

Penerapan Konseling Kelompok Teknik Sociodrama untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri pada Korban Bullying di Kelas VII-C SMPN 33 Surabaya

Penerapan Konseling Kelompok Teknik Sociodrama untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri pada Korban Bullying di Kelas VII-C SMPN 33 Surabaya

Application of Group Counseling Techniques Sociodramas Sense of Inferiority to Reduce Bullying Victim in Class VII-C SMPN 33 Surabaya

Dhagna Nur Aini Agustina

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
dhagnan@gmail.com

Dra. Titin Indah Pratiwi, M.Pd

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
prodi_bk_unesa@yahoo.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh hasil pengamatan dan pengalaman peneliti di SMPN 33 Surabaya yang mana disekolah tersebut terdapat salah satu permasalahan dalam bidang pendidikan yang sering bermunculan di lingkup Indonesia yaitu *bullying*. Akibatnya siswa yang menjadi korban *bullying* mengalami adanya rasa rendah diri.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangirendah diri pada korban *bullying* di kelas VII-C SMPN 33 Surabaya. Penelitian ini menggunakan rancangan *Pre-experiemnt* jenis *One Group Pretest-posttest design* dengan banyak subyek penelitian 10 siswa. Penelitian dilaksanakan dalam waktu selama 1 bulan.

Berdasarkan simpulan hasil penelitian direkomendasikan pada konselor/guru BK untuk menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi rasa rendah diri pada korban *bullying* di kelas VII-C SMPN 33 Surabaya.

(Kata Kunci: Konseling Kelompok Teknik Sociodrama, Rasa Rendah Diri)

ABSTRAC

This research was motivated by the observation and experience of researchers at SMPN 33 Surabaya where the school there is one of the problems in education that often emerge in Indonesia, namely the scope of bullying. As a result, students who are victims of bullying experienced their feelings of inferiority.

The purpose of this study was to determine the effect of the implementation of group counseling techniques to mengurangirendah sociodramas themselves on korbanbullying in class VII-C SMPN 33 Surabaya. This study design was Pre-experiemnt kind of one group pretest-posttest design with many research subjects 10 students. Research carried out in time for 1 month.

Based on the conclusions on the outcome of research is recommended to the counselor / counseling teacher to use counseling services group with sociodramas techniques to reduce the inferiority of the victim of bullying in class VII-C SMPN 33 Surabaya.

(Keywords: Group Counseling Techniques Sociodramas, Sense of Inferiority)

PENDAHULUAN

Sekolah (lembaga pendidikan) merupakan suatu wadah proses pendidikan dilakukan, memiliki sistem yang kompleks, dan juga dinamis. Dalam kaitannya sekolah merupakan tempat didikan bagi anak-anak. Sekolah juga dapat diartikan sebagai suatu lembaga yang memang dirancang khusus untuk pengajaran para siswa-siswi di bawah pengawasan para guru. Tujuan dari sekolah adalah untuk mengajarkan anak menjadi seseorang yang mampu memajukan bangsa. Akan tetapi seiring dengan berkembangnya zaman, tujuan pendidikan pun disalah artikan.

Akhir-akhir ini permasalahan dalam bidang pendidikan sering sekali bermunculan di lingkup Indonesia. Salah satu contoh permasalahan yang cukup marak ialah kekerasan atau agresivitas yang dilakukan oleh guru terhadap siswanya atau bahkan mungkin kekerasan yang dilakukan sesama siswa. Lokasi kekerasan atau yang biasa disebut dengan *bullying* ini terjadi mulai dari ruang kelas, toilet, kantin, halaman, pintu gerbang, bahkan di luar lingkungan sekolah. Sekolah yang seharusnya menjadi tempat untuk menimba ilmu malah menjadi tempat tumbuhnya suatu kekerasan atau praktik *bullying*.

Perilaku *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah biasanya muncul karena adanya pelanggaran yang disertai dengan suatu hukuman, terutama hukuman yang berdasarkan fisik. Dengan perilaku *bullying* yang diberikan semata-mata karena ingin memberi pelajaran kepada siswa agar tidak mengulangi untuk kesekian kalinya malah memberikan dampak yang tidak baik pada psikisnya. Terkadang siswa yang menjadi korban perilaku *bullying* ini akan merasakan adanya ketakutan dan ketidaknyamanan ketika berada di lingkungan sekolah sehingga keberadaannya disekolah dalam keadaan takut atau tidak nyaman akan mengganggu proses belajar yang dilakukan ketika berada di sekolah.

Dalam bahasa Indonesia, secara etimologi kata *bully* berarti penggertak atau seseorang yang mengganggu orang yang lebih lemah. Sedangkan secara terminologi menurut Tatum *bullying* adalah "...the willful, conscious desire to hurt another and put him/her under stress" yang artinya "sesuatu yang disengaja, untuk menyakiti yang lain dan menempatkan dia (orang lain) merasa tertekan". Kemudian Olweus juga mengatakan hal yang serupa bahwa *bullying* merupakan perilaku yang negatif yang mengakibatkan seseorang dalam keadaan tidak nyaman/terluka dan biasanya terjadi berulang-ulang (*repeated during successive encounters*).

Ada berbagai macam perilaku *bullying* yang paling sering terlihat disekitar. Contoh perilaku *bullying* yang paling sering terlihat disekitar kita antara lain mengejek, menyebarkan rumor (kabar burung), menghasut, mengucilkan, menakut-nakuti (mengintimidasi), mengancam, menindas, memalak, atau menyerang secara fisik (mendorong, menampar, atau bahkan mungkin

memukul). Akan tetapi sebagian orang disekitar kita mungkin berpendapat bahwa apa yang dipaparkan sebelumnya merupakan hal yang sepele atau bahkan mungkin masih dalam tahap normal dalam melakukannya.

Atau mungkin seperti contoh kasus *bullying* satu ini yang terjadi pada hari Kamis 12 Maret 2015 kasus *bullying* menimpa seorang siswa SMP di Padang. Kasus ini terjadi karena adanya korban menolak memberikan uang Rp 1000 pada temannya sehingga korban dipukul pada kepala bagian belakang yang mengakibatkan pembuluh darah dibagian kepala belakang korban pecah sehingga mengalami pendarahan dan harus menjalani operasi. Selanjutnya di SMP Al Jannah Bogor pada hari Minggu 15 Maret 2015, siswi kelas 3 SMP dengan inisial NFR ini ditemukan di Taman Sari, Jakarta oleh supir angkot setelah 6 hari menghilang dengan alasan untuk menghilangkan kegalauan diri akibat beban perasaan sebagai korban *bully* atau penghinaan. Kemudian kejadian *bullying* di SMPN 4 Binjai Jakarta hari Jumat 13 September 2015, seorang siswi yang dipaksa oleh teman-temannya untuk berhubungan intim di suatu ruangan yang berada di sekolah dengan temannya kemudian teman-teman yang lain merekam kejadian tersebut dengan telepon genggam yang efeknya korban tidak mau pergi ke sekolah karena ia merasa malu videonya tersebar luas. (Sumber: <http://liputan.com>)

Dan Olweus (1993) mendefinisikan *bullying* yang mengandung tiga unsur mendasar dari perilaku *bullying* sebagai berikut:

1. Bersifat menyerang (agresif) dan negatif
2. Dilakukan secara berulang kali
3. Adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pihak yang terlibat

Riset menunjukkan bahwa bentuk perilaku *bullying* terjadi secara langsung dan tidak langsung tidak langsung, untuk perilaku yang terjadi secara langsung seperti pengucilan atau penolakan secara sosial, bentuk perilaku *bullying* ini paling sering dilakukan oleh sekelompok perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Sementara itu biasanya sekelompok laki-laki lebih sering melakukan perilaku *bullying* secara langsung seperti kekerasan secara fisik.

Bullying dapat terjadi dimana saja, di lingkungan yang terjadi adanya interaksi sosial antar manusia seperti halnya di sekolah yang disebut dengan *school bullying*. Perilaku agresif dan negatif seseorang atau sekelompok siswa secara berulang kali yang menyalahgunakan ketidakseimbangan kekuatan dengan tujuan menyakiti targetnya (korban) secara mental atau secara fisik di sekolah.

Dalam kasus *bullying*, ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku *bullying* dan korbannya menghalangi keduanya untuk menyelesaikan permasalahan mereka sendiri sehingga perlu adanya pihak-pihak yang membantu. Kembali mengingat bahwa manusia

Penerapan Konseling Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri pada Korban Bullying di Kelas VII-C SMPN 33 Surabaya

merupakan makhluk sosial yang tidak bisa hidup tanpa bantuan orang lain. Oleh karena itu pihak yang mampu membantu ialah guru atau mungkin orangtua yang sama-sama memiliki tugas utama yaitu membimbing pertumbuhan fisik dan psikis mereka.

Berdasarkan hasil penelitian Heddy Shri Ahimsa Putra (Novan Ardy, 2012:17) di enam kota besar di Indonesia yaitu Medan, Semarang, Surabaya, Ujung Padang, dan Kupang kekerasan yang paling banyak dialami oleh anak adalah kekerasan fisik dalam banyak bentuk dan variasinya, kemudian disusul dengan kekerasan mental dan seksual. Lokasi kekerasan yang dialami anak sebagian besar di rumah, kemudian di sekolah, dan selanjutnya di tempat umum. Pelaku kekerasan umumnya adalah orang yang paling banyak dan paling sering berinteraksi dengan anak, seperti orang tua (ibu atau ayah), guru, dan teman.

Di Indonesia, penelitian mengenai *bullying* masih sangat baru. Hasil studi oleh ahli intervensi *bullying*, Dr. Amy Huneck (Novan Ardy, 2012:18) mengungkapkan bahwa 10-60% siswa di Indonesia melaporkan mendapat ejekan, cemoohan, pengucilan, pemukulan, tendangan, ataupun dorongan, sedikitnya sekali dalam seminggu. Terlihat dari yang sudah dipaparkan sebelumnya, perilaku *bullying* di sekolah sudah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan anak-anak di zaman yang semakin berkembang ini.

Ketika melihat suatu kejadian mengenai kekerasan, khususnya dalam konteks pendidikan, ada beberapa analisis yang dapat diajukan yaitu:

1. Kekerasan dalam pendidikan muncul akibat adanya pelanggaran yang disertai dengan hukuman, terutama hukuman fisik.
2. Kekerasan dalam pendidikan bisa diakibatkan oleh buruknya sistem dan kebijakan pendidikan yang berlaku
3. Kekerasan dalam pendidikan juga dipengaruhi oleh lingkungan masyarakat dan tayangan media massa, khususnya TV sebagai media massa berbasis audio visual yang mampu memberikan efek dramatisasi visual yang sangat kuat bagi penonton.
4. Kekerasan merupakan refleksi dari perkembangan kehidupan masyarakat yang mengalami pergeseran cepat (*moving faster*) sehingga meniscayakan sikap *instant solution*.
5. Kekerasan dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi pelaku

Dalam mengurangi perilaku *bullying* yang terjadi akhir-akhir ini banyak sekali upaya yang dapat dilakukan untuk membantu mengurangi perilaku *bullying* di sekolah, akan tetapi dalam penelitian ini peneliti berupaya untuk menggunakan teknik sosiodrama yang tercakup dalam layanan konseling kelompok. Sebab dengan melihat tujuan bimbingan dan konseling, maka dalam hal membantu siswa untuk mengurangi rasa rendah diri dengan menggunakan upaya tersebut diharapkan siswa dapat mengurangi adanya rasa rendah

diri yang ia miliki seperti pendapat dari (Tohirin, 2007:179) yang menjelaskan bahwa layanan konseling kelompok adalah upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.”

Asumsi sebelumnya menjadikan acuan peneliti dalam penelitian ini, sebab layanan konseling kelompok lebih memberikan ruang kepada individu dalam mengambil keputusan bukan karena dipaksa oleh orang lain akan tetapi keputusan untuk merubah tingkah laku adalah keputusan yang diambil oleh individu karena didukung oleh kesadaran yang tinggi yang pada akhirnya menciptakan perubahan tingkah laku siswa.

Dengan salah satu upaya yang dipilih dalam mengurangi rendah diri pada korban *bullying* yang rentan terjadi, maka peneliti menggunakan teknik sosiodrama. Teknik sosiodrama sendiri menurut Winkel (1993) sosiodrama merupakan dramatisasi dari berbagai persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang-orang lain, termasuk konflik yang sering dialami dalam pergaulan sosial.

Sedangkan Menurut Wiryaman (2000) bahwa metode sosiodrama merupakan metode mengajar dengan cara mempertunjukkan kepada siswa tentang masalah-masalah, caranya dengan mempertunjukkan kepada siswa masalah bimbingan hubungan sosial tersebut didramatisir oleh siswa dibawah pimpinan guru. Menurut moreno sosiodrama adalah sekumpulan individu yang memiliki fokus tertentu yang bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan sosial dan transformasi konflik antarkelompok (Kellermann, 2007).

Teknik sosiodrama sejauh ini memiliki tujuan yang baik sebab ketika seseorang memiliki peran dalam sosiodrama maka para siswa yang terlibat akan diajak untuk belajar memecahkan permasalahan yang dialami secara pribadi dengan bantuan kelompok sosial yang anggotanya adalah teman sendiri.

Penerapan metode atau teknik sosiodrama menggambarkan suatu kejadian yang sedang didramatisir dengan menggunakan skenario. Agar siswa memperoleh manfaat yang besar dari metode sosiodrama ini, haruslah diupayakan agar mereka berperan secara wajar, dalam arti tidak dibuat-buat. Oleh karena itu, jalan cerita dalam aplikasi sosiodrama tidak tertentu menjadi ikatan yang ketat bagi siswa ketika harus memerankan perannya. Siswa diberi kesempatan untuk mengekspresikan penghayatan mereka pada saat memainkan peran dan melaksanakan diskusi.

Metode sosiodrama dalam penelitian ini didefinisikan sebagai suatu metode mengajar dimana guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan kegiatan memerankan peranan tertentu seperti yang terdapat dalam masalah-masalah sosial. Sehingga

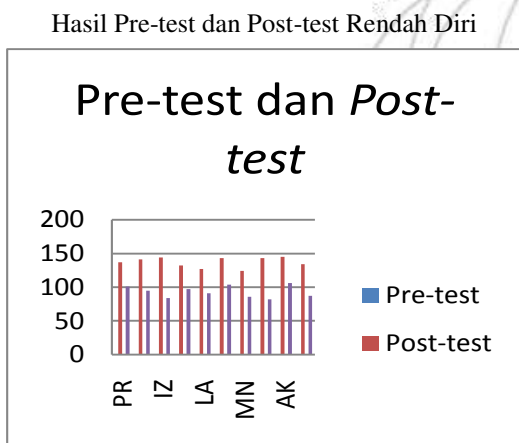
Penerapan Konseling Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri pada Korban Bullying di Kelas VII-C SMPN 33 Surabaya

249,0909 dan skor rata-rata *post-test* 169,6364. Sehingga dapat dikatakan bahwa teknik sosiodrama dapat menurunkan atau mengurangi rendah diri yang dialami oleh siswa kelas VII-C SMP Negeri 33 Surabaya.

Berdasarkan hasil analisis di atas, maka dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi “Penerapan konseling kelompok teknik sosiodrama untuk mengurangi rasa rendah diri pada korban *bullying* di kelas VII-C SMPN 33 Surabaya” dapat diterima.

Adapun hasil perbedaan pre-test dan post-test yang digambarkan dalam grafik adalah sebagai berikut:

Grafik 4.3



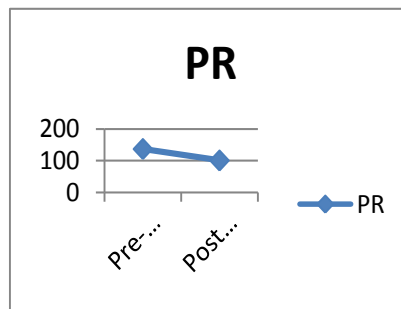
Analisis Individu

1. PR

Subyek PR mengalami rendah diri yang tinggi, hal itu dapat dilihat dari hasil pengisian angket *pre-test* dimana ia mendapatkan skor sebesar 137. Penyebab dari subyek tersebut mengalami rendah diri yang tinggi karena setiap berada di kelas dia selalu mendapat ejekan atau cemoohan dari teman-temannya hanya karena ras yang berbeda. Setiap harinya PR sudah mencoba untuk melaporkan kepada guru BK di sekolah akan tetapi guru BK yang bersangkutan hanya sekali menegor teman-teman dikelasnya dan hanya bertahan selama beberapa hari. PR mencoba untuk tidak menggubris ejekan teman-temannya akan tetapi dibalik semua itu, PR merasa tertekan ketika berada di kelas dan harus mendengarkan ejekan atau cemoohan teman-temannya dikarenakan dia merasa bahwa hal tersebut akan membuat PR takut untuk masuk kedalam kelas dan konsentrasi dengan baik dalam belajar. PR merupakan individu yang pendiam sehingga tidak banyak teman yang ia miliki untuk berbagi cerita mengenai hal yang dirasakan. Namun setelah diberikan penerapan teknik sosiodrama, PR mengalami penurunan rendah diri. Hal tersebut diketahui dari hasil angket *post-test* yang menunjukkan skor 101.

Grafik 3.2

Hasil Perubahan *Pre-test* dan *Post-test* subyek PR

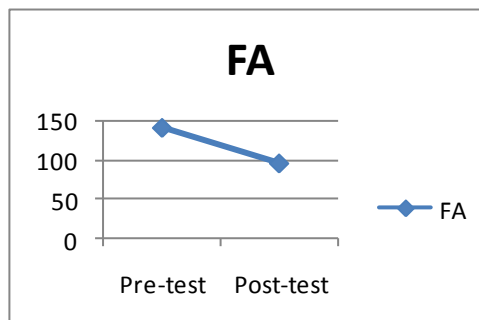


2. FA

Subyek FA mengalami rendah diri yang tinggi, hal itu dapat dilihat dari hasil pengisian angket *pre-test* dimana dia mendapatkan skor sebesar 141. Penyebab dari subyek tersebut mengalami rendah diri yang tinggi ialah dia merasa sering diejek oleh teman-temannya karena keadaan keluarga yang kurang berada, ayahnya seorang pedagang makanan khas anak sekolah yaitu *pentol*. FA merasa semua yang ia miliki memang tidak sama dengan teman-teman yang lain, uang yang dihasilkan ayahnya pun halal tidak dari hasil mencuri akan tetapi hal tersebut tidak terfikirkan dalam benak teman-temannya karena menurut FA yang mereka ketahui hanyalah mengejek FA setiap hari. Mulanya FA dapat menahan segala cemoohan teman-temannya sampai suatu ketika FA merasa sangat rendah diri karena pada waktu itu sekolah mengadakan KTS (Kegiatan Tengah Semester) dan ada seorang temannya yang menurut FA sudah keterlaluan sehingga membuat FA merasa sangat minder ketika berada di sekitar teman-temannya. Setelah pemberian teknik sosiodrama, perilaku FA kepada temannya mulai mengalami perubahan dimana dia mulai berani untuk menegaskan kepada teman-temannya bahwa pekerjaan ayahnya ialah pekerjaan yang halal dan tidak seharusnya mereka mengejek pekerjaan ayahnya. Hal tersebut dapat diketahui dari hasil angket *post-test* yang menunjukkan skor 95.

Grafik 3.3

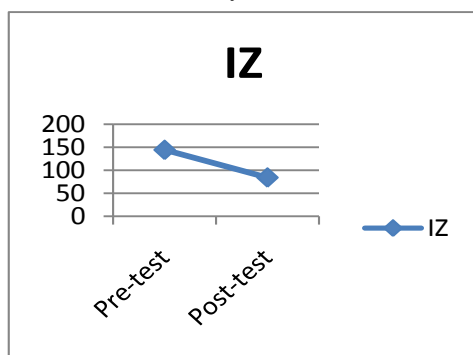
Hasil Perubahan *Pre-test* dan *Post-test* subyek FA



3. IZ

Subyek IZ mengalami rendah diri yang tinggi, hal itu dapat dilihat dari hasil pengisian angket *pre-test* dimana dia mendapatkan skor sebesar 144. Penyebab dari subyek tersebut mengalami rendah diri yang tinggi yaitu IZ dituduh oleh teman-teman sekelasnya sebagai seorang pencuri. IZ adalah siswa yang mendapat amant dari wali kelasnya untuk menjadi seorang bendahara bersama satu orang temannya, mereka duduk dalam satu bangku. Mulanya semua berjalan normal sampai pada akhirnya kejadian itu terjadi yakni IZ dan teman sebangkunya yang juga sebagai bendahara kelas menyimpang uang kas didalam dompet khusus uang kas kemudian dompet tersebut mereka letakan di dalam tas setelah itu mereka keluar untuk istirahat setelah jam istirahat usai mereka kembali kedalam kelas dan melihat dompet tersebut sudah tidak ada di dalam tas. Saat itu IZ dan temannya hanya diam karena takut dimarahi oleh wali kelas sampai pada akhirnya ketika wali kelas melakukan pengecekan mengenai uang kas IZ dan temannya mencoba untuk menjelaskan secara jujur akan tetapi teman-teman IZ dikelas tidak menggubris yang mereka tau hanyalah memberikain predikat pencuri kepada IZ dan temannya. Sehingga sampai saat ini pun IZ dijauhi oleh teman-temannya dan jika ada barang yang hilang IZ lah yang menjadi kambing hitam. Dia merasa lelah sendiri saat harus mengikuti semua perlakuan yang dilakukan oleh temannya. Setelah pemberian teknik sosiodrama, perilaku IZ kepada temannya mulai mengalami perubahan dimana dia sudah menyadari bahwa dia hanya dimanfaatkan dan mulai menegaskan hal yang benar kepada temannya sedikit demi sedikit dan mencari teman yang mengerti dia. Hal tersebut dapat diketahui dari hasil angket *post-test* yang menunjukkan skor 84.

Grafik 3.4
Hasil Perubahan *Pre-test* dan *Post-test* subyek IZ

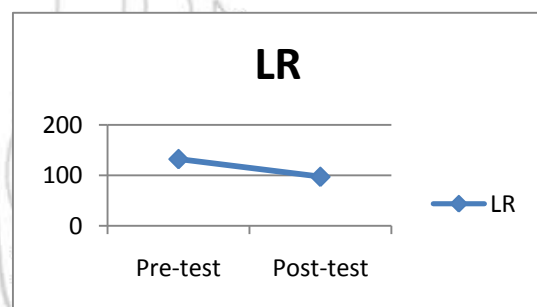


4. LR

Subyek LR mengalami rendah diri yang tinggi, hal itu dapat dilihat dari hasil pengisian angket *pre-test* dimana dia mendapatkan skor sebesar 132. Penyebab dari subyek tersebut mengalami rendah diri yang tinggi yaitu karena adanya perbedaan ekonomi keluarga. Seringkali LR meminjam sesuatu kepada temannya yang tidak ia miliki seperti halnya HP atau bahkan *gadget* lain yang sering dibawa ke sekolah oleh teman-temannya. Awlanya

teman-teman LR memberi pinjaman sampai pada akhirnya LR seringkali diejek oleh teman-temannya bahwa ia tidak mampu beli berarti tidak pantas untuk ikut bermain hal ini yang membuat LR merasa tertekan karena setiap teman-temannya bermain di kelas ia hanya bisa melihat dan terkadang dihina karena dirasa pengganggu oleh teman-temannya akan tetapi setelah pemberian teknik sosiodrama, perilaku LR mengalami perubahan dimana dia dapat menerima perkataan teman-temannya dengan lapang dada karena ia mampu meyakinkan dirinya sendiri bahwa sekalnya ia tidak memiliki barang seperti teman-temannya bukan menjadi masalah yang besar dalam hidupnya. Hal tersebut dapat diketahui dari hasil angket *post-test* yang menunjukkan skor 97.

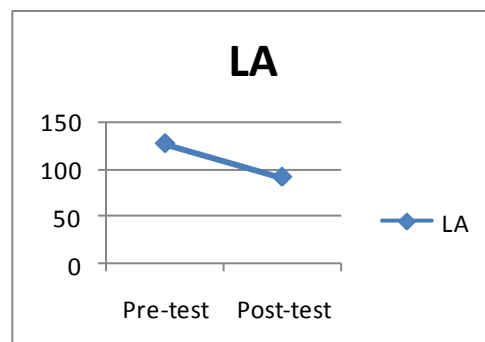
Grafik 3.5
Hasil Perubahan *Pre-test* dan *Post-test* subyek LR



5. LA

Subyek LA mengalami rendah diri yang tinggi, hal itu dapat dilihat dari hasil pengisian angket *pre-test* dimana dia mendapatkan skor sebesar 127. Penyebab dari subyek tersebut mengalami rendah diri yang tinggi yaitu ketidak sempurnaan dalam berbicara (cadel). Seringkali LA mendapat ejekan dari teman-teman sekelasnya karena ia cadel seperti menirukan gaya LA berbicara dan hal tersebut membuat LA risih serta minder karena kenapa harus LA juga menjadi bahan olok-olokan hanya karena ia cadel. Setelah pemberian teknik sosiodrama, perilaku LA mengalami perubahan dimana dia dapat lebih mengetahui bahwa dirinya ini spesial berbeda denagn teman-teman yang lain sehingga LA saat ini lebih bisa menganggap semua yang ada disekitarnya ialah hal yang positif. Hal tersebut dapat diketahui dari hasil angket *post-test* yang menunjukkan skor 91.

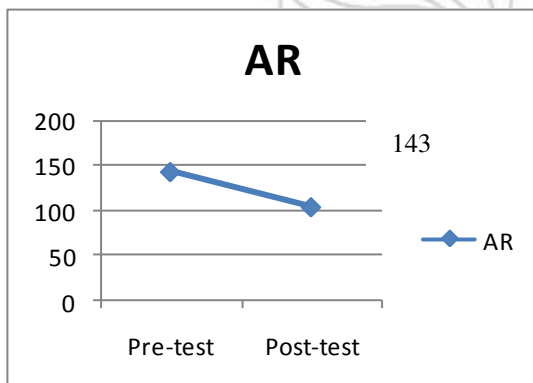
Grafik 3.6
Hasil Perubahan *Pre-test* dan *Post-test* subyek LA



6. AR

Subyek AR mengalami rendah diri yang tinggi, hal itu dapat dilihat dari hasil pengisian angket *pre-test* dimana dia mendapatkan skor sebesar 143. Penyebab dari subyek tersebut mengalami rendah diri yang tinggi yaitu sama halnya seperti IZ. AR merupakan teman sebangku IZ yang juga mendapat amanat sebagai bendahara kelas, hal yang dialami oleh AR ketika berada di kelas pun juga tidak jauh berbeda dengan IZ yang mana ia mendapat banyak tuduhan dan cemoohan dari teman-temannya serta AR juga mendapatkan predikat sebagai seorang pencuri. Setelah pemberian teknik sosiodrama, perilaku AR mengalami perubahan yaitu dia dapat memberikan penjelasan kepada temannya jika dia tidak melakukan hal tersebut secara baik-baik, dia juga berusaha untuk pura-pura tidak mendengar ejekan teman-temannya meskipun hal tersebut tidaklah mudah. Hal tersebut dapat diketahui dari hasil angket *post-test* yang menunjukkan skor 104.

Grafik 3.7 Hasil Perubahan *Pre-test* dan *Post-test* subyek AR

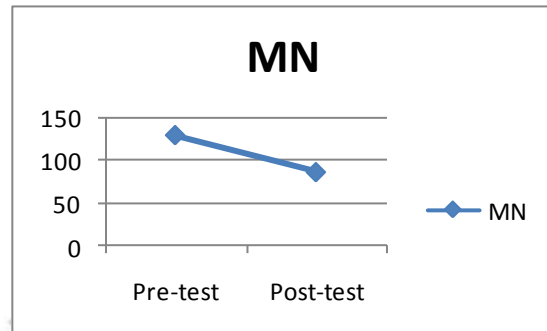


7. MN

Subyek MN mengalami rendah diri yang tinggi, hal itu dapat dilihat dari hasil pengisian angket *pre-test* dimana dia mendapatkan skor sebesar 129. Penyebab dari subyek tersebut mengalami rendah diri yang tinggi yaitu MN merasa tidak nyaman dengan teman-temannya. MN memiliki kekurangan pada fisiknya, tingg badannya tidak selayaknya seperti anak SMP pada umumnya. Dia selalu merasa teman-temannya memberikan julukan-julukan yang membuat MN merasa tidak nyaman ketika berada di dalam kelas karena hal tersebut hampir setiap hari dilakukan oleh teman-temannya sehingga ia hanya berteman dengan teman yang baik terhadapnya. Setelah pemberian teknik sosiodrama, perilaku MN mengalami perubahan yaitu dia sadar bahwa perilakunya salah tidak seharusnya MN ikut membenci teman-teman yang menghinanya hanya karena minder padahal ia dapat melakukan kegiatan apa saja dengan berkumpul bersama teman-temannya. Hal tersebut dapat diketahui dari hasil angket *post-test* yang menunjukkan skor 86.

Grafik 3.8

Hasil Perubahan *Pre-test* dan *Post-test* subyek MN

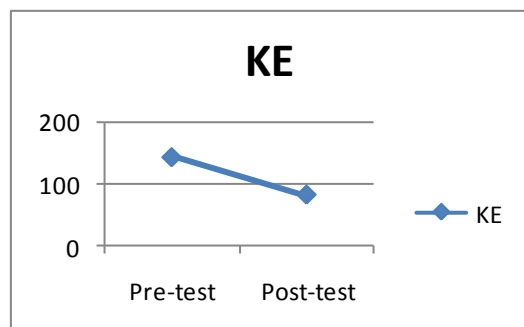


8. KE

Subyek KE mengalami rendah diri yang tinggi, hal itu dapat dilihat dari hasil pengisian angket *pre-test* dimana dia mendapatkan skor sebesar 143. Penyebab dari subyek tersebut mengalami rendah diri yang tinggi yaitu dia mengalami hal yang sama seperti MN kurangnya keadaan fisik. Keadaan yang membuat KE mengalami hal tersebut, sewaktu ia masih duduk di bangku Sekolah Dasar KE mengalami kecelakaan yang mengakibatkan salah satu jarinya tidak normal seperti teman-teman yang lain. Mulanya memang KE tidak dapat menerima hal tersebut tapi orangtua KE memberikan keyakinan pada KE untuk mengikhlaskan keadaan sampai pada akhirnya KE masuk ke bangku SMP dan kembali merasakan hal yang sama seperti KE rasakan ketika masih duduk di bangku Sekolah Dasar. KE seringkali mendapat ejekan dari teman-temannya entah itu berupa ucapan atau bahkan tindakan. Hal tersebut membuat KE minder dan seringkali terlihat murung ketika berada di dalam kelas. Setelah pemberian teknik sosiodrama, perilaku KE terdapat perubahan diantaranya mengikhlaskan segala kejadian yang telah terjadi dan mensyukuri segala kenikmatan yang ia miliki saat ini serta membalas segala perbuatan teman-temannya dengan kebaikan. Hal tersebut dapat diketahui dari hasil angket *post-test* yang menunjukkan skor 82.

Grafik 3.9

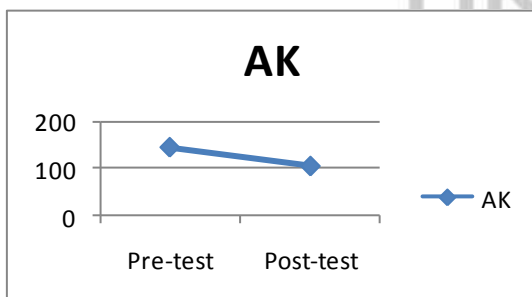
Hasil Perubahan *Pre-test* dan *Post-test* subyek KE



9. AK

Subyek AK mengalami rendah diri yang tinggi, hal itu dapat dilihat dari hasil pengisian angket *pre-test* dimana dia mendapatkan skor sebesar 145. Penyebab dari subyek tersebut mengalami rendah diri yang tinggi yaitu seringkali mendapat berbagai macam julukan karena prestasi yang ia miliki jauh berbeda dengan teman-teman dikelasnya. Mulanya julukan tersebut hadir karena seorang guru meminta salah satu muridnya untuk mengerjakan soal di papan tulis, guru tersebut menunjuk AK untuk maju kedepan. Ketika berada di depan AK merasa kesusahan dalam mengerjakan dan membuat guru tersebut geram sampai pada akhirnya guru tersebut mengeluarkan satu kata yang dirasa AK sangat menyayat hati dan kata tersebut di ingat dengan baik oleh teman-temannya sehingga teman-temannya seringkali memanggil AK dengan kata tersebut. Hal itu membuat AK sangat sedih dan menganggap dirinya adalah anak yang paling bodoh sehingga ia juga menutup diri ketika berada di kelas kecuali dengan teman sebangkunya. Setelah pemberian teknik sosiodrama, perilaku AK mengalami perubahan yang mana dia harus melakukan suatu hal yang dapat membuat julukan tersebut hilang yaitu belajar dengan giat serta membuktikan kepada teman-temannya bahwa sebenarnya ia mampu. Hal tersebut dapat diketahui dari hasil angket *post-test* yang menunjukkan skor 106.

Grafik 3.10
Hasil Perubahan *Pre-test* dan *Post-test* subyek AK

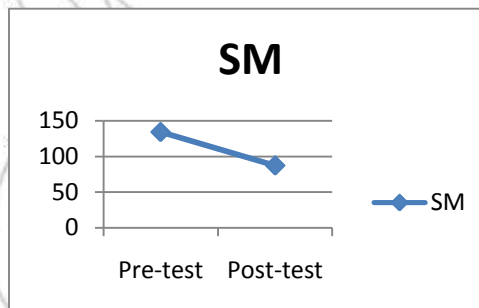


10. SM

Subyek SM mengalami rendah diri yang tinggi, hal itu dapat dilihat dari hasil pengisian angket *pre-test* dimana dia mendapatkan skor sebesar 134. Penyebab dari subyek tersebut mengalami rendah diri yang tinggi yaitu merasa tidak bebas ketika berada di kelas karena SM seringkali mendapatkan berbagai macam julukan karena tubuhnya yang besar serta menjadi orang suruhan oleh teman-teman sekelasnya. SM hanya diam ketika teman-temannya mencemooh atau bahkan memerintah SM padahal dibalik itu semua dia merasa dongkol dan paham betul bahwa hanya dimanfaatkan oleh temannya. SM beranggapan bahwa dirinya pantas untuk melakukan hal tersebut agar tidak diejek lagi tetapi hal tersebut tidak memiliki pengaruh terhadap teman-temannya. Sampai pada akhirnya SM memilih menjauh dari mereka dan menolak segala perintah mereka akan tetapi SM malah

mendapatkan cacian serta ejekan yang lebih parah, hal tersebut membuat SM tidak nyaman berada di kelas. Setelah pemberian teknik sosiodrama, perilaku SM mengalami perubahan yang mana SM mengetahui akibat jika terus menerus tidak nyaman dikelas akan membuat prestasi belajarnya tidak membaik serta mensyukuri apapun yang ia miliki saat ini karena Tuhan telah memberikan kelebihan pada masing-masing umat-Nya. Hal tersebut dapat diketahui dari hasil angket *post-test* yang menunjukkan skor 87.

Grafik 4.1
Hasil Perubahan *Pre-test* dan *Post-test* subyek SM



PENUTUP

Simpulan

Secara garis besar kegiatan teknik sosiodrama yang diberikan kepada sepuluh siswa dengan tujuan mengurangi rasa rendah diri yang tinggi memiliki beberapa manfaat yang penting bagi siswa, diantaranya adalah siswa lebih positif dalam menghadapi suatu permasalahan hidup yang dialami, siswa lebih mengetahui bagaimana cara menyelesaikan masalah tanpa menyakiti orang lain, serta siswa jauh lebih semangat untuk menjadi yang lebih baik sehingga mampu mewujudkan cita-citanya, dan yang terakhir adalah bagaimana mereka bisa mampu memunculkan tindakan baik ketika mereka sedang dicemooh oleh teman-temannya.

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan, maka ada beberapa saran yang bisa dipertimbangkan, sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Tindakan preventif yang dilakukan pihak sekolah bersifat universal, sedangkan berdasarkan pada studi pendahuluanterdapat beberapa siswa yang kurang bisa mengelola dirinya sehingga beberapa permasalahan timbul dikarenakan siswa-siswa tersebut tidak memiliki keterampilan dalam menghadapi permasalahan yang dialami ketika berada di sekolah. Apabila siswa yang beresiko tersebut tidak diberikan intervensi secara khusus, maka bukan tidak mungkin siswa tersebut akan melakukan perilaku yang kurang berkenan akibat keadaan lingkungannya yang tidak kondusif.

Penerapan Konseling Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri pada Korban Bullying di Kelas VII-C SMPN 33 Surabaya

2. Konselor Sekolah

Dengan adanya bukti bahwa penerapan teknik sosiodrama dapat mengurangi rasa rendah diri yang tinggi pada siswa, diharapkan konselor sekolah lebih kreatif dan inovatif dalam pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan dan konseling, baik secara klasikal maupun kelompok sehingga siswa dapat lebih antusias dan memahami peranan Bimbingan dan Konseling di sekolah yang bermanfaat dan menyenangkan.

3. Bagi Peneliti lain

Pada penelitian ini penerapan teknik sosiodrama dilakukan dalam empat sesi dengan jumlah subyek sebanyak sepuluh siswa. Peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengkombinasikan dari berbagai teknik dan menambahkan jumlah pertemuan sehingga peningkatan lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwi, Hasan. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Edisi Ketiga. Jakarta: Balai Pustaka.
- Ansori, Muslich & Iswati, Sri. 2009. *Buku Ajar: Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Unair.
- Astuti, Ponny Retno. 2008. *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Mengatasi Kekerasan pada Anak*. Jakarta: Grasindo.
- Centi. 1993. *Mengapa Rendah Diri?*. Kanisius : Yogyakarta
- Coloroso, Barbara. 2007. *Stop Bullying (Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah Hingga SMU)*. Jakarta: PT. Ikrar Mandiri abadi.
- Corey, Gerald. 2005. *Teori dan Praktek Konseling Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama
- Cowie, Helen dan Jennifer, Dawn. 2009. *Penanganan Kekerasan di Sekolah Pendekatan Lingkup Sekolah untuk Mencapai Praktik Terbaik*. Jakarta: Indeks.
- Darminto, Eko. 2007. *Teori dan Praktek Konseling dari Berbagai Orientasi*

Teoritik dan Pendekatan. Surabaya : Unesa University Press.

- Gunarsa, Singgih. 1981. *Psikologi Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hartinah, Sitti. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan dan Kelompok*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Ida Novianti. 2008. "Fenomena Kekerasan di Lingkungan Pendidikan". *Jurnal Pemikiran Alternatif Pendidikan*. Vol. 13 (2): 324-338.
- Isuilaningtyas, Erna. 2012. Cara Menghilangkan Rasa Rendah Diri. Psikologi Kepribadian (online), (<http://berandapsikologi.blogspot.com>, diakses 20 Februari 2016)
- Jones Richardson N. 2011. *Teori dan Praktek Konseling dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nurhisan. (2005). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Mutiara.
- Prayitno, 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Padang: Ghalia Indonesia.
- Prayitno, H. & Erman Amti. 2009. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Rineke Cipta.
- Rintyastini, Yulita. 2003. *Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Pertama*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Rochayatiningsih, Iceu. 2013. "Perilaku Bullying Siswa Sekolah Menengah Pertama di Lingkungan Sekolah". Skripsi Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rosyidan. Ed. 1994. *Pendekatan-pendekatan Modern Dalam Konseling*. Malang: Jurusan PPB FIP IKIP Malang.
- Rudi, T. 2010. "Informasi Perihal Bullying". *E-book Indonesia Anti Bullying*. Edisi Maret 2010.
- Sari, Erlina Permata. 2013. "Pengembangan Model Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Sikap Prososial". Skripsi

Penerapan Konseling Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri pada Korban Bullying di Kelas VII-C SMPN 33 Surabaya

Fakultas Bimbingan dan Konseling
Universitas Negeri Semarang.

Siswati dan Costrie Ganes Widayanti. 2009.

“Fenomena *Bullying* di Sedkolah Dasar Negeri di Semarang”. *Jurnal Psikologi UNDIP* Vol. 5 No. 2 Desember.

Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono.2012. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung. Alfabeta

Suryabrata, Sumadi. 2003. *Metodologi penelitian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Syamsu Yusuf LN. (2003). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Rosda Karya Remaja

Tohirin, 2007. *Bimbingan Bimbingan di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Yayasan Semai Jiwa Insani, 2008. *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan*. Jakarta: Grasindo.

