain itu, manusia dipandang sebagai individu yang mampu melakukan refleksi atas tingkah lakunya sendiri, mengatur

serta dapat mengontrol perilakunya, dan dapat belajar tingkah laku baru atau dapat mempengaruhi perilaku orang lain. Tokoh behaviorisme yang melahirkan teknik-teknik konseling antara lain: Skinner, Watson, Pavlov, dan Bandura.

Perkembangan teori behavioral diawali pada tahun 1950-an dan awal 1960-an sebagai awal radikal menentang prespektif psikoanalisis yang dominan pada saat itu. Secara garis besar, sejarah perkembangan pendekatan behavioral terdiri dari tiga trend utama, yaitu :

a. *Classical Conditioning*

Tokoh yang terkenal dari trend pertama ini adalah Ivan Petrovich Pavlov. Pengkondisian klasik dimulai dengan sebuah respon yang tidak terkondisi terhadap sebuah stimulus. (Perry, 2010) Walaupun diujicobakan terhadap hewan, tapi pada bagian ini fokus pada perubahan tingkah laku dengan pembiasaan perilaku manusia.

b. *Operant Conditioning*

Tokoh terkenal dalam trend kedua ini adalah Burrhus Frederick Skinner. B. F. Skinner berpendapat bahwa tingkah laku yang dikontrol berdasarkan pada prinsip *operant conditioning* yang memiliki asumsi bahwa perubahan tingkah laku diikuti dengan konsekuensi. (Corey 2005) Jadi perilaku manusia terjadi sebagai respon terhadap kekuatan-kekuatan yang mempengaruhinya, atau dengan kata lain memancing munculnya perilaku baru pada manusia.

c. Kognitif

Pada trend ketiga ini tokoh yang terkenal adalah Albert Bandura dengan teori belajar sosial. Bandura berpandangan bahwa manusia dapat berpikir dan mengatur tingkah lakunya sendiri. Manusia dan lingkungan saling mempengaruhi dan fungsi kepribadian melibatkan interaksi satu orang dengan orang lainnya. (Komalasari 2014)

Behavioristik pada dasarnya berpegang pada keyakinan bahwa banyak perilaku manusia merupakan hasil suatu proses belajar dan karena itu dapat diubah dengan belajar. Dengan demikian, proses konseling pada dasarnya dipandang sebagai suatu proses belajar. Selain itu, pandangan tentang manusia dalam teori behavior adalah, (Winkel, 1997) sebagai berikut :

- a. Manusia pada dasarnya tidak berakhlak baik atau buruk, bagus atau jelek. Manusia mempunyai potensi untuk bertingkah laku baik atau buruk, tepat atau salah.
  - b. Manusia mampu untuk berefleksi atas tingkah lakunya sendiri, menangkap apa yang dilakukannya, dan mengatur serta mengontrol perilakunya sendiri.
  - c. Manusia mampu untuk memperoleh dan membentuk sendiri suatu pola tingkah laku yang baru melalui proses belajar.
  - d. Manusia dapat mempengaruhi perilaku orang lain dan dirinya pun dipengaruhi oleh perilaku orang lain.
2. Teori Belajar Sosial

Pada trend sejarah perkembangan teori behavioral yang ketiga, yaitu kognitif yang fokus pada pola pikir dan lingkungan makan manusia dapat berpikir dan mengubah tingkah laku. Kemudian Albert Bandura mengembangkan teori belajar sosial atau sering juga disebut dengan pembelajaran observasional.

Bandura memandang bahwa perilaku individu tidak semata-mata refleks otomatis terhadap stimulus (*S-R Bond*), melainkan juga akibat dari rekasi yang timbul sebagai hasil interaksi antara lingkungan dengan skema kognitif individu itu sendiri. Bandura mengatakan bahwa “Manusia adalah organisme yang mempunyai kemampuan berpikir, ia dapat mengarahkan diri, dapat menghayati keadaan orang lain, dapat menggunakan simbol-simbol dan dapat mengatur dirinya sendiri”(Suyono 2014)

Pada teori ini juga menekankan pada kognisi dan regulasi diri. Manusia sebagai pribadi dapat mengatur diri sendiri (*self regulation*), dapat mempengaruhi tingkah laku dengan mengatur lingkungan, dapat menciptakan dukungan kognitif, dan dapat melihat konsekuensi bagi tingkah laku sendiri. (Komalasari 2014)

Menurut Bandura, struktur kepribadian manusia terdiri dari : (a) sistem diri (*self system*) yaitu mengacu pada struktur kognitif yang memberi pedoman mekanisme dan seperangkat fungsi persepsi, evaluasi, dan pengaturan tingkah laku. (b) Regulasi diri (*self regulation*) yaitu kemampuan berpikir digunakan untuk memanipulasi lingkungan dan strategi reaktif untuk mencapai tujuan proaktif untuk menentukan tujuan yang lebih tinggi. (c) Efikasi diri (*self efficacy*) yaitu penilaian kemampuan diri, sehingga individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan cenderung bekerja keras dan bertahan mengerjakan tugas sampai selesai. Dan (d) efikasi kolektif (*collective efficacy*) yaitu keyakinan masyarakat bahwa usaha secara bersama-sama dapat menghasilkan perubahan sosial tertentu. (Komalasari 2014)

### 3. Teknik Psikodrama

Psikodrama merupakan permainan peran agar individu dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep tentang dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya dan menyatakan reaksinya terhadap tekan-tekanan yang diperoleh dirinya. (Corey 2005)

Menurut Moreno dalam jurnal Syska Purnama Sari, psikodrama adalah sebuah bentuk pengembangan manusia dengan eksplorasi, melalui tindakan dramatis, masalah, isu, keprihatinan, mimpi dan cita-cita tertinggi orang, kelompok, dan sistem. Hal ini digunakan sebagai metode kerja kelompok, dimana setiap orang dalam kelompok dapat menjadi agen penyembuhan untuk satu sama lain. (Sari 2017) Psikodrama memberikan kesempatan orang untuk melihat kehidupan pribadi dengan cara pandang

berbeda setelah kehidupan pribadi itu didramakan dan dimainkan oleh orang yang menjadi anggota kelompok.

Proses psikodrama dari Moreno melibatkan tiga fase, yaitu (a) *warm up* (pemansan), (b) *enactment* (memainkan peran), dan (c) *reenactment*. (Erford 2016) Manfaat psikodrama menurut Corey adalah sebagai (a) psikodrama cocok digunakan dalam lingkungan psikoterapeutik maupun dalam *setting* psikoedukasional dan *setting* bisnis. Psikodrama dapat diterapkan pada segala tingkat usia, pendidikan, sosial, ekonomi. Bentuk psikodrama digunakan dalam terapi keluarga, *treatment* adiksi, latihan teologi dan kepekaan keadaan. (b) sebagai katarsis, (c) pembentukan spontanitas dan kreativitas pada konselor dan anggota kelompok atau klien, (d) pengaruhnya seakan-akan mengalami sendiri dan integratif, dan (e) sebagai masukan dan umpan balik yang klien, anggota kelompok dan konselor berikan antar satu sama lain. (Corey, 2005)

#### 4. Teknik *Role Play*

Dalam perkembangan teknik konseling, jika psikodrama lebih fokus pada masalah psikoterapi yang dialami oleh klien, maka teknik *role play* ini fokus pada masalah sosial yang dialami oleh klien. *Role play* berakar pada psikodrama yang dikembangkan Moreno dan para pengikutnya, dan ia telah menjadi bahan baku terapi keluarga. (Perry, 2010)

*Role play* disebut juga sosiodrama. (Baroroh 2011) Menurut James dan Gilliland dalam Bradley, *role play* adalah sebuah teknik yang digunakan oleh konselor dari beragam orientasi teoritis untuk klien-klien yang perlu mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang, atau melakukan perubahan dalam dirinya sendiri. Dalam sebuah *role play*, klien dapat melakukan perilaku yang telah diputuskan di lingkungan yang aman dan bebas resiko. (Erford 2016)

Menurut Joyce dan Weil dalam jurnal bimbingan dan konseling yang ditulis oleh Novi Andriati, *role play* adalah strategi pengajaran yang termasuk ke dalam kelompok model pembelajaran sosial. Strategi ini menekankan sifat sosial pembelajaran, dan memandang bahwa perilaku kooperatif dapat merangsang baik sosial maupun kognitif. (Andriati 2015) Jadi dapat disimpulkan bahwa, teknik *role play* adalah sebuah teknik bermain peran dalam bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk menyelesaikan masalah sosial klien sehingga terjadi perubahan di dalam diri klien.

Ada empat variasi fundamental teknik *role play*. Di dalam masing-masing tipe, sub-variasinya hanya dibatasi oleh imajinasi konselor dan kebutuhan klien. (Perry 2010) Empat variasi tersebut adalah :

a. *Role Playing*

Meskipun *role playing* sebuah istilah umum dan mengacu pada keempat tipe fundamental *role play*. Setiap orang di dalam *role play* memegang peran yang disimulasikan dan berpura-pura menjadi peran itu sehingga dapat mengalami ketrampilan yang sedang dipelajarinya.

b. *Role Assumption*

*Role assumption* adalah salah satu tipe spesifik *role play* dimana peran-perannya ditetapkan dengan jelas. Dengan kata lain, *role assumption* sengaja tidak dibuat seterbuka atau mengalir sebebaskan *role play*. Salah satu tipe dalam *role assumption* adalah memerintahkan para anggota sebuah keluarga untuk memainkan peran anggota lainnya.

c. *Role Rehearsal*

*Role rehearsal* melibatkan orang yang tetap memainkan peran normalnya sendiri tetapi berlatih untuk situasi tertentu di masa depan. Tujuannya adalah memungkinkan klien untuk bermain di dalam situasi baru dengan lebih nyaman dan santai. Pada variasi ini

lebih tepat dilakukan untuk konseling individu, dimana klien berlatih memainkan peran dengan konselornya.

d. *Role Reversal*

Di dalam *role reversal*, orang memainkan peran yang berlawanan dengan peran yang biasa dimainkannya. Variasi ini juga sering disebut dengan pembalikan.

### **Implementasi Teknik Role Play**

Dalam mengimplikasikan teknik *role play*, seorang konselor harus mengetahui elemen dan fase dalam teknik ini. Dengan mengetahui hal tersebut, maka seorang konselor akan mempunyai ketrampilan yang baik dalam teknik *role play*. Terdapat empat elemen yang ditemukan di dalam teknik *role play*, (Erford 2016) yaitu :

1. *The Encounter* (Pertemuan)

Pada elemen ini, konselor harus mampu memahami perspektif orang lain. Bagian ini adalah bagian yang perlu dalam *role play* karena klien kadang-kadang akan berganti peran dan memainkan peran orang lain yang terlibat dalam situasinya.

2. *The Stage* (Panggung)

Tata ruang atau panggung ini dilengkapi dengan alat-alat bantu yang sederhana. Tata ruang diperlukan agar klien merasakan pengalaman nyata sesuai dengan keadaan yang dikendaki. Tata ruang yang realistis akan membantu klien dalam melatih mengenali situasi yang mungkin akan sama dengan situasi kondisi *setting* aslinya.

3. *The Soliloquy* (Solilokui atau monolog)

Solilokui adalah sebuah pembicaraan dimana klien mengungkapkan pikiran-pikiran pribadi dan perasaan-perasaan yang terkait dengannya. Pada elemen ini konselor dapat melakukan *assessment* kepada klien.

#### 4. *Doubling* (Penggandaan)

*Doubling* akan menghasilkan kesadaran yang meningkat di diri klien dan terjadi ketika konselor atau seorang anggota kelompok lain berdiri di belakang klien. Konselor setelah itu mengungkapkan pikiran-pikiran atau perasaan-perasaan yang tidak bisa diungkapkan oleh klien.

Selain elemen yang harus dipahami seorang konselor, menurut M. E. Young dalam buku Bradley terdapat tiga fase dalam teknik *role play*. Ketiga fase tersebut disertai dengan langkah-langkah yang harus diikuti oleh konselor ketika mengimplementasikan teknik *role play*. (Erford 2016) Tiga fase dalam teknik *role play* adalah sebagai berikut:

##### 1. *Warm Up* (pemanasan)

Tujuan fase pemanasan adalah untuk mendorong klien agar terhubung dengan situasi yang dialaminya, termasuk emosi-emosi terkait yang akan dimainkan perankan. Dalam fase ini, pemanasan bisa dilakukan secara mental atau fisik

##### 2. *Action* (tindakan)

Dalam fase tindakan, konselor membantu klien menetapkan adegan dengan menelaah detail-detail situasinya. Selain itu, konselor juga harus membimbing klien dari realitas ke situasi yang dibayangkan lalu kembali lagi ke realitas.

##### 3. *Sharing and Anaylis* (berbagi dan analisis)

Di fase yang ketiga ini, konselor dan anggota kelompok (jika dilakukan dalam ranah kelompok) berbagi apa yang mereka alami selama *role play*. Analisis sering kali terjadi dalam sesi tindak lanjut karena emosional klien bangkit di akhir *role play*. Dalam fase ini, klien berkesempatan untuk memproses informasi dan menerima umpan balik.

Sedangkan langkah-langkah dalam teknik *role play*, yaitu :

##### 1. *Warm Up*

Konselor menjelaskan tekniknya kepada klien, dan klien memberikan deskripsi terperinci tentang perilaku, sikap, atau performa yang ingin diubah. Pada langkah ini, klien seharusnya didorong untuk mendiskusikan keengganan apa pun yang dipunyainya tentang teknik *role play*.

2. *Scene Setting*

Konselor membantu klien dalam menata panggungnya sesuai dengan kehendak klien. Jika diperlukan maka perabotan bisa ditata ulang.

3. *Selecting Roles*

Klien menyebutkan dan mendeskripsikan orang-orang signifikan yang terlibat di dalam adegan.

4. *Enactement*

Klien memerankan perilaku target, dan jika ia mengalami kesulitan untuk itu, konselor dapat mencontohkan perilakunya. Klien seharusnya mulai dengan adegan-adegan yang paling tidak sulit dan sedikit demi sedikit beranjak ke adegan-adegan yang lebih sulit. Selama langkah ini, konselor dapat menyela klien untuk menunjukkan kepada klien bahwa apa yang dilakukannya memberikan kontribusi pada gangguan yang dialaminya.

5. *Sharing and Feedback*

Konselor memberikan umpan balik yang spesifik, sederhana, dapat dilihat, dan dapat dipahami kepada klien.

6. *Reenactment*

Klien berulang-ulang mempraktikkan perilaku yang ditargetkan dalam dan di luar sesi-sesi konseling sampai ia dan konselor yakin bahwa tujuannya telah tercapai.

7. *Follow Up*

Klien memberi tahu konselor tentang hasil-hasil dan kemajuan latihannya.

### **Kegunaan dan Evaluasi Teknik *Role Play***

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kiromim Baroroh, dalam jurnal yang berjudul *Upaya Meningkatkan Nilai-nilai Karakter Peserta Didik Melalui Penerapan Metode *Role Playing**. (Baroroh 2011) Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan nilai-nilai karakter siswa yang dapat dilihat dari indikator disiplin, kerja keras, kreatif, dan kemampuan komunikasi mahasiswa. Kenaikan terbesar pada nilai kreatif 19,6%, pada kemampuan komunikasi terjadi peningkatan sebesar 18,9%. Pada indikator disiplin terjadi kenaikan sebesar 10,9%, dan indikator kerja keras mengalami kenaikan sebesar 7,4%.

Penerapan metode bermain peran memberikan kontribusi yang sangat besar pada ketrampilan sosial dan ketrampilan berbicara pada anak. Hasil tersebut terlihat dari anak-anak yang tadinya ragu ketika bermain peran dan berinteraksi serta berbicara sudah tidak ragu lagi untuk memainkan perannya, anak sudah dapat melakukan kontak mata serta merespon pembicaraan, ikut serta dalam kegiatan kelompok dan anak sudah dapat berbicara dengan leluasa.

Menurut Johns K, (Johns K n.d.) teknik *role play* juga dapat digunakan dalam membantu mempersiapkan guru untuk pertemuan orang tua dengan guru. Hal ini sangat berguna bagi para guru pemula yang mungkin gugup menghadapi pertemuan dengan orang tua. Guru diberi daftar berbagai situasi, dan mereka memainkan peran guru atau peran orang tua.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Papadopoulou dalam jurnal yang berjudul *The Ecology of Role Play: Intentionality and Cultural Evolution*. (Papadopoulou n.d.) bermain peran memiliki banyak keuntungan untuk perkembangan kognitif, emosi, sosial, dan bahasa. *Role play* memungkinkan orang untuk mengembangkan kemampuan-kemampuan yang penting bagi keberhasilan penyesuaian budaya mereka. *Role play* menjadi metode ekspresi pemahaman, ketakutan eksistensial, dan kekhawatiran evolusioner anak-anak.

Pemaparan di atas adalah mengenai kegunaan dari teknik *role play*. Selanjutnya mengenai evaluasi dalam teknik *role play*. Teknik *role play* memiliki beberapa kelebihan dan kelemahan. Kelebihan dari teknik ini adalah memungkinkan klien untuk mengalami situasi yang terlalu berbahaya atau terlalu mengancam di dalam kehidupan nyata. (Perry, 2010) Selain itu menurut Roestiyah dalam jurnal Ardiyan, dkk, (Saputro 2016) bahwa kelebihan teknik *role play* (1) akan menarik klien untuk lebih memperhatikan proses konseling karena berkaitan dengan masalah sosial yang sedang dihadapinya, (2) klien lebih mudah memahami materi atau masalah karena dapat bermain peran sendiri, (3) menumbuhkan sikap saling tenggang rasa, toleransi dan cinta kasih karena klien dapat berperan sebagai orang lain, dan (4) klien atau anggota kelompok yang tidak bermain peran dapat mengamati dan memberikan saran dan kritik.

Di sisi lain, teknik *role play* juga memiliki beberapa kekurangan. Menurut M. E. Young dalam buku Bradley T. Erford, klien kadang-kadang mengalami demam panggung dan tidak mau memainkan skenarionya. Konselor perlu memastikan bahwa mereka memungkinkan klien untuk mengendalikan arah bermain perannya. Kadang-kadang emosi yang diekspresikan begitu kuat sehingga membuat klien dan konselor merasa tidak nyaman. Dan menurut Ivey dan Ivey dalam buku Bradley T. Erford, menegaskan bahwa bermain peran seharusnya tidak digunakan pada klien sampai masalah klien dipahami dengan jelas. Di samping itu, kinerja klien setelah implementasi bermain peran seharusnya diperiksa untuk mendorong efikasi klien. (Erford, 2016)

### **Teknik Role Play dalam Prespektif Islam**

Teknik *role play* sangat berguna untuk menyelesaikan masalah sosial yang dihadapi oleh klien, seperti kurang percaya diri, tidak bisa menyampaikan pendapat dan lain sebagainya. Klien membutuhkan bantuan dalam mengembangkan pemahaman yang mendalam tentang perubahan di dalam dirinya sendiri. Seperti pada QS. Al-Baqarah: 44

﴿ أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ نَتْلُونَ الْكِتَابَ  
أَفَلَا تَعْقِلُونَ ﴾ ٤٤

Artinya :

*Mengapa kamu suruh orang lain (mengerjakan) kebaktian, sedang kamu melupakan diri (kewajiban)mu sendiri, padahal kamu membaca Al Kitab (Taurat)? Maka tidaklah kamu berpikir? (Anon 2012)*

Manusia atau dalam hal ini disebut dengan klien memiliki potensi untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Salah satu caranya yaitu senantiasa berfikir tentang segala yang telah diperbuat. Manusia mampu berfikir dalam menentukan mana yang baik dan mana yang buruk. Manusia harus dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya dengan baik. salah satu cara untuk mengembangkan potensi tersebut adalah dengan bermain peran. Memainkan peran sesuai dengan masalah yang ingin diselesaikan akan membantu klien dalam mengembangkan potensi. Klien dapat belajar untuk memainkan peran dalam situasi yang menjadi penghambatnya, contohnya seperti kesulitan interaksi sosial.

Klien dapat berlatih memainkan peran secara kelompok maupun individu untuk memainkan interaksi sosial, seolah-olah klien sedang berinteraksi dengan orang yang memiliki masalah dengan dirinya. Klien harus mampu berfikir mengenai hal yang baik untuk dirinya dan mana yang buruk untuk dirinya serta lingkungan sosialnya. Klien diharapkan mampu untuk memainkan peran sebagai salah satu cara dalam menyelesaikan masalah sosialnya.

Seperti pada Al-Qur'an surat Al-Maidah ayat 31

فَبَعَثَ اللَّهُ غُرَابًا يَبْحَثُ فِي الْأَرْضِ لِيُرِيَهُ، كَيْفَ يُؤَرِّى سَوْءَةَ  
أَخِيهِ قَالَ يَتُوبِلَتِي أَعْجَزْتُ أَنْ أَكُونَ مِثْلَ هَذَا الْغُرَابِ فَأُؤَرِّى  
سَوْءَةَ أَخِي فَأَصْبَحَ مِنَ النَّادِمِينَ ﴿٣١﴾

*Artinya:*

*Kemudian Allah menyuruh seekor burung gagak menggali-gali di bumi untuk memperlihatkan kepadanya (Qabil) bagaimana seharusnya menguburkan mayat saudaranya. Berkata Qabil :”Aduhai celaka Aku, mengapa aku tidak mampu berbuat seperti burung gagak ini, lalu aku dapat menguburkan mayat saudaraku ini?” karena itu jadilah Dia seorang diantara orang-orang yang menyesal. (Anon 2012)*

Ayat tersebut menjelaskan bahwa manusia harus mampu meniru dengan memainkan peran dalam hal kebaikan. Klien yang sudah bermain peran pada saat proses konseling diharapkan mampu dalam mempraktekkannya di kehidupan nyata. Sehingga klien diharapkan mampu dalam menyelesaikan masalah yang dimilikinya dan tidak akan merasa menyesal dengan masalah yang dihadapi karena ia sudah berusaha dalam memperbaiki kondisinya sendiri.

## **Kesimpulan**

Teknik *role play* merupakan teknik yang berasal dari teori klasik behavioral. Teknik ini mulai berkembang pada masa trend ketiga, yaitu kognitif yang dikembangkan oleh Albert Bandura. *Role play* adalah teknik bermain peran yang digunakan untuk menyelesaikan masalah sosial yang dihadapi oleh klien. Klien diharapkan mampu merubah tingkah lakunya melalui pembelajaran saat bermain peran.

Di dalam teknik *role play* terdapat fase-fase, langkah-langkah, dan variasi yang harus diketahui oleh konselor. Selain itu konselor harus mampu untuk mempraktikkan teknik tersebut dengan baik. Selain banyaknya kegunaan dan kelebihan pada teknik ini, di sisi lain juga memiliki kelemahan yang harus bisa diantisipasi oleh konselor.

## Daftar Pustaka

- Andriati, Novi. 2015. "Pengembangan Model Bimbingan Klasikal Dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri." *Jurnal Bimbingan Konseling* 4 Nomor 1.
- Anon. 2012. *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*. Bandung: Syamil Quran.
- Baroroh, Kiromim. 2011. "Upaya Meningkatkan Nilai-Nilai Karakter Peserta Didik Melalui Penerapan Metode Role Playing." *Jurnal Ekonomi Dan Pendidikan* 8 Nomor 2.
- Corey, Gerald. 2005. *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Erford, Bradlet T. 2016. *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Johns K. n.d. "Lowering Begining Teacher Anxiety about Parent-Teacher Conferences Though Role Playing School Counselor." 40:146–53.
- Komalasari, Gantina. 2014. *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Papadopoulou, M. n.d. "The Ecology of Role Play: Internationality and Cultural Evolution." *British Educational Research Journal* 28:575–92.
- Perry, Wayne. 2010. *Dasar-Dasar Teknik Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Saputro, Ardiyan Eko. 2016. "Peningkatan Motivasi Belajar Dan Keterampilan Berbicara Negosiasi Dengan Penerapan Metode Role Playing." *Jurnal Penelitian Bahasa, Sastra Indonesia Dan Pengajarannya* 4 Nomor 2.
- Sari, Syska Purnama. 2017. "Teknik Psikodrama Dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa." *Jurnal Fokus Konseling* 3 Nomor 2.
- Suyono, Suyono. 2014. *Belajar Dan Pembelajaran: Teori Dan Konsep Dasar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.