

## UPAYA MEREDUKSI PERILAKU PERUNDUNGAN MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK PROBLEM SOLVING

Oktarina<sup>1</sup>, Irvan Budhi Handaka<sup>2</sup>, Rini Siswanti<sup>3</sup>

SMP Negeri 4 Bandar Lampung  
Universitas Ahmad Dahlan  
SMP Negeri 3 Sentolo  
oktarina.vanra@gmail.com

### Abstrak

Perilaku perundungan akan mempengaruhi perkembangan siswa dan akan berdampak pada masa depannya. Oleh sebab itu dilakukan penelitian tindakan bimbingan konseling yang bertujuan untuk mereduksi perilaku perundungan melalui bimbingan kelompok dengan teknik problem solving pada siswa SMP Negeri 4 Bandar Lampung. Metode penelitian ini yaitu penelitian tindakan bimbingan konseling dengan dua siklus. Setiap siklus terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah 8 orang siswa kelas 7 yang pernah melakukan perundungan. Subjek diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang peneliti gunakan yaitu skala perilaku perundungan. Analisis data menggunakan teknik persentase dan dituangkan ke dalam bentuk tabel dan grafik. Hasil penelitian ini menunjukkan perilaku perundungan pada siswa kelas 7 SMP Negeri 4 Bandar Lampung dapat direduksi melalui bimbingan kelompok dengan teknik problem solving. Pada pra tindakan siklus I tingkat perundungan yaitu 78% berada pada kategori tinggi. Setelah siklus II perilaku perundungan menjadi 38.5% yang termasuk pada kategori rendah. Berdasarkan hasil siklus I dan Siklus II diperoleh penurunan perilaku perundungan sebesar 39.5%.

Kata Kunci : Perundungan, Layanan Bimbingan Kelompok, Problem Solving

### Abstract

*Bullying behavior will affect the development of students and will have an impact on their future. Therefore, a counseling guidance action research was conducted which aims to reduce bullying behavior through group guidance with problem solving techniques for students of SMP Negeri 4 Bandar Lampung. This research method is counseling guidance action research with two cycles. Each cycle consists of stages of planning, implementation, observation and reflection. The subjects of this study were 8 7th grade students who had bullied. Subjects were taken using purposive sampling technique. The instrument that the researcher uses is the bullying behavior scale. Analysis of the data using the percentage technique and poured into the form of tables and graphs. The results of this study indicate that bullying behavior in 7th grade students of SMP Negeri 4 Bandar Lampung can be reduced through group guidance with problem solving techniques. In the pre-action cycle I the level of bullying was 78% in the high category. After the second cycle the bullying behavior became 38.5% which was included in the low category. Based on the results of Cycle I and Cycle II, there was a 39.5% decrease in bullying behavior.*

*Keywords: Bullying, Group Guidance Services, Problem Solving*

## PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Pertama merupakan jenjang pendidikan dimana siswanya sedang berada pada fase remaja awal. Pada fase ini perkembangan sosial sangat pesat dan pergaulan mulai meluas. Dalam bergaul bisa terjadi berbagai permasalahan salah satunya perundungan. Perilaku perundungan yang terjadi akan mempengaruhi perkembangan siswa dan akan berdampak pada masa depannya. Menurut Smith dan Thompson (Yusuf & Fahrudin, 2012) Perundungan diartikan sebagai salah satu perilaku yang dilakukan dengan sengaja yang menyebabkan kecederaan fisik dan psikologis yang akan menerimanya (Rahmawati, W. 2021). Hal ini dapat diartikan bahwa perilaku perundungan menimbulkan dampak buruk.

Perilaku perundungan dapat terjadi dengan berbagai cara. Menurut (Prasetiawan, H., Wahyudi, A., & Kurniawan, S. J. 2020) perundungan dapat dilakukan secara fisik, verbal dan psikologis. Perundungan fisik seperti menampar, menimpuk, menjegal, memalak, melempar dengan barang dan sebagainya. Perundungan verbal seperti memaki, menghina, menjuluki,

meneriaki, mempermalukan di depan umum, menyoraki, menebar gosip, menfitnah dan sebagainya. Perundungan psikologis seperti memandang sinis, mengancam, mempermalukan, mengucilkan, mencibir, mendiamkan dan sebagainya. Ketiga jenis perundungan ini dapat terjadi di sekolah maupun diluar lingkungan sekolah.

KPAI pada tahun 2019 mencatat kasus anak sebagai korban perundungan sebanyak 46 orang dan anak sebagai pelaku perundungan sebanyak 51 orang. Untuk tahun 2020 tercatat 76 anak sebagai korban perundungan dan 12 anak pelaku perundungan. Sementara untuk di sekolah perilaku perundungan yang sering terlihat yaitu memanggil teman dengan julukan (labeling) yang tidak bagus, memanggil dengan nama orangtua, menirukan perilaku teman dan mentertawakan hal tersebut, melirik dengan tatapan tajam atau dengan membicarakan ketika teman yang akan dirundung lewat. Selain hal tersebut berdasarkan hasil angket kebutuhan peserta didik diperoleh bahwa sebanyak 43% siswa belum tahu tentang perundungan dan cara mengikapinya.

Guru di sekolah dapat mencegah perilaku perundungan ini agar tidak terjadi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan pemberian layanan bimbingan konseling. Kurniawan & Pranowo (Irma Wulandari & Rima Irmayani, 2019) mengatakan bimbingan dan konseling menjadi pihak yang paling sentral dalam penanganan kasus perundungan. Bimbingan konseling memiliki berbagai layanan yang dapat diberikan kepada siswa dalam upaya mencegah dan mengatasi perilaku perundungan, salah satunya dengan bimbingan kelompok. Oleh sebab itu guru BK perlu melakukan layanan bimbingan kelompok pada siswanya di sekolah.

Bimbingan kelompok menurut (Ana, A., Wibowo, M. E., & Wagimin, W. 2017) merupakan bentuk intervensi layanan kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Dalam kegiatan bimbingan kelompok akan dibahas satu topik yang telah dipilih. Hasil pembahasan ini nantinya yang akan menjadi bahan pembelajaran bagi siswa. Dengan demikian bimbingan kelompok dapat dikatakan sebagai usaha preventif membantu siswa dalam memperkaya persepsi, wawasan, perasaandan pikiran untuk kehidupan yang lebih baik. Bimbingan kelompok ini dapat dilakukan dengan jumlah anggota kelompok 4 sampai 12 orang.

Dinamika dalam pelaksanaan bimbingan kelompok sangat perlu diperhatikan. Dinamika kelompok yang terbangun dengan baik akan menunjang keberhasilan layanan bimbingan kelompok. Problem solving merupakan salah satu teknik yang dapat digunakan dalam meningkatkan dinamika kelompok. Menurut Suharman (Ainur Rosidah, 2016) Problem solving adalah suatu proses mencari dan menemukan jalan keluar terhadap suatu masalah atau kesulitan yang sedang dihadapi dalam kehidupannya. Dengan menggunakan teknik problem solving ini siswa akan mampu menemukan solusi dari permasalahan yang dihadapi dan mampu mengambil keputusan yang tepat. Ratna Kartika Irawati (2014) mengatakan ada empat langkah yang dapat dilakukan dalam melaksanakan problem solving yaitu memahami masalah, merancang solusi, melaksanakan solusi dan meriview. Keempat langkah ini dilakukan berurutan agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai.

Berdasarkan pemaparan di atas mendorong peneliti untuk melakukan penelitian tindakan bimbingan konseling tentang mereduksi perilaku perundungan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving. Penelitian ini bertujuan agar siswa mampu menerapkan perilaku anti perundungan dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga pada akhirnya tidak timbul lagi kasus-kasus perundungan dikalangan siswa.

## **METODE PENELITIAN**

### **Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan. Menurut Arikunto, S. (2021). penelitian tindakan adalah salah satu model penelitian kritis yang dirancang dan dilaksanakan untuk dapat secara langsung memecahkan suatu masalah dan dapat diterapkan secara langsung secara partisipatif di tempat penelitian itu berlangsung. Penelitian tindakan yang digunakan dalam bimbingan konseling disebut penelitian tindakan bimbingan konseling. Pendekatan penelitian ini yaitu kualitatif deskriptif.

### Variabel Penelitian

Ada dua variabel pada penelitian ini yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel terikat yaitu perundungan. Variabel bebas yaitu bimbingan kelompok. Variabel bebas akan mempengaruhi variabel terikat.

### Rancangan Penelitian

Penelitian ini dirancang pelaksanaannya selama satu bulan. Kegiatannya dilakukan pada hari efektif pembelajaran. Adapun pelaksanaannya akan dilakukan secara daring dengan menggunakan aplikasi *zoom*.

### Waktu Penelitian

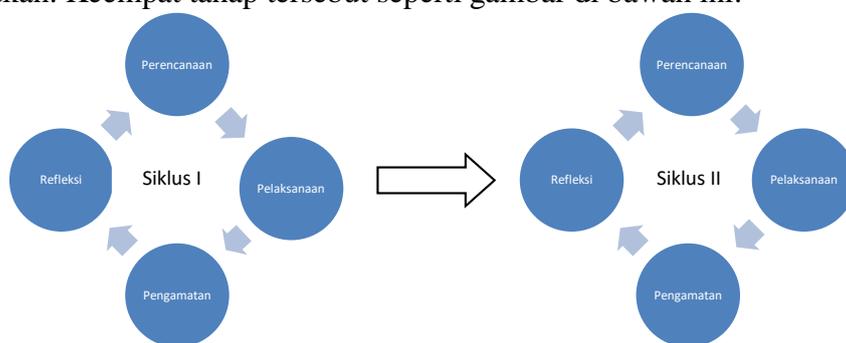
Penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini dilakukan selama kurang lebih satu bulan. Dimulai pada 20 Oktober 2021 sampai dengan 01 Desember 2021. Kegiatan bimbingan kelompok pada siklus I dilakukan pada tanggal 05 November 2021. Kegiatan bimbingan kelompok pada siklus II dilakukan Pada 11 November 2021.

### Tempat Penelitian

Tempat penelitian yang dimaksudkan yaitu lokasi dilakukannya penelitian. Adapun lokasi sekolah siswa yang menjadi subjek penelitian yaitu SMP Negeri 4 Bandar Lampung. Untuk kegiatan dilakukan secara *online* (dalam jaringan).

### Rancangan Kegiatan

Kegiatan dalam penelitian ini dirancang dengan menggunakan dua siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahapan. Tahap pertama yaitu perancangan kegiatan. Tahap kedua pelaksanaan dan tahap ketiga pengamatan. Terakhir yaitu refleksi terhadap kegiatan yang telah dilakukan. Keempat tahap tersebut seperti gambar di bawah ini:



Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan Layanan Bimbingan Konseling

Siklus I membahas apa itu perundungan. Nanti akan dibahas tentang pengertian, bentuk dan faktor penyebab perilaku perundungan. Siklus pertama ini bertujuan agar siswa mampu menganalisis bentuk-bentuk perundungan dan faktor penyebab terjadinya perundungan. Siklus II akan membahas mengenai lingkungan tanpa perundunga. Indikator yang dibahas yaitu dampak terjadinya perundungan dan cara menghadapi perilaku perundungan. Siklus II bertujuan agar siswa mampu membangun sikap anti perundungan dan mengintegrasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

### Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian tindakan bimbingan konseling ini ada dua yaitu skala dan lembar observasi. Skala yang digunakan menggunakan model skala likert dengan lima alternatif jawaban. Skala perilaku perundungan ini bertujuan untuk mengetahui tingkat perilaku perundungan yang terjadi pada anggota kelompok. Observasi dilakukan oleh guru BK selama proses kegiatan bimbingan kelompok berlangsung. Guru BK menggunakan lembar penilaian proses dalam melakukan observasi.

### Teknik Analisis Data

Penelitian tindakan ini menggunakan teknik deskriptif persentase dalam mengemukakan hasil pengukuran. Teknik analisis deskriptif persentase mendeskripsikan tingkat perilaku perundungan yang dilakukan oleh peserta didik. Persentase dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Angka persentase

f = Jumlah frekuensi jawaban responden

N = Jumlah frekuensi

Cara untuk menentukan tingkat kriteria perilaku perundungan adalah sebagai berikut:

Skor maksimal :  $8 \times 5 = 40$

Skor minimal :  $8 \times 1 = 8$

Persentase :  $P = \frac{8}{40} \times 100\% = 20\%$

$P = \frac{40}{40} \times 100\% = 100\%$

Rentang :  $100\% - 20\% = 80\%$

Panjang Interval :  $= \frac{80}{4} \times 100\% = 20\%$

Selanjutnya untuk mengetahui tingkat kriteria perilaku perundungan, skors yang diperoleh peserta didik dapat mengacu pada tabel di bawah ini:

No.	Persentase	Kriteria
1.	$80\% \leq X \leq 100\%$	Sangat Tinggi
2.	$60\% \leq X \leq 80\%$	Tinggi
3.	$40\% \leq X \leq 60\%$	Sedang
4.	$20\% \leq X \leq 40\%$	Rendah

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat mereduksi perilaku perundungan pada siswa kelas 7 SMP Negeri 4 Bandar Lampung. Adapun hasil skala perilaku perundungan pada pra siklus I dan pasca siklus I dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

No	Nama Siswa	Pra Tindakan	Pasca Tindakan	Penurunan (%)
1	KAR	78	57	21
2	MAO	77	60	17
3	MRA	79	63	16
4	MHI	76	59	17
5	NRH	81	55	26
6	YTH	83	73	10
7	ZRP	80	78	2

8	ZKA	69	59	10
	<b>Rata-rata</b>	<b>78</b>	<b>63.125</b>	<b>14.875</b>

Tabel 1. Perbandingan Hasil Skala Psikologi Pra Siklus I dan Pasca Siklus I

Hasil pada pra siklus I berada pada kategori tinggi dan hasil pasca siklus I juga masih berada pada kategori tinggi meskipun telah terjadi penurunan perilaku perundungan.

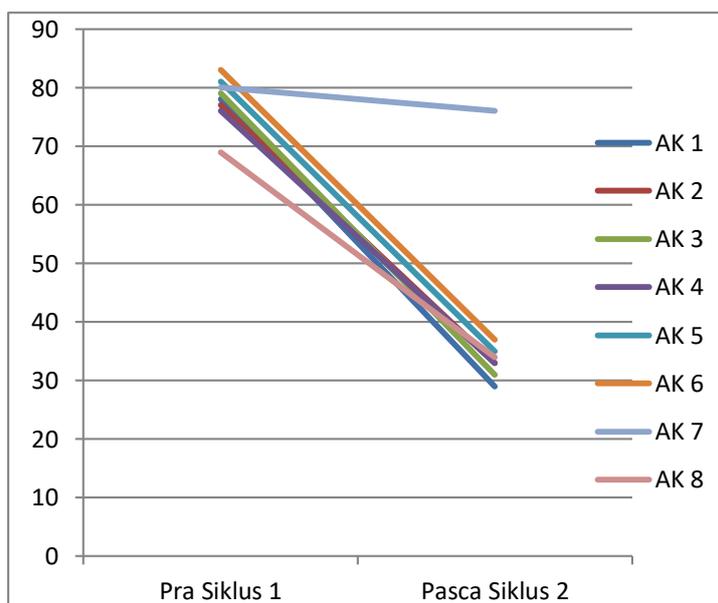
Adapun hasil skala perilaku perundungan pada pra siklus II dan pasca siklus II dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

No	Nama Siswa	Pra Tindakan	Pasca Tindakan	Penurunan (%)
1	KAR	57	29	28
2	M AO	60	33	27
3	MRA	62	31	31
4	MHI	64	33	31
5	NRH	59	35	24
6	YTH	63	37	26
7	ZRP	78	76	2
8	ZKA	59	34	25
	<b>Rata-rata</b>	<b>62.75</b>	<b>38.5</b>	<b>24.25</b>

Tabel 2. Perbandingan Hasil Skala Psikologi Pra Siklus II dan Pasca Siklus II

Hasil pada pra siklus II berada pada kategori tinggi dan hasil pasca siklus II berada pada kategori rendah. Ini menunjukkan adanya penurunan yang cukup signifikan.

Berdasarkan data hasil skala perilaku perundungan yang telah diberikan pada pra siklus 1 dan pasca siklus 2 dapat dibuat grafik penurunan perilaku perundunga sebagai berikut:



## Pembahasan

Penelitian tindakan bimbingan konseling ini menunjukkan hasil bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat mereduksi perilaku perundungan. Tingkat perilaku perundungan sebelum pelaksanaan siklus I yaitu 78% yang termasuk pada kategori tinggi. Pasca tindakan siklus II perilaku perundungan ini turun pada kategori rendah yaitu 38,5%. Hal ini menunjukkan penurunan sebesar 39,5%.

Berikut ini akan dibahas hasil penelitian tindakan layanan bimbingan konseling yang dilakukan guru BK mengenai mereduksi perilaku perundungan melalui bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* pada siswa kelas 7 SMP Negeri 4 Bandar Lampung tahun ajaran 2021/2022. Perilaku perundungan terjadi dalam pergaulan siswa. Perilaku perundungan yang terjadi berupa perundungan verbal, perundungan fisik, perundungan sosial dan perundungan *syber*. Perilaku perundungan ini berdampak pada pelaku dan korban.

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat meningkatkan minat siswa dalam mengikuti kegiatan layanan. Siswa lebih tertarik dan lebih aktif dalam menyampaikan pendapat dan permasalahan yang dibahas dalam bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat meningkatkan pemahaman siswa mengenai perundungan. Siswa lebih memahami bentuk-bentuk perundungan dan dampak perilaku perundungan. Siswa menyampaikan padangan dan pendapat mengenai dampak perilaku perundungan yang mereka pahami dari video yang ditayangkan.

Setelah dilaksanakannya penelitian diperoleh data yang menunjukkan bahwa perilaku perundungan yang dilakukan mengalami penurunan. Pada siklus satu diperoleh hasil pengolahan data tingkat perilaku perundungan masuk pada kategori tinggi yaitu 78%. Setelah dilakukan kegiatan bimbingan kelompok perilaku perundungan menjadi 63,125%. Pasca siklus 1 perilaku perundungan mengalami penurunan perilaku sebesar 14,875%. Meskipun terjadi penurunan namun kategori perilaku perundungan masih berada pada kategori tinggi.

Pada siklus dua diperoleh hasil pengolahan data tingkat perilaku perundungan masih berada pada kategori tinggi yaitu 62,75%. Setelah dilakukan kegiatan bimbingan kelompok dengan topik lingkungan bebas perundungan perilaku perundungan menjadi 38,5%. Pasca siklus 2 perilaku perundungan mengalami penurunan perilaku sebesar 24,25%. Terjadi penurunan sehingga perilaku perundungan menjadi berada pada kategori rendah.

Secara keseluruhan terjadi penurunan perilaku perundungan. Tingkat perilaku perundungan pra tindakan siklus 1 yaitu 78% pada kategori tinggi. Perilaku perundungan pasca siklus dua yaitu 38,5% dan berada pada kategori rendah. Penelitian tindakan ini memperoleh hasil penurunan perilaku perundungan sebesar 39,5%. Jadi dapat disimpulkan bahwa perilaku perundungan dapat direduksi melalui bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* pada siswa kelas 7 SMP Negeri 4 Bandar Lampung tahun ajaran 2021/2022.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Firdian Setiya Arinata yang berjudul keefektifan bimbingan kelompok teknik modelling dan pengukuhan positif untuk mengurangi perilaku bullying siswa SD. Hasil penelitian tersebut menunjukkan ada penurunan perilaku bullying pada kelompok eksperimen 36%, sedangkan ada peningkatan perilaku bullying pada kelas kontrol 0,04%. Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa perilaku perundungan dapat direduksi dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

Adapun keterbatasan dari penelitian ini yaitu dilakukan secara ddaring (dalam jaringan). Masih ada anggota kelompok yang kurang aktif dan kesulitan dalam membentuk kedekatan dalam kelompok. Materi yang diberikan juga terbatas dan tidak semua mengenai perilaku perundungan dapat dibahas karena dibatasi oleh waktu dan tempat. Selain itu juga ada kendala jaringan baik dari anggota kelompok maupun peneliti sebagai pemimpin kelompok. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa kompetensi profesional guru melalui penelitian (Supriyanto, Hartini, Syamsudin, and Sutoyo, 2019).

## SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian tindakan ini yaitu perilaku perundungan dapat direduksi melalui bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* pada siswa kelas 7 SMP Negeri 4 Bandar Lampung tahun ajaran 2021/2022.

### DAFTAR PUSTAKA

- Ana, A., Wibowo, M. E., & Wagimin, W. (2017). Bimbingan kelompok dengan teknik role playing untuk meningkatkan self-efficacy dan harapan hasil (outcome expectations) karir siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 49-53.
- Arikunto, S. (2021). *Penelitian tindakan kelas: Edisi revisi*. Bumi Aksara
- Irawati, R. K. (2014). Pengaruh Model Problem Solving dan Problem Posing serta Kemampuan Awal terhadap Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Sains*, 2(4), 184-192
- Prasetyawan, H., Wahyudi, A., & Kurniawan, S. J. (2020, December). PELATIHAN GERAKAN ANTI PERUNDUNGAN (GAP) UNTUK MENINGKATKAN NILAI SOSIAL PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA DI WILAYAH BANTUL. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat* (Vol. 1, pp. SNPPM2020SH-77).
- Rahmawati, W. (2021). Pengalaman Terjadinya Bulling Yang Berdampak Pada Kesehatan Mental.
- Rosidah, A. (2016). Bimbingan kelompok melalui teknik problem solving untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa terisolir. *Jurnal Fokus Konseling*, 2(2).
- Supriyanto, A., Hartini, S., Syamsudin, S., & Sutoyo, A. (2019). Indicators of professional competencies in research of Guidance and Counseling Teachers. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 53-64
- Yusuf, H., & Fahrudin, A. (2012). Perilaku bullying: asesmen multidimensi dan intervensi sosial. *Jurnal Psikologi Undip*, 11(2).