

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC002025140316, 25 September 2025

Pencipta

Nama : **Siti Munawaroh dan Siti Muyana, M.Pd**
Alamat : Talang Bukit, Bahar Utara, Kab. Muaro Jambi, Jambi, 36366
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN**
Alamat : Jl. Pramuka 5F, Umbulharjo, Kota Yogyakarta, DI Yogyakarta, 55161
Kewarganegaraan : Indonesia
Jenis Ciptaan : **Buku Panduan/Petunjuk**
Judul Ciptaan : **Buku Panduan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Mencegah Perilaku Bullying**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 18 September 2025, di Kota Yogyakarta

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.

Nomor Pencatatan : 000980577

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL
u.b

Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Agung Damarsasongko,SH.,MH.
NIP. 196912261994031001

BUKU PANDUAN

**LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK
MENCEGAH PERILAKU BULLYING**



**DISUSUN OLEH:
SITI MUNAWAROH
BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
2025**

IDENTITAS BUKU PANDUAN

Penulis

Siti Munawaroh

Siti2100001050@webmail.uad.ac.id

Pembimbing

Siti Muyana, M. Pd.

Uji Ahli Instrumen

Agungbudiprabowo, M.Pd.

Editor/Design

Siti Munawaroh

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta

Jl. Ringroad Selatan, Kragilan, Tamanan. Kec. Banguntapan

Kab. Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55191

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan petunjuk-Nya sehingga buku panduan pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Mencegah Perilaku *Bullying* pada siswa dapat disusun dengan baik. Buku panduan ini dibuat dengan tujuan memberikan pemahaman kepada guru BK dan tenaga pendidik lainnya mengenai sistem, struktur, dan tahap pelaksanaan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama sebagai upaya pencegahan *bullying* di sekolah.

Penulis berharap panduan ini dapat membekali para pembaca dengan wawasan yang luas serta keterampilan praktis dalam menerapkan teknik sosiodrama di lingkungan sekolah. Selain itu, diharapkan buku ini dapat menjadi referensi yang inovatif dan bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan manajerial serta komitmen dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

Semoga panduan ini dapat mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang aman, kondusif, dan peduli terhadap isu *bullying*, serta membantu meningkatkan kesadaran dan empati siswa melalui intervensi yang tepat. Akhir kata, penulis mengharapkan buku ini dapat digunakan secara optimal oleh guru BK, tenaga pendidik, dan pihak terkait demi keberhasilan layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Yogyakarta, 13 Juni 2025

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iii
A. PENDAHULUAN	1
1. Rasional.....	1
2. Tujuan umum	3
3. Tujuan khusus	3
B. BAGIAN PETUNJUK PENGGUNAAN	4
1. Sasaran Pengguna	4
2. Peserta	4
3. Instrument	5
4. Tahapan bimbingan kelompok Teknik Sosiodrama	8
5. Rancangan kegiatan layanan bimbingan kelompok Teknik sosiodrama	14
C. RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN	16
DAFTAR PUSTAKA.....	38

A. PENDAHULUAN

1. Rasional

Kasus *bullying* di lingkungan sekolah semakin meningkat tiap tahun. Berdasarkan data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), pada awal tahun 2024 sudah tercatat 141 kasus kekerasan terhadap anak. Dari jumlah tersebut, sekitar 35% terjadi di lingkungan sekolah atau institusi pendidikan. Selain itu, pada awal 2024, tercatat ada 46 kasus anak yang mengakhiri hidup, dengan 48% di antaranya terjadi di institusi pendidikan atau anak masih mengenakan seragam sekolah saat kejadian tersebut.

Bullying yang umum dialami oleh pelajar di seluruh Indonesia, bisa jadi disebabkan oleh kesalahpahaman. Bahkan, perilaku tersebut dipandang biasa saja tanpa menyadari dampak jangka panjangnya baik bagi korban maupun pelaku *bullying* dalam beberapa kasus, perilaku ini mengakibatkan kematian atau trauma berkelanjutan, yang tentu saja mengganggu proses belajar dan perkembangan intelektual anak. *Bullying* adalah ketika satu atau lebih orang mengganggu, mengancam, menakut-nakuti, merugikan, atau mengejek orang lain. aspek *Bullying* terdiri dari *bullying* fisik, verbal, dan mental. Aspek *bullying* fisik adalah jenis perilaku yang terlihat secara langsung. *Bullying* ini terjadi karena adanya kontak fisik antara pelaku dan korban, sehingga mudah disaksikan oleh orang lain seperti menginjak kaki dan menjegal. Aspek *bullying* verbal adalah jenis *bullying* yang dapat dikenali melalui pendengaran sehingga relatif mudah terdeteksi seperti menyebar gosip dan menghina. Aspek *bullying* mental dianggap paling berbahaya karena tidak dapat dideteksi secara langsung oleh penglihatan maupun pendengaran termasuk menatap dengan penuh ancaman, mengucilkan,

mendiamkan seseorang, memberikan pandangan sinis, meneror melalui media, menunjukkan tatapan merendahkan, mencibir, atau melotot tajam.

Bullying harus segera dihilangkan karena dapat menyebabkan konsekuensi yang sangat serius bagi korbannya, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Bimbingan dan konseling adalah layanan yang diberikan kepada siswa secara individual maupun kelompok oleh guru pembimbing atau konselor untuk membantu mereka menjadi lebih mandiri dalam menghadapi masalah dan menjadi pribadi yang lebih baik. Untuk membantu anggota kelompok, seorang konselor melakukan bimbingan kelompok dengan memberikan informasi dan mendorong diskusi. kelompok menjadi lebih berpikiran terbuka dan mencapai tujuan bersama. Dalam layanan bimbingan kelompok, Teknik sosiodrama dianggap sebagai teknik yang efektif untuk mengatasi permasalahan sosial sekaligus mengajarkan individu cara berperilaku dalam berinteraksi dengan orang lain. Melalui peran yang dimainkan, siswa dapat merasakan secara langsung pengalaman yang relevan dengan situasi tersebut. Sebagai salah satu teknik bimbingan kelompok, sosiodrama melibatkan setiap anggota kelompok untuk memainkan peran sebagai karakter tertentu yang diambil dari situasi sosial nyata.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK di SMP Negeri 10 Yogyakarta yang dilaksanakan saat masa magang, diperoleh informasi terkait permasalahan *bullying* di sekolah tersebut. ditemukan bahwa siswa belum memahami secara menyeluruh bentuk-bentuk *bullying* baik fisik, verbal, maupun mental. Kurangnya pemahaman tersebut disebabkan oleh kurangnya kesadaran siswa terhadap dampak negatif perilakunya terhadap orang lain. Selain itu, siswa sering kali tidak menyadari bahwa tindakannya tersebut menyakitkan atau salah, yang dipengaruhi

oleh kurangnya empati, perkembangan moral yang belum matang, serta lingkungan yang cenderung menormalisasi perilaku tersebut.

Dengan mempertimbangkan latar belakang tersebut, peneliti merasa terdorong untuk melakukan penelitian dengan tujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mencegah perilaku *bullying* judul di SMP Negeri 10 Yogyakarta. Melalui metode ini diharapkan perilaku *bullying* siswa dapat dicegah, menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan nyaman untuk interaksi antar siswa.

2. Tujuan umum

Tujuan umum dari panduan ini adalah membantu konselor dalam memahami dan melaksanakan tahapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yang sesuai dengan rancangan, sehingga dapat memberikan bantuan efektif kepada siswa dalam mencegah perilaku *bullying*.

Panduan ini juga berfungsi sebagai pedoman praktis yang memudahkan konselor dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi intervensi bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama secara sistematis dan terarah, sehingga hasil layanan dapat optimal dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan kondusif bagi perkembangan sosial emosional siswa.

3. Tujuan khusus

- a. Membantu meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa tentang dampak negatif *bullying* melalui pengalaman bermain peran.
- b. Dapat mengurangi frekuensi perilaku *bullying* dengan memberikan kesempatan siswa untuk mempraktikkan cara mengatasi konflik secara konstruktif dalam sosiodrama.

- c. Mendorong siswa untuk mengembangkan rasa simpati dan empati, meningkatkan kemampuan bersosialisasi, menghargai sesama, serta menjadi individu yang lebih baik dan bertanggung jawab sehingga diterima di lingkungan sekitar.
- d. Dapat digunakan dalam mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan khususnya pada bidang bimbingan dan konseling dengan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk membantu siswa dalam mencegah perilaku *bullying*.

B. BAGIAN PETUNJUK PENGGUNAAN

1. Sasaran Pengguna

Sasaran panduan dalam eksperimen teknik sosiodrama dalam mencegah perilaku *bullying* adalah guru bimbingan konseling dengan lulusan S1 bimbingan dan konseling sehingga memiliki pengalaman dan aktif dalam berbagai macam bidang dan kegiatan.

2. Peserta

Peserta atau subjek yang akan diberikan eksperimen (*treatmentt*) merupakan kelas VII sebagai konseli yang akan diberikan *treatmentt* bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, subjek yang akan diambil dalam pemberian *treatmentt* ini berjumlah 2-10 siswa dengan kriteria khusus diantaranya

- a. Siswa kelas VII SMPN 10 Yogyakarta
- b. Siswa yang pernah melakukan perilaku *bullying*
- c. Siswa yang pernah mendapatkan perilaku *Bullying*

3. Instrument

Keberhasilan treatment teknik sosiodrama dalam mencegah perilaku *bullying* pada siswa, dapat dilakukan dengan pengambilan data sebelum dan setelah *treatmentt* dapat diketahui angket perilaku *bullying*. Untuk menganalisis data yang diperoleh dengan analisis kuantitatif. Angket *bullying* terdiri dari 28 item pernyataan dengan jawaban yang disediakan

SL (Selalu), Menunjukkan bahwa siswa melakukan atau mengalami hal tersebut hampir setiap waktu atau dalam setiap kesempatan yang relevan.

S (Sering), Menunjukkan bahwa perilaku atau pengalaman tersebut terjadi secara berulang dan cukup konsisten, tapi tidak setiap saat.

KD (kadang-kadang) Mengindikasikan bahwa kejadian atau perilaku tersebut hanya terjadi sesekali, tidak konsisten.

TP (Tidak Pernah) Menunjukkan bahwa siswa tidak pernah atau hampir tidak pernah melakukan atau mengalami hal tersebut.

Table 1. Skor Untuk Jawaban Instrumen Angket *Bullying*

No	Instrument	Skor pernyataan
1	Selalu	4
2	Sering	3
3	Kadang-kadang	2
4	Tidak Pernah	1

Instrumen angket *bullying* berikut yang digunakan dalam penelitian sebagai alat ukur yang telah melalui proses validasi dan pengujian reliabilitas untuk memastikan keakuratan dan konsistensi data yang diperoleh.

Table 2. Instrumen Angket *Bullying*

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SL	S	KD	TP
1	Saya akan menampar seseorang jika dia melakukan kesalahan terhadap saya.				
2	Saya akan iseng menginjak kaki seseorang yang tidak saya sukai saat saya berjalan didepannya				
3	Saya akan menginjak kaki jika saya merasa kesal terhadap seseorang				
4	Saat melihat orang yang tidak saya sukai, saya akan melemparkan barang yang ada di dekat saya ke arahnya				
5	Saya akan meludah didepan seseorang yang membuat saya muak				
6	Saya akan menjegal teman saya saat berjalan atau berlari jika ingin bercanda				
7	Saya akan menimpuk seseorang yang mengganggu saya				
8	Ketika saya menginginkan barang teman saya, saya akan mengambil paksa barang tersebut dari teman saya				
9	saya akan memaki teman yang tidak menuruti perintah saya				
10	Ketika melihat kelemahan seseorang, saya akan cenderung mengejek kelemahan tersebut.				
11	Saya mengejek teman dengan memanggil pakai nama orang tuanya.				
12	Saya akan berteriak agar saya merasa terhibur bila ada seorang teman yang dijadikan bahan lelucon di kelas				
13	Saya merasa senang ketika saya ikut menyoraki teman yang gerakannya lucu waktu olah raga				
14	Menyebarkan gosip merupakan kegiatan yang seru bagi saya				
15	Saya akan mengomentari dan membuat malu teman yang memiliki sepatu / tas baru				

16	Saya akan menyalahkan seseorang yang menurut saya sudah mengambil barang saya, meskipun tidak punya bukti				
17	Dengan memandang sinis seseorang, saya merasa ditakuti adik kelas				
18	Saya akan memandang sinis orang yang tidak saya sukai				
19	Saya merasa menjadi anak populer ketika saya hanya bergaul dengan seorang teman yang orang tuannya kaya				
20	Saya merasa senang ketika teman saya tidak diperhatikan atau diabaikan oleh kelompok.				
21	Saya menakut-nakuti orang yang tidak mau menuruti permintaan saya				
22	Saya akan mendiamkan seseorang yang tidak saya sukai				
23	Saya akan mendiamkan seseorang yang mengganggu saya				
24	Saya terus mengganggu orang yang saya sukai melalui spam chat				
25	Saya akan menatap rendah seseorang agar tidak ada yang berani melawan saya				
26	Saya akan terus mencibir seseorang yang tidak saya sukai				
27	Saya akan mencibir seseorang agar orang lain tidak mau berteman dengan orang tersebut				
28	Saya akan menatap tajam orang yang tidak saya suka saat dia lewat.				

Hasil pengisian instrumen akan dianalisis dengan cara memberikan nilai skoring sesuai panduan yang telah ditetapkan, kemudian menghitung rata-ratanya, dan selanjutnya memasukkan hasil tersebut ke dalam kategori rendah, sedang, atau tinggi untuk mengukur tingkat perilaku *bullying*.

4. Tahapan bimbingan kelompok Teknik Sosiodrama

a. Pertemuan I

1) Repport dan ice breaking

membangun hubungan baik atau *rapport* langkah awal yang penting untuk menciptakan suasana yang nyaman dan saling percaya antara anggota kelompok dan guru BK. Hubungan yang positif membantu siswa merasa lebih terbuka dan aman dalam berbagi pengalaman atau pendapat selama proses berlangsung.

ice breaking kegiatan awal yang digunakan untuk mencairkan suasana agar siswa tidak merasa canggung atau tegang. Ice breaking biasanya berupa permainan ringan atau aktivitas menyenangkan yang melibatkan interaksi antar anggota, sehingga dapat menumbuhkan keakraban, mempererat kerja sama, dan meningkatkan semangat mereka untuk terlibat aktif dalam sesi bimbingan kelompok.

2) Penjelasan awal kegiatan

Pada tahap ini, konselor menjelaskan alasan dilaksanakannya eksperimen (treatmentt), tujuan umum dari kegiatan tersebut, serta jadwal pelaksanaannya. Selain itu, konselor juga menyampaikan aturan-aturan yang harus dipatuhi selama rangkaian pertemuan berlangsung dan meminta konfirmasi kesediaan peserta untuk mengikuti seluruh kegiatan dari awal sampai selesai.

3) *Pretest*

Pretest adalah tes awal yang diberikan kepada peserta didik. Pretest diberikan untuk mengetahui tingkat perilaku *bullying* pada peserta didik

sebelum pemberian eksperimen (*tratmen*) instrumen pengukuran yang akan dijawab oleh peserta didik angket perilaku *bullying*.

4) Materi pengantar

Setelah pelaksanaan pretest, konselor memberikan penjelasan berupa materi pengantar. Materi ini berisikan mengenai pengertian, ciri-ciri, dan dampak *bullying* fisik, verbal dan mental, materi ini bertujuan agar peserta didik atau siswa memahami tentang perilaku *bullying* dengan tujuan untuk mencegah perilaku *bullying*.

b. Pertemuan II

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mencegah perilaku *bullying*

1) Tujuan:

- a) Peserta didik dapat menyimpulkan bahaya *bullying* fisik
- b) Peserta didik mampu memperjelas _macam-macam bentuk *bullying* fisik
- c) Peserta didik mampu mengatasi _apabila terjadi perilaku *bullying* fisik

2) Tahap Awal

- a) Membuka dengan mengucapkan salam dan berdoa serta menyapa peserta didik
- b) Membina hubungan baik dengan peserta didik
- c) Memeriksa kehadiran peserta didik
- d) Menyampaikan tujuan dari layanan
- e) Menanyakan kesiapan peserta didik untuk mengikuti layanan

3) Tahap Inti

a) *Setting the Scene*

Guru BK menentukan dan mempersiapkan alur cerita *bullying* fisik sosiodrama yang akan disimulasikan.

b) *Observing roles*

- Guru BK memberi peran kepada peserta didik sesuai dengan karakter pada alur cerita
- Guru BK menjelaskan tanggung jawab dan karakteristik setiap pemeran.

c) *Simulating Scenarios*

Peserta didik melaksanakan sosiodrama sesuai dengan peran masing-masing

d) *Interacting and Improvising*

Peserta didik melaksanakan sosiodrama dengan improvisasi untuk menanggapi dialog dengan situasi yang tak terduga

e) *Analyzing Outcomes*

Guru BK dan peserta didik bersama-sama menganalisis Keputusan dan hasil dari peran yang telah dimainkan.

f) *Learning Reflection*

Peserta didik merefleksikan pengalaman sosiodrama meliputi evaluasi terhadap perubahan sikap, pemahaman dan pemaknaan dari sosiodrama yang sudah berlangsung.

4) Tahap Penutup

- a) Memberikan Kesimpulan dari kegiatan sosiodrama yang telah dilakukan
- b) Menyampaikan pesan dan Kesan
- c) Menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik berdoa dan mengakhiri dengan salam

c. Pertemuan III

1) Tujuan:

- a) Peserta didik dapat menjelaskan perilaku *bullying* verbal
- b) Peserta didik dapat membentuk pemahaman terhadap *bullying* verbal
- c) Peserta didik mampu mengendalikan emosi agar tidak melakukan tindakan *bullying* verbal

2) Tahap Awal

- a) Membuka dengan mengucapkan salam dan berdoa serta menyapa peserta didik
- b) Membina hubungan baik dengan peserta didik
- c) Memeriksa kehadiran peserta didik
- d) Menyampaikan tujuan dari layanan
- e) Menanyakan kesiapan peserta didik untuk mengikuti layanan

3) Tahap Inti

a) ***Setting the Scene***

Guru BK menentukan dan mempersiapkan alur cerita *bullying* verbal sosiodrama yang akan disimulasikan.

b) ***Observing roles***

- Guru BK memberi peran kepada peserta didik sesuai dengan karakter pada alur cerita
- Guru BK menjelaskan tanggung jawab dan karakteristik setiap pemeran.

c) ***Simulating Scenarios***

Peserta didik melaksanakan sosiodrama sesuai dengan peran masing-masing

d) ***Interacting and Improvising***

Peserta didik melaksanakan sosiodrama dengan improvisasi untuk menanggapi dialog dengan situasi yang tak terduga

e) ***Analyzing Outcomes***

Guru BK dan peserta didik bersama-sama menganalisis Keputusan dan hasil dari peran yang telah dimainkan.

f) ***Learning Reflection***

Peserta didik merefleksikan pengalaman sosiodrama meliputi evaluasi terhadap perubahan sikap, pemahaman dan pemaknaan dari sosiodrama yang sudah berlangsung.

4) Tahap Penutup

- a) Memberikan Kesimpulan dari kegiatan sosiodrama yang telah dilakukan
- b) Menyampaikan pesan dan Kesan
- c) Menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik berdoa dan mengakhiri dengan salam

d. Pertemuan IV

1) Tujuan:

- a) Peserta didik dapat menjelaskan pengertian dari *bullying* mental
- b) Peserta didik dapat memperjelas macam-macam dari bentuk *bullying* mental
- c) Peserta didik mampu mendesain langkah yang dapat mencegah perilaku *bullying* mental

2) Tahap Awal

- a) Membuka dengan mengucapkan salam dan berdoa serta menyapa peserta didik
- b) Membina hubungan baik dengan peserta didik
- c) Memeriksa kehadiran peserta didik

- d) Menyampaikan tujuan dari layanan
- e) Menanyakan kesiapan peserta didik untuk mengikuti layanan

3) Tahap Inti

a) ***Setting the Scene***

Guru BK menentukan dan mempersiapkan alur cerita *bullying* mental sosiodrama yang akan disimulasikan.

b) ***Observing roles***

- Guru BK memberi peran kepada peserta didik sesuai dengan karakter pada alur cerita
- Guru BK menjelaskan tanggung jawab dan karakteristik setiap pemeran.

c) ***Simulating Scenarios***

Peserta didik melaksanakan sosiodrama sesuai dengan peran masing-masing

d) ***Interacting and Improvising***

Peserta didik melaksanakan sosiodrama dengan improvisasi untuk menanggapi dialog dengan situasi yang tak terduga

e) ***Analyzing Outcomes***

Guru BK dan peserta didik bersama-sama menganalisis keputusan dan hasil dari peran yang telah dimainkan.

f) ***Learning Reflection***

Peserta didik merefleksikan pengalaman sosiodrama meliputi evaluasi terhadap perubahan sikap, pemahaman dan pemaknaan dari sosiodrama yang sudah berlangsung.

4) Tahap Penutup

- a) Memberikan Kesimpulan dari kegiatan sosiodrama yang telah dilakukan
- b) Menyampaikan pesan dan Kesan
- c) Menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik berdoa dan mengakhiri dengan salam

5) *Posttest*

Setelah mengakhiri pertemuan ke 4 dilanjutkan dengan *posttest* dengan peserta mengisi angket perilaku *bullying* dengan tujuan untuk mengetahui tingkat perilaku *bullying* setelah mendapatkan perlakuan (*treatmentt*) layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama.

Tahapan-tahapan dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama ini digunakan sebagai panduan penanganan pada layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.

5. Rancangan kegiatan layanan bimbingan kelompok Teknik sosiodrama

Pertemuan	Aspek	Tujuan Layanan	Kegiatan Bimbingan Kelompok	Metode
1& 2	<i>Bullying</i> fisik	1. Peserta didik dapat menyimpulkan bahaya <i>bullying</i> fisik 2. Peserta didik mampu memperjelas macam-macam bentuk <i>bullying</i> fisik 3. Peserta didik mampu mengatasi apabila terjadi perilaku <i>bullying</i> fisik	1. Penjelasan materi mengenai <i>bullying</i> fisik, verbal, dan mental 2. Sosiodrama kasus <i>bullying</i> fisik (menampar, menginjak kaki, melempar barang, meludahi, menjegal menimpuk, memeras) 3. Diskusi kelompok dan refleksi	Sosiodrama

3	<i>Bullying</i> Verbal	1. Peserta didik dapat menjelaskan perilaku <i>bullying</i> verbal 2. Peserta didik dapat membentuk pemahaman terhadap 3. Peserta didik mampu mengendalikan emosi agar tidak melakukan <i>bullying</i> verbal	1. Sosiodrama kasus <i>bullying</i> verbal (memaki, menghina, mengejek, berteriak, menyebar gosip atau fitnah, mempermalukan didepan umum menuduh) 2. Diskusi kelompok dan refleksi	Sosiodrama
4	<i>Bullying</i> mental	1. Peserta didik dapat menjelaskan pengertian dari <i>bullying</i> mental 2. Peserta didik dapat memperjelas macam-macam dari bentuk <i>bullying</i> mental 3. Peserta didik mampu mendesain langkah yang dapat mencegah perilaku <i>bullying</i> mental	1. Sosiodrama kasus <i>bullying</i> mental (memandang sinis, mengucilkan, mengancam, mendiamkan seseorang, meneror melalui sosial media, menatap dengan tatapan merendahkan mencibir, melotot 2. Diskusi dan refleksi	Sosiodrama

C. RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BK

SMP NEGERI 10 YOGYAKARTA

TAHUN AJARAN 2024/2025

- A. Kelas/semester : VII/Genap
- B. Waktu : 2 x 60 Menit
- C. Topik/Materi : *Bullying* fisik
- D. Bidang Layanan : Sosial
- E. Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok
- F. Aspek Perkembangan/ SKKPD : Kematangan Emosi
- G. Model dan Moda : Sosiodrama
- H. Media dan Alat : Naskah Drama

TUJUAN LAYANAN	Tahap Pengenalan	Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	a. Peserta didik dapat <u>menyimpulkan</u> bahaya <i>bullying</i> fisik (C6)	b. Peserta didik mampu <u>memperjelas</u> macam-macam bentuk <i>bullying</i> fisik (A3)	c. Peserta didik mampu <u>mengatasi</u> apabila terjadi perilaku <i>bullying</i> fisik (P4)
LANGKAH KEGIATAN			
1. Kegiatan Awal	f) Membuka dengan mengucapkan salam dan berdoa serta menyapa peserta didik g) Membina hubungan baik dengan peserta didik		

	h) Memeriksa kehadiran peserta didik i) Menyampaikan tujuan dari layanan j) Menanyakan kesiapan peserta didik untuk mengikuti layanan
2. Kegiatan Inti	Guru BK menjelaskan materi mengenai <i>bullying</i> fisik, verbal, dan mental g) <i>Setting the Scene</i> Guru BK menentukan dan mempersiapkan alur cerita <i>bullying</i> fisik sosiodrama yang akan disimulasikan. h) <i>Observing roles</i> ➤ Guru BK memberi peran kepada peserta didik sesuai dengan karakter pada alur cerita ➤ Guru BK menjelaskan tanggung jawab dan karakteristik setiap pemeran. i) <i>Simulating Scenarios</i> Peserta didik melaksanakan sosiodrama sesuai dengan peran masing-masing j) <i>Interacting and Improvising</i> Peserta didik melaksanakan sosiodrama dengan improvisasi untuk menanggapi dialog dengan situasi yang tak terduga k) <i>Analyzing Outcomes</i> Guru BK dan peserta didik bersama-sama menganalisis Keputusan dan hasil dari peran yang telah dimainkan. l) <i>Learning Reflection</i> Peserta didik merefleksikan pengalaman sosiodrama meliputi evaluasi terhadap perubahan sikap, pemahaman dan pemaknaan dari sosiodrama yang sudah berlangsung.
m) Kegiatan Penutup	a. Memberikan kesimpulan dari kegiatan sosiodrama yang telah dilakukan b. Menyampaikan pesan dan kesan c. Menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik berdoa dan mengakhiri dengan salam

PENILAIAN	
1. Evaluasi Proses	a. Keterlaksanaan program b. Kesesuaian program c. Perolehan peserta didik pasca layanan d. Perhatian peserta didik
2. Evaluasi Hasil	Penilaian hasil peserta didik mampu menjawab beberapa pertanyaan mengenai <i>bullying</i> fisik

MATERI *BULLYING* FISIK, VERBAL, DAN MENTAL

A. *Bullying* fisik

1. Pengertian *Bullying* Fisik

Bullying fisik adalah bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang oleh individu atau kelompok yang merasa memiliki kekuasaan lebih terhadap korban yang dianggap lebih lemah, dengan menggunakan kekerasan fisik yang dapat berupa menampar, menginjak kaki melempar barang, meludahi menjegal menimpuk dan memeras. Tindakan ini bertujuan untuk menyakiti secara fisik dan menimbulkan rasa takut atau ketidakberdayaan pada korban. *Bullying* fisik merupakan jenis *bullying* yang paling mudah dikenali karena adanya kontak fisik langsung dan dampak yang nyata pada tubuh korban. Pelaku *bullying* biasanya merasa puas dan memperoleh kepuasan emosional dari tindakan kekerasan tersebut, yang sering kali dipengaruhi oleh faktor lingkungan seperti keluarga, teman sebaya, dan media. Oleh karena itu, *bullying* fisik tidak hanya merugikan korban secara langsung tetapi juga menciptakan lingkungan yang tidak aman dan merusak keharmonisan sosial di sekolah maupun masyarakat (Syilfa Nirwana, 2024)

2. Ciri-ciri *bullying* fisik

Ciri-ciri *bullying* fisik meliputi adanya luka fisik pada korban seperti memar, lecet, atau cedera akibat kekerasan tersebut. Pelaku *bullying* fisik biasanya memiliki kekuatan fisik yang lebih besar dan cenderung menggunakan kekerasan secara berulang untuk mendominasi korban yang dianggap lebih lemah. Selain itu, perilaku ini sering disertai dengan intimidasi dan ancaman yang membuat korban merasa takut dan tidak berdaya. Korban *bullying* fisik juga sering menunjukkan perubahan perilaku seperti menarik diri, mudah gelisah, takut ke sekolah, hingga

penurunan prestasi belajar. Faktor penyebab *bullying* fisik dapat berasal dari lingkungan keluarga, teman sebaya, atau kondisi psikologis pelaku itu sendiri. Jika tidak segera ditangani, *bullying* fisik dapat menimbulkan dampak jangka panjang baik secara fisik maupun psikologis bagi korban (Putri dkk., 2024).

3. Dampak *bullying* fisik

Dampak *bullying* fisik bagi korban meliputi berbagai gangguan fisik dan psikologis yang serius. Secara fisik, korban dapat mengalami luka, memar, dan cedera akibat tindakan kekerasan langsung. Secara psikologis, *bullying* fisik dapat menyebabkan stres, kecemasan, depresi, rendahnya harga diri, serta perasaan takut dan tidak aman yang berkepanjangan. Korban juga cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, mengalami penurunan prestasi akademik, dan berisiko mengalami gangguan kesehatan mental seperti trauma dan ide bunuh diri. Sementara itu, bagi pelaku *bullying*, perilaku agresif ini dapat memperkuat sikap dominasi dan agresivitas yang berpotensi menyebabkan masalah sosial dan emosional di masa depan, termasuk kesulitan dalam membangun hubungan yang sehat dan risiko berlanjutnya perilaku kekerasan. Dengan demikian, *bullying* fisik tidak hanya merugikan korban secara langsung, tetapi juga berdampak negatif pada perkembangan psikososial pelaku (Sukawa dkk., 2021)

B. *Bullying* Verbal

1. Pengertian *bullying* verbal

Bullying verbal adalah bentuk kekerasan yang dilakukan dengan menggunakan kata-kata atau ucapan. Perilaku ini dapat berupa memaki, menghina, mengejek, berteriak, menyebar gosip atau fitnah mempermalukan didepan umum serta menuduh. *Bullying* verbal sering terjadi di lingkungan sekolah maupun sosial dan sulit dikenali karena dianggap sebagai percakapan biasa, Pelaku *bullying*

verbal biasanya memanfaatkan ketidakseimbangan kekuatan antara dirinya dan korban, dan perilaku ini dapat berlangsung dalam jangka waktu lama sehingga menimbulkan tekanan yang berat bagi korban (Ayu Suciartini & Unix Sumartini, 2019)

2. Ciri-ciri *bullying* verbal

Ciri-ciri *bullying* verbal meliputi penggunaan kata-kata kasar seperti memaki, menghina, mengejek, memberi julukan yang merendahkan, menyebarkan gosip, serta mengancam korban baik secara langsung maupun melalui media komunikasi. Pelaku *bullying* verbal biasanya berusaha menguasai korban dengan cara verbal yang bersifat menghina dan melecehkan, sedangkan korban yang mengalami *bullying* verbal sering kali menunjukkan perilaku pendiam, pemalu, memiliki sedikit teman, rendah diri, dan kurang percaya diri. Korban juga cenderung merasa takut, gelisah, dan menarik diri dari lingkungan sosialnya karena tekanan verbal yang dialami. Selain itu, *bullying* verbal sering terjadi pada anak yang dianggap berbeda, misalnya karena perbedaan fisik, suku, agama, atau nama yang dianggap lucu atau aneh oleh pelaku. Perilaku ini sulit dikenali karena tidak meninggalkan bekas fisik, tetapi dampaknya sangat merugikan secara psikologis (Nasikhatun Nafisah dkk., 2023)

3. Dampak *bullying* verbal

Dampak *bullying* verbal bagi korban umumnya berupa penurunan rasa percaya diri, rasa takut, kecemasan, dan depresi yang dapat mengganggu kesehatan mental serta menurunkan motivasi dan prestasi belajar. Korban *bullying* verbal juga cenderung menjadi pendiam, menarik diri dari lingkungan sosial, dan mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Sedangkan bagi pelaku *bullying* verbal, dampaknya dapat berupa terbiasanya menggunakan bahasa kasar,

kurangnya empati, dan kecenderungan untuk mempertahankan sikap dominan yang dapat merusak hubungan sosial dan perkembangan kepribadian yang sehat. Dengan demikian, *bullying* verbal tidak hanya merugikan korban secara psikologis tetapi juga berdampak negatif pada pelaku dalam jangka panjang (Sartika dkk., 2024)

C. *Bullying* mental

1. Pengertian *bullying* mental

Bullying mental adalah bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang oleh individu atau kelompok yang memiliki kekuasaan lebih terhadap korban yang dianggap lemah, dengan cara menyerang kondisi psikologis korban tanpa menggunakan kekerasan fisik secara langsung. Bentuk *bullying* mental meliputi tindakan seperti memandang sinis, mengucilkan, mengucilkan, mendiamkan seseorang, meneror melalui media sosial, menatap dengan tatapan merendahkan, mencibir serta memelotot yang bertujuan untuk menimbulkan rasa takut, rendah diri, dan ketidakberdayaan pada korban. Karena sifatnya yang tidak tampak secara fisik, *bullying* mental sering sulit dideteksi. Pelaku *bullying* mental biasanya memanfaatkan ketidakseimbangan kekuasaan dan kurangnya empati, sehingga perilaku ini menjadi masalah sosial yang memerlukan perhatian khusus dalam lingkungan pendidikan dan masyarakat (Raihan dkk., 2024)

2. Ciri-ciri *bullying* mental

Ciri-ciri *bullying* mental dapat dikenali dari beberapa tanda yang muncul pada pelaku maupun korban. Pelaku *bullying* mental biasanya menunjukkan perilaku dominan, suka mengintimidasi tanpa menggunakan kekerasan fisik, dan sering memberikan tekanan emosional melalui ancaman, pengucilan sosial, atau tatapan merendahkan. Mereka cenderung kurang empati, mudah marah, dan suka

mendominasi lingkungan sosialnya. Sedangkan korban *bullying* mental biasanya memiliki ciri-ciri seperti rasa takut yang berlebihan, rendah diri, pemalu, menarik diri dari pergaulan, dan mengalami penurunan kepercayaan diri. Korban juga kerap mengalami stres, kecemasan, hingga gangguan psikologis lainnya akibat tekanan mental yang terus-menerus. Selain itu, *bullying* mental sering sulit dideteksi karena tidak meninggalkan bekas fisik, namun dampaknya sangat merusak kondisi psikologis korban dan dapat menghambat perkembangan sosial dan akademik mereka (Nur dkk., 2022)

3. Dampak *bullying* mental

Dampak *bullying* mental bagi korban meliputi gangguan psikologis yang serius seperti stres, kecemasan, depresi, trauma, serta penurunan harga diri dan kepercayaan diri. Korban sering merasa diasingkan, takut, dan mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial maupun menurunnya prestasi akademik. Selain itu, *bullying* mental dapat menyebabkan korban menarik diri dari lingkungan sosial dan mengalami gangguan regulasi emosi yang berkelanjutan. Sedangkan bagi pelaku, *bullying* mental dapat memperkuat perilaku agresif, impulsif, dan kecenderungan untuk mendominasi orang lain, yang berpotensi menimbulkan masalah sosial dan emosional jangka panjang. Dengan demikian, *bullying* mental tidak hanya merugikan korban secara psikologis tetapi juga berdampak negatif pada perkembangan kepribadian pelaku (Rizky., Inayati., 2019.)

NASKAH SOSIODRAMA 1

Topik Drama *Bullying* Fisik

Judul drama: "Suara di Balik Luka"

Pemeran Tokoh Drama:

1. **Pelaku (Aldi):**

Siswa yang agresif dan dominan dalam kelompok *bullying*, suka melakukan kekerasan fisik seperti menampar dan menjegal korban tanpa rasa empati.

2. **Pelaku (Rina):**

Teman sekelompok Aldi yang juga agresif, melakukan intimidasi fisik dengan menginjak dan meludahi korban, serta ikut memeras dengan ancaman.

3. **Korban (Dina):**

Siswi pendiam dan pemalu yang menjadi sasaran *bullying* fisik, merasa takut dan tertekan akibat perlakuan kasar dari pelaku.

4. **Pengamat (Budi) :**

Teman sekelas yang menyaksikan kejadian *bullying*, memiliki rasa empati dan kepedulian sehingga berani melaporkan kejadian tersebut ke guru BK.

5. **Guru BK (Ibu Sari):**

Guru pembimbing yang bijaksana dan peduli, bertindak sebagai mediator dan pendidik untuk memberikan pemahaman tentang bahaya *bullying* serta mengajak pelaku bertanggung jawab.

Sinopsis Drama

Dina, seorang siswi yang pendiam dan sering menjadi sasaran *bullying* fisik oleh Aldi dan Rina, dua siswa yang tergabung dalam kelompok yang sering melakukan intimidasi di sekolah. Suatu hari di halaman sekolah, Aldi menampar Dina dengan kasar, sementara Rina menginjak kaki Dina hingga terjatuh. Tidak hanya itu, mereka melemparkan barang-barang ke arah Dina, bahkan Rina meludahi Dina saat dia mencoba berdiri.

Dina yang ketakutan berusaha menghindar, namun Aldi dan Rina terus menjegal dan menimpuknya hingga Dina terjatuh lagi. Mereka juga memeras uang jajan Dina dengan ancaman akan menyebarkan aibnya jika tidak menyerahkan uang tersebut.

Budi, teman sekelas yang menjadi pengamat kejadian itu, merasa prihatin dan memutuskan melaporkan tindakan *bullying* tersebut kepada guru BK, Ibu Sari. Ibu Sari kemudian mengajak semua ke ruang guru, lalu mengedukasi para pelaku tentang bahaya dan dampak *bullying* fisik. Para pelaku akhirnya menyesali perbuatannya dan meminta maaf kepada Andi, sementara Ibu sari mengingatkan pentingnya saling menghormati di sekolah.

Evaluasi Hasil

Apa bahaya yang dapat ditimbulkan oleh *bullying* fisik terhadap korban?

Apa saja contoh *bullying* fisik yang pernah terjadi dilingkungan sekolah?

bagaimana langkah-langkah yang dapat dilakukan saat menghadapi perilaku *bullying* fisik dari teman sekelas?

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BK

SMP NEGERI 10 YOGYAKARTA

TAHUN AJARAN 2024/2025

- A. Kelas/semester : VII/Genap
- B. Waktu : 1 x 60 Menit
- C. Topik/Materi : *Bullying* Verbal
- D. Bidang Layanan : Sosial
- E. Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok
- F. Aspek Perkembangan/ SKKPD : Kematangan Emosi
- G. Model dan Moda : Sosiodrama
- H. Media dan Alat : Naskah Drama

TUJUAN LAYANAN	Tahap Pengenalan	Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	a. Peserta didik dapat <u>menjelaskan</u> perilaku <i>bullying</i> verbal (C2)	b. Peserta didik dapat <u>membentuk</u> pemahaman terhadap <i>bullying</i> verbal (A3)	c. Peserta didik mampu <u>mengendalikan</u> emosi agar tidak melakukan tindakan <i>bullying</i> verbal (P3)
LANGKAH KEGIATAN			
1. Kegiatan Awal	a. Membuka dengan mengucapkan salam dan berdoa serta menyapa peserta didik b. Membina hubungan baik dengan peserta didik c. Memeriksa kehadiran peserta didik d. Menyampaikan tujuan dari layanan		

	e. Menanyakan kesiapan peserta didik untuk mengikuti layanan
2. Kegiatan Inti	a. <i>Setting the Scene</i> Guru BK menentukan dan mempersiapkan alur cerita <i>bullying</i> verbal sosiodrama yang akan disimulasikan. b. <i>Observing roles</i> ➤ Guru BK memberi peran kepada peserta didik sesuai dengan karakter pada alur cerita ➤ Guru BK menjelaskan tanggung jawab dan karakteristik setiap pemeran. c. <i>Simulating Scenarios</i> Peserta didik melaksanakan sosiodrama sesuai dengan peran masing-masing d. <i>Interacting and Improvising</i> Peserta didik melaksanakan sosiodrama dengan improvisasi untuk menanggapi dialog dengan situasi yang tak terduga e. <i>Analyzing Outcomes</i> Guru BK dan peserta didik bersama-sama menganalisis Keputusan dan hasil dari peran yang telah dimainkan. f. <i>Learning Reflection</i> Peserta didik merefleksikan pengalaman sosiodrama meliputi evaluasi terhadap perubahan sikap, pemahaman dan pemaknaan dari sosiodrama yang sudah berlangsung
3. Kegiatan Penutup	a. Memberikan Kesimpulan dari kegiatan sosiodrama yang telah dilakukan b. Menyampaikan pesan dan Kesan c. Menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik berdoa dan mengakhiri dengan salam
PENILAIAN	
1. Evaluasi Proses	a. Keterlaksanaan program b. Kesesuaian program c. Perolehan peserta didik pasca layanan

	d. Perhatian peserta didik
2. Evaluasi Hasil	Penilaian hasil peserta didik mampu menjawab beberapa pertanyaan mengenai <i>bullying</i> verbal

NASKAH SOSIODRAMA 2

Topik Drama *Bullying* Verbal

Judul drama: "Suara yang menyakiti"

Pemeran Tokoh Drama :

1. **Pelaku 1 (Rina)** : Rina adalah siswa yang dominan sebagai pelaku *bullying* verbal, bersikap kasar, suka memaki, dan menghina penampilan Lia
2. **Pelaku 2 (Dedi)** : pelaku pendukung yang ikut mengejek dan memanggil Lia dengan julukan yang menyakitkan.
3. **Pelaku 3 (Sari)** : pelaku *bullying* verbal yang bersama Rina dan Dedi mengejek dan menyebarkan gosip tidak benar tentang Lia
4. **Korban (Lia)** : siswi pendiam yang menjadi sasaran *bullying* verbal. Ia merasa malu, terisolasi, dan kehilangan kepercayaan diri akibat perlakuan kasar dan fitnah dari Rina, Dedi, dan Sari.
5. **Pengamat (Fajar)** : teman sekelas yang berperan sebagai pengamat yang peduli. Ia merasa prihatin dengan kondisi Lia dan berani melaporkan kejadian *bullying* tersebut kepada guru,

6. **Guru ibu (Wulan)** : guru yang bertindak sebagai mediator dan pembimbing. Ia mengajak semua pihak introspeksi dan berkomitmen menghentikan *bullying*, serta memberikan dukungan kepada Lia agar mendapatkan perlindungan dan rasa aman di

Sinopsis Drama

Lia adalah siswi yang pendiam dan sering menjadi sasaran *bullying* verbal oleh Rina, Dedi, dan Sari. Di kelas, Rina sering memaki Lia dengan kata-kata kasar dan menghina penampilannya. Dedi dan Sari ikut mengejek dan berteriak memanggil Lia dengan julukan yang menyakitkan. Mereka juga menyebarkan gosip tidak benar tentang Lia kepada teman-teman sekelas, membuat Lia merasa sangat malu dan terisolasi.

Suatu hari, saat jam istirahat di kantin, Rina mempermalukan Lia di depan banyak siswa dengan menuduh Lia mencuri uang milik teman sekelas. Tuduhan itu tidak benar, namun membuat Lia sangat sedih dan kehilangan kepercayaan diri.

Fajar, teman sekelas yang menjadi pengamat, merasa prihatin dengan kondisi Lia. Dia memutuskan untuk melaporkan kejadian *bullying* verbal tersebut kepada guru, Ibu Wulan. Ibu Wulan kemudian mengajak semua pihak untuk introspeksi dan berjanji menghentikan perilaku tersebut. Sosiodrama berakhir dengan Lia mendapatkan dukungan dari teman dan guru, serta pesan kuat bahwa kata-kata bisa menjadi senjata yang sangat menyakitkan.

Evaluasi Hasil

Apa yang dimaksud dengan *bullying* verbal?

Bagaimana cara dapat mengenali *bullying* verbal dalam kehidupan sehari-hari?

Apa saja strategi yang dapat digunakan peserta didik untuk mengendalikan emosi agar terhindar dari *bullying* verbal?

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BK

SMP NEGERI 10 YOGYAKARTA

TAHUN AJARAN 2024/2025

- A. Kelas/semester : VII/Genap
- B. Waktu : 1 x 60 Menit
- C. Topik/Materi : *Bullying* Mental
- D. Bidang Layanan : Sosial
- E. Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok
- F. Aspek Perkembangan/ SKKPD : Kematangan Emosi
- G. Model dan Moda : Sosiodrama
- H. Media dan Alat : Naskah Drama

TUJUAN LAYANAN	Tahap Pengenalan	Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	a. Peserta didik dapat <u>menjelaskan</u> pengertian dari <i>bullying</i> mental (C2)	b. Peserta didik dapat <u>memperjelas</u> macam-macam dari bentuk <i>bullying</i> mental (A3)	c. Peserta didik mampu <u>mendesain</u> langkah yang dapat mencegah perilaku <i>bullying</i> mental (P5)
LANGKAH KEGIATAN			
1. Kegiatan Awal	a. Membuka dengan mengucapkan salam dan berdoa serta menyapa peserta didik b. Membina hubungan baik dengan peserta didik		

	c. Memeriksa kehadiran peserta didik d. Menyampaikan tujuan dari layanan e. Menanyakan kesiapan peserta didik untuk mengikuti layanan
2. Kegiatan Inti	a. <i>Setting the Scene</i> Guru BK menentukan dan mempersiapkan alur cerita <i>bullying</i> mental sosiodrama yang akan disimulasikan. b. <i>Observing roles</i> ➤ Guru BK memberi peran kepada peserta didik sesuai dengan karakter pada alur cerita ➤ Guru BK menjelaskan tanggung jawab dan karakteristik setiap pemeran. c. <i>Simulating Scenarios</i> Peserta didik melaksanakan sosiodrama sesuai dengan peran masing-masing d. <i>Interacting and Improvising</i> Peserta didik melaksanakan sosiodrama dengan improvisasi untuk menanggapi dialog dengan situasi yang tak terduga e. <i>Analyzing Outcomes</i> Guru BK dan peserta didik bersama-sama menganalisis Keputusan dan hasil dari peran yang telah dimainkan. f. <i>Learning Reflection</i> Peserta didik merefleksikan pengalaman sosiodrama meliputi evaluasi terhadap perubahan sikap, pemahaman dan pemaknaan dari sosiodrama yang sudah berlangsung.
3. Kegiatan Penutup	a. Memberikan Kesimpulan dari kegiatan sosiodrama yang telah dilakukan b. Menyampaikan pesan dan Kesan c. Menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik berdoa dan mengakhiri dengan salam
PENILAIAN	

1. Evaluasi Proses	a. Keterlaksanaan program b. Kesesuaian program c. Perolehan peserta didik pasca layanan d. Perhatian peserta didik
2. Evaluasi Hasil	Penilaian hasil peserta didik mampu menjawab beberapa pertanyaan mengenai <i>bullying</i> mental

NASKAH SOSIODRAMA 3

Topik Drama *Bullying* Mental

Judul drama : "Bayang-Bayang Sunyi"

Pemeran Tokoh Drama :

1. **Pelaku 1 (Rani)** : sosok yang sinis dan merendahkan orang lain, khususnya Sari. Ia menunjukkan sikap kurang empati, suka mendominasi, dan memiliki agresivitas verbal yang tinggi dengan mencibir dan memberikan tatapan merendahkan
2. **Pelaku 2 (Dina)** : karakter serupa Rani, dengan sikap sinis dan merendahkan. Ia juga ikut dalam tindakan *bullying* mental seperti mencibir dan mengucilkan Sari, menunjukkan kurangnya empati dan kecenderungan untuk mendominasi
3. **Pelaku 3 (Joko)** : sebagai pelaku yang mengucilkan dan mengancam Sari secara verbal, memperlihatkan sikap agresif dan impulsif. Ia sengaja membuat Sari merasa terisolasi, menunjukkan perilaku dominan dan kurang empati
4. **Korban (Sari)** : siswi yang pendiam, pemalu, dan cenderung mengurung diri. Ia mengalami stres dan ketakutan akibat *bullying* mental yang diterimanya, serta merasa terisolasi dan kehilangan rasa percaya diri
5. **Pengamat (Andi)** : teman sekelas yang peka dan peduli terhadap perubahan sikap Sari. Ia berperan sebagai pengamat yang objektif dan bertanggung jawab dengan melaporkan kejadian *bullying* kepada guru BK untuk mencari solusi

6. **Guru BK (Ibu Maya)** : guru yang responsif dan peduli. Ia mengambil inisiatif untuk mengajak siswa berdiskusi tentang *bullying*, memberikan pemahaman tentang dampaknya, dan membantu menciptakan lingkungan sekolah yang lebih ramah dan

Sinopsis

Sari adalah siswi yang pendiam dan sering menjadi sasaran *bullying* mental oleh Rani, Dina, dan Joko. Di kelas, Rani dan Dina sering memandang sinis dan menatap Sari dengan tatapan merendahkan serta mencibir setiap kali Sari berbicara. Joko mengucilkan Sari dengan sengaja, membuatnya merasa terisolasi dari teman-teman sekelas.

Kelompok pelaku juga mendiamkan Sari secara sengaja, tidak mengajaknya bicara dan bahkan mengancamnya secara verbal agar Sari tidak berani melawan. Lebih parah, mereka meneror Sari melalui media sosial dengan mengirim pesan-pesan ancaman dan komentar negatif yang membuat Sari semakin takut dan stres.

Andi, teman sekelas yang menjadi pengamat, menyadari perubahan sikap Sari yang semakin tertutup dan sedih. Andi memutuskan untuk melaporkan kejadian *bullying* mental ini kepada guru BK, Ibu Maya. Ibu Maya segera mengajak seluruh siswa untuk berdiskusi tentang *bullying* mental dan dampaknya yang tersembunyi namun sangat menyakitkan. Para pelaku menyadari kesalahan mereka dan berjanji untuk menghentikan perilaku tersebut serta membantu menciptakan lingkungan sekolah yang lebih ramah dan suportif.

Evaluasi Hasil

Bagaimana *bullying* mental berbeda dengan jenis *bullying* lainnya?

apa saja macam-macam bentuk *bullying* mental yang sering terjadi di lingkungan sekolah?

Mengapa penting bagi peserta didik untuk mampu membuat rencana pencegahan *bullying* mental ?

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu Suciartini, N. N., & Unix Sumartini, N. L. P. (2019). VERBAL *BULLYING* DALAM MEDIA SOSIAL. *Jurnal Pendidikan Bahasa Indonesia*, 6(2), 152.
- Hartanti, J. (2022). *Bimbingan kelompok*. Duta Sablon.
- Kurniawan, D. E., & Pranowo, T. A. (2018). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Siodrama Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku *Bullying* di Sekolah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 2(1).
- Nasikhatun Nafisah, Mazro Atus Saadah, & Putri Anggriani. (2023). Perilaku *Bullying* Verbal Pada Peserta Didik Kelas VIII dan IX SMP Negeri 3 Satu Atap Bojong. *La-Tahzan: Jurnal Pendidikan Islam*, 15(2), 149–161.
- Nasution, H. S., & Abdillah, A. (2019). *Bimbingan Konseling: Konsep, Teori Dan Aplikasinya*.
- Nur, M., Yasriuddin, Y., & Azijah, N. (2022). Identifikasi Perilaku *Bullying* Di Sekolah (Sebuah Upaya Preventif). *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 6(3), 685.
- Putri, D. A., Fitria, I. T., Wardani, M. S., Ikbali, M., & Wisma, N. (2024). Trend Penelitian Perilaku *Bullying* di Indonesia. *Cognitive: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 1(2), 18–30.
- Raihan, Tasrif, & Ida Waluyati. (2024). *Bullying* di Sekolah dan Dampaknya pada Perilaku Siswa Di Sekolah Dasar. *Praksis: Jurnal Pendidikan, Budaya, dan Literasi*, 1(1), 56–67.

- Saputri, K. A., & Zulfiana, H. N. (2019). BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK SOSIODRAMA BERBASIS LOCAL WISDOM UNTUK MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL SISWA. *SEMBIKA*:
- Syilfa Nirwana. (2024). Pengaruh *Bullying* terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan, Bahasa dan Budaya*, 3(2), 130–142.
- Ummah, N., Handayani, A., & Lestari, F. W. (2022). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas XII SMAN 1 Juwana. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(3), 679–684.