

LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENGURANGI PERILAKU PERUNDUNGAN

Fanny Rahmahdiyanti¹⁾ and Hardi Prasetiawan²⁾

Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia;

fanny1900001216@webmail.uad.ac.id, hardi.prasetiawan@bk.uad.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku perundungan. Metode penelitian yang digunakan ialah penelitian kualitatif, peneliti mengumpulkan informasi data dengan bersumber berbagai kajian literatur. Data dan informasi tersebut dikumpulkan dan dianalisis dari berbagai sumber tertulis seperti jurnal nasional dan prosiding, lalu dilakukan analisis dan disusun secara sistematis. Subyek dalam penelitian ini ialah peserta didik yang mempunyai kecenderungan melakukan perilaku perundungan baik secara verbal maupun fisik. Teknik analisis data pada penelitian ini yaitu menggunakan studi kepustakaan. Hasil dari penelitian ini bahwa layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat digunakan untuk mengurangi perilaku perundungan pada peserta didik.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok, Sosiodrama, Perundungan

Pendahuluan

Remaja menurut WHO merupakan seorang individu dengan rentang usia 10-19 tahun, sedangkan menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 tahun 2014, Remaja merupakan penduduk yang berusia antara 10 hingga 18 tahun, dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN), usia remaja berkisar antara 10 hingga 24 tahun dan belum menikah. Pada masa ini, kita melihat pertumbuhan dan perkembangan yang begitu pesat, baik fisik ataupun mental. Sedangkan menurut (Saputri & Zuhdi, 2022) masa remaja ialah usia sekolah dimana mereka berusaha untuk mencari jati dirinya. Dapat disimpulkan bahwa remaja ialah masa peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa dengan rentang usia 10-24 tahun. Masa remaja terbagi dalam

tiga fase usia yaitu usia 10-13 sebagai masa remaja awal, 14-17 tahun masa remaja madya atau tengah dan 18- 24 tahun remaja akhir atau dewasa muda yang belum menikah.

Terdapat berbagai tugas perkembangan pada masa remaja William Kay (dalam Saputro, 2017) mengungkapkan yaitu dapat menerima kondisi fisiknya sendiri, mencapai kematangan emosional dari orang tua atau orang-orang yang memiliki otoritas, meningkatkan kecakapan dalam berkomunikasi antar individu dan dapat berteman dengan teman seusia, baik secara individu atau berkelompok, menemukan yang dapat dijadikan model untuk pribadinya, menerima dirinya sendiri dan mempunyai keyakinan pada kemampuan yang dimiliki. Namun, dalam implementasi kehidupan sehari-harinya masih terdapat remaja yang belum dapat menerima dirinya sendiri, kesulitan bergaul dengan teman sebaya dan kesulitan mengelola emosional. Padahal apabila tugas-tugas perkembangan tersebut dapat dilakukan secara optimal, berhasil memahami dirinya, maka mereka akan mempunyai kepribadian yang sehat. Sebaliknya, apabila mereka tidak mampu ketika memahami dirinya maka akan terjadi kebingungan dan melakukan kenakalan remaja .

Kenakalan remaja ialah permasalahan yang begitu kompleks dan menarik untuk diamati. Hal tersebut dikarenakan remaja merupakan generasi muda yang memiliki pengaruh cukup besar terhadap perkembangan dan kemajuan bangsa mendatang. Selain itu, remaja juga dianggap sebagai sumber daya manusia yang diharapkan mampu menjunjung tinggi cita-cita dan tujuan bangsa. Adapun permasalahan yang sering terjadi di ranah pelajar mulai dari jenjang pendidikan sekolah dasar sampai tingkat menengah atas banyak ditemui di dalam dunia pendidikan, yang belakangan ini menjadi perhatian bersama yaitu pendidikan karakter yang sangat penting dalam pengembangannya. Hal tersebut terlihat dengan meningkatnya kasus perkelahian antar pelajar dan berbagai bentuk kenakalan remaja lainnya, seperti kekerasan antar pelajar, pemerasan, perundungan (*bullying*), rasa senioritas, suporter yang anarkis, penggunaan narkoba, dan lain sebagainya (Prasetiawan dkk., 2020).

Perilaku perundungan menjadi salah satu permasalahan yang sering terjadi di lingkungan sekolah khususnya pada tingkat menengah pertama. Perundungan yaitu suatu bentuk tindakan kekerasan dengan terjadinya penekanan secara psikologis maupun fisik

kepada seorang individu atau suatu kelompok individu yang dianggap lebih lemah oleh seseorang atau kelompok lainnya. Perundungan merupakan sebuah tindakan negatif dari seorang individu atau sekelompok individu secara terus-menerus yang menyalahgunakan perbedaan kekuatan yang tujuannya untuk melukai individu lainnya baik psikis sampai dengan secara fisik. Perbedaan kekuatan antara pelaku perundungan dan korban dapat bersifat nyata contohnya seperti perbedaan ukuran badan, kekuatan fisik, perbedaan *gender* hingga status sosial (Maemunah & Karneli, 2021). Berdasarkan uraian diatas disimpulkan bahwa perundungan yaitu perilaku yang dilakukan secara terencana oleh individu atau sekelompok peserta didik guna menyakiti peserta didik lainnya yang dianggap lebih lemah baik secara mental ataupun fisik tanpa adanya alasan yang jelas dan dilakukan secara berulang-ulang.

Berdasarkan dari hasil penelitian data statistik kasus perundungan dari Komisi Nasional Perlindungan Anak tahun 2006 yang diteliti oleh Yayasan Sejiwa melalui, pelaksanaan Roadshow Young Hearts tahun 2008-2009 (dalam Prasetiawan dkk., 2020) berkunjung ke tiga kota besar, bahwasannya statistik permasalahan perundungan di tahun 2012 berjumlah 61,8 juta kasus meningkat pada tahun 2013 sebanyak 83 juta kasus (menunjukkan kenaikan 21,2 persen). Berdasarkan hasil kunjungan tersebut Yayasan Sejiwa bersama Universitas Indonesia, didapatkan data bahwa permasalahan perundungan dengan terendah terjadi di kota Surabaya berjumlah 50%, lalu setelah nya terdapat Jakarta dengan jumlah 60 % hingga kasus tertinggi berada pada kota Yogyakarta berjumlah 70% kasus perundungan. Dalam berita harian Kompasiana, menyatakan bahwasannya terdapat persentase sebanyak 8-38% anak usia 8-16 tahun menjadi korban perundungan, dan 30% peserta didik di sekolah terlibat dalam perilaku perundungan sebagai pelaku. (Fauziyah & Rusmana, 2022).

Permasalahan perundungan yang terjadi harus segera di atasi khususnya yang terjadi di lingkungan sekolah. Permasalah perundungan di sekolah dapat ditangani oleh guru Bimbingan dan Konseling yang mempunyai peranan penting untuk mengentaskan perilaku perundungan di sekolah. Sehingga, guru bimbingan dan konseling hendaklah menangani secara sistematis serta komprehensif guna mencegah dan mengatasi perilaku perundungan yang terjadi di lingkungan sekolah (Yandri, 2014). Peranan Guru Bimbingan

dan Konseling sangat dibutuhkan, terlebih guna mengentaskan tindakan perundungan di lingkungan sekolah. Bagaimana cara guru Bimbingan dan Konseling menyelesaikan permasalahan yang terjadi, lalu mencari sebab dan akibat terjadinya permasalahan tersebut.

Guru bimbingan dan konseling juga berperan dalam memberi alternatif penyelesaian terbaik dari permasalahan yang terjadi dan ikut serta dalam memberi dorongan kepada korban perundungan agar tidak merasa tidak percaya diri dan sendirian. Selain itu, perlu memberikan arahan, pengertian ataupun motivasi kepada pelaku perundungan bahwa perbuatan yang dilakukannya adalah perbuatan yang tercela dan Guru BK sebisa mungkin menanamkan pada semua untuk mensosialisasikan tentang segala bentuk perundungan serta dampaknya agar seluruh peserta didik dapat saling menyayangi satu sama lain tanpa adanya permusuhan.

Pemberian bantuan layanan bimbingan dan konseling sangat penting dan diperlukan bagi peserta didik di sekolah. Menurut (Kurniawan & Pranowo, 2018) mengatakan bahwa bimbingan dan konseling menjadi bagian yang utama untuk pengentasan permasalahan perundungan. Oleh sebab itu perlu diadakannya sebuah layanan bimbingan dan konseling untuk mengurangi perilaku perundungan di sekolah. Persoalan terkait perilaku perundungan merupakan permasalahan terkait dengan keberlangsungan hubungan sosial antar individu. Hal tersebut dikarenakan perilaku perundungan berakibat pada terganggunya hubungan sosial antar peserta didik. Dari berbagai layanan bimbingan dan konseling yang dapat diterapkan dan dimanfaatkan guna atasi perundungan ialah dengan menggunakan layanan dasar dengan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok menurut Wibowo (dalam Fauziyah & Rusmana, 2022) merupakan suatu kegiatan yang berbentuk kelompok dengan adanya pemimpin kelompok yaitu konselor atau guru Bimbingan dan Konseling memberi beragam informasi serta memberi arahan untuk memperoleh suatu tujuan tertentu yang dilakukan dengan cara berdiskusi agar anggota kelompok dapat berpartisipasi aktif.

Kegiatan bimbingan kelompok dapat berisikan tentang berbagai informasi pribadi, sosial, belajar dan karir. Tujuan dari bimbingan kelompok yaitu agar dapat

membantu peserta didik dalam merancang perencanaan dan mengambil keputusan kehidupan yang lebih baik (Fauziyah & Rusmana, 2022). Dari definisi beberapa tokoh tersebut disimpulkan bahwa bimbingan kelompok yaitu upaya yang dilakukan guna membantu peserta didik dalam mengentaskan permasalahan pada diri peserta didik dan untuk memperoleh informasi serta membantu peserta didik dalam penyusunan *planning* atau mengambil keputusan yang tepat dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Didukung dengan penelitian yang diadakan oleh Rebecca A., dkk (dalam Arinata dkk., 2017) penelitian menggunakan keterampilan sosial dalam bimbingan kelompok guna membantu peserta didik Sekolah Dasar dengan perkembangan keterampilan sosial, masalah perilaku dan intimidasi. Selanjutnya, Penelitian yang dilakukan oleh (Haryati dkk., 2017) dengan judul bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam meningkatkan empati siswa SMP. Pada penelitian tersebut, layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terbukti efektif meningkatkan empati peserta didik. Berdasarkan penelitian terdahulu tersebut maka bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dinilai relevan guna mengurangi perilaku perundungan pada peserta didik.

Teknik sosiodrama menurut Winkel (dalam Nasution & Samosir, 2021) adalah suatu kegiatan mendramatisasi dari permasalahan-permasalahan yang dapat terjadi dalam pergaulan dengan orang lain termasuk persoalan-persoalan yang dialami dalam melakukan interaksi sosial. Sedangkan menurut Syaiful Bahri Djamarah (dalam Widyaningrum & S, 2016) teknik sosiodrama merupakan teknik yang memberi waktu kepada peserta didik untuk melaksanakan aktivitas bermain sebuah peranan tertentu yang terdapat dalam interaksi sosial.

Berdasarkan uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwasannya teknik sosiodrama adalah aktivitas bermain peranan mengenai persoalan-persoalan yang terjadi saat melakukan interaksi sosial yang dimainkan oleh beberapa peserta didik. Pengalaman belajar yang didapatkan dari teknik ini mencakup, keterampilan bekerjasama, komunikasi, serta menginterpretasikan suatu kondisi. Melalui aktivitas permainan peran, peserta didik mencoba mempelajari hubungan-hubungan antar individu dengan cara memerankan dan didiskusikan bersama-sama, hingga akhirnya para peserta didik dapat

mempelajari nilai, bermacam sikap, nilai-nilai dan berbagai cara dalam memecahkan permasalahan yang terjadi.

Kajian Literatur

1. Perundungan

a. Pengertian Perundungan

Perundungan ialah tindakan negatif baik yang dilakukan dengan cara verbal, fisik, ataupun sosial di dunia nyata dan dunia maya yang menyebabkan seorang individu merasa terganggu, sakit hati dan tertekan baik dilakukan oleh perseorangan ataupun berkelompok. Menurut American Psychological Association, n.d.(dalam Mayasari dkk., 2019) perundungan adalah bentuk tindakan agresif dimana seseorang dengan terencana dan berulang-ulang yang membuat orang lain terluka dan merasa tidak nyaman. Sedangkan perundungan menurut Sejiwa (dalam Afriana dkk., 2014) yaitu tindakan mengancam, atau tindakan yang mengganggu individu lain yang dianggap lemah. Orang yang menjadi pelaku perundungan disebut sebagai *bully*. Definisi *bullying* atau perundungan itu sendiri ialah sebuah kondisi dimana terdapat penyalahgunaan kekuasaan atau kekuatan yang diperbuat oleh salah satu orang atau kelompok.

Berdasarkan dari pernyataan beberapa ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa perundungan ialah tindakan agresif yang dilakukan oleh seorang individu atau sekelompok individu yang menganggap dirinya mempunyai kekuatan serta kekuasaan lebih terhadap korbannya yang dilakukan secara terus menerus untuk menyakiti baik secara verbal dan nonverbal.

b. Jenis-Jenis Perundungan

Perilaku perundungan mempunyai bentuk yang beragam. Terdapat empat jenis perilaku perundungan menurut Sejiwa(dalam Dewi, 2020) yaitu:

1) Perundungan Fisik

Perundungan fisik ialah bentuk tindakan perundungan yang dapat diamati dengan jelas karena adanya kontak langsung antara pelaku

perundungan dengan korbannya. Contoh dari perundungan fisik yaitu: mencubit, menabrakan badan, menginjak kaki, memukul, menarik rambut dan menendang.

2) Perundungan Verbal

Tindakan perundungan melalui ucapan atau kata-kata. Contoh dari perundungan verbal diantaranya yaitu: menghina, mencaci maki, mengejek, mempermalukan di depan umum, memfitnah serta meneriaki

3) Perundungan Mental atau Psikologis

Perilaku perundungan yang sangat berbahaya dibandingkan dengan bentuk perundungan fisik, verbal dan *Cyberbullying* karena bentuk perundungan ini tidak terlalu nampak dan jarang diperhatikan orang lain. Contoh dari perundungan mental atau psikologis yaitu dengan melihat secara sinis, melihat dengan tatapan mengancam, mendiamkan, memelototi serta mengucilkan.

4) *Cyberbullying*

Perundungan jenis ini yaitu berupa tindakan pelecehan, ancaman, mempermalukan, menghina yang dilakukan seseorang individu terhadap individu lainnya dengan menggunakan media elektronik, baik di internet ataupun melalui telepon.

c. Faktor Penyebab Perundungan

Perilaku perundungan disebabkan oleh beberapa faktor, adapun faktor penyebab perundungan menurut menurut Lantip (dalam Dewi, 2020) yaitu:

- 1) Karakteristik individu ialah segala sesuatu yang melekat pada diri seseorang yang dapat mempengaruhi tingkah laku. Salah satu karakteristik tersebut ialah temperamen yang mungkin dimilikinya sejak lahir. Karakteristik temperamen dapat diperkirakan sebagai salah satu faktor pemicu perilaku perundungan pada semua tingkatan individu, yang dimaksud dengan individu yang memiliki karakteristik temperamen disini ialah anak yang mudah emosi, pemarah, berperasaan sensitif, bertindak agresif, sering bertindak menyimpang, suka memimpin dan sulit dikendalikan..

- 2) Pola asuh orang tua, mempunyai peran penting dalam pembentukan perilaku anak. Pola asuh juga berperan sebagai faktor penyebab anak melakukan perilaku perundungan. Orang tua yang membiasakan pola asuh progresif membuat seorang anak terbiasa melakukan hal-hal yang inginkannya secara bebas.
- 3) Pertemanan seusia, yang selalu melakukan perilaku negatif seperti kekerasan terhadap orang lain akan berdampak pada perkembangan anak. Anak juga akan mencontoh dan melakukan hal serupa yang dilakukan oleh teman seusianya tersebut.
- 4) Media, memiliki pengaruh yang cukup besar pada saat ini dalam pola kehidupan seorang individu baik media cetak ataupun elektronik, dampak yang ditimbulkan bisa berupa dampak positif ataupun negatif tergantung bagaimana cara penggunaan dari media tersebut. Penggunaan media juga seharusnya disesuaikan dengan fungsinya yakni untuk mendapat referensi belajar, penggunaan media pada anak semestinya selalu dalam pemantauan orang tua agar tidak terjadi segala hal yang tidak diinginkan atau lepas kendali. Jika penggunaan media oleh anak tidak diawasi oleh orang tua dikhawatirkan akan dapat memungkinkan anak memperoleh tontongan dan informasi yang merusak moral dan perilakunya..

d. Ciri-Ciri Perilaku Perundungan

Pelaku perundungan sering ditandai oleh beberapa ciri yang terlihat dan dapat diamati. Menurut pendapat Coloroso (dalam Afiyani dkk., 2019) menyatakan bahwa ciri-ciri pelaku perundungan dapat diidentifikasi ke dalam 10 ciri yakni:

- 1) Selalu bertindak memimpin
- 2) Selalu menggunakan orang lain untuk memperoleh hal yang diinginkan
- 3) Tidak mempedulikan perasaan orang lain
- 4) Bersifat egois
- 5) Tidak bisa melihat situasi dari sudut pandang orang lain
- 6) Memiliki kecenderungan untuk menyakiti individu lain ketika mereka tidak ditemani oleh orang tua ataupun guru
- 7) Melihat orang lain sebagai musuh mereka
- 8) Tidak memiliki tanggung jawab mengenai setiap perilaku yang dilakukan

- 9) Tidak memikirkan terhadap masa mendatang, yakni tidak mampu meninjau akibat dalam waktu pendek ataupun waktu panjang mendatang, serta yang mungkin tidak diinginkan dari perilaku mereka saat melakukan perundungan.
- 10) Ingin selalu diperhatikan

e. Dampak Perundungan

Perundungan memiliki banyak dampak, baik yang dirasakan oleh korban maupun pelaku perundungan. Menurut Novrian(dalam Hardi dkk., 2019) menyatakan bahwa akibat yang disebabkan dari tindakan perundungan baik bagi yang melakukannya maupun korbannya, yakni :

1) Bagi Pelaku

Dampak yang dirasakan oleh pelaku perundungan ialah jika tindakannya diketahui maka akan merasa malu, mendapatkan sanksi sosial, dilaporkan pada pihak sekolah bahkan bisa sampai pihak berwajib lainnya hingga kehilangan masa depannya.

2) Bagi Korban

Dampak yang dialami oleh korban perundungan ialah korban akan merasa ketakutan, cemas, senantiasa menyendiri, putus asa, kehilangan semangat, tidak dapat berkonsentrasi, merasa tidak percaya diri, depresi hingga dapat menyebabkan bunuh diri.

2. Bimbingan Kelompok

a. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang diberikan oleh guru Bimbingan dan Konseling kepada peserta didik secara berkelompok. Bimbingan kelompok menurut Wibowo (dalam Fauziyah & Rusmana, 2022) ialah suatu kegiatan yang berbentuk kelompok dengan adanya pemimpin kelompok yaitu konselor atau Guru BK yang memberikan beragam informasi serta memberi arahan untuk berdiskusi dengan tujuan agar anggota kelompok dapat berperan lebih aktif untuk membantu anggota-anggota kelompok dalam menggapai suatu tujuan tertentu.

Gibson(dalam Fauziyah & Rusmana, 2022) mengartikan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan secara kelompok yang mengarah pada kegiatan yang berfokus dalam memberi informasi atau memberi pengalaman melalui kegiatan kelompok yang telah terencana .Sedangkan menurut Prayitno (dalam Pramono, 2013) bimbingan kelompok adalah sebuah proses pemberian informasi dan bantuan dengan cara berkelompok dengan menggunakan dinamika kelompok untuk memperoleh sebuah tujuan tertentu.

b. Tujuan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok mempunyai dua tujuan yakni tujuan umum dan tujuan khusus. Adapun tujuan dalam bimbingan kelompok, menurut (Pramono, 2013) yaitu guna mengembangkan pikiran,perasaan, pendapat, wawasan serta sikap yang menjadi pendukung dalam mewujudkan tingkah laku peserta didik yang lebih efektif, yaitu berkembangnya keterampilan dalam melakukan komunikasi baik secara verbal maupun secara non verbal. Sedangkan menurut Prayitno (dalam Fadilah, 2019) tujuan dari layanan bimbingan kelompok dapat dibedakan menjadi dua yakni:

1) Tujuan Umum

Bimbingan kelompok bertujuan dalam membantu individu yang mengalami permasalahan secara berkelompok dan meningkatkan perkembangan keterampilan bersosialisasi peserta didik khususnya keterampilan dalam berkomunikasi dengan peserta didik lainnya.

2) Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari bimbingan kelompok ialah menelaah persoalan-persoalan tertentu yang mengandung persoalan faktual dan menjadi perhatian anggota kelompok. Memanfaatkan dinamika kelompok yang mendalam,dalam menelaah persoalan-persoalan dapat meningkatkan perkembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang

menunjang diwujudkannya oleh tingkah laku yang lebih baik serta bertanggung jawab.

c. Tahapan Bimbingan Kelompok

Pada pelaksanaan bimbingan kelompok terdapat tahapan-tahapan yang perlu diperhatikan. Menurut Prayitno (dalam Pranoto, 2016) mengungkapkan bahwa langkah-langkah pelaksanaan dalam bimbingan kelompok terdapat empat tahapan, yaitu tahap awal, tahap peralihan, tahap kegiatan inti dan tahap akhir.

1) Tahap Awal

Pada tahap ini ialah tahap pengenalan, atau tahap memasukan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Pada umumnya di tahap ini anggota kelompok yang terlibat secara bergantian melakukan pengenalan dan saling menyatakan tujuan ataupun harapan-harapan yang ingin didapat baik oleh setiap peserta didik atau keseluruhan anggota. Konselor atau Guru Bimbingan dan Konseling mengungkapkan tentang pengertian bimbingan kelompok agar peserta didik akan tahu pengertian atau definisi dari bimbingan kelompok dan alasan mengapa bimbingan kelompok perlu dilaksanakan serta menyatakan aturan-aturan diskusi yang akan ditetapkan selama layanan bimbingan kelompok.

2) Tahap Peralihan

Tahap ini adalah tahap penghubung antara tahap awal dan tahapan kegiatan atau inti. Adapun yang akan dilakukan pada tahap ini yaitu :

- a) Guru BK memberikan penjelasan mengenai kegiatan yang akan dilakukan pada tahap selanjutnya.
- b) Guru BK menanyakan dan mengamati kesiapan para peserta didik untuk menjalani kegiatan pada tahap berikutnya.
- c) Guru BK membahas suasana yang terjadi selama proses pengenalan.
- d) Guru BK mengajak peserta didik terlibat aktif selama kegiatan berlangsung.

3) Tahap Kegiatan Inti

Pada tahap ini guru Bimbingan dan Konseling menerapkan teknik yang akan digunakan selama kegiatan, menelaah topik yang sudah disiapkan dan

mengajak peserta didik terlibat dalam pembahasan topik tersebut dengan menggunakan berbagai teknik.

4) Tahap Akhir

Pada tahap akhir dalam bimbingan kelompok, berfokus kepada hasil kelompok yang telah diraih oleh kelompok tersebut. Adapun hal-hal yang perlu dilaksanakan pada tahap ini ialah guru bimbingan dan konseling memberitahukan bahwasannya kegiatan akan segera selesai, guru bimbingan dan konseling dan peserta didik mengungkapkan kesimpulan dari hasil topik yang telah dibahas, membahas kegiatan lanjutan, dan peserta didik mengungkapkan kesan dan pesan terhadap pelaksanaan layanan.

3. Teknik Sociodrama

a. Pengertian Teknik Sociodrama

Sociodrama merupakan salah satu teknik bermain peran yang terdapat dalam layanan bimbingan kelompok. Teknik sociodrama menurut Winkel (dalam Nasution & Samosir, 2021) adalah kegiatan mendramatisasi permasalahan-permasalahan yang dapat terjadi dalam pertemanan dengan orang lain termasuk permasalahan yang dialami dalam interaksi sosial.

Menurut Romlah (dalam K. Dewi, 2016) sociodrama merupakan kegiatan bermain peran yang dilakukan guna menyelesaikan sebuah persoalan sosial yang terjadi dalam berhubungan antar individu. Sedangkan menurut Syaiful Bahri Djamarah (dalam Widyaningrum & S, 2016) teknik sociodrama merupakan sebuah strategi yang memberi kesempatan kepada peserta didik guna dengan melakukan aktivitas bermain sebuah peranan tertentu yang ada di kehidupan sekitar dan pergaulan sosial.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa teknik sociodrama merupakan kegiatan bermain peran dengan membahas permasalahan-permasalahan sosial yang terjadi di lingkungan sekitar.

b. Tujuan Teknik Sociodrama

Sociodrama dalam pelaksanaannya memiliki suatu tujuan untuk dicapai. Menurut Winkel (dalam K. Dewi, 2016) sociodrama bertujuan untuk membantu

peserta didik untuk menyadari tentang interaksi sosial dan membantu individu mengembangkan keterampilan berinteraksi dengan individu lain secara sehat. Dalam sosiodrama juga bertujuan untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan perkembangan pergaulan sosialnya. Selain itu tujuan dari teknik sosiodrama ialah agar peserta didik berani dalam menyatakan pendapat secara lisan, menumbuhkan sikap kerjasama, menghayati tokoh yang diperankan, meningkatkan rasa percaya diri dan dapat memaknai persoalan sosial disekitar.

c. Tahap - Tahap Sosiodrama

Terdapat tahap-tahap yang harus dilakukan dalam melaksanakan teknik sosiodrama. Menurut Winkel (dalam K. Dewi, 2016) langkah-langkah pelaksanaan sosiodrama adalah sebagai berikut:

1. Guru Bimbingan dan Konseling menguraikan tentang persoalan sosial yang akan di dramatisikan oleh peserta didik.
2. Guru Bimbingan dan konseling menentukan peserta didik yang akan bermain peran terkait situasi sosial tertentu.
3. Peserta didik yang terpilih memainkan peran yang didapat dengan secara spontan dan improvisasi .
4. Setelah kegiatan bermain peran selesai, para peserta didik yang berperan mengungkapkan apa yang mereka rasakan selama berperan.
5. Peserta didik yang tidak berperan menjadi pengamat dan mendiskusikan jalannya drama tadi seperti perilaku apa saja yang muncul dan keefektifan pemecahan masalah yang diambil oleh para pemeran.
6. Jika dirasa perlu, kegiatan bermain peran diulang dengan pemain yang berbeda.
7. Diakhiri dengan sesi tanya jawab, diskusi dan evaluasi terkait permasalahan sosial yang telah didramatisasikan.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif, peneliti mengumpulkan data dan informasi dengan bersumber berbagai kajian literatur. Data dan informasi tersebut dikumpulkan dan dikaji dari berbagai sumber

tertulis seperti jurnal nasional dan prosiding yang kemudian dianalisis dan disusun secara sistematis. Subyek dalam penelitian ini ialah peserta didik yang memiliki kecenderungan melakukan perilaku perundungan baik secara verbal maupun fisik. Teknik analisis data pada penelitian ini yaitu menggunakan studi kepustakaan, peneliti menganalisis buku, jurnal dan prosiding serta beberapa sumber yang relevan dan terkait dengan persoalan yang akan dibahas.

Hasil

Berdasarkan dari penelitian terdahulu yang relevan terhadap penelitian ini yaitu pertama penelitian yang berjudul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Sosiodrama Untuk Mengurangi Perilaku Bullying” yang diteliti oleh (Hasanah, 2021). Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan terdapat keefektifan yang signifikan dari layanan bimbingan kelompok melalui teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku bullying peserta didik di SMA Negeri 1 Kalijati Subang.

Penelitian yang kedua berjudul “Teknik Role Playing dalam Mengurangi bullying di SMP Muhammadiyah 3 Jakarta” yang diteliti oleh (Maemunah & Karneli, 2021) menyatakan bahwa setelah diberikan *treatment* teknik *role playing* menunjukan bahwa terdapat penurunan perilaku perundungan yang dilakukan peserta didik. Penelitian ketiga berjudul “efektivitas teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku bullying pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)” yang diteliti oleh (Setiyawati, 2013) menyatakan bahwa terdapat hasil signifikan dalam mengurangi perilaku perundungan yang terjadi dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

Berdasarkan hasil dari temuan berbagai studi literatur yang menjadi rujukan maka, bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang pemberian bantuan dalam suasana kelompok yang dipimpin oleh guru Bimbingan dan Konseling untuk memberi berbagai informasi dan memberikan arahan untuk berdiskusi dengan berbagai teknik yang dapat dipakai sesuai dengan situasi, persoalan-persoalan atau kondisi tertentu untuk mencapai tujuan bersama. Dalam bimbingan kelompok terdapat beberapa teknik yang dapat digunakan, salah satunya ialah teknik sosiodrama.

Hal yang membedakan penggunaan teknik sosiodrama dengan teknik lainnya menurut (K. Dewi, 2016) ialah teknik sosiodrama digunakan dalam ketika akan

membahas suatu persoalan sosial antar individu dan peserta didik akan mendramatisasi situasi sosial tersebut. Guru Bimbingan dan Konseling dalam memberikan layanan ini memberikan sebuah bantuan kepada peserta didik dengan keterampilan yang dimiliki untuk meningkatkan keterampilan peserta didik dalam mengatasi segala persoalan sosial yang terjadi, salah satunya ialah peserta didik tidak akan melakukan perilaku perundungan baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan lainnya. Bimbingan kelompok teknik sosiodrama dianggap penting dan efektif dalam mengurangi perilaku perundungan yang terjadi dikalangan peserta didik.

Pembahasan

Kasus yang melibatkan peserta didik melakukan perilaku perundungan belakangan ini banyak muncul di *social media*. Bersamaan dengan pesatnya perkembangan teknologi mempermudah semua pihak untuk melakukan berbagai hal. Terdapat banyak peserta didik di kalangan sekolah menengah kurang memahami bagaimana berinteraksi dan beretika dalam bergaul dengan peserta didik lainnya. Upaya yang dapat dilakukan agar mengurangi perilaku perundungan yang ada di sekolah ialah dengan pemberian suatu layanan bimbingan oleh guru Bimbingan dan Konseling. Maka layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama ini merupakan salah satu upaya alternatif yang penting dalam mengentaskan kasus perilaku perundungan yang terjadi di lingkungan sekolah (Hasanah, 2021). Dengan layanan ini diharapkan peserta didik dapat memahami tentang perilaku perundungan yang dilakukan serta dapat merasakan apa yang orang lain rasakan ketika mendapat perilaku perundungan.

Pelaksanaan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku perundungan dilakukan dengan empat tahap yaitu : a) Tahap pembentukan, dimana Guru Bimbingan dan Konseling sebagai pemimpin kelompok memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan kegiatan layanan, topik yang akan dibahas dan dilanjutkan dengan pengenalan anggota kelompok, b) tahap peralihan, Guru Bimbingan dan Konseling menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan berikutnya, menanyakan kesiapan anggota dan melakukan *ice breaking* untuk mencairkan suasana, c) tahap kegiatan inti, Guru Bimbingan dan Konseling menjelaskan sedikit mengenai topik yang telah ditentukan

yaitu perilaku perundungan. Setelah itu dilanjutkan dengan kegiatan sosiodrama, mulai dari penentuan tokoh yang berperan, menjelaskan alur pelaksanaan sosiodrama, peserta didik memainkan peran yang didapat dengan penuh penghayatan sampai kegiatan drama selesai, lalu dilakukan diskusi dan evaluasi terkait drama yang telah dimainkan, d) tahap pengakhiran, Guru Bimbingan dan Konseling meminta peserta didik untuk menyimpulkan, memberi kesan dan pesan kegiatan layanan yang telah dilaksanakan

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari kajian literatur yang telah diuraikan diatas, dapat disimpulkan bahwa perundungan merupakan perilaku agresif yang dilakukan seseorang individu ataupun kelompok dengan tujuan menyakiti korban yang dilakukan secara fisik maupun verbal dan tindakan tersebut dilakukan secara terus menerus. Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat menjadi alternatif dan penting pelaksanaannya dalam mengurangi perilaku perundungan pada peserta didik. Dengan melakukan teknik sosiodrama peserta didik bukan hanya menerima informasi terkait perundungan tetapi peserta didik juga akan diajak untuk bermain peran untuk melatih kemampuanmu dalam mengurangi perilaku perundungan, meningkatkan rasa empati dan cara berinteraksi yang baik antar peserta didik lainnya di sekolah agar dapat saling merasakan dan menghargai perasaan satu sama lain.

Adapun tahapan-tahapan pelaksanaan dalam teknik sosiodrama ialah sebagai berikut : 1) tahap persiapan dimana Guru BK menjelaskan topik yang akan didramatisasikan, 2) Guru BK menentukan pemain dan membagi peran, 3) peserta didik yang berperan mulai memainkan perannya, 4) peserta didik yang tidak bermain peran menjadi pengamat, 5) setelah kegiatan dramatisasi selesai para peserta didik yang berperan diminta mengungkapkan perasaannya, 6) jika dirasa perlu diadakan pengulangan kegiatan dramatisasi dengan pemeran berbeda dan 7) Guru Bimbingan dan Konseling bersama peserta didik berdiskusi dan mengevaluasi mengenai drama yang telah dimainkan.

Referensi

- Afiyani, I. A., Wiarsih, C., & Bramasta, D. (2019). Identifikasi Ciri-Ciri Perilaku Bullying Dan Solusi Untuk Mengatasinya Di Sekolah. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 5(3), 21–25. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v5i3.2433>
- Afriana, D., Yusmansyah, Y., & Utaminingsih, D. (2014). Upaya Mengurangi Perilaku Bullying Di Sekolah Dengan Menggunakan Layanan Konseling Kelompok. *Alibkin (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 3(2), Article 2. <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/ALIB/article/view/6482>
- Arinata, F. S., Sugiyo, S., & Purwanto, E. (2017). Keefektifan Bimbingan Kelompok Teknik Modeling dan Pengukuhan Positif untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa SD. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 154–158. <https://doi.org/10.15294/jubk.v6i2.21790>
- Dewi, K. (2016). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Perilaku Asertif Siswa Kelas Ix Smp Negeri 25 Semarang Tahun Ajaran 2015/2016* [Thesis]. Universitas Negeri Semarang.
- Dewi, P. Y. A. (2020). Perilaku School Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar. *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(1), 39–48. <https://doi.org/10.55115/edukasi.v1i1.526>
- Fadilah, S. N. (2019). Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 167. <https://doi.org/10.29240/jbk.v3i2.1057>
- Fauziyah, N., & Rusmana, N. (2022). Bimbingan Kelompok Teknik Modeling Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa. *Ristekdik : Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(1), 22–32.
- Hardi, M., Kharis, A., & Aini, N. (2019). Dampak Bullying Terhadap Perilaku Remaja (Studi pada SMKN 5 Mataram). *JlAP (Jurnal Ilmu Administrasi Publik)*, 7(1), 44–55. <https://doi.org/10.31764/jiap.v7i1.775>
- Haryati, A., Wibowo, M. E., & Mulawarman, M. (2017). Model Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Empati Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 28–33. <https://doi.org/10.15294/jubk.v6i1.17431>
- Hasanah, K. N. S. (2021). *Efektivitas Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Sosiodrama Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa* [Thesis, Universitas Pendidikan Indonesia]. http://repository.upi.edu/58593/1/T_PBB_1802481_Title.pdf
- Kurniawan, D. E., & Pranowo, T. A. (2018). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Mengatasi Perilaku Bullying. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 126–135. <https://doi.org/10.52657/jfk.v4i1.499>
- Maemunah, S., & Karneli, Y. (2021). Teknik Role Playing dalam Mengurangi bullying di SMP Muhammadiyah 3 Jakarta. *Prophetic Guidance and Counseling Journal*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.32832/pro-gcj.v2i1.4729>
- Mayasari, A., Hadi, S., & Kuswandi, D. (2019). Tindak Perundungan di Sekolah Dasar dan Upaya Mengatasinya. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 4(3), 399–406. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v4i3.12206>
- Nasution, N. B., & Samosir, S. S. (2021). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Pelaku Bullying Siswa. *Indonesian Counseling And Psychology*, 1(2), 1–7. <https://doi.org/10.24114/icp.v1i2.25765>

PROSIDING
Seminar Antarbangsa Bimbingan dan konseling
Universitas Ahmad Dahlan
Sabtu, 27 Agustus 2022

- Pramono, A. (2013). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Psikodrama Untuk Mengembangkan Konsep Diri Positif. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.15294/jubk.v2i2.2722>
- Pranoto, H. (2016). Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Sma Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara. *Jurnal Lentera Pendidikan Pusat Penelitian Lppm Um Metro*, 1(1), 100–111. <https://doi.org/10.24127/jlplppm.v1i1.108>
- Prasetyawan, H., Wahyudi, A., & Kurniawan, S. J. (2020). Pelatihan Gerakan Anti Perundungan (Gap) Untuk Meningkatkan Nilai Sosial Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Di Wilayah Bantul. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1, SNPPM2020SH-SNPPM2020SH.
- Saputri, N. F. D., & Zuhdi, M. S. (2022). Efektifitas Bimbingan Kelompok Teknik Homeroom Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Pada Remaja. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 5(1), 63–77.
- Saputro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25–32. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Setiyawati, V. (2013). *Efektivitas teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku bullying pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)* [Universitas Negeri Malang]. <http://repository.um.ac.id/id/eprint/2052>
- Widyaningrum, D., & S, V. D. (2016). Penerapan Bimbingan Sosial Berbantuan Metode Sosiodrama Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa Pada Kelas Viii Smp Negeri 1 Bendo Kabupaten Magetan. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), Article 1. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v5i1.270>
- Yandri, H. (2014). Peran Guru Bk/Konselor Dalam Pencegahan Tindakan Bullying Di Sekolah. *Jurnal Pelangi*, 7. <https://doi.org/10.22202/jp.v7i1.155>