

INSTRUMEN PENELITIAN
SKALA PERILAKU BULLYING VERBAL SISWA

Peneliti: Fani Ando'

Nama :

Kerlas :

Umur :

Jawaban yang tersedia berupa skala likert yaitu antara 1-5

1. SS : Sangat Sesuai
2. S : Sesuai
3. CS : Cukup Sesuai
4. TS : Tidak Sesuai
5. STS : Sangat Tidak Sesuai

No.	Pernyataan	SS	S	CS	TS	STS
1.	Saya memanggil teman saya dengan sebutan yang berkaitan dengan kondisi fisiknya.					
2.	Saya memberi julukan buruk kepada teman					
3.	Saya memanggil teman dengan sebutan binatang.					
4.	Saya memanggil teman dengan nama asli karena saya menghargai perasaannya teman.					
5.	Saya menggunakan nama orang tua teman sebagai bahan julukan untuk memanggilnya.					
6.	Saya menganggap pemberian julukan kepada teman hanyalah bahan candaan yang tidak perlu dipermasalahkan.					
7.	Saya merasa tidak nyaman ketika melihat teman dipanggil dengan julukan yang merendahkan.					
8.	Saya ikut-ikutan teman lain dalam memanggil seseorang dengan sebutan yang tidak menyenangkan.					
9.	Saya memanggil teman dengan nama yang tidak iya suka.					
10.	Saya menertawakan kesalahan teman sehingga ia merasa malu.					
11.	Saya mencela cara bicara atau penampilan teman di hadapan orang banyak.					
12.	Saya mengejek teman yang mendapat nilai rendah.					

13.	Saya tidak pernah mengolok-olok teman karena saya tahu hal itu dapat menyakiti perasaannya					
14.	Saya mengolok-olok teman yang memiliki latar belakang ekonomi berbeda dengan saya					
15.	Saya mengomentari kekurangan teman di depan umum.					
16.	Saya memberikan semangat kepada teman yang sedang mengalami kesulitan, bukan mengejeknya					
17.	Saya mengejek kekurangan teman saya					
18.	Saya mengucapkan kata-kata yang bertujuan menakut-nakuti teman agar ia mau menuruti keinginan saya					
19.	Saya mengancam teman saat saya tidak suka dengan perilakunya.					
20.	Saya memaksa teman untuk melakukan sesuatu yang saya inginkan.					
21.	Saya mengancam akan mempermalukan teman di depan umum jika ia tidak menurut kepada saya.					
22.	Saya menyelesaikan masalah dengan teman tanpa menggunakan ancaman					
23.	Saya berteriak kepada teman saat saya merasa kesal.					
24.	Saya mengatakan sesuatu yang membuat teman merasa terancam					
25.	Saya menceritakan keburukan teman kepada orang lain meskipun saya tidak tahu kebenarannya					
26.	Saya menyebarkan gosip tentang teman agar ia dikucilkan dari pergaulan di sekolah.					
27.	Saya tidak pernah menyebarkan informasi yang belum tentu benar tentang teman kepada orang lain.					
28.	Saya menyebarkan berita bohong tentang teman demi menjatuhkan reputasinya di lingkungan sekolah.					
29.	Saya selalu memastikan kebenaran suatu informasi sebelum menceritakannya kepada orang lain					
30.	Saya membicarakan rahasia atau aib teman kepada orang lain tanpa sepengetahuan teman tersebut.					

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK

SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2025/2026

SESI 1: Mengenal Bullying Verbal dan Berkomitmen Berubah

A	Jenis Layanan	Konseling Kelompok
B	Bidang Bimbingan	Sosial
C	Topik Layanan	Bullying Verbal
D	Fungsi Layanan	Fungsi Pemahaman dan Pengentasan
E	Tujuan Umum	Peserta didik mampu memahami dan mengurangi perilaku bullying verbal serta membangun hubungan yang lebih sehat dengan teman sebaya melalui layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik.
F	Tujuan Khusus	1. Siswa memahami pengertian, bentuk, dan dampak bullying verbal. 2. Siswa menyadari dampak bullying verbal bagi korban. 3. Siswa merefleksikan perilaku bullying verbal yang pernah dilakukan. 4. Siswa membangun tekad/komitmen awal untuk berubah.
G	Sasaran Layanan	Siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Rembon, Tahun Pelajaran 2025/2026
H	Materi Layanan	Mengenal Bullying Verbal: Pengertian, Bentuk, dan Dampaknya
I	Sumber Materi	Video
J	Waktu	1 X 45 Menit
K	Metode dan Teknik	Konseling Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik
L	Media dan Alat	LCD Proyektor dan Laptop Video UNICEF Indonesia: Berteman dan Bahaya Perundungan (https://youtu.be/86_uuX77hsc) Lembar Refleksi Sesi 1
M	Pelaksanaan	
	Tahap Pembentukan	Konselor menyambut dan menyapa anggota kelompok dengan ramah dan terbuka, serta menyampaikan terima kasih atas kehadiran mereka. Kegiatan diawali dengan doa,

		perkenalan, dan ice breaking singkat. Konselor menjelaskan mengenai konseling kelompok, tujuan kegiatan, serta aturan dan asas-asas konseling kelompok (asas kerahasiaan, kesukarelaan, dan keterbukaan).
	Tahap Peralihan	Konselor menjelaskan ulang secara singkat mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan, yaitu mengenal bullying verbal melalui tayangan video. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan, mengamati suasana dan dinamika kelompok, serta mempersiapkan video dan peralatan yang akan digunakan seperti laptop dan LCD proyektor.
	Tahap Inti	Konselor menjelaskan secara singkat pengertian, bentuk, dan dampak bullying verbal. Konselor menayangkan video model “Berteman dan Bahaya Perundungan” dari UNICEF Indonesia ($\pm 5-7$ menit). Anggota kelompok diminta memperhatikan perilaku dan pesan dalam video tersebut. Setelah tayangan selesai, konselor memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pendapat dan perasaan mereka, misalnya mengenai perasaan korban dan apakah mereka pernah melakukan perilaku serupa. Konselor membantu anggota kelompok mengaitkan refleksi tersebut dengan tekad untuk berubah, kemudian setiap anggota mengisi Lembar Refleksi Sesi 1.
	Tahap Penutup	Konselor mengajak anggota kelompok melakukan refleksi terhadap pengalaman setelah menonton video. Anggota kelompok menyampaikan kesan dan pesan selama mengikuti kegiatan, dan konselor memberikan penguatan terhadap hasil diskusi. Konselor menyampaikan jadwal sesi berikutnya, mengucapkan terima kasih kepada seluruh anggota kelompok, dan kegiatan ditutup dengan doa.
N	Evaluasi Proses	Mengamati keaktifan, perhatian, dan keterbukaan anggota kelompok selama menonton video dan berdiskusi.
	Evaluasi Hasil	Siswa mampu menjelaskan pengertian, bentuk, dan dampak bullying verbal, serta menuliskan satu komitmen perubahan pada Lembar Refleksi Sesi 1.

Rembon, 2026

Guru BK/Konselor

Mahasiswa Peneliti

(Dorce Manan, S.Pd)

(Fani Ando')

NIP.

NIM. 1220229486

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK

SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2025/2026

SESI 2: Belajar Berbicara dengan Cara yang Baik (Komunikasi Asertif)

A	Jenis Layanan	Konseling Kelompok
B	Bidang Bimbingan	Sosial
C	Topik Layanan	Bullying Verbal
D	Fungsi Layanan	Fungsi Pemahaman dan Pengentasan
E	Tujuan Umum	Peserta didik mampu memahami dan mengurangi perilaku bullying verbal serta membangun hubungan yang lebih sehat dengan teman sebaya melalui layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik.
F	Tujuan Khusus	1. Siswa mampu membedakan komunikasi agresif, pasif, dan asertif. 2. Siswa memahami cara menyusun kalimat asertif. 3. Siswa mempraktikkan komunikasi asertif melalui simulasi kartu skenario. 4. Siswa berkomitmen menggunakan komunikasi asertif dalam kehidupan sehari-hari.
G	Sasaran Layanan	Siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Rembon, Tahun Pelajaran 2025/2026
H	Materi Layanan	Komunikasi Asertif sebagai Pengganti Bullying Verbal
I	Sumber Materi	Video
J	Waktu	1 X 45 Menit
K	Metode dan Teknik	Konseling Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik
L	Media dan Alat	LCD Proyektor dan Laptop Video Satu Persen: Komunikasi Asertif (https://youtu.be/B5RIV6BI9v0) Kartu Skenario Simulasi Lembar Tugas Sesi 2
M	Pelaksanaan	

	Tahap Pembentukan	Konselor menyambut dan menyapa anggota kelompok dengan ramah, menanyakan kabar, serta mereview komitmen perubahan yang telah dilakukan pada sesi sebelumnya. Kegiatan diawali dengan doa, dan konselor menjelaskan kembali tujuan serta asas-asas konseling kelompok.
	Tahap Peralihan	Konselor menjelaskan ulang secara singkat mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan, yaitu belajar komunikasi asertif melalui tayangan video dan simulasi. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok, mengamati dinamika kelompok, serta mempersiapkan video dan kartu skenario simulasi yang akan digunakan.
	Tahap Inti	Konselor menayangkan video model “Komunikasi Asertif” dari Satu Persen ($\pm 7-10$ menit). Anggota kelompok diminta memperhatikan contoh komunikasi asertif dalam video. Konselor memberikan kesempatan kepada anggota kelompok mendiskusikan perbedaan antara komunikasi agresif, pasif, dan asertif, kemudian memperkenalkan contoh kalimat asertif. Anggota kelompok mempraktikkan komunikasi asertif melalui simulasi kartu skenario secara berpasangan, dan konselor membantu anggota kelompok menghubungkan latihan tersebut dengan situasi bullying verbal yang mungkin mereka alami atau lakukan.
	Tahap Penutup	Konselor mengajak anggota kelompok berbagi pelajaran yang dipetik dari kegiatan simulasi. Konselor memberikan tugas kepada setiap anggota untuk menggunakan satu kalimat asertif dalam situasi nyata selama satu minggu dan mencatatnya pada Lembar Tugas Sesi 2. Konselor mengucapkan terima kasih, dan kegiatan ditutup dengan doa.
N	Evaluasi Proses	Mengamati partisipasi dan keberanian anggota kelompok dalam diskusi serta simulasi kartu skenario.
	Evaluasi Hasil	Siswa mampu membedakan komunikasi agresif, pasif, dan asertif, serta mempraktikkan minimal satu kalimat asertif yang dicatat pada Lembar Tugas Sesi 2.

Rembon, 2026

Guru BK/Konselor

Mahasiswa Peneliti

(Dorce Manan, S.Pd)

(Fani Ando')

NIP.

NIM. 1220229486

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK

SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2025/2026

SESI 3: Merasakan Perasaan Orang yang Kita Sakiti (Empati)

A	Jenis Layanan	Konseling Kelompok
B	Bidang Bimbingan	Sosial
C	Topik Layanan	Bullying Verbal
D	Fungsi Layanan	Fungsi Pemahaman dan Pengentasan
E	Tujuan Umum	Peserta didik mampu memahami dan mengurangi perilaku bullying verbal serta membangun hubungan yang lebih sehat dengan teman sebaya melalui layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik.
F	Tujuan Khusus	1. Siswa mampu merasakan dan memahami perasaan korban bullying verbal. 2. Siswa menyadari dampak perbuatannya terhadap teman yang pernah disakiti. 3. Siswa mampu menuliskan Surat Empati kepada teman yang pernah disakiti. 4. Siswa menyusun rencana nyata untuk memperbaiki hubungan dengan teman tersebut.
G	Sasaran Layanan	Siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Rembon, Tahun Pelajaran 2025/2026
H	Materi Layanan	Empati terhadap Korban Bullying Verbal
I	Sumber Materi	Film
J	Waktu	1 X 45 Menit
K	Metode dan Teknik	Konseling Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik
L	Media dan Alat	LCD Proyektor dan Laptop Film pendek Serpihan Jejak – Stop Bullying (https://youtu.be/EyAH39OIYZo) Lembar Surat Empati

M	Pelaksanaan	
	Tahap Pembentukan	Konselor menyambut dan menyapa anggota kelompok dengan ramah, kemudian mereview tugas sesi sebelumnya dengan meminta anggota kelompok membagikan pengalaman menggunakan kalimat asertif. Kegiatan diawali dengan doa.
	Tahap Peralihan	Konselor menjelaskan ulang secara singkat mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan, yaitu menumbuhkan empati melalui pemutaran film pendek. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok, mengamati dinamika kelompok, serta mempersiapkan film dan peralatan yang akan digunakan.
	Tahap Inti	Konselor menayangkan film pendek “Serpihan Jejak – Stop Bullying” (±5–8 menit) secara penuh tanpa jeda. Anggota kelompok diminta memperhatikan alur cerita, tokoh, dan pesan dalam film. Setelah film selesai, konselor mengajak diskusi mendalam mengenai perasaan korban bullying dan kemungkinan teman yang merasakan hal serupa akibat perbuatan anggota kelompok. Setiap anggota menuliskan Surat Empati yang ditujukan kepada teman yang pernah disakiti, dan bagi yang bersedia dapat membacakan isinya. Konselor membantu anggota kelompok menyusun rencana nyata untuk memperbaiki hubungan dengan teman tersebut.
	Tahap Penutup	Konselor memberikan penegasan bahwa menghargai orang lain adalah tanda kekuatan karakter. Konselor memberikan tugas kepada setiap anggota untuk melakukan satu tindakan nyata guna memperbaiki hubungan dengan teman yang pernah disakiti. Konselor mengucapkan terima kasih, dan kegiatan ditutup dengan doa.
N	Evaluasi Proses	Mengamati keterlibatan emosional dan keterbukaan anggota kelompok selama menonton film dan menulis Surat Empati.
	Evaluasi Hasil	Siswa mampu menunjukkan rasa empati terhadap korban bullying verbal dan menyusun rencana nyata perbaikan hubungan pada Surat Empati.

Rembon, 2026

Guru BK/Konselor

Mahasiswa Peneliti

(Dorce Manan, S.Pd)

(Fani Ando')

NIP.

NIM. 1220229486

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK

SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2025/2026

SESI 4: Menilai Perubahan dan Janji Bersama

A	Jenis Layanan	Konseling Kelompok
B	Bidang Bimbingan	Sosial
C	Topik Layanan	Bullying Verbal
D	Fungsi Layanan	Fungsi Pemahaman dan Pengentasan
E	Tujuan Umum	Peserta didik mampu memahami dan mengurangi perilaku bullying verbal serta membangun hubungan yang lebih sehat dengan teman sebaya melalui layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik.
F	Tujuan Khusus	1. Siswa mampu menilai perubahan perilaku yang telah terjadi dalam dirinya selama empat sesi. 2. Siswa mampu menyampaikan pengalaman perubahan kepada anggota kelompok. 3. Siswa mampu memberikan apresiasi kepada anggota kelompok lain. 4. Siswa bersedia menandatangani Komitmen Bersama Kelompok Konseling.
G	Sasaran Layanan	Siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Rembon, Tahun Pelajaran 2025/2026
H	Materi Layanan	Evaluasi Perubahan Diri dan Komitmen Bersama
I	Sumber Materi	Video
J	Waktu	1 X 45 Menit
K	Metode dan Teknik	Konseling Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik
L	Media dan Alat	LCD Proyektor dan Laptop Video WhiteHole Indonesia: Hargai & Jaga Persahabatan (https://youtu.be/wFphtoUcSLE) Lembar Evaluasi Diri Kertas Komitmen Bersama
M	Pelaksanaan	

	Tahap Pembentukan	Konselor menyambut dan menyapa anggota kelompok dengan ramah, kemudian mereview tugas sesi sebelumnya dengan meminta anggota kelompok membagikan tindakan nyata yang telah dilakukan. Kegiatan diawali dengan doa.
	Tahap Peralihan	Konselor menjelaskan ulang secara singkat mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan, yaitu menilai perubahan diri dan menyusun komitmen bersama. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok, mengamati dinamika kelompok, serta mempersiapkan video, Lembar Evaluasi Diri, dan Kertas Komitmen Bersama.
	Tahap Inti	Konselor menayangkan video motivasi “Hargai & Jaga Persahabatan” dari WhiteHole Indonesia (± 5 menit). Setiap anggota kelompok mengisi Lembar Evaluasi Diri mengenai perubahan yang telah terjadi selama empat sesi. Konselor memberikan kesempatan kepada setiap anggota untuk menceritakan perjalanan perubahannya di depan kelompok, dan anggota kelompok saling memberikan apresiasi tertulis secara anonim. Konselor mengajak seluruh anggota kelompok menyusun dan menandatangani Komitmen Bersama Kelompok Konseling.
	Tahap Penutup	Konselor memberikan penghargaan atas perubahan yang telah terjadi pada setiap anggota kelompok. Konselor menginformasikan bahwa post-test akan dilaksanakan pada pertemuan berikutnya, mengucapkan terima kasih kepada seluruh anggota kelompok, dan kegiatan ditutup dengan doa serta foto bersama.
N	Evaluasi Proses	Mengamati keterbukaan anggota kelompok dalam menyampaikan evaluasi diri dan keterlibatan dalam penyusunan komitmen bersama.
	Evaluasi Hasil	Siswa mampu mengidentifikasi perubahan perilaku yang telah terjadi dan menandatangani Komitmen Bersama Kelompok Konseling sebagai bentuk tindak lanjut.

Rembon, 2026

Guru BK/Konselor

Mahasiswa Peneliti

(Dorce Manan, S.Pd)

(Fani Ando')

NIP.

NIM. 1220229486