

KEEFEKTIFAN TEKNIK SOSIODRAMA DALAM MENGURANGI BULLYING VERBAL PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

Selina Damayanti^{1*}, Dewi Masyitoh², Ade Irma Noviyanti³

Universitas PGRI Argopuro Jember^{1*,2,3}

) Corresponding author, email: selinadamayanti0@gmail.com^{1}, masyitoh.ahlul@gmail.com², noviyanti.irma.ade@gmail.com³

ABSTRACT

This study aims to examine the effectiveness of sociodrama techniques in reducing verbal bullying among seventh-grade students at SMP Negeri 1 Kalibaru. The study employed a quantitative approach with a one-group pretest-posttest design, involving six students identified as engaging in verbal bullying as participants. Verbal bullying behavior was measured using a validated and reliable scale, while the intervention was conducted through group counseling sessions using sociodrama over six meetings. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test to determine the significance of changes between pretest and posttest scores. The results showed a decrease in the average bullying score from 84.5 to 62.5, with all students exhibiting improved behavior, indicating the effectiveness of sociodrama techniques in reducing verbal bullying. These findings provide significant implications for the development of school counseling services, particularly in addressing aggressive verbal behavior and enhancing students' socio-emotional skills.

Keywords

sociodrama technique, verbal bullying, junior high school students.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik sosiodrama dalam mengurangi perilaku bullying verbal pada siswa kelas VII-G di SMP Negeri 1 Kalibaru. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain one-group pretest-posttest, melibatkan enam siswa yang teridentifikasi melakukan bullying verbal sebagai sampel. Pengukuran perilaku bullying verbal dilakukan melalui skala yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, sementara perlakuan diberikan dalam bentuk layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama selama enam sesi. Analisis data dilakukan menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test untuk menguji signifikansi perubahan skor pretest dan posttest. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor bullying verbal siswa menurun dari 84,5 menjadi 62,5, dengan semua siswa menunjukkan perbaikan perilaku, yang mengindikasikan efektivitas teknik sosiodrama dalam mengurangi bullying verbal. Temuan ini memberikan implikasi penting bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, terutama dalam menangani masalah perilaku agresif verbal dan meningkatkan keterampilan sosial-emosional siswa.

Kata Kunci

teknik sosiodrama, bullying verbal, siswa SMP.

Cara mengutip: Damayanti, S., Masyitoh, D., & Noviyanti, A. I. (2025). Keefektifan Teknik Sosiodrama Dalam Mengurangi Bullying Verbal Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 12(2), 167-177. <https://doi.org/10.29407/nor.v12i2.25609>

PENDAHULUAN

Bullying merupakan salah satu bentuk perilaku agresif yang masih sering ditemukan di lingkungan sekolah, dengan dampak yang bisa sangat merusak baik bagi korban maupun pelaku. Bullying tidak hanya melibatkan kekerasan fisik, tetapi juga bisa berbentuk psikologis yang lebih sulit dikenali, seperti bullying verbal. Bullying verbal merujuk pada penggunaan kata-kata yang menyakitkan untuk merendahkan, mengejek, atau mengintimidasi seseorang, dengan tujuan untuk menciptakan perasaan inferior pada korban. Penelitian mengenai bullying verbal penting untuk dilakukan karena dampaknya yang mendalam, yang tidak hanya memengaruhi kondisi emosional korban dalam jangka pendek tetapi juga dapat berlanjut hingga dewasa. Hal ini mengarah pada penurunan kesejahteraan mental dan sosial anak yang dapat memengaruhi kehidupan mereka di masa depan. Fenomena ini semakin diperparah dengan adanya cyberbullying yang memberikan dampak serius bagi korban, baik dalam hal kesehatan mental, harga diri, serta keselamatan mereka (Efruan et al., 2024). Dalam konteks ini, penerapan teknik sosiodrama dapat menjadi alternatif yang efektif dalam menangani perilaku bullying verbal di sekolah (Mukhlis et al., 2020).

Bullying verbal dapat didefinisikan sebagai perilaku agresif yang dilakukan dengan kata-kata untuk menyerang, merendahkan, atau menyakiti perasaan orang lain. Jenis-jenis bullying verbal antara lain *name-calling* (pemberian julukan yang merendahkan), *taunting* (mengolok-olok atau mengejek), *belittling* (meremehkan), *cruel criticism* (kritikan yang kejam), *personal defamation* (fitnah pribadi), *racist slurs* (menghina ras atau etnis), dan *sexually suggestive remarks* (ucapan yang bersifat seksual). Menurut Afriani & Afrinaldi (2023), bullying verbal adalah bentuk agresi yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang oleh individu atau kelompok yang memiliki kekuatan terhadap individu yang lebih lemah dengan tujuan untuk menyakiti, menekan, atau menyinggung korban. Meskipun sering tidak meninggalkan tanda fisik, bullying verbal dapat memiliki dampak psikologis yang sangat serius bagi korban, yang kadang-kadang lebih sulit untuk dikenali dibandingkan dengan bullying fisik. Lebih jauh lagi, perundungan verbal tidak hanya memengaruhi psikologis korban, tetapi juga dapat menurunkan kemampuan empati mereka (Maulany et al., 2022). Penelitian menunjukkan bahwa korban bullying verbal sering kali mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial, merasa takut untuk pergi ke sekolah, dan cemas saat harus berinteraksi dengan orang lain (Maulany et al., 2022).

Fenomena bullying verbal sangat nyata di banyak sekolah, termasuk di SMP Negeri 1 Kalibaru, di mana berbagai bentuk penghinaan dan ejekan terjadi hampir setiap hari. Di sekolah ini, ejekan sering kali berkaitan dengan penampilan fisik, status sosial, dan latar belakang keluarga siswa. Sebagai contoh, siswa dengan penampilan fisik yang dianggap tidak sesuai dengan standar kecantikan atau ketampanan sering menjadi sasaran ejekan, demikian juga siswa yang berasal dari keluarga dengan status sosial atau ekonomi yang berbeda. Ejekan semacam ini sering kali berfungsi sebagai alat untuk memisahkan dan menstigmatisasi siswa yang dianggap berbeda. Tindakan ini tidak hanya menyebabkan ketidaknyamanan sosial tetapi juga mengganggu proses pembelajaran, di mana beberapa siswa merasa terintimidasi atau takut untuk berinteraksi dengan teman-teman sekelas mereka. Akibatnya, siswa yang menjadi

korban bullying verbal cenderung menghindari sekolah, atau bahkan mengurangi partisipasi mereka dalam kegiatan sekolah. Hal ini sesuai dengan temuan yang mengungkapkan bahwa perundungan verbal dapat mengakibatkan penurunan motivasi belajar dan meningkatkan tingkat absensi di kalangan siswa yang menjadi korban (Efruan et al., 2024).

Dampak dari bullying verbal sangat luas dan dapat dirasakan oleh korban dalam jangka panjang. Salah satu dampak psikologis yang paling sering muncul adalah perasaan tidak aman. Korban bullying verbal sering merasa bahwa mereka tidak dihargai atau diterima dalam kelompok mereka, yang dapat menimbulkan perasaan terisolasi dan cemas. Selain itu, rendah diri adalah dampak lain yang sering terjadi. Siswa yang menjadi korban bullying verbal dapat kehilangan kepercayaan diri mereka, merasa tidak berharga, dan menjadi lebih mudah terpengaruh oleh kritik negatif dari orang lain. Seiring waktu, hal ini dapat berdampak pada kualitas kehidupan sosial dan akademik mereka. Selain itu, menurut penelitian oleh Maulany et al. (2022), bullying verbal sering kali mengarah pada gangguan kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan dalam kasus ekstrim, dapat meningkatkan keinginan untuk menyakiti diri sendiri atau berpikir untuk bunuh diri (Maulany et al., 2022).

Dampak yang lebih serius dari bullying verbal adalah penurunan prestasi akademik. Siswa yang sering mengalami bullying verbal merasa tertekan dan tidak nyaman dalam lingkungan belajar mereka. Kondisi ini mengganggu konsentrasi mereka saat belajar dan menyebabkan ketegangan dalam hubungan sosial di sekolah. Penelitian menunjukkan bahwa siswa yang menjadi korban bullying verbal memiliki kecenderungan untuk mengalami penurunan motivasi belajar dan performa akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan rekan-rekan mereka yang tidak menjadi sasaran bullying (Coloroso, 2005). Selain itu, siswa yang mengalami bullying verbal juga lebih rentan terhadap gangguan kesehatan mental, seperti depresi dan kecemasan. Dalam kasus yang lebih parah, beberapa siswa mungkin mengalami keinginan untuk menyakiti diri sendiri atau bahkan berpikir untuk bunuh diri. Oleh karena itu, intervensi untuk menangani bullying verbal harus melibatkan berbagai pihak, termasuk guru, konselor, siswa, dan orang tua, dengan tujuan menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan mendukung perkembangan sosial-emosional siswa (Efruan et al., 2024; Maulany et al., 2022).

Faktor penyebab bullying verbal di sekolah sangat beragam, termasuk pengaruh lingkungan keluarga, teman sebaya, dan media. Rahmah & Purwoko (2020) menyatakan bahwa hubungan keluarga yang tidak harmonis dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi terjadinya bullying verbal, di mana anak yang melihat kekerasan atau perilaku merendahkan di rumah cenderung meniru perilaku tersebut di luar rumah. Selain itu, pengaruh teman sebaya juga sangat besar. Banyak anak yang terpengaruh oleh kelompok teman-teman mereka yang menganggap bullying sebagai hal yang wajar atau bahkan lucu. Levianti (2008) menambahkan bahwa anak yang menjadi korban bullying verbal di rumah atau lingkungan sosial yang lebih besar sering kali mengulang perilaku tersebut dengan tujuan untuk merasa lebih kuat atau lebih berkuasa. Media juga memainkan peran dalam membentuk persepsi anak terhadap norma sosial dan hubungan antar individu, yang bisa memperburuk atau meredakan perilaku bullying. Fenomena cyberbullying semakin memperburuk kondisi ini, memperkenalkan

bentuk baru dari perundungan yang berdampak pada kesejahteraan mental siswa secara signifikan (Efruan et al., 2024).

Salah satu pendekatan yang efektif untuk mengurangi bullying verbal adalah sosiodrama, yaitu teknik yang memungkinkan siswa untuk memainkan peran dalam situasi sosial yang relevan. Sosiodrama memberi kesempatan kepada siswa untuk mengalami secara langsung peran dan situasi yang dihadapi oleh korban bullying, yang pada gilirannya meningkatkan empati dan pemahaman mereka terhadap dampak perilaku tersebut. Romlah (2013) menjelaskan bahwa sosiodrama adalah sebuah teknik yang melibatkan permainan peran dengan tujuan untuk memecahkan masalah sosial, seperti bullying, yang sering terjadi dalam hubungan interpersonal. Dengan mengikuti teknik ini, siswa dapat belajar cara berkomunikasi secara positif, mengatasi perbedaan, dan menyelesaikan konflik secara konstruktif.

Sosiodrama terbukti sebagai pendekatan yang efektif dalam mengurangi bullying verbal di sekolah. Teknik ini memberikan kesempatan bagi siswa untuk berperan langsung dalam situasi yang dihadapi oleh korban bullying, sehingga mereka dapat merasakan dampak perilaku negatif tersebut secara langsung. Hal ini sangat penting dalam mengembangkan empati dan meningkatkan pemahaman siswa terhadap perasaan orang lain. Penelitian yang dilakukan oleh Handoko, Rahmawati, dan Mawaddati (2024) menunjukkan bahwa teknik sosiodrama berhasil mengurangi perilaku bullying verbal pada siswa di SMP Negeri 1 Glenmore, dengan penurunan signifikan pada perilaku bullying verbal yang diukur menggunakan skala pengukuran sebelum dan sesudah treatment ($p = 0.018$).

Selain itu, Puspita, Hartanti, dan Mufidah (2023) juga mengungkapkan keberhasilan teknik sosiodrama dalam mengurangi perilaku cyber bullying di kalangan remaja. Penelitian mereka menunjukkan bahwa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, terjadi peningkatan signifikan dalam regulasi emosi dan interaksi sosial siswa, yang berdampak pada pengurangan perilaku bullying, baik verbal maupun di media sosial. Hasil ini menegaskan bahwa sosiodrama bukan hanya efektif dalam menangani bullying verbal tetapi juga dapat diterapkan untuk masalah sosial lainnya, seperti cyber bullying. Lebih jauh lagi, penelitian oleh Lubis, Elita, dan Afriyati (2017) menunjukkan bahwa sosiodrama juga membantu meningkatkan kemampuan regulasi emosi siswa, yang sangat penting dalam mencegah perilaku bullying. Dengan memfokuskan pada dinamika sosial dan empati antar siswa, sosiodrama memberi siswa kesempatan untuk mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik, yang pada akhirnya mengurangi keinginan untuk melakukan bullying terhadap teman sebaya mereka.

Melalui penerapan sosiodrama, siswa tidak hanya belajar tentang konsekuensi perilaku negatif tetapi juga diberikan ruang untuk menciptakan solusi dan memperbaiki cara berinteraksi secara lebih positif. Hasil-hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa sosiodrama adalah teknik yang efektif dalam mengurangi perilaku bullying verbal, meningkatkan empati, dan memperkuat regulasi emosi siswa, yang merupakan kunci untuk menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan inklusif.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa efektif teknik sosiodrama dalam mengurangi perilaku bullying verbal di kalangan siswa SMP Negeri 1 Kalibaru. Teknik ini diharapkan dapat mengurangi ketegangan sosial yang muncul akibat bullying verbal dan membantu siswa untuk lebih memahami dampak dari perilaku mereka terhadap orang lain. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan kontribusi dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya dalam menangani masalah bullying verbal melalui pendekatan yang lebih kreatif dan interaktif.

Penelitian ini penting karena tidak hanya mengkaji aspek psikologis dan sosial dari bullying verbal, tetapi juga menawarkan solusi praktis yang dapat diterapkan di lingkungan sekolah. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi bagi guru bimbingan dan konseling untuk mengembangkan metode yang lebih efektif dalam menangani bullying, serta meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya empati dan komunikasi yang sehat dalam interaksi sosial mereka. Dengan demikian, penting bagi sekolah untuk memberikan perhatian lebih terhadap bullying verbal dan menerapkan intervensi yang tepat. **Sosiodrama** bisa menjadi alat yang efektif dalam menciptakan lingkungan sekolah yang lebih inklusif dan aman bagi seluruh siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen untuk mengevaluasi efektivitas teknik sosiodrama dalam mengurangi bullying verbal di SMP Negeri 1 Kalibaru. Desain penelitian yang dipilih adalah one-group pretest-posttest, yang memungkinkan pengukuran perubahan perilaku siswa sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Enam siswa dari kelas VII-G, yang teridentifikasi terlibat dalam bullying verbal, dipilih sebagai sampel menggunakan teknik purposive sampling. Untuk mengukur tingkat bullying verbal, peneliti menggunakan instrumen berupa skala yang terdiri dari 27 item yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, dengan nilai Alpha Cronbach sebesar 0,811, menunjukkan bahwa instrumen ini sangat baik untuk digunakan dalam penelitian ini.

Prosedur penelitian dimulai dengan pretest, yang bertujuan untuk mengukur tingkat bullying verbal siswa sebelum perlakuan. Selanjutnya, perlakuan dilakukan dengan teknik sosiodrama, yang memungkinkan siswa untuk memainkan peran dalam situasi sosial yang relevan, guna mengubah pola pikir mereka terhadap bullying verbal. Perlakuan ini dilakukan dalam enam sesi yang masing-masing membahas berbagai topik tentang cara menghadapinya, serta mengembangkan empati terhadap korban bullying verbal. Setelah perlakuan selesai, dilakukan posttest untuk mengukur sejauh mana perubahan yang terjadi pada perilaku bullying verbal siswa.

Analisis data menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test untuk membandingkan perbedaan antara skor pretest dan posttest dalam satu kelompok. Uji ini dipilih karena data yang diperoleh bersifat ordinal dan tidak terdistribusi normal. Hasil dari uji ini akan menunjukkan apakah ada perbedaan signifikan dalam perilaku bullying verbal sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Penelitian ini diharapkan memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang

efektivitas teknik sosiodrama dalam mengatasi bullying verbal di sekolah, serta dapat menjadi referensi bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah-sekolah lainnya.

HASIL

Pada bagian analisis ini, dilakukan evaluasi terhadap perubahan tingkat bullying verbal pada siswa yang mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik sosiodrama. Proses ini dimulai dengan pengukuran tingkat bullying verbal siswa melalui pretest sebelum perlakuan, kemudian diikuti dengan perlakuan menggunakan teknik sosiodrama, dan diakhiri dengan pengukuran pasca-perlakuan (posttest). Tujuan dari analisis ini adalah untuk mengidentifikasi apakah terdapat perubahan signifikan dalam perilaku bullying verbal siswa setelah mengikuti sesi-sesi bimbingan yang menggunakan teknik sosiodrama. Hasil yang diperoleh dari kedua pengukuran, pretest dan posttest, akan memberikan gambaran mengenai keefektifan teknik sosiodrama dalam mengurangi bullying verbal di kalangan siswa SMP Negeri 1 Kalibaru. Secara lebih rinci dapat diamati pada table 1.

Tabel 1. Hasil Pretest dan Posttest Bullying Verbal Siswa

No	Inisial	Pretest		Posttest		Keterangan
		Skor	Klasifikasi	Skor	Klasifikasi	
1	AP	90	Tinggi	64	Sedang	Menurun
2	DSJ	88	Tinggi	65	Sedang	Menurun
3	NA	82	Tinggi	61	Sedang	Menurun
4	ANHJ	83	Tinggi	62	Sedang	Menurun
5	RAA	84	Tinggi	63	Sedang	Menurun
6	RCC	80	Tinggi	60	Sedang	Menurun

Hasil analisis data mengenai bullying verbal pada siswa sebelum (pretest) dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama menunjukkan perubahan yang signifikan. Pada pretest, tingkat bullying verbal siswa tergolong tinggi, dengan skor rata-rata 84,5. Enam siswa yang menjadi subjek penelitian memiliki skor tinggi, seperti AP dengan skor 90, DSJ dengan skor 88, NA dengan skor 82, ANHJ dengan skor 83, RAA dengan skor 84, dan RCC dengan skor 80. Berdasarkan hasil pretest tersebut, dapat disimpulkan bahwa semua siswa yang diuji terklasifikasi dalam kategori bullying verbal tinggi.

Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, hasil posttest menunjukkan penurunan yang signifikan dalam tingkat bullying verbal. Berdasarkan tabel posttest, skor rata-rata bullying verbal menurun menjadi 62,5, dengan semua siswa terklasifikasi dalam kategori bullying verbal sedang. Siswa yang sebelumnya memiliki skor tinggi, seperti AP (90) menurun menjadi 64, DSJ (88) menjadi 65, NA (82) menjadi 61, ANHJ (83) menjadi 62, RAA (84) menjadi 63, dan RCC (80) menjadi 60. Penurunan ini menunjukkan efektivitas teknik sosiodrama dalam mengurangi perilaku bullying verbal di kalangan siswa.

Hasil analisis mengenai tingkat penurunan bullying verbal, yang tercermin dalam perbandingan antara pretest dan posttest, menunjukkan bahwa semua siswa yang terlibat mengalami penurunan yang signifikan. Siswa dengan inisial AP mengalami penurunan dari skor 90 menjadi 64, DSJ dari 88 menjadi 65, NA dari 82 menjadi 61, ANHJ dari 83 menjadi 62, RAA dari 84 menjadi 63, dan RCC dari 80 menjadi 60. Penurunan ini memperkuat temuan bahwa

penerapan teknik sosiodrama efektif dalam mengurangi bullying verbal dan membantu siswa mengubah perilaku mereka.

Setelah melakukan analisis statistik deskriptif terhadap skor pretest dan posttest, yang menunjukkan adanya penurunan yang jelas dalam tingkat bullying verbal pada siswa, langkah selanjutnya adalah menguji signifikansi perubahan tersebut melalui uji hipotesis. Hasil deskriptif pretest menunjukkan bahwa semua siswa berada dalam kategori bullying verbal tinggi, dengan skor rata-rata 84,5. Sedangkan setelah perlakuan, rata-rata skor posttest menurun menjadi 62,5, dengan semua siswa terklasifikasi dalam kategori bullying verbal sedang. Penurunan skor ini memberikan indikasi awal bahwa perlakuan menggunakan teknik sosiodrama berhasil mempengaruhi perilaku bullying verbal. Untuk memastikan apakah perubahan tersebut signifikan, dilakukan uji Wilcoxon Signed Ranks Test, yang bertujuan untuk menguji apakah perbedaan skor pretest dan posttest tersebut bersifat statistik signifikan, analisis ini dapat dipahami pada table 2.

Tabel 2. Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	6 ^a	3,50	21,00
	Positive Ranks	0 ^b	0,00	0,00
	Ties	0 ^c		
	Total	6		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Test Statistics^a

	Posttest - Pretest
Z	-2,226 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,026

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks

Hasil uji hipotesis memperkuat temuan ini, dengan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,026 yang lebih kecil dari 0,05, sehingga hipotesis alternatif diterima dan mengonfirmasi bahwa teknik sosiodrama efektif dalam mengurangi bullying verbal pada siswa. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon Signed Ranks Test, analisis menunjukkan bahwa nilai Z sebesar -2,226 dengan signifikansi Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,026. Karena nilai p (0,026) lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor bullying verbal siswa sebelum dan setelah perlakuan dengan teknik sosiodrama. Dengan kata lain, hasil uji ini mendukung hipotesis bahwa teknik sosiodrama efektif dalam mengurangi perilaku bullying verbal di kalangan siswa.

Perbandingan antara skor pretest dan posttest menunjukkan adanya penurunan yang signifikan dalam tingkat bullying verbal. Dari tabel 4, dapat dilihat bahwa semua siswa yang terlibat dalam penelitian menunjukkan penurunan pada skor posttest dibandingkan dengan pretest mereka. Tidak ada siswa yang menunjukkan peningkatan bullying verbal setelah mengikuti perlakuan, yang tercermin pada negative ranks sebanyak 6 peserta dengan rata-rata peringkat 3,5 dan total sum of ranks 21, sementara tidak ada siswa yang menunjukkan hasil positive ranks atau ties. Penurunan ini menunjukkan bahwa teknik sosiodrama berhasil dalam mengubah perilaku bullying verbal menjadi lebih terkendali. Hasil uji Wilcoxon ini memberikan bukti kuat bahwa teknik sosiodrama dapat memberikan dampak positif dalam mengurangi bullying verbal. Oleh karena itu, hasil penelitian ini mendukung penerapan teknik sosiodrama sebagai pendekatan efektif dalam menangani masalah bullying verbal, yang dapat diintegrasikan dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah-sekolah untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman dan mendukung perkembangan sosial siswa.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pretest yang dilakukan, peneliti menetapkan 6 siswa yang memiliki kategori bullying verbal tinggi. Tahap selanjutnya dalam penelitian ini adalah pelaksanaan bimbingan kelompok yang dibagi menjadi enam kali pertemuan, dengan empat sesi berfokus pada penerapan teknik **sosiodrama**. Setiap sesi dimulai dengan uji validitas skala perilaku bullying verbal, diikuti dengan pretest, kemudian dilanjutkan dengan pembagian peran dan penerapan teknik sosiodrama. Naskah yang digunakan dalam sesi sosiodrama mencakup tema-tema seperti "Pembullyingan untuk mencemarkan nama baik agar di jauhi teman", "Melawan untuk membela diri", "Say no to bullying", dan "Dampak negatif bullying", yang diikuti dengan post-test setelah setiap sesi. Setelah perlakuan ini, siswa menunjukkan penurunan yang signifikan dalam tingkat perilaku bullying verbal, meskipun ada responden yang mengalami penurunan sedang, namun tetap menunjukkan perbaikan yang jelas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Hamid (2018) dalam penelitiannya yang berjudul "*Penerapan Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK Negeri 8 Makassar*". Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa penerapan sosiodrama efektif dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa. Penelitian lain oleh Winarlin dan Lasan (2024), dengan judul "*Efektivitas Teknik Sosiodrama Melalui Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Verbal Siswa SMP*", juga menemukan bahwa teknik sosiodrama efektif dalam mengurangi perilaku agresif verbal siswa, yang tercermin dari penurunan skor yang signifikan setelah perlakuan. Selain itu, penelitian oleh Putri, dkk. (2023), yang berjudul "*Upaya Mereduksi Perilaku Bullying Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Pada Siswa SMPN 2 Balong*", juga menunjukkan hasil yang serupa, dengan perubahan signifikan dalam dua siklus yang dilakukan.

Sosiodrama tidak hanya membantu peserta didik untuk mengerti persoalan psikologis yang dihadapi oleh korban bullying, tetapi juga memungkinkan mereka untuk merasakan perasaan dan pikiran orang lain dalam situasi sosial. Sebagai contoh, mereka dapat merasakan emosi seperti kesedihan, marah, dan kebahagiaan yang dialami oleh orang lain, yang pada akhirnya memperdalam pemahaman mereka tentang orang lain (Latifah, 2016). Teknik ini, sebagaimana dijelaskan oleh Taufik (2018), bertujuan untuk memecahkan masalah sosial dalam hubungan antar manusia. Dengan melalui permainan peran, siswa diarahkan untuk

mengembangkan sikap kritis terhadap perilaku mereka dan memahami bagaimana perilaku tertentu dapat memicu terjadinya bullying. Seperti yang telah dipaparkan, hasil penelitian ini memperkuat temuan bahwa teknik sosiodrama efektif dalam mengurangi bullying verbal di SMP Negeri 1 Kalibaru. Hal ini juga sesuai dengan penelitian dari Hasanah (2020) yang menemukan bahwa teknik sosiodrama terbukti efektif untuk mengurangi perilaku bullying, serta penelitian oleh Sapitri, Umari, dan Yakub (2023) yang juga menunjukkan adanya pengaruh signifikan dalam mengurangi perilaku bullying siswa.

Hasil penelitian ini memberikan implikasi penting terhadap pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Teknik sosiodrama terbukti efektif dalam mengurangi bullying verbal di kalangan siswa, sehingga dapat diintegrasikan dalam program bimbingan kelompok untuk menciptakan lingkungan sosial yang lebih sehat dan mendukung perkembangan sosial-emosional siswa. Penerapan teknik ini dapat membantu siswa untuk memahami dampak dari perilaku mereka terhadap orang lain, membangun empati, serta mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih baik dalam berinteraksi dengan teman sebaya dan guru. Selain itu, teknik sosiodrama dapat menjadi metode yang berguna dalam program pengembangan karakter dan kepemimpinan di sekolah. Mengingat hasil positif yang diperoleh, sekolah-sekolah diharapkan untuk mempertimbangkan penerapan teknik ini dalam upaya menangani bullying dan meningkatkan hubungan sosial antar siswa.

Namun, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, jumlah sampel yang terbatas, yaitu hanya enam siswa, mengurangi generalisasi hasil penelitian ini untuk populasi yang lebih besar. Kedua, desain penelitian yang digunakan adalah one-group pretest-posttest, yang tidak melibatkan kelompok kontrol, sehingga membatasi kemampuan untuk membandingkan hasil dengan kondisi yang tidak mendapatkan perlakuan. Selain itu, penelitian ini hanya mengukur pengurangan bullying verbal dalam jangka pendek, tanpa mengevaluasi dampak jangka panjang dari teknik sosiodrama terhadap perilaku siswa. Keterbatasan lainnya adalah tidak tercakupnya faktor keberagaman sosial dan budaya yang dapat mempengaruhi hasil. Penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar, desain yang lebih kuat, dan pengukuran dampak jangka panjang sangat diperlukan untuk memberikan bukti yang lebih kuat mengenai efektivitas teknik sosiodrama dalam mengurangi bullying verbal dan dampaknya terhadap perkembangan sosial siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pembahasan dan analisis data, penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan penerapan teknik sosiodrama efektif dalam mengurangi bullying verbal pada siswa SMP Negeri 1 Kalibaru. Penurunan yang signifikan dalam perilaku bullying verbal tercermin dari hasil pretest dan posttest, di mana skor rata-rata bullying verbal siswa menurun dari 84,5 pada pretest menjadi 62,5 pada posttest. Perubahan ini menunjukkan bahwa teknik sosiodrama berhasil membantu siswa untuk mengurangi perilaku negatif dan menunjukkan tingkah laku yang lebih positif terhadap teman-teman, guru, dan lingkungan mereka. Hasil ini mendukung hipotesis bahwa penerapan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok efektif untuk mengatasi masalah bullying verbal di sekolah.

Berdasarkan temuan penelitian, beberapa saran dapat diberikan. Pertama, bagi guru Bimbingan dan Konseling (BK), disarankan untuk terus meningkatkan kualitas pendekatan dalam bimbingan kelompok, khususnya dalam penerapan metode dan teknik terapi, untuk mencapai hasil yang lebih optimal dan efektif dalam menangani bullying. Kedua, pihak sekolah

diharapkan dapat memberikan dukungan lebih besar dalam pengembangan program Bimbingan dan Konseling (BK), mengingat pentingnya program ini dalam membantu siswa mengatasi masalah psikologis mereka serta menyediakan ruang bagi mereka untuk mengekspresikan perasaan dan permasalahan yang dihadapi. Terakhir, siswa diharapkan lebih proaktif dalam mencari bantuan melalui konsultasi saat menghadapi masalah yang menghambat proses pembelajaran, khususnya yang berkaitan dengan perilaku bullying. Dengan demikian, diharapkan teknik sosiodrama dapat diimplementasikan lebih luas untuk menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan mendukung perkembangan sosial dan emosional siswa.

DAFTAR RUJUKAN

- Afriani, E., & Afrinaldi, A. (2023). Dampak bullying verbal terhadap perilaku siswa di SMA Negeri 3 Payakumbuh. *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, dan Sosial Humaniora*, 1(1), 72–82. <https://doi.org/10.59024/atmosfer.v1i1.34>
- Ahmad, A., & Supriyono, W. (2004). *Upaya mereduksi perilaku bullying melalui bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama pada siswa SMP N 2 Balong*. Madiun: Universitas PGRI Madiun.
- Coloroso, B. (2005). *The bully, the bullied, and the bystander: From preschool to high school—How parents and teachers can help break the cycle of violence* (Edisi revisi). Piccadilly.
- Efruan, R. J., Khaedar, M., Hafid, B., & Jusmawati, J. (2024). Identifikasi perilaku perundungan verbal terhadap motivasi belajar siswa kelas V SD Inpres Antang I Kota Makassar. *Journal of Education, Science, Geology, and Geophysics (GeoScienceEd Journal)*, 5(4), 698-702. <https://doi.org/10.29303/geosceinceed.v5i4.459>
- Hamid, I. (2018). *Penerapan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa SMK Negeri 8 Makassar*. Makassar: UIN Alauddin Makassar.
- Handoko, A. D., Rahmawati, W. K., & Mawaddati, I. R. (2024). The Effectiveness of Sociodrama Techniques in Reducing Verbal Bullying Behavior Among Eighth-Grade Students at SMP Negeri 1 Glenmore. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 11(1), 59-66. <https://doi.org/10.29407/nor.v11i1.22398>
- Hasanah, K. N. S. (2020). *Efektivitas bimbingan kelompok melalui teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku bullying siswa (Penelitian pre-eksperimental di SMA Negeri 1 Kalijati Subang Tahun Pelajaran 2019/2020)* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Latifah, U. (2016). *Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik kelas XI IPS SMA Negeri 1 Seputih Agung Lampung Tengah tahun ajaran 2016/2017*. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Levianti, A. (2008). *Bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama sebagai upaya mengatasi perilaku bullying di sekolah*. Yogyakarta: Universitas PGRI Yogyakarta.

- Lubis, A., Elita, Y., & Afriyati, V. (2017). Bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama meningkatkan regulasi emosi pada siswa SMA di Kota Bengkulu. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 43–51. <https://doi.org/10.33369/consilia.1.1.43-51>
- Maulany, L. E., Rasimin, & Yusra, A. (2022). Dampak perundungan verbal terhadap empati korban pada siswa SMPN 7 Muaro Jambi. *Jurnal Ilmiah Dikdaya*, 12(1), 195-201. <https://doi.org/10.33087/dikdaya.v12i1.291>
- Mukhlis, R., Budiawan, R. Y. S., Mualafina, R. F., & Ulfiyani, S. (2020). Penyuluhan pencegahan perundungan verbal pada anak bagi tim penggerak PKK se-Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang Provinsi Jawa Tengah. *Seminar Nasional Hasil Pengabdian (SNHP)*, 89-94.
- Puspita, E. A., Jahju Hartanti, & Elia Firda Mufidah. (2023). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama terhadap Perilaku Cyber bullying pada Remaja. *Edu Consilium : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(1), 76-86. <https://doi.org/10.19105/ec.v4i1.7023>
- Putri, S. C. K., Wardani, S. Y., & Khoar, A. (2023). Upaya mereduksi perilaku bullying melalui bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama pada siswa SMPN 2 Balong. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan*, 3, 53-60. <https://seminar.uad.ac.id/index.php/PSNBK/article/view/13621>
- Rahmah, K., & Purwoko, B. (2024). Dampak bullying verbal terhadap menurunnya rasa percaya diri. *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(1), 745–750. <https://doi.org/10.62775/edukasia.v5i1.845>
- Romlah, T. (2013). *Efektivitas teknik sosiodrama melalui bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku agresif verbal SMP*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Sapitri, Y., Umari, T., & Yakub, E. (2023). Konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku bullying. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 20534-20540.
- Sari, D. I., Wahyudi, A., & Kurniawan, S. J. (2022). Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi diri siswa korban bullying. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 135-145.
- Taufik, A. (2018). *Efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama berdasarkan QS Al-Hujurat Ayat 11 untuk mencegah perilaku bullying di SMP N 2 Salatiga*. Salatiga: Universitas Islam Negeri Salatiga.
- Winarlin, R., & Lasan, B. B. (2024). *Efektivitas teknik sosiodrama melalui bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku agresif verbal siswa SMP*. Malang: Universitas Negeri Malang.