

## **Bullying Dan Upaya Pencegahannya Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling**

**Agungbudiprabowo**

Universitas Ahmad Dahlan

Jl Pramuka No. 42, Sidikan, Umbulharjo, Yogyakarta, Indonesia

Email: [agungbudiprabowo@bk.uad.ac.id](mailto:agungbudiprabowo@bk.uad.ac.id)

### **ABSTRAK**

**Abstrak.** Siswa dalam mengembangkan kepribadiannya tidak selalu dihadapkan pada situasi dan kondisi yang kondusif. Faktanya tidak sedikit siswa yang menghadapi hambatan ketika berkeinginan mengembangkan diri secara optimal, salah satunya adalah perilaku bullying di sekolah. Tujuan dari penulisan artikel ini untuk memberikan gagasan dalam upaya pencegahan perilaku bullying di sekolah melalui layanan bimbingan dan konseling. Strategi layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama diharapkan mampu mencegah perilaku bullying di sekolah. Studi dapat dijadikan strategi layanan bagi guru bimbingan dan konseling di sekolah sebagai upaya mencegah perilaku bullying.

**Kata kunci:** bullying, layanan bimbingan dan konseling, bimbingan kelompok, sosiodrama

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan wahana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran yang aktif dan menyenangkan sesuai dengan amanat yang terkandung dalam Undang Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, yaitu Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan pembelajaran agar siswa secara aktif dapat mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Penyelenggara pendidikan di sekolah terhadap siswa diharapkan memiliki nilai-nilai luhur dalam berperilaku dan berhubungan dengan orang lain, mampu memandang orang lain dalam keadaan setara, memandang orang yang lemah sebagai individu yang memiliki harga diri yang sama, mampu memperlakukan individu yang lemah sebagai manusia yang seolah-olah lebih berharga dan penting, serta tidak melakukan kekerasan baik fisik maupun non fisik. Siswa dalam mengembangkan kepribadiannya tidak selalu dihadapkan pada situasi dan kondisi yang kondusif.

Kenyataannya bahwa ternyata tidak sedikit siswa yang menghadapi hambatan ketika berkeinginan mengembangkan diri secara optimal khususnya yang diakibatkan oleh perilaku kekerasan ataupun *bullying*. Menurut Komisioner Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) yang dikutip dari laman ([detik.com](http://detik.com)), data yang didapat KPAI dari pada tahun 2011- 2017 terdapat 26 ribu kasus anak usia sekolah yang berhadapan dengan hukum. Anak berhadapan dengan hukum sebanyak 34 persen dan 19 persen terkait permasalahan keluarga dan pengasuhan. Lebih lanjut khusus pada tahun 2017 menurut Direktur Rehabilitasi sosial Anak Kementerian Sosial ([CNNIndonesia.com](http://CNNIndonesia.com)) laporan yang diterima

sampai Juni 2017 sudah terdapat 976 kasus, 400 kasus mengenai kekerasan seksual dan sekitar 117 kasus mengenai bullying. Kasus anak dengan hukum sebanyak 214 kasus dan anak terlantar 165 kasus.

Melihat data tersebut tentunya menjadi keprihatinan kita bersama. Selain control dan pola asuh dari orang tua yang perlu menjadi perhatian, lingkungan sekolah sebagai wahana tumbuh kembang anak hendaknya memiliki strategi khusus dalam mereduksi perilaku bullying di sekolah. Menurut Sejiwa (2008), *Bullying* merupakan sebuah situasi dimana terjadinya penyalahgunaan kekuatan atau kekuasaan yang dilakukan oleh seorang atau kelompok yang melakukan tindakan negative karena merasa memiliki kekuasaan dan kekuatan dengan menyakiti orang lain secara mental atau fisik yang dilakukan tidak hanya sekali bahkan dapat berkelanjutan sehingga dapat merugikan orang lain dan mengakibatkan seseorang dalam keadaan tidak nyaman atau terluka.

Peran seluruh warga sekolah khususnya guru bimbingan dan konseling menjadi sangat penting dalam membantu siswa mengoptimalkan tugas perkembangan dan terhindar dari perilaku bullying Myrick (2011). Salah satu layanan bantuan yang dapat diberikan ialah bimbingan kelompok memakai teknik sosiodrama. Menurut Romlah (2006: 104), Teknik sosiodrama adalah teknik bermaian peran dalam rangka untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan interpersonal (rasa cemburu, dilema, dll) yang dilakukan dalam kelompok. Alasan penggunaan teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku *bullying* siswa. Karena fungsi dari teknik sosiodrama itu sendiri adalah sebagai upaya pencegahan sehingga diharapkan siswa yang memiliki perilaku *bullying* di sekolah mampu untuk berubah, memotivasi, serta meminimalisir perilaku *bullying* tinggi. Hal ini diperkuat oleh sudah banyak penelitian tentang layanan bimbingan kelompok dengan teknik Sosiodrama teruji secara efektif dalam mereduksi perilaku bullying (Setiawati,2013; Simanjuntak, 2016, Pratiwi,2017; Kurniawan ,2018). Oleh karena itu, penulisan artikel ini dimaksudkan agar layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat diterapkan dan disesuaikan dengan analisi kebutuhan oleh guru bimbingan dan konseling di sekolah dalam upaya mereduksi atau melakukan pencegahan terhadap perilaku *bullying* yang dewasa ini masih menjadi hambatan perkembangan kepribadian siswa secara optimal di sekolah.

## **PEMBAHASAN**

### **1. Pengertian *Bullying***

Menurut Coloroso (2006), *bullying* adalah tindakan bermusuhan yang dilakukan secara sadar dan disengaja yang bertujuan untuk menyakiti, Seperti menakuti melalui ancaman agresi dan menimbulkan teror termasuk juga tindakan yang direncanakan maupun yang spontan, bersifat nyata atau hampir tidak terlihat, di hadapan seseorang atau di belakang seseorang, mudah untuk diidentifikasi atau terselubung dibalik persahabatan, dilakukan oleh seorang anak atau kelompok anak.

Sedangkan menurut Wicaksana (2008) bullying adalah kekerasan fisik dan psikologis jangka panjang yang dilakukan seseorang atau kelompok, terhadap seseorang yang tidak mampu mempertahankan dirinya dalam situasi dimana ada hasrat untuk melukai atau menakuti orang dan

membuat tertekan. Lebih lanjut menurut Randal (Hidayati, 2012) Bahwa bullying merupakan perilaku agresif yang disengaja untuk menyebabkan ketidaknyamanan fisik maupun psikologis terhadap orang lain. Definisi. Menekankan pada factor motivasional dari pelaku bullying dan memberikan gambaran terhadap tujuan dibalik perilaku mereka.

Dari beberapa pengertian di atas, dapat dilihat bahwa pada dasarnya *bullying* adalah suatu perilaku agresif yang sengaja dilakukan dengan tujuan tertentu. Suatu perilaku agresif dikategorikan sebagai *bullying* ketika perilaku tersebut telah menyentuh aspek psikologis korban. Jadi, *bullying* ialah suatu perilaku sadar yang dimaksudkan untuk menyakiti dan menciptakan teror bagi orang lain yang lebih lemah. *Bullying* disebut perilaku sadar karena perilaku ini dilakukan secara terorganisir dan memiliki tujuan yaitu untuk menciptakan teror bagi korban.

Berdasarkan pemaparan para ahli, maka dapat disimpulkan *bullying* merupakan salah satu bentuk tindak kekerasan secara sadar, sengaja, dengan cara berulang-ulang kepada orang lain dengan tujuan untuk menyakiti baik secara fisik psikologis, termasuk tindakan yang direncanakan, maupun secara spontan, bersifat nyata atau hampir tidak terlihat, dihadapan seseorang atau dibelakang seseorang, mudah untuk diidentifikasi atau terselubung dibalik persahabatan dilakukan oleh seorang anak atau kelompok anak.

## **2. Karakteristik Pelaku dan Korban *Bullying***

Menurut Astuti (2008:55), adapun ciri-ciri korban *bullying* antara lain: pemalu, sering tidak masuk sekolah oleh alasan yang tidak jelas, berperilaku aneh atau tidak biasa (takut, marah tanpa jelas) dan mendadak menjadi pendiam. Sejiwa (2008:4), ciri-ciri korban *bullying* ialah sulit bergaul, anak yang memiliki aksen berbeda, anak yang gagap, anak kurang pandai, anak yang dianggap menyebalkan dan menantang *bully*, anak orang kaya atau anak orang tidak kaya. Dilihat dari latar belakang keluarga, pelaku *bullying* biasanya merupakan anak dari orangtua yang menerapkan disiplin fisik, cenderung menolak dan bermusuhan, memiliki keterampilan pemecahan masalah yang buruk, permisif terhadap perilaku agresi anak, serta mengajarkan anak untuk menyerang atau membalas jika mendapat provokasi (Veenstra dkk, 2005).

## **3. Bentuk-Bentuk *Bullying***

Ada beberapa macam bentuk *bullying* yang diambil dari beberapa sumber, antara lain menurut Astuti (2008:22); 1) Fisik (menggigit, menarik rambut, memukul, menendang, meludahi, mengancam). 2) Non fisik: Verbal (panggilan telepon yang meledek, pemalakan, pemerasan, mengancam, berkata jorok pada korban). 3) Non verbal terbagi menjadi langsung dan tidak langsung. Tidak langsung (mengasingkan, mengirim pesan menghasut, manipulasi pertemanan, curang). Sedangkan Langsung (muka mengancam, menggeram, menakuti).

Pendapat lain tentang bentuk- bentuk bullying disampaikan oleh Bauman dan Del Rio (2006:12) membagi bentuk *bullying* menjadi dua, yaitu *bullying* yang nampak atau langsung serta *bullying* yang tidak langsung atau relasional. *Bullying* langsung dapat berbentuk fisik, misal: memukul dan menendang dan berbentuk verbal, misal: memanggil dengan nama atau julukan tertentu dan mengejek. *Bullying*

tidak langsung atau relasional misal: mengucilkan atau menolak. Veenstra dkk. (2005:10) membagi macam *bullying* menjadi tiga, yaitu fisik, verbal dan psikologis. Bentuk *bullying* fisik antara lain: mendorong, menendang, memukul dan mengambil barang seseorang. Bentuk *bullying* verbal antara lain: menjuluki, mengancam dan mengolok-olok. Bentuk *bullying* psikologis antara lain: menggossipkan, menolak, dan menyisihkan.

#### **4. Upaya Pencegahan Bullying dalam Layanan Bimbingan dan Konseling**

Bimbingan dan konseling merupakan pelayanan bantuan yang membantu mengoptimalkan perkembangan individu. Dalam kenyataannya, individu tanpa pembelajaran di sekolah akan berkembang sangat minim (Syaodih, 2007). Dengan pembelajaran di sekolah perkembangannya akan jauh lebih tinggi, dan ditambah dengan pelayanan bimbingan dan konseling diharapkan mencapai titik optimal, dalam arti setinggi-tingginya sesuai potensi yang dimilikinya. Terdapat empat komponen layanan bimbingan dan konseling komprehensif, diantaranya layanan dasar, responsif, perencanaan individual dan dukungan sistem.

Upaya mencegah perilaku bullying bisa dilakukan dengan layanan dasar bimbingan salah satunya dalam setting kelompok atau layanan bimbingan kelompok.

##### **a. Pengertian Bimbingan Kelompok**

Menurut Tatiek Romlah (2006: 3), Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa, secara umum dapat dikatakan bahwa sebagai salah satu teknik bimbingan, bimbingan kelompok mempunyai prinsip, kegiatan, dan tujuan yang sama dengan bimbingan. Perbedaannya hanya terletak pada pengelolaannya, yaitu dalam situasi kelompok. Salah satu teknik bimbingan kelompok yang dapat diberikan ialah bimbingan kelompok memakai teknik sosiodrama. Menurut Romlah (2006: 104), Teknik sosiodrama adalah teknik bermainan peran dalam rangka untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan interpersonal (rasa cemburu, dilema, dll) yang dilakukan dalam kelompok.

Alasan penggunaan teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku *bullying* siswa. Karena fungsi dari teknik sosiodrama itu sendiri adalah sebagai upaya pencegahan sehingga diharapkan siswa yang memiliki perilaku *bullying* di sekolah mampu untuk berubah, memotivasi, serta meminimalisir perilaku *bullying* tinggi. Selain itu secara ilmiah layanan bimbingan kelompok teknik sosiodraa teruji efektif untuk mereduksi perilaku bullying di sekolah.

##### **b. Tujuan Bimbingan Kelompok**

Menurut Bennet (dalam romlah, 2006: 13) Tujuan Bimbingan kelompok sebagai berikut :

- 1) Memberikan kesempatan-kesempatan pada siswa belajar hal-hal penting yang berguna bagi pengarahannya yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.

Tujuan ini dapat dicapai melalui kegiatan-kegiatan :

- a) Bantuan dalam mengadakan orientasi kepada situasi sekolah baru dan dalam menggunakan kesempatan-kesempatan dan fasilitas yang disediakan sekolah.
  - b) Mempelajari masalah-masalah hubungan antarpriadi yang terjadi dalam kelompok dalam kehidupan sekolah yang dapat mengubah perilaku individu dan kelompok dalam cara yang dapat diterima oleh masyarakat.
  - c) Mempelajari secara kelompok masalah-masalah pertumbuhan dan perkembangan, belajar menyesuaikan diri dalam kehidupan orang dewasa, dan menerapkan pola hidup yang sehat.
  - d) Mempelajari secara kelompok dan menerapkan metode-metode pemahaman diri mengenai sikap, minat, kemampuan kepribadian dan kecenderungan-kecenderungan sifat, dan penyesuaian pribadi serta sosial.
  - e) Mempelajari secara kelompok dan menerapkan metode-metode belajar yang efisien
  - f) Mempelajari secara kelompok dunia pekerjaan dan masalah-masalah penyesuaian dan kemajuan pekerjaan.
  - g) Bantuan secara kelompok untuk mempelajari bagaimana membuat rencana-rencana pekerjaan jangka panjang.
  - h) Bantuan secara kelompok tentang cara membuat rencana pendidikan jangka panjang
  - i) Bantuan untuk mengembangkan patokan-patokan nilai untuk membuat pilihan-pilihan dalam berbagai bidang kehidupan dan dalam mengembangkan filsafat hidup.
- 2) Memberikan layanan-layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok dengan :
    - a) Mempelajari masalah-masalah manusia pada umumnya.
    - b) Menghilangkan ketegangan-ketegangan emosi, menambah pengertian mengenai dinamika kepribadian, dan mengarahkan kembali energi yang terpakai untuk memecahkan kembali energi yang terpakai untuk memecahkan masalah-masalah tersebut dalam suasana permisif
  - 3) Untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan secara lebih ekonomis dan efektif daripada melalui kegiatan bimbingan individual.
  - 4) Untuk melaksanakan layanan konseling individual secara lebih efektif. Dengan mempelajari masalah-masalah yang umum dialami oleh individu dan dengan meredakan atau menghilangkan gembatan-hambatan emosional melalui kegiatan kelompok, maka pemahaman terhadap masalah individu menjadi lebih mudah.

### **c. Pengertian Sociodrama**

Menurut Tatiek Romlah (2006: 104), Sociodrama adalah permainan peranan yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Konflik-konflik sosial yang disosiodramakan adalah konflik kepribadian. Sociodrama lebih merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mendidik atau mendidik kembali daripada kegiatan penyembuhan. Sociodrama dapat dilaksanakan oleh konselor atau guru yang sudah dilatih untuk itu. Kegiatan sociodrama dapat dilaksanakan bila sebagian besar anggota kelompok menghadapi masalah sosial yang hamper sama, atau bila ingin melatih atau mengubah sikap-sikap tertentu.

#### **d. Langkah-langkah pelaksanaan sosiodrama**

Menurut Tatiek Romlah (2006: 105), Pelaksanaan sosiodrama secara umum mengikuti langkah-langkah sebagai berikut

- 1) Persiapan, fasilitator mengemukakan masalah dan tema yang akan disosiodramakan, dan tujuan permainan. Kemudian diadakan Tanya jawab untuk memperjelas masalah dan peranan-peranan yang akan dimainkan.
- 2) Membuat scenario sosiodrama
- 3) Menentukan kelompok yang akan memainkan sesuai dengan kebutuhan skenarionya, dan memilih individu yang akan memegang peran tertentu. Pemilihan pemegang peran dapat dilakukan secara sukarela setelah fasilitator mengemukakan ciri-ciri atau rambu-rambu masing-masing peran, usulan dari anggota kelompok yang lain, atau berdasarkan kedua-duanya.
- 4) Menentukan kelompok penonton dan menjelaskan tugasnya. Kelompok penonton adalah anggota kelompok yang lain yang tidak ikut menjadi pemain. Tugas kelompok penonton adalah untuk mengobservasi pelaksanaan permainan. Hasil observasi kelompok penonton merupakan bahan diskusi setelah permainan selesai.
- 5) Pelaksanaan sosiodrama. Setelah semua peran terisi, para pemain menyiapkan diri bagaimana sosiodrama itu akan dimainkan. Setelah siap, dimulailah permainan. Masing-masing pemain memerankan perannya berdasarkan imajinasinya tentang peran yang dimainkannya. Pemain diharapkan dapat memperagakan konflik-konflik yang terjadi, mengekspresikan perasaan-perasaan, dan memperagakan sikap-sikap tertentu sesuai dengan peranan yang dimainkannya. Dalam permainan ini diharapkan terjadi identifikasi yang sebesar-besarnya antara pemain maupun penonton dengan peran-peran yang dimainkannya.
- 6) Evaluasi dan diskusi. Setelah permainan selesai diadakan diskusi mengenai pelaksanaan permainan berdasarkan hasil observasi dan tanggapan-tanggapan penonton. Diskusi diarahkan untuk membicarakan : tanggapan mengenai bagaimana cara para pemain membawakan perannya sesuai dengan ciri-ciri masing-masing peran, cara pemecah masalah, dan kesan-kesan pemain dalam memainkan perannya. Balikan yang paling lengkap adalah melalui rekaman video yang di ambil pada waktu permainan berlangsung dan kemudian diputar kembali.

Ulangan permainan. Dari hasil diskusi dapat ditentukan apakah perlu diadakan ulangan permainan atau tidak. Ulangan permainan dapat dilakukan dengan berbagai cara.

## **SIMPULAN**

Siswa dalam mengembangkan kepribadiannya tidak selalu dihadapkan pada situasi dan kondisi yang kondusif. Faktanya tidak sedikit siswa yang menghadapi hambatan ketika berkeinginan mengembangkan diri secara optimal, salah satunya adalah perilaku bullying di sekolah. Selain kontrol dan pola asuh dari orang tua yang sangat penting, peran seluruh warga sekolah khususnya guru bimbingan dan konseling menjadi sangat penting dalam membantu siswa mengoptimalkan tugas

perkembangan dan terhindar dari perilaku bullying di sekolah. Strategi layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama sudah teruji secara empirik dan ilmiah dalam mencegah ataupun mereduksi perilaku bullying di sekolah. Studi dapat dijadikan strategi layanan bagi guru bimbingan dan konseling di sekolah sebagai upaya mencegah perilaku bullying.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Ahmadi, Abu. (2009). *Ilmu Sosial Dasar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Coloroso, Barbara. (2007). *Stop Bullying (Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah Hingga SMU)*. Jakarta: PT. Ikrar Mandiri abadi.
- Desmita (2009), *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Remaja Rosda Karya .
- Desmita. (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hidayati, Nurul (2012). Bullying pada anak: Analisis dan alternative solusi. *Jurnal psikologi universitas muhammadiyah gresik*.
- Indrawan, Aditya F. (2017). *KPAI Terima Aduan 26 ribu Kasus Bully Selama 2011-2017*. Diunduh pada laman detik.com pada tanggal 02 Mei 2018.
- Kurniawan, DE. 2018. Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Bullying di Sekolah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan 2(01)*.
- Muthmainah, Dinda A. (2017). *Semakin Banyak yang Melaporkan Kasus bullying*. CNNIndonesia.com diunduh pada tanggal 3 Mei 2018.
- Myrick, Robert D. 2011. *Developmental Guidance and Counseling: A Practical Approach Fifth edition*. Minneapolis : Educational Media Corporation.
- Pratiwi, Riski. 2017. Pengaruh layanan Bimbingan Kelompok Teknik sosiodrama terhadap kecenderungan Bullying Siswa kelas VII SMP Negeri 2 Percut SEI TUAN. Skripsi. Universitas Negeri Medan
- Romlah, Tatiek. (2006). Teori dan praktek bimbingan kelompok. Universitas Negeri Malang.
- Setiawati, Vicky. (2013). *Efektivitas Teknik Sosiodrama Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama*. SKRIPSI. Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang.
- Sejiwa. (2008). *Bullying: Mengatasi kekerasan di Sekolah dan Lingkungan sekitar Anak*. Jakarta: Grasindo.
- Simanjuntak, JFY. (2016) *Mereduksi Terjadinya Bullying Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok teknik Sosiodrama*. SKRIPSI. Universitas Negeri Medan.
- Wicaksana, I. 2008. *Mereka Bilang Aku Sakit Jiwa*. Yogyakarta: Kanisius.
- Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
- Willis, S. 2013. *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung: Alfabeta.