



## Peningkatan Kesadaran Anti-Bullying Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Nglames Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama

Rifqi Aulia Zahara ✉, Universitas PGRI Madiun

Dahlia Novarianing, Universitas PGRI Madiun

Zaini Imron Susilo, SMA Negeri 1 Nglames

✉ [rifqiaulia906@gmail.com](mailto:rifqiaulia906@gmail.com)

---

**Abstrak:** *Bullying* merupakan suatu tindakan kasar dan intimidatif yang dilakukan secara berkelanjutan yang dilakukan oleh suatu kelompok kepada satu individu tertentu. Praktik *Bullying* sering kali mengincar individu yang dianggap lebih rentan atau berbeda dari kebanyakan individu lainnya dalam lingkungan tersebut. Dengan berkembangnya teknologi di era ini, sangat dibutuhkan kesadaran anti-*bullying* untuk membantu menciptakan lingkungan yang lebih positif, saling menghormati, dan kondusif untuk belajar serta berkembang. Berdasarkan hasil observasi yang telah didapatkan oleh peneliti di SMAN 1 Nglames didapatkan data bahwasanya masih terdapat banyak Peserta didik kelas X yang saling mengejek, mengucilkan serta memanggil temannya menggunakan nama bapak atau orang tuanya. Tujuan pelaksanaan penelitian tindakan ini yaitu untuk meningkatkan kesadaran anti-*bullying* dengan menggunakan bimbingan kelompok metode sociodrama. Adapun metode penelitian yang digunakan adalah PTBK (Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling) dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 1 Nglames pada semester genap tahun ajaran 2023/2024 dengan subjek Peserta didik kelas X D sebanyak 6 orang. Hasil penelitian yang dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa melalui pemberian layanan bimbingan kelompok metode sociodrama dapat meningkatkan kesadaran anti-*bullying* Peserta didik. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan pada setiap siklusnya

**Kata kunci:** Bimbingan Kelompok, Teknik Sociodrama, Kesadaran Anti-*Bullying*

---



## PENDAHULUAN

Pendidikan yaitu satu dari berbagai cara yang dapat menghasilkan perubahan tingkah laku yang diharapkan yaitu perubahan tingkah laku menuju kepada tingkah laku yang lebih baik. Tidak semua perilaku individu merupakan bawaan dari lahir, namun bisa juga perilaku tersebut merupakan hasil dari proses belajar. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku adalah lingkungan sekolah. Oleh karenanya sekolah memiliki peran yang penting untuk membentuk karakter Peserta didik sehingga bisa belajar dengan aman dan nyaman serta memiliki prestasi belajar yang maksimal.

Kenyataannya, pendidikan bukan menjadi usaha yang sederhana, melainkan menjadi suatu kegiatan yang dinamis serta akan menghadapi banyak tantangan. Seiring dengan bermacam-macam informasi yang dapat diakses dengan sangat gampang termasuk oleh Peserta didik sudah mendominasi kehidupan mereka. Selain menimbulkan kemanfaatan, pesatnya perkembangan teknologi juga memberikan dampak negative yang besar. Salah satu contoh dampak negatifnya yaitu Peserta didik sudah menganggap biasa perilaku perundungan/*bullying* meskipun sekedar memanggil teman tidak menggunakan nama aslinya atau menggunakan nama bapaknya. Di sekolah sering ditemukan aksi mengolok-olok/mengejek/menghina temannya, melecehkan baik secara langsung maupun di sosial media, mengintimidasi dan mengucilkan.

Fenomena yang ada tersebut tentu akan menjadi sebuah tantangan besar dalam dunia pendidikan apalagi di era yang semaju ini. Dalam melindungi diri dari perkembangan teknologi dan informasi yang ada yang dapat menggrogoti karakter peserta didik sangat perlu untuk membentuk serta menanamkan karakter-karakter positif kepada peserta didik yang nantinya akan menumbuhkan kedamaian dalam hubungan persaudaraan baik di lingkungan sekolah maupun di luar lingkungan sekolah dan dapat meminimalisir tindakan *bullying* yang sangat rentan terjadi di lingkungan sekolah. Salah satu strategi yang dapat diterapkan yaitu dengan memberikan layanan kepada peserta didik untuk menciptakan kesadaran anti-*bullying* di kalangan peserta didik.

Pada kenyataan yang terjadi di SMA Negeri 1 Nglames yaitu masih banyak tindakan *bullying* terjadi di kalangan Peserta didik khususnya kelas X. *Bullying* yang dominan terjadi adalah *verbal bullying*. Hasil observasi awal peneliti terhadap Peserta didik kelas X masih ada tindakan saling mengejek, mengucilkan serta memanggil temannya menggunakan nama bapak atau orang tuanya.

Di lingkungan sekolah, konselor atau guru BK mempunyai peran penting untuk menumbuhkan serta meningkatkan kesadaran anti *bullying* khususnya di lingkungan sekolah. Hal ini sejalan dengan visi misi bimbingan dan konseling yaitu menciptakan layanan bagi peserta didik (layanan dasar maupun layanan responsif) sehingga peserta didik dapat berkembang sesuai dengan tahapan dan tugas-tugas perkembangannya serta dapat meningkatkan kompetensi yang dimilikinya. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Prayitno (2004:9).

Layanan bimbingan dan konseling yang sangat beragam bertujuan untuk membantu peserta didik mengembangkan potensi yang ada pada dirinya secara maksimal serta membentuk kepribadian yang optimal. Bimbingan konseling menjadi salah satu bagian yang memegang peran penting karena langsung berhubungan dengan aspek pribadi Peserta didik. Memilih teknik bimbingan konseling yang sesuai sangat penting untuk terhadap keberhasilan layanan yang dilakukan. Adapun teknik yang digunakan harus disesuaikan dengan permasalahan, kondisi dan situasi yang ada pada diri konseli. Penggunaan teknik yang tepat sangat mempengaruhi keberhasilan layanan yang diberikan. Teknik pun harus disesuaikan dengan permasalahan yang ada, keadaan konseli, situasi yang dihadapi. Bimbingan kelompok dapat menjadi suatu upaya untuk mengatasi masalah yang dihadapi oleh peserta didik dengan memanfaatkan interaksi dalam dinamika kelompok.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling atau PTBK. PTBK yaitu riset yang dilakukan oleh guru BK dengan tujuan untuk mengatasi permasalahan nyata di dalam kelas (Sugiyono, 2016). Selain bertujuan untuk memecahkan masalah, riset ini juga diusahakan untuk menemukan solusi ilmiah untuk menyelesaikan persoalan melalui tindakan yang dilakukan. Tempat dan subjek PTBK ini dilakukan di SMAN 1 Nglames. Subjek PTBK ini adalah Peserta didik kelas X D, adapun Peserta didik yang termasuk dalam kelompok sejumlah 6 Peserta didik.

Peneliti menggunakan 2 teknik dalam pengumpulan data, yaitu teknik dokumentasi dan observasi. Observasi merupakan aktivitas mengamati dengan tujuan mengambil data dan informasi untuk mengetahui seberapa berpengaruh layanan yang dilakukan. Adapun observasi yang dilakukan ialah observasi partisipatif dimana observer terlibat langsung dalam proses tindakan atau layanan. Observasi ini dilakukan dengan berdasar pada pedoman observasi berupa format daftar cek indicator dan catatan lapangan. Dokumentasi didapatkan dari hasil lembar observasi juga foto-foto selama bimbingan kelompok.

## HASIL PENELITIAN

### Siklus I

Pada siklus I peneliti memberikan tindakan pertama berupa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan metode sosiodrama. Pada awalnya, peneliti menyajikan materi layanan dengan topik “Stop *Bullying*” yang bertujuan untuk memperluas pengetahuan peserta didik mengenai tindakan *bullying* mulai dari pengertian, macam-macam, contoh, dampak yang ditimbulkan dan cara untuk mencegah *bullying*. Kemudian Peserta didik mempraktikkan sosiodrama yang bertema “Panggil aku dengan Namaku!”. Berikut adalah perencanaan pelaksanaan tindakan pada siklus I:

TABEL 1. Pelaksanaan Siklus I

Siklus ke	Topik	Deskripsi Kegiatan	Aspek yang diharapkan untuk meningkat
Siklus I	Stop <i>Bullying!</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Peneliti menjelaskan materi terkait <i>meningkatkan kesadaran anti-bullying</i></li><li>• Mempraktikkan kegiatan sosiodrama : guru BK membagikan naskah sosiodrama kepada peserta didik, kemudian peserta didik melakukan diskusi tentang pembagian tokoh dalam naskah yang ada dengan ketentuan 5 orang menjadi pemeran tokoh dan 1 orang menjadi observer (pengamat) .</li><li>• Melakukan refleksi terkait pembelajaran apa yang didapat dari kegiatan layanan yang telah dilakukan</li></ul>	Kesadaran anti- <i>bullying</i> peserta didik meningkat sehingga akan meminimalisir peserta didik untuk melakukan <i>bullying</i> lagi

Pelaksanaan tindakan siklus I diawali dengan pembukaan, menjalin hubungan yang baik, penjelasan tujuan penelitian tindakan ini dilakukan. Kemudian peneliti mengajak peserta didik untuk melakukan *ice breaking* sebelum masuk pada kegiatan inti. Selanjutnya peneliti mengajak seluruh peserta didik untuk mendiskusikan materi terkait *bullying*. Peneliti juga membagikan lembaran poster yang berisi materi tersebut untuk memudahkan anggota kelompok dalam memahami materi. Peneliti membagikan naskah sosiodrama dan anggota kelompok mendiskusikan pembagian tugas, ada yang menjadi pemain peran dan juga ada yang menjadi pengamat (*observer*). Setelah selesai, peneliti dan anggota kelompok melakukan refleksi atas sosiodrama yang telah dilaksanakan dan mengenai apa yang harus dilakukan agar seluruh anggota kelompok dapat meningkatkan kesadaran anti-*bullying*.

Dalam penyampaian materi layanan, sebenarnya Peserta didik telah memahami sedikit konsep dari *bullying*. Ketika mereka diminta untuk mencurahkan pendapat tentang *bullying*, mereka juga dapat mengungkapkannya dengan bahasa dan pemahamannya sendiri. Ketika mempraktikkan sosiodrama dengan tema “Panggil Aku dengan Namaku!”, Peserta didik sudah cukup baik namun dalam penghayatan peran masih kurang. Di tengah-tengah bermain peran, masih ada Peserta didik yang justru memanggil temannya juga dengan nama julukan. Selama melaksanakan layanan bimbingan kelompok, peneliti melakukan pengamatan dengan menggunakan pedoman observasi yang telah disiapkan sebelumnya yang memuat indikator kesadaran anti-*bullying* (terkhusus *verbal bullying*). Berikut adalah data hasil peningkatan kesadaran anti-*bullying* selama tindakan siklus I :

**TABEL 2.** Indikator Kesadaran Anti-Bullying Siklus I

No	Indikator Kesadaran Anti <i>Bullying</i>	Kriteria	
		Ada	Tidak ada
1	Tidak mengejek atau mencela teman		V
2	Tidak memberi panggilan nama julukan		V
3	Tidak berkata kasar		V
4	Tidak menuduh	V	
5	Tidak memberikan kritikan tajam & menyakitkan	V	

Dari hasil siklus I tersebut, dapat dilihat bahwa tingkat pemahaman dan kesadaran anti-*bullying* Peserta didik sudah ada peningkatan namun tetap harus ada penambahan lagi karena dalam pelaksanaan layanan saja, Peserta didik masih ada yang melakukan tindakan *verbal bullying* yaitu memanggil teman dengan nama julukan. Adapun peningkatan yang ada adalah peserta didik tidak menunjukkan aksi menuduh dan juga tidak memberikan kritikan yang tajam dan menyakitkan ketika ada teman yang melakukan kesalahan pada saat layanan.

## Siklus II

Pada siklus II, aktivitas yang dilakukan tidak begitu berbeda dengan aktivitas yang dilakukan pada siklus I yaitu tindakan bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama. Adapun pembeda antara tindakan pada siklus I dan siklus II adalah pada penambahan materi siklus II tentang bagaimana cara menumbuhkan kesadaran anti-*bullying* dan manfaatnya serta tema sosiodrama yang akan diperagakan. Adapun tahapan pada siklus II adalah sebagai berikut :

**TABEL 3.** Pelaksanaan Siklus II

Siklus ke	Topik	Deskripsi Kegiatan	Aspek yang diharapkan untuk meningkat
Siklus II	Stop <i>Bullying!</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Peneliti menjelaskan materi terkait <i>meningkatkan kesadaran anti-bullying</i></li> <li>Mempraktikkan kegiatan</li> </ul>	Kesadaran anti- <i>bullying</i> peserta didik meningkat

sosiodrama : guru BK membagikan naskah sosiodrama kepada peserta didik, kemudian peserta didik melakukan diskusi tentang pembagian tokoh dalam naskah yang ada dengan ketentuan 5 orang menjadi pemeran tokoh dan 1 orang menjadi observer (pengamat) . Kemudian peserta didik juga melakukan tukar peran

- Melakukan diskusi mengenai pembelajaran apa yang didapat dari kegiatan sosiodrama yang telah dilakukan

Tahapan-tahapan yang dilakukan pada siklus II kurang lebih sama dengan tahapan siklus I. Pelaksanaan tindakan siklus II diawali dengan pembukaan, menjalin hubungan yang baik, penjelasan topik dan tujuan penelitian tindakan ini dilakukan. Kemudian peneliti mengajak peserta didik untuk melakukan *ice breaking* sebelum kegiatan inti. Selanjutnya peneliti mengajak seluruh peserta didik untuk mendiskusikan materi terkait *bullying* dan lebih menekankan pada pemahaman tindakan sadar *antibullying* . Peneliti juga membagikan lembaran poster yang berisi materi tersebut untuk memudahkan anggota kelompok dalam memahami materi. Kemudian peserta didik diberikan naskah sosiodrama yang berbeda dengan siklus I yaitu tema “Jangan Kucilkan Aku, Apa Salahku” dan memeragakannya dengan tanpa melihat naskah . karena ini merupakan sosiodrama peserta didik yang kedua, sehingga mereka bisa memeragakan dengan baik, penghayatan juga lebih baik dan justru mereka mengeksplor sendiri alur ceritanya namun tidak keluar dari tema. Peserta didik juga saling bertukar peran, Berikut adalah hasil peningkatan kesadaran anti-*bullying* selama tindakan siklus II :

**TABEL 4.** Indikator Kesadaran Anti-Bullying Siklus II

No	Indikator Kesadaran Anti <i>Bullying</i>	Kriteria	
		Ada	Tidak ada
1	Tidak mengejek atau mencela teman	V	
2	Tidak memberi panggilan nama julukan	V	
3	Tidak berkata kasar	V	
4	Tidak menuduh	V	
5	Tidak memberikan kritikan tajam & menyakitkan	V	

Dari hasil tersebut diketahui bahwa dengan layanan bimbingan kelompok metode sosiodrama dapat meningkatkan kesadaran anti-*bullying* pada setiap tahapannya dan diharapkan juga masih terus ada peningkatan dan pengembangan. Baik dari materi yang disampaikan maupun berdasarkan naskah sosiodrama dan pemeragaannya, peserta didik telah mampu untuk menunjukkan kesadaran anti-*bullying* sehingga juga terjadi perubahan perilaku yang cukup signifikan pada semua peserta didik. Melalui sosiodrama, peserta didik dapat lebih memahami apa arti empati dan dapat mengerti persepsi orang lain dari sudut pandang yang berbeda. Sehingga dengan menggunakan teknik sosiodrama ini selaras dengan tujuan dari tindakan ini yaitu untuk meningkatkan kesadaran anti-*bullying* peserta didik.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil tindakan bimbingan dan konseling yang telah didapatkan, maka dengan diadakan bimbingan kelompok menggunakan metode sosiodrama bisa diambil kesimpulan bahwa tindakan ini efektif untuk meningkatkan kesadaran anti-*bullying* Peserta didik. Pada siklus I masih terdapat beberapa Peserta didik yang tergolong pada kategori rendah. Hal tersebut dapat dilihat ketika pelaksanaan sosiodrama, masih terdapat peserta didik yang memanggil temannya dengan menggunakan nama julukan dan bahkan menggunakan nama orang tuanya. Padahal sebelumnya pada hari itu juga, telah disampaikan materi mengenai *bullying* dan sudah saling mengungkapkan pendapat terkait hal tersebut. Ketika ada temannya yang salah ketika memeragakan sosiodrama, langsung dicaci maki seakan-akan dia yang paling benar. Sehingga bisa diambil kesimpulan bahwa Peserta didik sudah memahami akan teorinya namun dalam praktiknya masih sangat kurang. Pada siklus II setelah diterapkan bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama (tanpa menggunakan teks) lebih berfokus pada materi meningkatkan kesadaran anti-*bullying* daripada definisi *bullying*. Pada saat penyampaian materi dan diskusi, Peserta didik terlihat sangat antusias karena mereka mulai mengungkapkan hal baik apa yang telah atau pernah mereka lakukan untuk meningkatkan kesadaran anti-*bullying* mereka. Ketika memeragakan sosiodrama (tanpa menggunakan teks naskah), *acting* yang mereka lakukan justru lebih alami dan mengalir serta mereka bisa mengimprove alur cerita yang disediakan namun tidak sampai keluar tema atau topik.

Berdasarkan data dan hasil tindakan bimbingan dan konseling yang telah didapatkan, maka dengan diadakan bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama dapat diambil kesimpulan bahwa tindakan ini efektif untuk meningkatkan kesadaran anti-*bullying* Peserta didik. Hal tersebut selaras dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Tita Astria (2023) yang mengungkapkan bahwasanya pelaksanaan tindakan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat meningkatkan kesadaran peserta didik akan anti-*bullying* secara signifikan. Pada siklus I yang telah dilakukan sudah terjadi peningkatan. Namun hal tersebut semakin menunjukkan peningkatan setelah mendapatkan layanan tindakan pada siklus II.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan yang telah dilakukan dan pembahasan yang sudah dipaparkan dapat ditarik kesimpulan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terbukti efektif untuk meningkatkan kesadaran anti-*bullying* peserta didik khususnya peserta didik kelas X di SMAN 1 Nglames. Penelitian tindakan ini dilakukan selama 2 siklus. Pada siklus pertama, terjadi peningkatan pada beberapa indikator kesadaran anti-*bullying*, yaitu tidak menuduh dan tidak memberikan kritikan yang tajam dan menyakitkan. Di samping itu juga ada indikator yang belum nampak yaitu tidak mengejek atau mencela teman, tidak memberi nama panggilan julukan dan tidak berkata kasar. Dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok masih terdapat peserta didik yang memanggil temannya dengan menggunakan nama julukan atau tidak menggunakan nama aslinya. Sedangkan pada siklus II, seluruh indikator kesadaran anti-*bullying* telah terpenuhi. Dalam memeragakan sosiodrama juga lebih maksimal karena ini merupakan siklus ke II sehingga telah memiliki persiapan yang lebih matang dibandingkan dengan siklus ke I.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, Erina Ayu. (2017). *Pengaruh Metode Sosiodrama Terhadap Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar Inklusi*. Universitas Brawijaya
- Drajat Kurniawan. (2018). *Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Bullying di sekolah*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan: Volume 02 No 01 2018
- Dwiki A.P.(2019). *Pengaruh Bullying Verbal Terhadap Keputusan Menjalin Hubungan*

- Pertemanan pada Siswa Kelas VII SMPN 4 Wates*. Universitas Negeri Yogyakarta
- Nurbaiti, Reni. (2019). *Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Penggunaan Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Rasa Empati pada Pelaku Bullying di SMP Negeri 4 Bandar Lampung*. UIN Raden Intan Lampung
- Prayitno dan Erman Amti. 2015. *Dasar-dasar Bimbingan & Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D, Cetakan ke-24*. Bandung: Alfabeta
- Tita Astria.(2023). *Peningkatan Kesadaran Anti-Bullying Melalui Teknik Sociodrama pada Siswa*. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan : Vol 9 No.2