

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Layanan Konseling Kelompok Teknik Sosiodrama

1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok Teknik Sosiodrama

Sebelum membahas pengertian layanan konseling kelompok teknik sosiodrama, peneliti terdahulu membahas definisi layanan konseling kelompok. Menurut Namora Lumongga, Konseling kelompok merupakan upaya bantuan yang bersifat sebagai pemecahan masalah secara kelompok atau bersama-sama dari seorang konselor kepada konseli.¹⁵ Selanjutnya Menurut Edi kurnanto, konseling kelompok adalah proses pemberian suatu bantuan yang dilakukan dalam suasana kelompok, dimana konselor berinteraksi dengan para konseli dalam dinamika kelompok untuk mendukung perkembangan individu serta membantu mereka mengatasi permasalahan yang terjadi.¹⁶ Dengan demikian, konseling kelompok dapat membantu siswa dapat berkembang dan menyelesaikan masalah melalui dinamika kelompok.

Menurut Prayitno, bahwa konseling kelompok tersedia ruang yang lebih luas untuk membantu individu menyelesaikan permasalahannya. Berbeda dengan konseling individu yang manfaatnya hanya diperoleh dari konselor, sedangkan konseling kelompok konseli

¹⁵ Namora Lumongga Lubis, *KONSELING KELOMPOK* (Jakarta: Kencana, 2016).

¹⁶ M. Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok* (Bandung: Alfabeta,Cv, 2017).

memperoleh pemahaman dan dukungan dari anggota kelompok lainnya. Selain itu, dinamika kelompok dapat membantu dalam meningkatkan kemampuan mengendalikan diri, menumbuhkan keberanian, serta dapat mengembangkan keterampilan komunikasi.¹⁷ Hal ini menjadi salah satu keunggulan konseling kelompok, yaitu tidak hanya berfungsi sebagai upaya pemecahan atau penyembuhan masalah, tetapi juga bermanfaat dalam melatih keterampilan komunikasi individu sehingga dapat meningkatkan rasa percaya diri.

Pelaksanaan konseling kelompok melibatkan 4 hingga 12 konseli yang berinteraksi bersama dengan seorang konselor dalam sebuah kelompok. Pelaksanaan ini bertujuan untuk mendukung suatu proses perkembangan individu di berbagai aspek kehidupan.¹⁸ Konseling kelompok juga memberikan ruang bagi para anggota untuk bertukaran pengalaman dan mengambil pelajaran dari sesama, sehingga dapat mempercepat proses penyelesaian masalah serta meningkatkan kemampuan pribadi.

Peneliti selanjutnya membahas tentang pengertian atau definisi dari teknik sosiodrama. Sosiodrama merupakan salah satu teknik yang dikembangkan oleh Jacob L. Moreno sebagai metode tindakan kelompok yang digunakan untuk memahami dan memecahkan berbagai

¹⁷ Ardy Prayitno, *Konseling Kelompok Yang Berhasil* (Ghalia Indonesia, 2017).

¹⁸ M. Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok* (Bandung: Alfabeta, Cv, 2017).

permasalahan sosial melalui bermain peran.¹⁹ Menurut Drajat Edy Kurniawan, sosiodrama merupakan kegiatan yang dilakukan dengan pendiam yang berkaitan erat dengan permasalahan sosial. Sosiodrama juga merupakan suatu teknik mengajar yang dilakukan oleh guru atau konselor dengan memberikan kesempatan kepada siswa-siswa untuk melakukan kegiatan bermain peran tertentu seperti yang terdapat dalam kehidupan masyarakat sosial.²⁰ Sosiodrama merupakan salah satu upaya membantu siswa lebih memahami dan mencegah atau mengantisipasi suatu permasalahan sosial yang timbul yang dari hubungan antar manusia melalui bermain peran.²¹ Dengan demikian, teknik sosiodrama dapat menjadi teknik yang efektif dalam mengembangkan pemahaman sosial serta keterampilan komunikasi siswa.

Merujuk pada uraian di atas, maka dapat dijelaskan bahwa layanan konseling kelompok teknik sosiodrama adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada beberapa konseli atau siswa dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan metode bermain peran untuk membantu memahami dan mengatasi permasalahan sosial yang sedang dihadapi.

¹⁹ Diah Retno Ningsih dan Fatmah K, *Sosiodrama Dalam Pendidikan: Pengembangan Kepercayaan Diri Dan Penyesuaian Diri Siswa* (CV. Nusantara Press Indonesia, 2026).

²⁰ Drajat Edy Kurniawan, "Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku *Bullying* Di Sekolah," *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan* no.02 (2018).

²¹ Kemendikbud, "Pop Bk SMA," *Ditjen Guru Dan Tenaga Kependidikan Kemendikbud* (2016) :1-144.

2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok teknik sosiodrama

Berkaitan dengan pembahasan sebelumnya, peneliti selanjutnya membahas tujuan dari layanan konseling kelompok teknik sosiodrama. Tujuan layanan konseling kelompok pada dasarnya dibedakan menjadi dua, yaitu tujuan teoritis yang berkaitan dengan tujuan umum dicapai melalui konseling, sedangkan tujuan yang kedua yaitu tujuan operasional yaitu harapan anggota dan masalah yang dihadapi oleh anggota kelompok.²²

Dengan demikian, kedua tujuan tersebut saling melengkapi dalam mencapai keberhasilan pelaksanaan layanan konseling kelompok. Selain itu, tujuan tersebut diharapkan dapat membantu anggota kelompok dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Menurut Hengki Yandi, terdapat beberapa tujuan pelaksanaan konseling kelompok,²³ antara lain sebagai berikut :

- a. Membantu menyelesaikan masalah anggota kelompok.
- b. Mengembangkan perasaan, pikiran dan wawasan anggota kelompok.
- c. Anggota kelompok memiliki sikap yang terarah dan bertanggung jawab dalam bersosialisasi dan berkomunikasi.
- d. Membantu anggota kelompok dalam mengubah perilaku.

²² M.Pd. Drs.Rasimin, M.Pd . Muhamad Hamdi, *Bimbingan Dan Konseling Kelompok* (Bumi Aksara, 2018).

²³ Hengki Yandri, Gusti Rahayu, and S Neviyarni, "Kebermaknaan Konseling Kelompok Dalam Menanggulangi Masalah Kehidupan" 4, no. 2 (2022): 59–69.

- e. Anggota kelompok memiliki keterampilan dalam membuat keputusan.

Menurut Bakhrudin All Habsy, tujuan dari konseling kelompok yaitu membantu menyelesaikan permasalahan yang dimiliki siswa, serta membantu perkembangan kemampuan bersosialisasi siswa.²⁴ Selain itu, konseling kelompok juga dapat membantu mengubah perilaku individu ke arah yang lebih baik, seperti meningkatkan rasa percaya diri terhadap diri sendiri maupun orang lain, serta menjadi lebih peka terhadap lingkungan.

Setelah memahami tujuan dari konseling kelompok, adapun tujuan penggunaan teknik sosiodrama dalam layanan tersebut, yaitu membantu siswa/konseli memperoleh pemahaman yang tepat tentang permasalahan sosial yang dialaminya dan dapat mengembangkan keterampilan interaksi sosial yang efektif.²⁵ Menurut Edriani dalam Syalafiah, terdapat beberapa tujuan dari teknik sosiodrama.²⁶ Di antaranya sebagai berikut :

- a. Teknik ini bertujuan agar siswa memahami serta menghargai perasaan orang lain secara mendalam.

²⁴ Bakhrudin All Habsy et al., "Eksplorasi Layanan Konseling Kelompok Dalam Mengembangkan Kreativitas Siswa:Tinjauan Literatur," *Jurnal Penelitian Guru Indonesia* 4 (2024): 1923–1934.

²⁵ Kemendikbud, "Pop Bk SMA."

²⁶ Rima Irmayanti Marinda syalafiah, "Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Komunikasi Interpersonal Siswa Sma," *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)* 3 (2020): 85.

- b. Belajar bertanggung jawab.
- c. Membantu siswa belajar mengambil keputusan dalam situasi kelompok secara spontan.
- d. Mendorong siswa untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan menyelesaikan masalah secara efektif.
- e. Dapat mengatasi rasa malu atau menjadi lebih percaya diri.

Selain pendapat yang telah diuraikan sebelumnya, adapun pendapat Maria yonita mengenai tujuan teknik sosiodrama,²⁷ antara lain:

- a. Siswa berani mengungkapkan pendapat secara lisan atau langsung.
- b. Saling bekerja sama antar siswa
- c. Siswa dapat memberikan tanggapan terhadap pelaksanaan kegiatan sosiodrama yang telah dilakukan.
- d. Melatih siswa bagaimana cara berinteraksi dengan orang lain.

Berdasarkan uraian di atas, dengan menggunakan teknik sosiodrama dalam layanan konseling kelompok bertujuan untuk membantu siswa dalam menyelesaikan masalah, meningkatkan suatu kemampuan siswa untuk bersosialisasi dan berkomunikasi dengan sesama, serta dapat memahami perasaan orang lain. Melalui kegiatan ini, siswa juga dilatih untuk berpikir dalam mengambil keputusan, dan mengubah perilaku siswa agar lebih percaya diri.

²⁷ Maria Yonita Indul and Ayong Lianawati, "Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Efektif Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Kelas X SMA Antartika Sidoarjo" 4, no. 2 (2020): 300–305.

3. Komponen-Komponen Layanan Konseling Kelompok Teknik Sosiodrama

Konseling kelompok adalah metode yang efektif untuk mendukung individu dalam mengembangkan kemampuan diri, dapat menyelesaikan masalah, dan meningkatkan keterampilan sosial melalui interaksi dengan anggota kelompok. Menurut Siti Nurleli terdapat tiga komponen dalam konseling kelompok yang saling berkaitan dengan menunjang keberhasilan proses konseling yaitu pimpinan konseling kelompok atau konselor yang berperan sebagai pengarah kegiatan, anggota konseling kelompok sebagai partisipan yang terlibat aktif dalam pelaksanaan drama, dan dinamika konseling kelompok yang mencerminkan interaksi anggota selama proses kegiatan berikut penjelasan dari komponen-komponen tersebut, selama proses kegiatan.²⁸ Berikut penjelasan dari komponen-komponen tersebut, sebagai berikut :

a. Pimpinan Konseling kelompok

Seorang pemimpin yang sangat penting dalam proses pelaksanaan konseling kelompok. Pemimpin kelompok bertugas membimbing anggota kelompok agar dapat berpartisipasi dan bertindak sesuai dengan tujuan bersama yang telah ditetapkan. Selain itu, pemimpin kelompok diharapkan mampu memberikan respons terhadap berbagai dinamika dan perubahan yang terjadi selama proses konseling berlangsung. Pemimpin kelompok juga berfungsi sebagai

²⁸ Siti, *The World of Counselor: Graflit* (Makassar: Anagraf Indonesia, 2022).

penghubung, pemberi dorongan motivasi, agar proses konseling kelompok dapat berjalan dengan baik dan bermanfaat bagi setiap anggota.

b. Anggota Konseling kelompok

Anggota kelompok adalah salah satu komponen penting dalam pelaksanaan konseling kelompok, karena tanpa adanya partisipasi anggota kelompok tidak akan dapat terbentuk maupun menjalankan fungsinya secara optimal. Jumlah anggota yang dianggap ideal dalam konseling kelompok umumnya sekitar 4 hingga 10 anggota. Setiap individu dalam kelompok memiliki peran yang penting dalam menciptakan suasana yang nyaman serta saling memberikan dukungan antaranggota. Keberhasilan pelaksanaan konseling kelompok sangat dipengaruhi oleh partisipasi aktif, sikap saling menghargai, serta keterlibatan emosional dari setiap anggota kelompok. Oleh karena itu, pemilihan dan pembentukan anggota kelompok yang tepat menjadi langkah awal dalam menentukan keberhasilan proses konseling kelompok.

c. Dinamika konseling kelompok

Proses interaksi dalam konseling kelompok membentuk suasana dan kerja sama antar anggota kelompok untuk mencapai tujuan bersama. Setiap anggota kelompok didorong untuk bersikap terbuka

dalam mengemukakan pendapat, serta terlibat secara aktif agar pelaksanaan konseling kelompok dapat berjalan dengan baik.

Selain komponen-komponen dalam layanan konseling kelompok yang telah diuraikan adapun pelaksanaan layanan teknik sosiodrama menurut Nur'aida yang memiliki beberapa komponen yang mendukung dalam proses pelaksanaannya yaitu komponen manusia (pelaku) yang terdiri dari individu yang berperan dalam kegiatan, komponen prosedur (langkah-langkah) dalam pelaksanaan kegiatan secara sistematis, dan komponen drama berkaitan dengan alur cerita atau skenario.²⁹ Adapun penjelasan mengenai komponen tersebut dalam teknik sosiodrama antara lain:

- a. Komponen manusia (pelaku) : yang melibatkan pemeran (siswa), siswa yang ditunjuk atau menawarkan diri untuk memerankan tokoh-tokoh dalam skenario. Mereka bertugas menghayati peran dan situasi sosial yang dihadapi, penonton, siswa yang tidak mendapatkan peran, namun bertugas mengamati, menghayati, dan menganalisis drama untuk sesi diskusi. Pemimpin (konselor) pihak yang menentukan topik, skenario, membagi peran dan memandu jalannya sosiodrama serta diskusi .

²⁹ Nur'aida, "Implementasi Metode Sosiodrama Dengan Bermain Peran Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Materi Adab Makan Dan Minum," *Jurnal Literasiologi* Vol.4, No. (2020).

- b. Komponen prosedural (langkah-langkah) yaitu menentukan masalah/topik, persiapan (skenario), pelaksanaan, dan tindak lanjut (diskusi dan evaluasi)
- c. komponen drama yaitu tokoh/peran karakter yang dimainkan sesuai dengan skenario, situasi tempat dan suasana masalah sosial tersebut terjadi, dialog percakapan antar peran yang menggambarkan tentang konflik sosial, dan konflik/masalah inti dari sosiodrama, yaitu konflik sosial yang perlu dicari solusinya.

Berdasarkan uraian tersebut, pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama memiliki beberapa komponen-komponen yang saling berkaitan. Pemimpin atau konselor berperan dalam membimbing, memotivasi serta mengarahkan jalannya proses konseling, sekaligus mengatur jalannya kegiatan sosiodrama. Anggota kelompok merupakan komponen penting karena partisipasi aktif, sikap saling menghargai, dan keterlibatan anggota sangat menentukan keberhasilan dalam konseling kelompok maupun pelaksanaan sosiodrama.

Dalam kegiatan ini, anggota dapat berperan sebagai pemain maupun penonton, sehingga terbentuk interaksi yang mendorong dinamika kelompok yang aktif dan terbuka. Selain itu, pelaksanaan teknik sosiodrama juga melibatkan komponen prosedural yang meliputi penentuan topik, persiapan, pelaksanaan, serta diskusi dan evaluasi, serta

unsur drama berupa situasi atau tempat yang mendukung jalannya kegiatan. Dengan demikian, perpaduan antara komponen konseling dan kelompok dan teknik sosiodrama dapat menciptakan proses yang efektif dalam membantu siswa memahami dan mengatasi permasalahan sosial.

4. Tahap-Tahap Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Teknik

Sosiodrama

Dalam Pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik sosiodrama, terdapat beberapa tahapan-tahapan yang perlu dilakukan secara terstruktur untuk mendukung kelancaran proses konseling. Menurut Prayitno terdapat 4 tahapan dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok, yaitu :

- a. Tahap pembentukan, pada tahap pembentukan, terdapat beberapa kegiatan yang dilakukan, diantaranya pembentukan kelompok, penjelasan tujuan kegiatan, aturan kelompok, menjelaskan asas-asas, serta membangun keakraban agar anggota merasa nyaman untuk terlibat dalam kegiatan.
- b. Tahap peralihan pada tahap ini guru BK/ konselor membantu anggota kelompok mengatasi kecanggungan, menumbuhkan rasa aman, serta mendorong kesiapan anggota untuk memasuki tahap kegiatan inti.
- c. Tahap kegiatan, tahap ini merupakan tahap inti dalam konseling kelompok, di mana anggota aktif membahas permasalahan, berdiskusi, dan mencari solusi.

- d. Tahap pengakhiran, merupakan tahap akhir yang bertujuan untuk menutup kegiatan dengan melakukan evaluasi serta penguatan terhadap pemahaman yang telah diperoleh.

Selanjutkan tahap-tahap dalam pelaksanaan sosiodrama menurut Artyarini,³⁰ sebagai berikut :

a. Perencanaan

- 1) Mengidentifikasi kebutuhan siswa, yaitu sikap dan keterampilan apa saja yang harus dimiliki siswa dalam kesehariannya berinteraksi dengan orang disekitarnya.
- 2) Menetapkan tujuan layanan sesuai dengan kebutuhan individu yang belajar atau berkonseling .
- 3) Menemukan materi yang cocok berdasarkan kebutuhan dan tujuan, yang akan digunakan menjadi skenario sosiodrama.
- 4) Pembuatan skenario sosiodrama.
- 5) Perencanaan sosiodrama dan strategi pelaksanaannya.
- 6) Perencanaan evaluasi dan diskusi setelah pelaksanaan sosiodrama.

b. Pelaksanaan. Tahap ini sosiodrama mulai dilakukan oleh siswa, tahap-tahapnya yaitu :

- 1) Guru pembimbing menjelaskan kepada siswa tentang teknik sosiodrama dan kegunaannya dalam menyelesaikan masalah hubungan sosial.

³⁰ Artyarini, "Metode Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok," *Quanta* 3 (2019).

- 2) Guru BK/konselor memulai dengan menguraikan inti cerita dalam sesi sosiodrama sesuai dengan skenario yang telah di disiapkan.
- 3) Guru BK/konselor menentukan kelompok pemain yang terdiri dari beberapa individu yang akan memerankan tokoh-tokoh sesuai dengan kebutuhan dalam skenario.
- 4) Guru BK/Konselor menjelaskan tahapan pelaksanaan sosiodrama mulai dari kegiatan pertama hingga kegiatan selanjutnya sesuai dengan skenario yang telah disusun.
- 5) Guru BK/konselor memberikan arahan kepada kelompok observer atau penonton mengenai tugas yang harus dilakukan. Dengan bimbingan ini, pengamat atau penonton dapat mengetahui proses sosiodrama serta memperhatikan ekspresi emosional, respon verbal, dan gestur tubuh yang muncul selama proses sosiodrama.
- 6) Guru Bk/konselor memimpin kegiatan diskusi bersama seluruh peserta untuk membahas jalannya sosiodrama serta mengambil makna atau pelajaran yang dapat diperoleh dari kegiatan tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas, pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik sosiodrama dilaksanakan melalui beberapa tahapan kegiatan sebagai berikut:

- a. Tahap pembentukan, pada tahap pembentukan terdapat beberapa kegiatan yang dilakukan untuk membangun dasar pelaksanaan

layanan konseling kelompok teknik sosiodrama agar dapat berjalan dengan baik yaitu sebagai berikut:

- 1) Pembentukan kelompok, konselor atau Guru BK membentuk kelompok yang terdiri dari beberapa anggota sesuai dengan jumlah yang sesuai agar pelaksanaan konseling dapat terlaksana
 - 2) Perkenalan anggota, setiap anggota memperkenalkan diri untuk saling mengenal sehingga tercipta hubungan yang lebih akrab dalam kelompok .
 - 3) Penjelasan tujuan kegiatan, konselor atau Guru BK menjelaskan tujuan pelaksanaan konseling kelompok agar anggota memahami arah dan manfaat kegiatan yang akan dilakukan.
 - 4) Penjelasan aturan dan asas-asas dalam kegiatan konseling serta membangun keakraban satu sama lain.
- b. Tahap peralihan adalah tahap penyesuaian anggota kelompok dari kondisi awal menuju kegiatan inti, dimana anggota mulai mengurangi keraguan, meningkatkan keterbukaan, dan mempersiapkan diri untuk berpartisipasi aktif.
- c. Tahap kegiatan merupakan tahap inti dalam layanan konseling kelompok teknik sosiodrama, di mana anggota secara aktif membahas permasalahan yang sedang terjadi. Anggota kelompok memberikan tanggapan terhadap permasalahan yang dibahas. Selanjutnya, teknik

sosiodrama dilaksanakan dengan mengikuti langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) Konselor menjelaskan pengertian dan tujuan sosiodrama agar peserta memahami kegiatan yang akan dilakukan.
- 2) Konselor menyampaikan alur cerita yang akan diperankan dalam kegiatan sosiodrama
- 3) Konselor menentukan pemain dan observer sesuai dengan kebutuhan skenario
- 4) Siswa memerankan tokoh sesuai skenario yang telah ditentukan.
- 5) Observer mengamati jalannya sosiodrama, termasuk ekspresi, sikap, dan interaksi antar pemain.
- 6) Konselor memimpin jalannya diskusi untuk mengevaluasi proses kegiatan dan memahami makna peran yang telah diperankan.

d. Tahap penutup, tahap akhir pelaksanaan yang bertujuan untuk mengakhiri seluruh rangkaian kegiatan. Pada tahap ini, Konselor atau Guru Bk menginformasikan bahwa kegiatan akan segera selesai. Selanjutnya kelompok diberikan kesempatan untuk mengungkapkan kesan, pendapat, serta pengalaman yang diperoleh. selain itu , konselor atau Guru BK memberikan penegasan terhadap pemahaman yang telah diperoleh anggota agar dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Tahap ini diakhiri dengan penutup kegiatan secara keseluruhan.

Tahapan-tahapan ini merupakan bagian dari proses layanan konseling kelompok teknik sosiodrama, Berdasarkan hal tersebut, pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik sosiodrama peneliti dapat mengikuti tahapan-tahapan yang telah diuraikan

B. Perilaku Bullying

1. Pengertian Perilaku *Bullying*

Bullying adalah perilaku berulang yang dilakukan oleh satu individu atau sekelompok individu dengan tujuan merugikan, merendahkan, atau melukai individu lain yang lebih lemah atau kurang berdaya.³¹ Menurut Bimarto bora, *bullying* adalah tindakan agresif berulang yang dilakukan secara sengaja oleh individu atau kelompok terhadap seseorang yang lebih lemah, baik secara fisik, dengan tujuan mendominasi, menyakiti, atau mengucilkan yang dapat terjadi secara langsung maupun melalui media digital.³² Dengan demikian, *bullying* merupakan perilaku yang merugikan dan perlu mendapatkan perhatian serius karena dapat berdampak negatif bagi individu yang terlibat.

Selain itu menurut Olweus Kasumasari mendefinisikan *bullying* sebagai masalah psikososial dengan menghina dan merendahkan orang lain secara berulang-ulang dengan dampak negatif terhadap pelaku dan

³¹ Elen Claudia, *Pendidikan Anti Bullying :Membangun Sekolah Yang Aman Dan Ramah* (Salim Sanjaya Media, 2023).

³² Bimarto Bora, "Analisis *Bullying* Pada Sekolah Menengah: Pengertian, Penyebab, Pencegahan Dan Solusi Penanganan," *DEIKTIS: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra* 5, no. 4 (2025): 5057–5074.

korban *bullying* di mana pelaku mempunyai kekuatan yang lebih kuat dibandingkan korban.³³ Tindakan ini melibatkan penyalahgunaan kekuatan dan di mana korban kesulitan membela diri. Perilaku *bullying* perilaku melibatkan tindakan agresif dimana seseorang atau sekelompok dengan sengaja menyakiti pihak yang lebih yang lebih lemah. Tindakan ini dilakukan dengan sengaja dan berulang kali dilakukan dengan memanfaatkan perbedaan kekuatan antara pelaku dan korban. Korban yang tidak berdaya mengalami dampak buruk, baik pada kesehatan fisik maupun mentalnya. Ketidakmampuan korban untuk membela diri menjadi ciri khas dari tindakan *bullying* ini.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *bullying* merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang oleh individu atau *kelompok* terhadap pihak yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti, merendahkan, atau mendominasi. Tindakan ini melibatkan penyalahgunaan kekuatan, baik secara fisik, verbal, maupun melalui media digital, serta memberikan dampak negatif bagi korban, terutama karena ketidakmampuan korban untuk membela diri

³³ Kusumasari Kartika Hima Darmayanti, "*Bullying* Di Sekolah: Pengertian, Dampak, Pembagian Dan Cara Menanggulanginya," *Pedagogia jurnal ilmu pendidikan* Vol. 17 no (2019): 57.

2. Jenis-jenis *Bullying*

Menurut Prasadha tindakan *bullying* dapat muncul dalam berbagai jenis-jenis yang berbeda, tergantung pada cara pelaku melakukan di lingkungan sekolah.³⁴ Jenis-jenis *bullying* tersebut yaitu :

- a. *Bullying* fisik, seperti melibatkan kontak fisik yang bertujuan menyakiti korban, seperti memukul, menendang, mendorong, atau bentuk kekerasan fisik lainnya yang dapat menimbulkan rasa sakit maupun cedera pada korban.
- b. *Bullying* Verbal, yaitu bentuk *bullying* yang dilakukan dengan menggunakan kata-kata yang menyakiti atau merendahkan korban. Tindakan *Bullying* ini dapat berupa menghina, mencela, mengejek, mengancam, atau memberikan julukan yang bersifat merendahkan menyebarkan gosip sehingga dapat melukai perasaan korban.
- c. *Bullying* Sosial atau relasional, yaitu bentuk *bullying* yang bertujuan untuk merusak reputasi atau hubungan sosial korban, seperti meremehkan, mengucilkan korban dari pergaulan atau memanipulasi pertemanan sehingga korban merasa terisolasi dari lingkungan sosialnya.
- d. *Cyberbullying*, yaitu bentuk *bullying* yang terjadi melalui media digital atau internet, tindakan ini melibatkan penggunaan teknologi, seperti

³⁴ D.A. Prasadha, *Stereotip, Diskriminasi, Dan Bullying Dalam Masyarakat* (Yogyakarta: Meraki Pustaka, 2025).

media sosial atau pesan elektronik, untuk menyebarkan informasi palsu, penghinaan, atau konten yang memalukan tentang seseorang.

Selain itu, Christofoora juga menjelaskan bahwa *bullying* terdiri atas beberapa jenis,³⁵ yang dapat diuraikan sebagai berikut :

- a. *Bullying* fisik merupakan bentuk *bullying* yang paling mudah dikenali karena melibatkan kontak fisik secara langsung antara pelaku dan korban. Tindakan yang termasuk dalam *bullying* fisik antara lain memukul, menendang, menampar, mencekik, menggigit, menggaruk, meludah, serta merusak dan menghancurkan barang-barang milik korban.
- b. *Bullying* verbal merupakan bentuk *bullying* yang paling sering terjadi dan mudah terlihat. Bentuk *bullying* verbal meliputi penggunaan kata-kata yang bertujuan menyakiti dan merendahkan korban. Seperti memberikan julukan tidak pantas, mencela, memfitnah, menghina, memberikan kritik yang bersifat kejam, melakukan pelecehan verbal , menyebarkan gosip, serta membuat tuduhan palsu.
- c. *Bullying* relasional /sosial merupakan bentuk *bullying* yang sulit dideteksi karena tidak melibatkan kekerasan fisik maupun kata-kata secara langsung. *Bullying* ini dilakukan dengan cara merusak hubungan sosial korban, seperti mengucilkan, mengabaikan, atau

³⁵ Christofoora K., *Mengenal Jenis-Jenis Bullying Dan Bagaimana Mencegahnya* (Penertbit Andi, 2024).

menghindari seseorang secara sengaja dengan tujuan melemahkan harga diri korban. Contohnya pandangan sinis, ekspresi menghina, tawa mengejek, serta bahasa tubuh merendahkan .

- d. *Cyberbullying* atau *bullying online* merupakan bentuk *bullying* yang dilakukan dengan melalui media digital. Tindakan ini seperti penghinaan, pelecehan, pemerasan, maupun penyebaran informasi pribadi korban tanpa izin, yang bertujuan untuk menyakiti korban secara psikologis.

C. Dampak Perilaku *Bullying*

Tindakan *bullying* dapat menimbulkan dampak yang serius, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Sehubungan dengan hal tersebut, dampak *bullying* tidak hanya mempengaruhi korban, tetapi juga memberikan dampak negatif pada pelaku. Menurut Fazli Abdillah bahwa dampak bagi pelaku *bullying* diantaranya antara lain: rendahnya empati, perilaku sosial yang kurang baik, serta mudah marah dan sulit mengendalikan emosi. Sementara itu, dampak bagi korban yaitu mengalami kekerasan secara fisik, trauma berkepanjangan, menurunnya hasil belajar, kesulitan dalam bersosialisasi serta terganggunya kondisi mental.³⁶ Kondisi tersebut dapat menunjukkan bahwa perilaku *bullying* mempengaruhi perkembangan kepribadian dan kesehatan mental baik korban maupun

³⁶ Fazli Abdillah, "Dampak *Bullying* Di Sekolah Dasar Dan Pencegahannya," *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan* Vol.2 No.1 (2024): 105.

pelaku. Selain itu, menurut Siti Nur Elisater terdapat berbagai dampak yang ditimbulkan oleh perilaku *bullying*, baik terhadap korban maupun pelaku,³⁷ yang dapat diuraikan sebagai berikut :

1. Bagi korban

Korban *bullying* akan sering mengalami rasa takut, cemas, dan tidak nyaman berada di lingkungan sosialnya. Selain itu, *bullying* juga berdampak pada penurunan hasil belajar akademik karena korban sulit berkonsentrasi dalam mengikuti proses pembelajaran. Korban *bullying* juga cenderung merasa kesepian, serta kesulitan dalam menjalin hubungan pertemanan dengan orang lain. Dampak yang lebih serius adalah menurunnya kesehatan mental korban, seperti munculnya perasaan rendah diri, stres, hingga depresi.

2. Bagi Pelaku

Tindakan *bullying* tidak hanya menimbulkan dampak bagi korban, tetapi juga memberikan dampak terhadap perilaku pelaku *bullying* seperti kurang empati sehingga kurang memahami serta merasakan perasaan yang dialami oleh korban. Selain itu, pelaku juga sering menunjukkan sifat yang keras dalam melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Kondisi tersebut membuat pelaku lebih mudah bersikap agresif dan cenderung menyelesaikan masalah

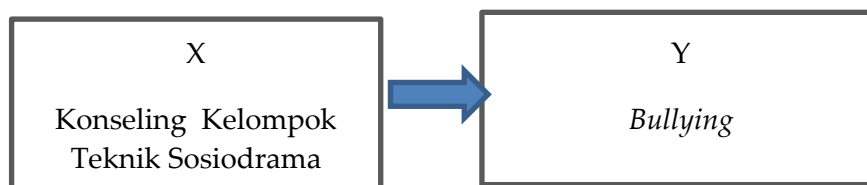
³⁷ Siti Nur Elisa Lusiana, "Dampak *Bullying* Terhadap Kepribadian Dan Pendidikan Seorang Anak" Vol.10, No (2022): 345.

dengan cara yang tidak tepat. Pelaku *bullying* juga sering mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi, sehingga ketika menghadapi situasi tertentu mereka mudah marah dan bertindak impulsif tanpa mengetahui dampak dari tindakannya.

D. Kerangka Berpikir

Bullying merupakan salah satu permasalahan yang sering terjadi di lingkungan sekolah yang memberikan dampak negatif terhadap perkembangan sosial dan emosional siswa. Hasil dari pengamatan di SMA Kristen Makale kelas X.D, ditemukan masih ada perilaku *bullying* yang terjadi di antara siswa. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui layanan konseling kelompok teknik sosiodrama. Teknik sosiodrama memberikan kesempatan kepada siswa untuk memainkan peran dalam suatu situasi sosial tertentu sehingga dapat memahami dampak perilaku *bullying* serta menumbuhkan sikap empati terhadap orang lain. Keunggulan teknik ini mampu menciptakan suasana aktif dan memberikan pengalaman langsung kepada siswa

Gambar II. 1. Kerangka Berpikir



E. Hipotesis

Hipotesis adalah dugaan awal atau jawaban sementara atas rumusan masalah yang telah dirumuskan sebelumnya. Karena itu, dasar utama dalam menyusun hipotesis adalah kerangka berpikir yang telah dibangun. Maka dirumuskan hipotesis penelitian sebagai jawaban sementara terhadap rumusan masalah yang diuji kebenarannya melalui analisis data penelitian. Hipotesis dalam penelitian ini terdiri dari hipotesis H_0 dan H_1 .³⁸ Yaitu sebagai berikut :

H_0 :Tidak terdapat pengaruh layanan konseling kelompok teknik sosiodrama terhadap perilaku *bullying* siswa kelas X.D SMA Kristen Makale.

H_1 : Ada pengaruh layanan konseling kelompok teknik sosiodrama terhadap perilaku *bullying* siswa kelas X.D SMA Kristen Makale.

³⁸ "KTI IAKN-TORAJA," 2022.