

BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *ROLE PLAYING* SEBAGAI ALTERNATIF UNTUK MENGURANGI PERILAKU *BULLYING*

Noerlaela Alfa Rizkie¹⁾, Irvan Budhi Handaka²⁾
Universitas Ahmad Dahlan
noerlaela2000001115@webmail.uad.ac.id

Abstrak

Penelitian ini merupakan kajian literatur yang menjelaskan peran layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran untuk mengurangi perilaku *bullying* dikalangan siswa. Penelitian ini menggunakan *literature review* dari berbagai sumber, termasuk jurnal dan artikel lain yang relevan dengan penelitian ini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji upaya pengurangan perilaku *bullying* siswa melalui penggunaan layanan bimbingan kelompok yang meliputi teknik *role playing*. Teknik bermain peran sangat membantu dalam mengurangi perilaku *bullying* karena siswa dapat bermain peran menjadi orang lain sehingga siswa dapat memahami dan mengetahui dampak negatif yang terjadi pada korban dari *bullying*. Berdasarkan tinjauan literatur, beberapa artikel dan ulasan telah menunjukkan bahwa layanan pembelajaran kelompok bermain peran dapat mengurangi perilaku *bullying* pada siswa.

Kata Kunci: *Bimbingan Kelompok, Teknik Role Playing, Bullying*

1. Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa remaja, dimana remaja ini memiliki perasaan pengendalian diri yang lebih dalam Goleman (dalam Yuliani, 2013) menyatakan bahwa individu memiliki perilaku yang dibentuk oleh emosi. Emosi dasar yang ada pada manusia emosi positif dan emosi negatif. Emosi positif adalah emosi yang diinginkan dan dapat memberikan perasaan, sedangkan emosi negatif adalah kebalikan dari emosi positif, yaitu emosi yang tidak diinginkan dan dapat membuat perasaan tidak nyaman. Emosi negatif adalah situasi dimana diri seseorang merasa tidak nyaman yang dapat mempengaruhi sikap dan juga perilaku pribadi saat berinteraksi dengan orang lain.

Remaja menurut Santrock (dalam Fitriadi, 2016) adalah individu dalam masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa yang melibatkan perubahan biologis, kognitif dan sosio emosional. Remaja pada saat ini sedang mengalami berbagai perubahan akibat proses kompleks dan terlibat dalam tugas-tugas perkembangan pada masa remaja. Contoh masalah yang sering dihadapi oleh remaja antara lain penolakan

dari teman sebaya bahkan kasus *bullying*. Kasus *bullying* yang terjadi dikalangan remaja tidak pernah berhenti. Setiap tahun bahkan setiap bulan selalu ada laporan kejadian *bullying*.

Menurut Kurniawan dan Pranowo (2018) *Bullying* berasal dari kata *bully* yang berarti ancaman, merupakan ancaman terhadap seseorang yang lebih lemah dari pelaku lainnya dan dapat menimbulkan kerugian fisik dan psikis. *Bullying* biasanya dilakukan secara sengaja dengan tujuan untuk menyakiti korban yang terjadi setiap saat. Seperti yang dikatakan oleh Ridgy (dalam Kurniawan dan Pranowo, 2018) bahwa *bullying* adalah keinginan untuk menyakiti yang dapat membuat orang lain menderita. Oleh sebab itu, pelaku *bullying* biasanya melakukan tindakan yang dapat mengakibatkan korbannya terluka.

Perilaku *bullying* lainnya termasuk penghinaan, kritik, penamaan, menendang, memukul, mendorong, mencuri uang dan lain-lain. Menurut Prasetiawan, H., Wahyudi, A., & Kurniawan, S. J. (2020) Perilaku *bullying* dapat terjadi dengan berbagai cara, macam macam *bullying* yang dapat dilakukan diantaranya perundungan secara fisik, verbal dan juga psikologis. *Bullying* secara fisik contohnya seperti menampar, memukul, memalak dan lain sebagainya. *Bullying* verbal contohnya seperti memaki, menghina, mencemooh di depan umum. Sedangkan *bullying* psikologis contohnya seperti mengancam, mempermalukan, mendiamkan dan lain sebagainya. Ketiga macam *bullying* ini dapat terjadi di sekolah ataupun diluar sekolah.

Perilaku *bullying* ini merupakan perilaku yang tidak baik, sebab korban dari *bullying* akan menimbulkan dampak yang cukup serius. Dampak yang dialami oleh korban *bullying* adalah dapat menimbulkan rasa trauma, merasa tidak aman, stress bahkan bisa mengakibatkan depresi hingga berujung bunuh diri. Tak sedikit kasus bunuh diri remaja bahkan anak anak yang disebabkan oleh pelaku *bullying*, kebanyakan diantara mereka memilih bunuh diri karena tidak mampu melawan rasa trauma yang diakibatkan oleh kasus *bullying* yang dialami.

Berdasarkan keadaan tersebut, jelas bahwa perilaku *bullying* dapat berdampak negatif bagi korban. Selanjutnya perilaku *bullying* memiliki peluang yang sangat baik untuk ditiru oleh remaja atau siswa lainnya. Levianti (2008) menyatakan bahwa remaja

cenderung melakukan *bullying* setelah dibully oleh seseorang yang lebih kuat darinya, seperti orang tua, kakak, kakak kelas atau bahkan oleh teman sebaya.

Oleh karena itu, peran bimbingan dan konseling bagi siswa di sekolah sangatlah penting dan sangat diperlukan. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Kurniawan & Pranowo (2018), bahwa bimbingan dan konseling merupakan faktor kunci dalam mengatasi kasus *bullying* disekolah. Untuk itu, penting juga untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling untuk mengatasi *bullying* di sekolah. Isu perilaku *bullying* merupakan isu yang berhubungan dengan pergaulan remaja, karena *bullying* dapat berdampak pada terganggunya hubungan interaksi sosial remaja. Salah satu layanan yang dianggap cocok untuk mengatasi masalah *bullying* ini adalah penggunaan layanan *bimbingan kelompok*.

Menurut Sukardi (Irmayanti, 2018) *bimbingan kelompok* adalah suatu kegiatan kelompok yang dilakukan dengan memberikan informasi untuk mengembangkan perilaku yang baik. Winkel dan Hastuti (dalam Irmayanti, 2018) mengungkapkan *bimbingan kelompok* bertujuan untuk mendukung perkembangan pribadi dan sosial dapat meningkatkan kualitas kerjasama tim. Akibat layanan *bimbingan kelompok* dapat digunakan untuk membantu siswa mengatasi masalah *bullying* dengan menggunakan *teknik bermain peran*.

Menurut Ramayulis (dalam Syarief & Hasibuan, 2013), bermain peran adalah teknik penyajian materi melalui ilustrasi berupa deskripsi dan fakta. Sementara itu, Rahman (2019) menyatakan bahwa bermain peran suatu teknik pembelajaran yang menitikberatkan pada upaya pemecahan masalah antar pribadi, terutama yang berkaitan dengan masalah dalam kehidupan siswa. Hal atau manfaat yang akan diperoleh melalui *teknik bermain peran* ini adalah kemampuan berkerja sama, kemampuan berkomunikasi dan mengungkapkan situasi dalam suatu peristiwa tertentu. Melalui *role play* ini siswa juga berusaha untuk mengeksplorasi hubungan antarmanusia dengan berdiskusi dan kemudian mendemonstrasikannya sehingga siswa dapat mengungkapkan perasaan, sikap, nilai dan strategi pemecahan masalah yang cocok untuk digunakan.

2. Metode

Penelitian yang digunakan adalah kajian literatur atau *literature review*. Studi literatur yang merupakan bagian yang penting dari penelitian, karena literatur sangat dalam membantu memberikan konteks dan makna pada artikel yang sedang dikerjakan. Penelitian literatur juga dapat dinyatakan secara eksplisit sehingga pembaca dapat melihat mengapa peneliti ingin mempertimbangkan masalah yang sedang diteliti. Studi literatur ini mempunyai sifat deskriptif analisis karena isi dari studi ini memberikan deskripsi dan pemahaman bagi pembaca mengenai penelitian yang akan dibahas. Seperti yang dikatakan oleh Afifuddin (dalam Yusuf & Khasanah, 2019) kajian pustaka adalah pembahasan atau pembacaan yang berkaitan dengan suatu topik atau hasil kajian.

3. Hasil dan Pembahasan

Pengertian *Bullying*

Definisi pengganggu *bullying* atau hukum suatu perbuatan yang dilakukan oleh seorang siswa secara perorangan atau sekelompok siswa yang dengan sengaja menyakiti siswa lain secara fisik atau psikis tanpa atau karena alasan yang jelas dan terjadi secara berulang-berulang. Menurut Hermalinda, Deswita dan Elvi Oktarina (2017), *bullying* merupakan respon agresif pada siswa karena adanya perbedaan kekuatan antara pelaku dan korban. Perilaku *bullying* ini sudah dilakukan berkali-kali dan bisa terjadi terus menerus. Andrew Mellor (dalam Fitriadi, 2016) juga menyatakan bahwa *bullying* dapat terjadi ketika individu merasa dirugikan dan diterhina oleh tindakan orang lain, baik secara verbal, fisik maupun psikis akibat perbuatan orang lain dan korban bully takut jika perilaku tersebut terulang kembali.

Wicaksana (dalam Kurniawan & Pranowo, 2018) menyatakan bahwa *bullying* didefinisikan sebagai kekerasan fisik dan juga emosional jangka panjang yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok terhadap orang lain yang tidak berdaya dalam situasi yang dapat menyebabkan mereka merasa tertekan ketika disakiti oleh orang lain.

Faktor *Bullying*

Priyatna (dalam Fitriadi dkk, 2016) menyatakan bahwa ada tiga jenis faktor yang terlibat dalam perilaku *bullying*, yaitu: 1) Faktor yang bersumber dari keluarga, pendidikan yang terlalu keras membuat anak terbiasa dengan suasana umum ancaman dan kekerasan. 2) Faktor yang muncul dari pertemanan, seperti menghadapi anak yang

sering melakukan membully dan menggunakan kekerasan untuk mendapatkan perhatian dari teman sebayanya. 3) Faktor lainnya, seperti meniru intimidasi online, membaca di media sosial, film atau bermain video *game*.

Astuti (dalam Fitriadi dkk, 2016) menyatakan bahwa bullying disebabkan oleh faktor ekstrinsik dan faktor internal. Faktor ekstrinsik meliputi lingkungan sekitar sedangkan faktor internal adalah lingkungan sekolah yang kurang baik, senioritas yang sering terjadi di sekolah dan kepribadian anak itu sendiri.

Berdasarkan beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab dibully meliputi faktor eksternal antara lain keluarga, lingkungan sekolah dan hubungan teman sebaya, selain faktor lain faktor eksternal, faktor internal juga meliputi kepribadian anak.

Bimbingan Kelompok

Kurniawan & Pranowo (2018) menganggap pengajaran bimbingan kelompok sebagai salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dimana dalam praktiknya beberapa siswa atau konselor mendiskusikan suatu masalah yang telah dibimbing dan dikonsultasikan oleh seseorang guru. Masalah akan terpecahkan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yang bermanfaat bagi siswa untuk saling memahami dan mengembangkan keterampilan sosial pribadi, sehingga diharapkan individu dapat saling memahami dengan baik dan dapat berinteraksi bersosialisasi dengan orang lain.

Dewa Ketut (2018) menyatakan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu layanan yang melibatkan banyak siswa untuk memperoleh materi dari berbagai sumber tertentu dan guru bimbingan konseling atau konselor akan membantu siswa untuk menopang keseharian individu sebagai konseli, keluarga dan juga masyarakat serta membantu siswa agar siswa tersebut mampu mengambil keputusan yang menurutnya benar.

Sehubungan dengan hal tersebut, Sukardi (dalam Irmayanti, 2018) menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah kegiatan kelompok yang selenggarakan dengan memberikan informasi dan upaya untuk mengembangkan perilaku yang baik bagi individu atau individu yang dibimbing, individu dapat memecahkan masalah melalui prosedur kelompok.

Berdasarkan definisi dari bimbingan kelompok diatas, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok termasuk dalam layanan bimbingan konseling yang dilaksanakan secara berkelompok untuk memecahkan masalah melalui dinamika kelompok

Teknik *Role Playing*

Role paying adalah game yang memberikan kemampuan kepada pemain peran untuk menggambarkan karakteristik pemain lain yang serupa dengan mereka. Dalam dunia pendidikan, termasuk penerapan teknik bimbingan dan konseling, *role playing* merupakan model pembelajaran yang berlangsung dimana siswa bermain peran dalam kehidupan nyata imajinatif yang bertujuan untuk membantu siswa memahami dan meningkatkan keterampilan pemecahan masalah mereka.

Para ahli mengatakan bahwa teknik *role playing* dipandang sebagai bentuk permainan yang berperan dalam membantu siswa berkembang secara sosial. Dalam teknik bermain peran ini, siswa dapat belajar memahami sudut pandang orang lain.

Tujuan Teknik *Role Playing*

Ginting (2013) menyatakan bahwa bermain peran bertujuan untuk mengembangkan citra diri yang positif, meningkatkan empati, mengendalikan emosi dengan baik, belajar untuk bertanggung jawab

Tahapan *Role Playing*

Ginting (2013) menyatakan bahwa pelaksanaan *role play* melibatkan beberapa langkah, yakni (1) Tahap pemanasan, yaitu fase mengenali kebutuhan untuk belajar bagaimana menghadapi masalah dengan tujuan untuk mendapatkan umpan balik atau jawaban dari anggota kelompok, (2) Pada tahap memilih peserta untuk peran yang akan dimainkan, pemilihan peran dilakukan dengan memilih individu atau siswa yang memiliki karakter yang sama dengan peran yang akan dimainkan, (3) Tahap persiapan, tahap ini dilakukan dengan sedikit perencanaan singkat tanpa dialog atau persiapan naskah, (4) Tahap menyiapkan penonton untuk berpartisipasi dalam *role playing* sebagai pengamat, (5) Tahap inti, pada tahapan ini semua pemain diharapkan dapat memainkan peran sesuai dengan konflik yang sudah ditentukan, dapat mengekspresikan sikap dan juga perasaan sesuai dengan karakter peran yang dibawakan, (6) Tahap diskusi dan juga evaluasi dari pemeran dan penilaian serta diskusi hasil permainan dari penonton setelah

penampilan selesai, (7) Tahap memerankan ulang, maksudnya adalah dengan memberikan kesempatan kepada peserta lain untuk melakukan *role playing*, (8) Tahap mendiskusikan dan juga mengevaluasi pemeran yang kedua, (9) Tahap terakhir adalah mengkaji manfaat dalam kehidupan terkait konflik atau masalah yang dijadikan permasalahan dalam teknik bermain peran.

Dari hasil beberapa penelitian sebelumnya terkait dengan penggunaan teknik *role playing* dalam layanan bimbingan kelompok sebagai alternatif mengurangi perilaku bullying pada siswa, ada yang menunjukkan hasil positif, diantaranya adalah:

No.	Judul	Hasil	Review
1.	“ <i>Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Playing Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Pada Peserta Didik SMP “X” Di Kota Bandung</i> ” (Ganjar Nugraha Adit, Heris Hendriana, Tita Rosita, 2019)	Terjadi perbedaan penurunan skor pada kasus <i>bullying</i> kelompok eksperimen yang awalnya 94,83% berubah jadi 75,6% Sedangkan pada kelompok lainnya hanya terdapat penurunan skor rata rata yang awalnya 76,41% kemudian berkurang sedikit jadi 75,1%. Dari hasil output tersebut dapat dikatakan bahwa nilai sig (2-tailed) ada sebanyak $0,000 < 0,05$, dalam hal ini H_0 ditolak dan H_a diterima. Dari sini disimpulkan rata rata antara hasil pretest dan posttest ada perbedaannya.	layanan <i>bimbingann kelompok teknik role playing</i> bisa menurunkan <i>bullying</i> pada siswa
2.	”Penerapan <i>Teknik Role Playing</i> Dalam Mengurangi Perilaku <i>Bullying</i> Pada Peserta Didik MTs” (Artyarini, Eva Oktapiani, Siti Fatimah , 2018)	Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku <i>bullying</i> menurun berdasarkan perbandingan frekuensi perilaku <i>bullying</i> dikalangan peserta didik yang sudah dibuktikan sebelumnya dengan cara wawancara dan juga observasi yang dilakukan sebelum dan sesudah layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan <i>role playing</i> . Ini menunjukkan bahwa <i>teknik role playing</i> bisa mereduksi perilaku <i>bullying</i> yang ada di MTsS YPMI Wanayasa	Dalam Penelitian sudah dijelaskan bahwa <i>bullying</i> pada siswa sudah mengalami penurunan.
3.	“Pengaruh <i>Teknik Role Playing</i> Pada <i>Bimbingan Kelompok</i> Terhadap Berkurangnya	Penelitian ini menggunakan one group pretest dan posttest design dilakukan dua kali, sebelum dan juga sesudah test	Peneliti melakukan penelitian dengan pretest posttest one group design yang menghasilkan

	Perilaku <i>Bullying</i> Siswa Bermasalah Di SMK Negeri 1 Baru” (Rahman, 2019)	dengan sekelompok responden sebanyak 13 peserta didik. Hasilnya adalah sebelum diberikannya layanan <i>bimbingan kelompok teknik role playing</i> untuk mengurangi <i>bullying</i> berada dikategori yang sedang dan setelah diberikannya layanan <i>bimbingan kelompok</i> menggunakan <i>teknik role playing</i> selama empat kali pertemuan hasilnya terdapat peningkatan pada kategori sangat tinggi. Dapat dikatakan layanan <i>bimbingan kelompok teknik role playing</i> berhasil menurunkan <i>bullying</i> peserta didik SMK Negeri 1 Barru.	kesimpulan <i>teknik role playing</i> bisa digunakan untuk mereduksi adanya <i>bullying</i> dikalangan siswa.
4.	“Penerapan Teknik Role Playing Untuk Menurunkan Perilaku <i>Bullying</i> Pada Remaja” (Faijin, Nurhayati, Nasution, Juanda Mansyur, Sarbudin, 2021)	Dalam Penelitian ini, menggunakan desain pre eksperimen one group pretest posttest design. Data analisis hasil menunjukkan rata rata skor sebelum test 69,85% sedangkan rata rata skor setelah test 56,57%. Nilai T_{hitung} sebesar 2,309% jika digabungkan nilai T_{tabel} diperoleh nilainya sebesar 1,943%. Berdasarkan hal tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik role playing (H_a) bisa digunakan untuk meminimalisir perilaku <i>bullying</i> dikalangan remaja.	Pada penelitian yang dilakukan ini, peneliti menggunakan pre eksperimen one group pretest and posttest design dan hasilnya adalah <i>role play</i> bisa digunakan untuk meminimalisir <i>bullying</i> pada remaja

4. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil beberapa penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa sebelum dan sesudah dimasukkannya teknik bermain peran dalam layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku *bullying* pada siswa terjadi perubahan perilaku siswa terhadap perilaku *bullying*, sehingga dapat dikatakan bahwa layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing* dapat dan efektif untuk mengurangi perilaku *bullying* pada siswa.

Daftar Pustaka

- Artyarini, Eva Oktapiani, Siti Fatimah. (2018). Penerapan Teknik Role Playing dalam Mengurangi Perilaku Bullying Pada Peserta Didik MTS. *Fokus*.
- Faijin, N. N. (2021). Penerapan Teknik Role Playing untuk Menurunkan Perilaku Bullying pada Remaja . *Jurnal Pendidikan STKIP Bima* .
- Ganjar Nugraha Adit, H. H. (2019). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing untuk Mengurangi Perilaku Bullying pada Peserta Didik SMP "X" di Kota Bandung. *Fokus*
- Ginting, R.L . (2013). Efektivitas Bimbingan Melalui Teknik Role Playing untuk Menanggulangi Perilaku Bullying Siswa. *Doctoral Dissertation*. Universitas Pendidikan Indonesia .
- Irmayanti, I. W. (2019). Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Role Playing terhadap Perilaku Bullying Siswa Sma. *Fokus* , 13.
- Rahman, A. (2019). Pengaruh Teknik Role Playing pada Bimbingan Kelompok terhadap Berkurangnya Perilaku Bullying Siswa Bermasalah di SMK Negeri 1 Barru . *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- U.N., L. (2018). Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing terhadap Peningkatan Pemahaman Perilaku Bullying (Penelitian Pada Siswa Kelas X ISI SMA Muhammadiyah 1 Kota Magelang). *Doctoral Dissertation*. Universitas Muhammadiyah Magelang.