

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. *Bullying*

a. Pengertian *Bullying*

Istilah *bullying* berasal dari kata “*bull*” yang memiliki arti sebagai banteng yang suka menyeruduk ke sana ke sini. Kata *bullying* yang merupakan kata serapan dari bahasa inggris yang dalam bahasa Indonesia disebut sebagai “*bully*” dengan maknanya yaitu ancaman kuat atau sangat kuat dari pihak tertentu yang diperuntukkan bagi pihak yang lemah. Secara etimologi, kata *bully* bermakna sebagai penggertak, orang yang mengganggu orang lemah. Tidak hanya itu, menurut pengertian *bullying* juga dikemukakan oleh beberapa orang, di antaranya adalah Craig dan Pepler pada karya ilmiah yang berjudul *Observations of Bullying and Victimization in the School Yard* yang mendefinisikan *bullying* sebagai suatu tindakan negatif secara fisik atau lisan yang menunjukkan sikap permusuhan, sehingga menimbulkan stres bagi korbannya, berulang dalam kurun waktu tertentu dan melibatkan perbedaan kekuatan antara pelaku dan korbannya.¹

Bullying merupakan tindakan penggunaan kekuasaan demi menyakiti orang lain baik secara fisik, verbal maupun psikologis yang membuat korban akan merasa tertekan dengan perilaku yang didapatnya, korban akan merasa tertekan, bahkan sampai trauma sekalipun. Orang yang melakukan *bullying* seting disebut dengan istilah *bully*. Perlakuan *bullying* ini dapat terjadi kepada siapapun tanpa mengenal gender maupun usia. Bahkan, *bullying* ini sering teradi diklangan remaja di lingkungan sekolah atau bahkan dilingkungan rumah sekalipun. Pada saat ini

¹ W. M. Craig dan D. J. Pepler, *Observations of Bullying and Victimization in the School Yard*. *Canadian Journal Of School Psychology*. Vol. 2, No. 13, (1998), 41-59.

lingkungan pendidikanlah yang terdapat banyak perilaku *bullying*.²

Bullying berdampak sangat besar bahkan berdampak cukup serius bagi para korban. *Bullying* yang diterima korban dimasa kecil, memiliki efek untuk jangka panjangnya. Korban yang mengalami *bullying* dapat berdampak membuat korban sampai mengalami depresi, rendah diri dan kesulitan hubungan interpersonal di masa yang akan datang yaitu saat dewasa. Korban *bullying* juga lebih rentan terhadap pikiran untuk melakukan perbuatan yang fatal seperti percobaan bunuh diri dan melakukan tindakan balas dendam.

Penulis dapat menarik kesimpulan bahwa *bullying* merupakan suatu perilaku agresif yang bersifat negatif pada seseorang atau sekelompok orang yang dilakukan secara berulang-ulang dan dengan sengaja untuk menyakiti orang lain baik secara fisik ataupun mental karena adanya penyalahgunaan ketidakseimbangan kekuatan.

Pengaruh yang dihasilkan dalam jangka pendek akibat penindasan ialah, menurunnya minat terhadap pelajaran tertentu dan minat untuk mengikuti kegiatan sekolah, sedangkan pengaruh yang diakibatkan dalam jangka Panjang ialah kesulitan dalam berinteraksi dengan lawab jenis, merasa cemas ketika mendapat perilaku yang kurang nyaman dari teman-temannya.

b. Ciri-Ciri Pelaku *Bullying*

Orang yang melakukan *bullying* mempunyai ciri ciri sebagai berikut: 1) Mudah terhasut oleh situasi sekitar, 2) Beranggapan bahwa tindakan agresif adalah hal yang biasa dilakukan, 3) Fisik yang kuat dimiliki oleh anak laki-laki daripada teman sebayanya, 4) Anak

² Muhammad Putra Dinata Saragi dkk, “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dalam Mengatasi *Bullying* di Yayasan Penantuan Anak Yatim Piatu”. Vol. 8, No. 5 (2022), 271.

perempuan cenderung memiliki fisik yang lemah, 5) suka mendominasi orang lain.

Ciri-ciri lain pelaku *bullying* yani: 1) Sering berjalan di barisan depan, 2) Suka berkelompok dan menguasai sekolah, 3) Sering berkata kasar, 4) Menyepelekan atau melecehkan, 5) gerak geriknya mudah diingat, 6) merupakan orang yang cukup populer disekolah³

Menurut Debord & Stephani, adapun ciri-ciri dari pelaku *bullying* adalah: 1) Bersikap agresif untuk mendapat perhatian dari orang lain, 2) Sulit bertanggung jawab dan tidak punya rasa empati, 3) ridak adanya rasa penyesalan dan bersalah dalam diri pelaku *bullying*, 4) Beanggapan bahwa dirinya lebih unggul dibanding yang lain, 5) Memiliki jalan pikiran yang kurang realistis.⁴

Dari beberapa pendapat diatas, penulis menjadikan pendapat Sasa sebagai acuan dari skala penelitian pelaku *bullying* yaitu: berjalan di barisan depan, suka berkelompok atau menguasai sekolah, sering berkata kasar kepada orang lain, menyepelekan, orang yang cukup populer disekolah, dan tingkah lakunya mudah di ingat semua pihak.

Peneliti memilih acuan skala ini karena kasus tindakan membuli yang terjadi disekolah tersebut dilakukan bukan hanya satu orang saja, melainkan sekelompok orang yang tergabung dalam suatu grup dalam sekolah atau satu kelas. Pelaku *bullying* akan berkata kasar kepada korban apabila korban tidak mengikuti apa yang di inginkan oleh pelaku.

c. Jenis *Bullying*

Berdasarkan buku berjudul “The Bully, The Bullied, and The Bystander”, karya Barbara Coloroso

³ Astuti, P.R, “Meredam *Bullying* 3 Cara Efektif Meredam KAP (Kekerasan Pada Anak)”, (Jakarta; Grasindo, 2009), 8.

⁴ Sejiwa, *Bullying*, “Mengatasi Kekerasan Disekolah Dan Lingkungan Sekitar Ana”, (Jakarta: Grasindo, 2008), 34-36.

dikemukakan bahwa terdapat tiga jenis dari perilaku *bullying*, yaitu:⁵

1) *Bullying* Fisik

Bullying fisik merupakan suatu tindakan kekerasan yang dilakukan kepada seseorang atau kelompok dengan cara menyerang anggota fisik korban. Contohnya adalah memukul, mencakar, menarik rambut, menggigit, mencekik, serta menendang.

2) *Bullying* Verbal

Kekerasan verbal pada umumnya sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Kekerasan ini menggunakan perkataan sebagai media dalam melakukan *bullying*, contohnya dapat berupa mengejek, memberikan kritik yang kejam, penghinaan, pernyataan yang bernuansa seksual, serta gosip.

3) *Bullying* mental atau psikologis

Bullying ini merupakan jenis *bullying* yang paling berbahaya karena tidak tertangkap mata atau telinga jika tidak cukup awas mendeteksinya. Praktek *bullying* ini terjadi diam-diam dan di luar radar pemantauan. Adapun contoh *bullying* mental psikologis antara lain: memandang sinis, memandang penuh ancaman, mendiamkan, mengucilkan, meneror lewat pesan pendek telepon genggam, memandang yang merendahkan, memelototi, dan mencibir.

Sedangkan Riauskina, dkk dalam Ariseto mengemukakan ada 5 kategori *bullying* diantaranya: kontak fisik secara Kontak langsung (menggigit, menendang dan mengancam)mengganggu, menelpon secara berulang kali, mencela, dan menyebar gossip), perilaku non-verbal tidak langsung(diam, menjaga jarak, memanipulasi persahabatan hingga putus, dan mengabaikan), perilaku non verbal(menatap sinis, menjulurkan lidah, memperlihatkan ekspresi wajah

⁵ B. Coloroso, *The Bully, The Bullied, and The Bystander*. (New York: Harper Collins, 2007)

yang merendahkan, menghina atau mengancam), dan perilaku melecehkan (ini dikategorikan sebagai tindak perilaku agresi fisik atau verbal).⁶

d. Faktor Yang Mempengaruhi *Bullying*

Adapun faktor penyebab tindak *bullying* diantaranya:⁷

1) Keluarga

Keluarga yang bermasalah umumnya cenderung menghasilkan anak-anak yang melakukan tindakan *bullying*. Anak akan mempelajari konflik yang terjadi pada orang tuanya lalu diterapkan terhadap teman-temannya.

2) Sekolah

Ketentuan sekolah yang kurang ketat terhadap kasus *bullying* akan memberikan sinyal kepada siswa bahwa perilaku *bullying* bukanlah hal yang salah. Hal ini akan menjadikan peserta didik sebagai individu yang menganggap lumrah perilaku *bullying*.

3) Kelompok Sebaya

Interaksi yang terjadi pada anak-anak kadang kala memicu terjadinya perilaku *bullying*. Anak yang senang melakukan *bullying* akan mempengaruhi anak lainnya yang berteman baik dengan dia untuk ikut melakukan *bullying*.

4) Kondisi Lingkungan Sosial

Salah satu faktor lingkungan yang menyebabkan perilaku *bullying* adalah kemiskinan. Mereka yang hidup dalam kekurangan akan melakukan apa saja untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, hal ini menyebabkan adanya kasus pemalakan yang dilakukan baik di lingkungan sekitar maupun di sekolah.

⁶ Ela Zakiyah, dkk, "Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan *Bullying*", Jurnal Penelitian & PPM, (2017), Vol 4, No 2, 5-6.

⁷ A. Ariesto, *Pelaksanaan Program Antibullying Teacher Empowerment*. Skripsi, Universitas Indonesia, Ilmu Kesejahteraan Sosial, Jakarta, (2009).

5) Media Informasi

Media yang awalnya bertujuan untuk menyebarkan informasi dan membangun relasi seringkali disalahgunakan oleh pihak tertentu untuk melakukan hal negatif, hal negatif inilah yang kemudian ditiru oleh penonton sehingga dapat memicu terjadinya kasus *bullying*.

e. Dampak *Bullying*

Rasa tidak aman, merasa rendah diri, depresi, stres dan bisa berakhir dengan bunuh diri. Dan dalam waktu yang lama korban *bullying* dapat menderita masalah emosional dan juga perilaku. Dampak jangka panjang yang muncul tidak dapat di sadari oleh korban, pelaku, guru bahkan orang tua. Hal ini dikarenakan dampak *bullying* lebih bersifat praktis dan emosi yang tidak terlihat dan proses nya berjalan dengan lambat dan langsung muncul saat itu juga. Berikut adalah tanda-tanda anak mengalami *bullying* yang harus diwaspadai:

- 1) Sulit tidur
- 2) Sulit berkonsentrasi
- 3) Sering membolos sekolah
- 4) Menjauhkan diri dari berbagai aktivitas
- 5) Selalu merasa gelisah
- 6) Sering mengeluh kehilangan barang, kepercayaan, mudah cemas, dan menutup diri dari orang lain
- 7) Turunya prestasi belajar disekolah
- 8) Adanya luka di bagian tubuh

Tetapi tidak mudah untuk mengetahui apakah anak-anak mengalami *bullying* atau tidak, banyak tanda yang muncul dan hampir mirip dengan perlakuan *bullying*. Tindak kekerasan yang dilakukan oleh pihak sekolah bisa menurunkan prestasi atau motivasi belajar pada peserta didik dan akan sulit menerima pembelajaran ketika disekolah, selain itu peserta didik akan membenci dan takut tergadap pihak terkait disekolah.

Beberapa kasus dampak secara fisik yang dialami peserta didik akan mengakibatkan hilangnya

nyawa, sedangkan secara psikologis dampak yang muncul yakni turunya kesejahteraan psikologis, buruknya penyesuaian sosial, sering marah, mempunyai rasa dendam, merasa. Sering kali anak yang mengalami tindakan ini menginginkan untuk pindah sekolah dan sering tidak masuk.

Dampak *bullying* juga dirasakan oleh pelaku *bullying*, dampak yang terjadi diantaranya: pelaku akan merasa tidak aman, tidak semangat saat belajar, menurunnya prestasi akademik yang dimiliki, beresiko besar mengalami depresi, dan rendahnya harga diri di kehidupan selanjutnya, selain itu anak akan beresiko untuk meninggalkan rumah, bunuh diri, mabok, hingga penyalahgunaan narkoba.⁸

f. Solusi Untuk Mengatasi *Bullying*

Tindakan terbaik yang harus diambil adalah tidak hanya menghentikan perilaku intimidasi amun juga mengakhirinya, dengan melibatkan siswa, orang tua, dan instruktur dalam prosesnya..⁹ Upaya mencegah dan mengatasi *bullying* di sekolah antara lain:

1) Menciptakan Budaya Sekolah yang Beratmosfer Belajar yang Baik

Menciptakan budaya sekolah yang beratmosfer belajar tanpa rasa takut, melalui pendidikan karakter, menciptakan kebijakan pencegahan *bullying* di sekolah dengan membangun kesadaran tentang *bullying* dan pencegahannya kepada stakeholders sampai ke tingkat rumah tangga dan tempat tinggal.

2) Menata Lingkungan Sekolah Dengan Baik

Menata lingkungan sekolah dengan baik, asri dan hijau sehingga peserta didik merasa nyaman

⁸ Raudhah Jasmin, Skripsi, “Penerapan Teknik Assertive Training Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa SMP Negri 3 Meulaboh”, (Banda Aceh: Universitas Negri Ar- Raniry, 2021)

⁹ A1. Tridhonanto , *Op. Cit*, 63.

juga merupakan faktor yang sangat berpengaruh dan akan membantu untuk pencegahan *bullying*.

3) Dukungan Sekolah terhadap Kegiatan Positif Peserta Didik

Sekolah sebaiknya mendukung kelompok-kelompok kegiatan agar diikuti oleh seluruh peserta didik. Selanjutnya sekolah menyediakan akses pengaduan atau forum dialog antara peserta didik dan sekolah, atau orangtua dan sekolah, dan membangun aturan sekolah dan sanksi yang jelas terhadap tindakan *bullying*.¹⁰

g. *Bullying* dalam Al-Qur'an

Didalam Al- Qur'an sendiri perilaku *bullying* mempunyai arti perilaku yang dapat merendahkan, hal tersebut dilakukan oleh pelaku untuk mencoba menurunkan mental pada korban *bullying*. Didalam agama Islam sangat melarang keras dan tidak menganjurkan perilaku tersebut.

Adapun ayat-ayat didalam Al- Qur'an yang membahas mengenai perilaku *bullying* terdapat dalam surat Al-Hujurat ayat 11 dan surat Al-Ahzab ayat 70-71 yang berbunyi:

1) Surat Al-Hujurat ayat: 11

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَن
يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن
يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا
بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ
يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

¹⁰ Ayu Widya Rachma, “Upaya Pencegahan Bullying Di Lingkup Sekolah”, *Jurnal Hukum dan Pembangunan Ekonomi* 10, nno. 2 (2022): 254-255, <https://jurnal.uns.ac.id/hpe/article/download/6287/pdf>

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olokkan) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela satu sama lain dan janganlah saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barangsiapa tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.” (QS. Al-hujurat: 11).

2) Surat Al-Ahzab ayat: 70-71

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا .
يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَمَنْ يُطِيعِ
اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kamu kepada Allah dan katakanlah perkataan yang benar. niscaya Allah memperbaiki bagimu amalan-amalanmu dan mengampuni bagimu dosa-dosamu. Dan barangsiapa mentaati Allah dan Rasul-Nya, maka sesungguhnya ia telah mendapat kemenangan yang besar. (QS. Al-Azhab 70-71).

Ayat tersebut menjelaskan mengenai larangan untuk mengolok-olok, menghina, mengejek, merendahkan seseorang. Didalam hal ini seseorang yang suka mencari permasalahan dengan orang lain, sesungguhnya dia lupa dengan kesalahan yang ada pada dirinya. Nabi Muhammad SAW pernah mengatakan bahwa “kesombongan itu adalah menolak kebenaran dan memandang rendah manusia”. Dan akibatnya bagi pelaku tindakan tersebut Allah SWT akan membalas apa yang diperbuat dengan setimpal.

Dari kedua ayat tersebut tentunya sebagai manusia yang beriman janganlah melakukan tindakan tersebut karena selain dapat menyakiti perasaan orang lain, juga berdampak terhadap kesehatan mental yang orang tersebut miliki, dan belum tentu juga apabila diri kita mendapatkan perlakuan yang sama, kita bisa menerima perlakuan tersebut dengan senang hati.¹¹

2. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling secara bahasa berasal dari bahasa latin, yakni “*consillium*” yang mempunyai arti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau memahami”, sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari kata “*sellan*” yang berarti “menyerahkan” atau menyampaikan”. Berdasarkan yang di paparkan oleh *division of counseling psychology* Konseling ialah prosedur yang dapat dilakukan kapan saja untuk membantu orang mengatasi tantangan perkembangan dan mencapai pengembangan unik mereka sebaik mungkin.¹²

¹¹Li Mauzila, *Al-Quran Memandang Isu Anti Bullying Study Penafsiran Tematik Ayat Ayat Tentang Anti Bullying*, 10.

¹²Prayitno dan Emmran Amtti, *Dassar-Dassar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Reneka Cipta, 2018), 99-100.

untuk membuat klien merasa gembira, konseling bertujuan untuk mendukung orang-orang ketika mereka terlibat satu sama lain dan lingkungan mereka, memungkinkan mereka untuk menetapkan tujuan dan membuat keputusan berdasarkan keyakinan inti mereka.¹³

Konseling kelompok adalah dukungan terapan dan preventif yang diberikan kepada individu dalam kelompok dengan tujuan meningkatkan pengembangan pribadi mereka. konseling kelompok dapat membantu individu tumbuh dan berkembang dengan memberikan mereka kesempatan untuk mengubah sikap dan perilaku agar lebih sesuai lingkungannya dan dengan menawarkan dukungan dan dorongan.¹⁴

konseling kelompok adalah sejenis layanan dukungan yang membantu orang mencegah dan mengatasi masalah, serta meningkatkan ketrampilan pribadi masalah-masalah antar yang dialami oleh individu. Konseling kelompok ini dilaksanakan dengan jumlah anggota 4 sampai 12 orang. Tujuan pemberian pengetahuan untuk mengembangkan pemahaman tentang realitas, aturan dalam kehidupan, strategi mengatasi masalah, dan mengantisipasi masa depan di sekolah, pekerjaan, atau kehidupan. Kegiatan ditujukan untuk meningkatkan kesadaran diri, kesadaran lingkungan, penyesuaian diri, dan pengembangan diri.¹⁵

berdasarkan rangkuman yang diberikan diatas, penulis menyatakan bahwa konseling kelompok merupakan suatu layanan yang memungkinkan siswa untuk memberikan memfasilitasi diskusi dan menawarkan bantuan dari masalah individu kepada anggota kelompok lainya melalui dinamika kelompok.

¹³ Achmmadd Junntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Belakang*, (Bandung: Refika Aditama, 2007), 10.

¹⁴ Achmad Juntika, *Ibid*, 24.

¹⁵ Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung: PT Refika Aditama 2018), 23.

konselor berfungsi fasilitator kelompok, memungkinkan siswa menyadari sepenuhnya potensi mereka .

b. Tujuan Konseling Kelompok

1) Tujuan Secara Umum

Untuk membantu peserta didik meningkatkan keterampilan sosialisasi mereka, terutama kemampuan mereka untuk berkomunikasi dengan peserta layanan. Dalam kaitan ini, seringkali kemampuan seseorang untuk berkomunikasi/berinteraksi terhambat Menurutmu uraian penulis, terdapat sentimen, gagasan, persepsi, wawasan, dan sikap yang subyektif, terbatas, dan tidak efektif. ikiran yang sulit atau beku dapat dicairkan secara dinamis dengan masukan yang berbeda, solusi , layanan terapi kelompok, dan hal-hal yang menjungkirbalikkan atau menghancurkan sentimen dapat diartikulasikan, dilonggarkan, diregangkan, dengan berbagai cara. Melalui peleburan pikiran, kesadaran, dan penjelasan, persepsi dan wawasan yang sempit diluruskan dan diperluas, dan sikap yang tidak objektif, terkekang, tidak terkendali, dan tidak efektif dapat diganti dengan sikap yang lebih efektif.¹⁶

2) Tujuan Secara Khusus

Secara khusus nya konseling kelompok bertujuan untuk mendorong munculnya perilaku individu serta tumbuhnya emosi, gagasan, persepsi, dan sikap yang mengarah pada perilaku bertanggung jawab, khususnya dalam bersosialisasi dan berkomunikasi, karena hal ini berdampak pada penyelesaian permasalahan yang dihadapi oleh individu anggota kelompok yang

¹⁶ Prayitno, *Jenis Layanan Dan Kegiatan Pendukung Konseling*, 150-151

bergelut dengan hidupnya pengembangan diri melalui penggunaan dinamika kelompok.¹⁷

c. Manfaat Konseling Kelompok

Adapun beberapa manfaat yang bisa didapatkan oleh anggota kelompok melalui layanan konseling kelompok antara lain:

- 1) sesuai dengan uraian penulis berikan, memberikan inspirasi dan dorongan kepada orang lain .
- 2) memberi peserta rasa aman yang diperlukan agar mereka dapat terlibat secara bebas dan impulsive serta mengambil risiko untuk melakukan hal tersebut
- 3) Memberikan beberapa pengalaman dalam kelompok yang memebantu mereka untuk belajar berfungsi secara aktif
- 4) Toleransi terhadap sesama anggota kelompok
- 5) Dengan adanya interaksi dalam kelompok akan membantu menyadarkan diri bahwa cara pandang setiap individu itu berbeda
- 6) Dapat membuat seseorang mempertimbangkan persepsi lain dalam dirinya
- 7) Dengan berinteraksi dengan kelompok akan mengembangkan keterampilan, kepercayaan terhadap diri maupun orang lain, dan mampu berfikir positif terhadap hal hak yang dihadapi.

d. Asas-Asas Konseling Kelompok

Menurut prayitno dalam konseling kelompok, asas yang dipakai:

- 1) Kerahasiaan
Masalah pribadi para member masalah yang mereka sembunyikan mengganggu emosi, keinginan dan aktivitas sehari-hari).
- 2) Kesukarelaan
Gagasan yang menetapkan bahwa siswa harus puasa dan bersemangat untuk terlibat dalam layanan atau kegiatan yang dimaksudkan untuk

¹⁷Prayitno, *Jenis Layanan Dann Kegiatan Penddukung Konnseling*, (Padang: Universitas Negri Padang, 2012), 152.

mereka. Adalah tugas mengawasi guru untuk mempromosikan dan memajukan kesukarelaan.

3) Keterbukaan

Gagasan yang menyatakan siswa yang menjadi focus pelayanan atau kegiatan harus jujur dan terbuka dalam memberi dan menerima informasi tentang dirinya. banyak sumber daya dan informasi luar yang bermanfaat bagi pertumbuhannya. tugas dosen pembimbing adalah menumbuhkan keterbukaan mahasiswa agar mau transparan yang pertama dan terpenting, supervisor harus tulus dan tidak bertindak palsu. nilai-nilai kesukarelaan dan kerahasiaan sangat terkait dengan transparansi.

4) Kegiatan

sesuai dengan pemikirannya, konseling kelompok tidak dapat terlaksanakan tanpa partisipasi aktif dari siswa yang menjadi penerima layanan yang dituju. guru yang bertanggung jawab atas supervise harus menginspirasi dan mendorong siswa untuk berpartisipasi penuh dalam semua kegiatan yang di tawarkan kepada mereka.¹⁸

e. Kelebihan dan Kekurangan Konseling Kelompok

1) Kelebihan

- a) Praktis
- b) Memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk saling memberi dan menerima umpan balik
- c) Anggota belajar untuk berlatih tentang perilakunya yang baru
- d) Dapat digunakan untuk menggali tiap masalah yang dialami anggota
- e) Belajar untuk meningkatkan kepercayaan kepada orang lain
- f) Dapat meningkatkan sistem dukungan dengan cara berteman akrab dengan anggota lain

¹⁸ Prayitno, *Op. Cit*, 14-15.

2) Kekurangan

- Tidak semua cocok berada dalam kelompok
- Kelompok digunakan sebagai tujuan
- Perhatian konselor lebih menyebar
- Sulit untuk dibina kepercayaan
- Klien sering mengharapkan terlalu banyak dari kelompok, sehingga ia tidak berusaha untuk berubah.¹⁹

e. Tahapan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok memiliki beberapa tahapan. Para ahli pada umumnya menggunakan istilah yang berbeda untuk tahapan-tahapan dalam layanan konseling kelompok namun intinya tetap sama. Tahapan dalam layanan konseling kelompok ada empat, yaitu:

1) Tahap pembentukan

Tahap pembentukan merupakan tahap pengenalan dan tahap perlibatan awal dalam kelompok. Tahapan ini sangat perlu sebagai dasar pembentukan dinamika kelompok. Dalam tahapan ini pemimpin kelompok harus menjelaskan pengertian layanan konseling kelompok, tujuan, tata cara dan asas-asas konseling kelompok. Selain itu pengenalan antar sesama anggota kelompok maupun pengenalan anggota kelompok dengan pemimpin kelompok juga dilakukan pada tahapan ini.

2) Tahap peralihan

Pada tahapan ini pemimpin kelompok perlu kembali mengalihkan perhatian anggota kelompok tentang kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya, menjelaskan jenis kelompok (kelompok tugas atau bebas), menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap

¹⁹ Winarno, *“pelaksanaan bimbingan kelompok dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa di Madrasah Tsanawiyah wahid hasyim Yogyakarta”*, (Yogyakarta: winarno, 2009), 88-91 diakses pada 31 Oktober 2023,

selanjutnya, membahas suasana yang terjadi dan meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.

3) Tahap kegiatan

Tahap kegiatan merupakan tahap inti dari layanan konseling kelompok, dalam tahap ketiga ini hubungan antar anggota kelompok tumbuh dengan baik. Saling tukar pengalaman dalam bidang suasana perasaan yang terjadi, penguatan, penyajian dan pembukaan diri berlangsung dengan bebas. Konseling kelompok dengan teknik *role playing* adalah setelah pengungkapan masalah, kemudian;

- i. Menentukan rangkaian situasi menimbulkan permasalahan
- ii. Konseli bersama anggota kelompok lain memainkan peran dengan arahan guru pembimbing. Masing-masing anggota kelompok secara bebas mengemukakan masalah yang akan dibahas, menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu, kemudian anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas, akhir tahapan ini adalah dihasilkan solusi atau penyelesaian masalah atas permasalahan yang telah dibahas.
- iii. Peserta didik mencoba mempraktekannya dalam kehidupan sehari-hari
- iv. Mendiskusikan kembali hasil penerapan *role playing* pada pertemuan selanjutnya.

4) Tahap pengakhiran

Pada tahapan ini pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera berakhir, meminta kepada para anggota kelompok untuk mengemukakan perasaan tentang kegiatan yang telah dijalani, serta membahas kegiatan selanjutnya. Dalam tahapan ini pemimpin kelompok tetap mengusahakan suasana hangat, bebas dan terbuka, memberikan pernyataan dan mengucapkan terima kasih keikutsertaan anggota,

memberikan semangat untuk kegiatan lebih lanjut dan penuh rasa persahabatan.²⁰

3. Teknik *Role Playing*

a. Pengertian *Role Playing*

Aktng ketika ada peserta lain, ada kemungkinan bagi anggota kelompok lain untuk bertindak dengan cara yang membantu keadaan ego klien menjadi stabil. klien belajar bagaimana berperilaku dengan cara yang akan dinilai di dunia nyata melalui aktivitas kelompok, variasi tambahan melibatkan focus pada atribut keadaan ego tertentu untuk menyaksikan reaksi perilaku saat ini terhadap keadaan ego tertentu.²¹

Role playing merupakan pementasan drama bersifat sederhana yang bertujuan sebagai tempat untuk peserta didik mengekspresikan pandangannya. Artinya bahwa teknik role playing sebagai cara yang menjadi wadah peserta didik dalam bertindak sebagai model di dalam kelas. Dalam role playing telah diatur bagaimana dalam menjadi model dan memerankan tokoh yang telah ditentukan.

Menurut Adam Blatner, M.D mengemukakan bahwa Role Playing disebut juga sebagai sosiodrama yang merupakan sebuah metode mengulang kembali sesuatu yang dianggap penting dalam kaitannya dengan hubungan masalah sosial. Tujuannya untuk mengetahui apa saja yang salah serta apa hikmah yang dapat dipetik dari pengulangan itu.²²

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis menyimpulkan bahwa teknik role playing adalah teknik yang berguna untuk mendorong peserta didik untuk berperan atau memainkan peranan dalam mendramatisir tingkah laku, atau ungkapan gerak-

²⁰ Prayitno, *Op. Cit.*, 18.

²¹ Ganttina Komalassari dkk, *Teeori dan Tekknik Konsseling*, (Jakarta: PT Indeks 2011), 130.

²² Kiromim Baroroh, “Upaya Meningkatkan Nilai-Nilai Karakter Peserta Didik Melalui Penerapan Metode Role Playing”, *Jurnal Ekonomi & Pendidikan* 8, no. 2 (2011), 150.

gerak wajah seseorang dalam hubungan sosial antar manusia yang diperankan.

b. Tujuan *Role Playing*

Geldard menyatakan bahwa tujuan dari *role playing* itu sendiri diantaranya yaitu:

- 1) Untuk mendapatkan sebuah pemahaman tentang peran dan hubungan,
- 2) Untuk dapat bersentuhan dengan perasaan,
- 3) Untuk mengeksplorasi berbagai bagian diri,
- 4) Untuk menetapkan pilihan,
- 5) Untuk mengekternalisasi kepercayaan atau perasaan,
- 6) Untuk mempraktikkan dan melakukan eksperimen pada perilaku baru

Tujuan lain yaitu untuk mengetahui apa saja yang salah serta apa hikmah yang dapat dipetik dari pengulangan itu adalah:

- 1) Peserta didik dapat belajar menghargai perasaan orang lain dengan sehingga muncul rasa saling toleransi.
- 2) Memunculkan rasa tanggung jawab peserta didik atas peran yang telah diberikan dalam kelompok.
- 3) Menanamkan kerjasama yang baik sebagai individu demokratis.
- 4) Merangsang peserta didik secara keseluruhan untuk berfikir kritis dalam memecahkan masalah.²³

Dari pendapat diatas dapat dianalisis bahwa tujuan dari *role playing* adalah peserta didik dapat memecahkan masalah, memiliki rasa percaya diri dan bisa merasakan perasaan orang lain saat memainkan peran tersebut sehingga sebagai bekal dalam interaksi sosial dimasyarakat pada kehidupan yang akan datang.

c. Jenis-Jenis *Role Playing*

Dalam kegiatan bermain peran pada umumnya bermain peran ini disukai dan sering dilakukan oleh anak-anak maupun orang dewasa.

²³ Djamarah Syaiful Bahri and Aswan Zain, *Strategi Belajar Mengajar* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010).

Bermain peran dalam pembelajaran merupakan usaha untuk memecahkan masalah melalui peragaan, serta langkah-langkah identifikasi masalah, analisis, pemeranan, dan diskusi. Untuk kepentingan tersebut, sejumlah peserta didik bertindak sebagai pemeran dan yang lainnya sebagai pengamat. Menurut Mulyasa ada dua jenis metode bermain peran, antara lain:

1) Bermain peran makro

Anak berperan sesungguhnya dan menjadi seseorang atau sesuatu. Saat anak memiliki pengalaman sehari-hari dengan main peran makro (tema sekitar kehidupan nyata), anak belajar banyak keterampilan pra-akademis, seperti; mendengarkan, tetap dalam tugas, menyelesaikan masalah, dan bermain kerja sama dengan yang lain.

2) Bermain peran mikro

Anak memegang atau menggerak-gerakkan benda-benda berukuran kecil untuk menyusun adegan. saat anak bermain peran mikro, anak belajar untuk menghubungkan dan mengambil sudut pandang dari orang lain.²⁴

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis *role playing* meliputi makro dan mikro. Dalam bermain peran besar (makro) anak-anak berperan menjadi seorang yang mereka inginkan dan dapat mengekspresikan ide-idenya dengan gesture memerankan seseorang atau sesuatu. Bermain peran kecil (mikro) biasanya dalam bermain peran mikro anak-anak sebagai dalang yang mengerakkan alat untuk memainkan adegan tersebut.

d. Karakteristik *Role Playing*

Bermain Belajar mengidentifikasi dan mengembangkan kemampuan social dan motoric, serta cara menyelesaikan konflik, merupakan ketrampilan

²⁴ Liliis Madyawwati, *Strategi Pengembangan Bahasa Paada Annak*, (Jakarta: Kencana, 2017), 156.

hidup yang penting bagi anak muda. bermain umumnya dianggap sebagai aktivitas anak-anak yang tidak terencana dan tidak terstruktur dalam suasana riang gembira. Dengan bermain berkelompok anak akan mempunyai penilaian terhadap dirinya tentang kelebihan yang dimilikinya sehingga dapat membantu pembentukan konsep diri yang positif, pengelolaan emosi yang baik, memiliki rasa empati yang tinggi, memiliki kendali diri yang bagus dan memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi.

Bermain peran (*role playing*) merupakan sebuah permainan di mana para pemain memainkan peran tokoh-tokoh khayalan dan berkolaborasi untuk merajut sebuah cerita bersama. Para pemain memilih aksi tokoh-tokoh mereka berdasarkan karakteristik tokoh tersebut, dan keberhasilan aksi mereka tergantung dari sistem peraturan permainan yang telah ditetapkan dan ditentukan, asalkan tetap mengikuti peraturan yang ditetapkan, para pemain bisa berimprovisasi membentuk arah dan hasil akhir permainan.

Terdapat lima karakteristik bermain peran, yaitu:

- 1) Merupakan sesuatu yang menyenangkan dan memiliki nilai yang positif bagi anak
- 2) Didasari motivasi yang muncul dari dalam, jadi anak melakukan kegiatan itu atas kemauannya sendiri
- 3) Sifatnya spontan dan sukarela, bukan merupakan kewajiban. Anak merasa bebas memilih apa saja yang ingin dijadikan alternatif bagi kegiatan bermainnya.
- 4) Senantiasa melibatkan peran aktif dari anak, baik secara fisik maupun mental
- 5) Memiliki hubungan sistematis yang khusus dengan sesuatu yang bukan bermain, seperti kemampuan kreatif, memecahkan masalah, kemampuan berbahasa, kemampuan memperoleh teman sebanyak mungkin dan sebagainya.²⁵

²⁵ Herru Subaagio, "*Roole Playing*", (Jakarta: PT. Raaja Grapindo Persada, 2013), 21.

e. Tahapan *Role Playing*

Pelaksanaan *role playing* disusun menjadi empat tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, penilaian dan penutup. Keempat tahap dijelaskan sebagai berikut:²⁶

1) Tahap Persiapan

Persiapan adalah langkah awal yang memiliki peran yang sangat penting untuk mengefektifkan pelaksanaan *role playing*. Langkah dalam menyusun persiapan sebagai berikut.

a) Menetapkan latar belakang masalah yang awalnya terdapat pada cerita untuk dilakukan oleh peserta didik.

Dalam menetapkan/menentukan latar belakang masalah sebaiknya seorang guru mengerti terlebih dahulu karakteristik dari seluruh peserta didik agar dapat mengetahui dengan baik permasalahan apa yang cocok dan diminati oleh peserta didik.

b) Guru menyusun dan menyiapkan scenario cerita dan peran peserta didik dalam melakukan *role playing*.

Penyusunan scenario lebih baiknya dilakukan bersamasama dengan peserta didik agar dapat aktif dalam menyumbangkan ide dan gagasannya. Keterlibatan peserta didik akan memudahkan dalam mengikuti kegiatan selanjutnya.

c) Menetapkan peran yang akan dimodelkan oleh peserta didik.

Menetapkan peran bagi masing-masing peserta didik adalah hal yang sedikit rumit karena guru harus mengerti setiap karakter peserta didik agar ada kesesuaian dengan peran tokoh yang didapatnya. Oleh karena itu penetapan ini harus diadakan secara

²⁶ Uno Hamzah B, “*Profesi Kependidikan, Problema, Solusi Dan Reformasi Di Indonesia, 7*” (Jakarta: Bumi Aksara, 2011).

bersama-sama dengan peserta didik agar guru mendapat ide tambahan dari peserta didik karena peserta didik sebagai teman sekelasnya pasti lebih mengerti.

- d) Peserta didik dibentuk menjadi beberapa kelompok bagian.

Pembagian kelompok ini bertujuan untuk menyesuaikan dan memudahkan peserta didik dalam berlatih peran. Pembagian kelompok ini dapat membentuk rasa saling membantu dan menghargai peserta didik.

2) Tahap Pelaksanaan

- a) Guru menyampaikan standar kompetensi dan tujuan pembelajaran yang diharapkan setelah melaksanakan *role playing*.

Penyampaian SK dan tujuan pembelajaran diawal pelaksanaan berguna untuk mengarahkan peserta didik tentang apa saja yang akan dicapai setelah melakukan kegiatan *role playing*.

- b) Peserta didik yang telah dibagi dalam beberapa kelompok disatukan berdasarkan kelompoknya masing-masing.

Penyatuan peserta didik berdasarakan kelompoknya bertujuan untuk menyiapkan mental peserta didik dengan melihat dan mengamati kembali scenario yang akan dilakukannya.

- c) Melaksanakan teknik *role playing* dengan didalangi oleh seorang guru sesuai dengan cerita.

Artinya bahwa seorang guru dalam pelaksanaan *role playing* tidak hanya diam mengamati dan menilai peserta didik tetapi juga mengambil peran yaitu sebagai dalang. Dalang adalah orang yang bertugas mebacakan alur cerita agar cerita berjalan dengan efektif dan efisien.

3) Tahap penilaian

- a) Pemberian lembar kerja peserta didik untuk menyimpulkan hasil dari kegiatan *role playing*.

Kegiatan ini bertujuan untuk mengukur seberapa paham peserta didik tentang pelajaran yang telah dilakukan sebelumnya dengan penggunaan metode *role paying*.

- b) Memberi kesempatan beberapa peserta didik untuk menyampaikan hasil kesimpulan yang telah dituliskan.

Kegiatan ini bertujuan untuk memantapkan pengetahuan peserta didik dan sebagai langkah untuk mengembangkan nilai tanggung jawab dengan apa yang telah dituliskanya.

- c) Guru menyampaikan kesimpulan sebenarnya secara umum.

Penyampaian kesimpulan oleh guru bertujuan untuk memberi tahu peserta didik secara jelas bagaimana cara menyimpulkan dengan baik dan memahami peserta didik agar pengetahuan peserta didik tidak keliru dan beragam.

4) Penutup

- a) Evaluasi

Kegiatan evaluasi bertujuan untuk mengetahui tingkat efektif dan efisiensi sitem pembelajaran yang telah digunakan sebelumnya. Sitem pembelaran yang dimaksud yaitu berupa metode *role playing* yang digunakan, tujuan, sumber belajar dan lain-lain. Evaluasi ini dilakukan agar kegiatan selanjutnya bisa berjalan lebih baik.

f. Kelebihan dan Kelemahan *Role Playing*

1) Kelebihan *role playing*

- a) Peserta didik dilatih untuk menguasai serta mengingat bahan yang hendak didramakan ataupun diperankan. Selaku pemain wajib

menguasai serta menghayati isi cerita secara totalitas, paling utama untuk bagian yang wajib diperankannya. Dengan demikian daya ingat serta keahlian peserta didik hendak terlatih.

- b) Peserta didik hendak terlatih untuk berinisiatif serta berkreasi. Pada waktu bermain peserta didik dituntut buat mengemukakan pendapatnya cocok dengan modul serta waktu yang ada.
 - c) Bakat yang terpendam pada diri peserta didik bisa dibina sehingga dimungkinkan hendak timbul generasi seniman dari sekolah. Bila seni drama mereka dibina dengan baik, mungkin besar mereka akan jadi pemeran seni yang baik.
 - d) Kerja sama antar pemain bisa ditumbuhkan serta dibina dengan sebaik- baiknya untuk mendidik peserta didik dalam menghargai karya ataupun hasil belajar peserta didik lain.
 - e) Peserta didik mendapatkan pengalaman untuk menerima serta membagi tanggung jawab dengan sesamanya.
 - f) Bahasa lisan peserta didik dapat dibina menjadi bahasa yang baik supaya mudah dimengerti oleh orang lain.
- 2) Kelemahan *role playing*
- a. Peserta didik yang tidak ikut bermain peran mereka jadi kurang aktif.
 - b. Terlalu banyak membutuhkan waktu, baik waktu persiapan dalam rangka uraian isi bahan pelajaran ataupun pada penerapan pertunjukkan.
 - c. Membutuhkan tempat yang lumayan luas, bila tempat bermain peran sempit menimbulkan gerak pemain kurang leluasa.

- d. Kelas lain kerap terganggu oleh suara pemain serta para pengamat yang kadang- kadang bertepuk tangan serta sebagainya.²⁷

4. Teknik *Assertive Training*

a. Pengertian Teknik *Assertive Training*

Asertif berasal dari kata asing “*to assert*” yang berarti menyatakan dengan tegas. Asertif dapat diartikan juga sebagai kemampuan untuk menyatakan diri dengan tulus, jujur, jelas, tegas, terbuka, sopan, spontan, apa adanya, dan tepat tentang keinginan, pikiran, perasaan dan emosi yang dialami, apakah hal tersebut yang dianggap menenangkan maupun mengganggu sesuai dengan hak-hak yang dimiliki dirinya tanpa merugikan, melukai, menyinggung, atau mengancam hak-hak, kenyamanan dan integritas perasaan orang lain.²⁸

Menurut Jamal Ma'mur Asmani *assertive training* adalah teknik yang digunakan untuk melatih seseorang yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakanya adalah layak atau benar. Latihan ini membantu individu yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan afeksi, dan respon positif lainnya. Cara yang digunakan adalah dengan permainan peran dengan bimbingan konselor, diskusi kelompok juga dapat diterapkan dalam latihan ini.²⁹

Assertive training merupakan perlakuan untuk membantu individu dalam menyampaikan perasaannya yang berisikan intruksi, arahan, serta praktek sikap asertif dalam situasi yang lebih spesifik, kemudian hal tersebut dilakukan secara konsisten sehingga individu

²⁷ Ari Yanto, “*Metode Bermain Peran (Role Playing) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran IPS*” Jurnal Cakrawala Pendas no. 1 (2015): 56 diakses pada 1 November 2023

²⁸ Mochamad Nursalim, *Strategi & Intervensi Konseling*, Jakarta: Indeks, 2013, 138.

²⁹ Jamal Ma'aruf Asmani, *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Diva press: Jogjakarta, 2011), 224.

akan mampu melakukannya pada situasi yang lebih umum. Dengan adanya pelatihan asertif akan membantu individu dalam menyatakan ataupun mengungkapkan perasaan, pemikiran dengan bebas, dan asertifitas individu akan meningkat.³⁰

Jadi dapat disimpulkan bahwa *assertive training* adalah teknik yang dapat digunakan untuk melatih individu yang mengalami kesukaran ketikan hendak menyampaikan perasaan yang dialaminya dan tidak dapat mengungkapkan pendapatnya.

b. Tujuan Teknik *Assertive Training*

Assertive training bertujuan untuk melatih individu agar mampu berperilaku asertif dalam berhubungan dengan lingkungan sekitarnya serta mengatasi kecemasan yang dialami oleh individu dan meningkatkan kemampuan untuk bersikap jujur terhadap dirinya sendiri serta lingkungannya sehingga mampu meningkatkan kehidupan pribadi dan sosialnya.

Menurut Zastrow *assertive training* dirancang untuk memberikan bimbingan pada individu agar mampu mengungkapkan, merasa, dan bertindak pada asumsi bahwa setiap individu memiliki hak untuk mengekspresikan perasaannya secara bebas dan menjadi dirinya sendiri. Selain itu *assertive training* juga dapat digunakan untuk mengurangi permasalahan kecemasan pada individu serta meningkatkan kemampuan interpersonal individu.³¹

Menurut Corey tujuan *assertive training* yaitu:

- 1) Membantu individu yang kesulitan dalam menyampaikan perasaan marah dan tersinggung terhadap suatu hal

³⁰ Joni Afri, Freddi Sarman, Rully Andiyaksa, *Meningkatkan Perilaku Aserif Siswa dengan Menggunakan Teknik Assertive Training Pada Siswa*, Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan, Vol. 2, No. 1

³¹ Dwi Putri A, Titin Indah P, 2017, *Penerapan Teknik Asertif Dengan Bermain Peran Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Pada Siswa Kelas VII G di SMP Negeri 1 Panarukan Sirubondo*, Jurnal BK UNESA, Vol. 7, No. 3, 23-31.

- 2) Membantu individu yang selalu mendahulukan orang lain dalam melakukan segala sesuatu serta individu yang terlalu menunjukkan kesopannya.
- 3) Membantu individu yang memiliki kesulitan dalam menolak suatu hal untuk mengatakan “tidak”
- 4) Membantu individu yang memiliki kesulitan dalam mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya
- 5) Membantu individu yang merasa tidak memiliki banyak hak untuk memiliki pikiran dan perasaannya sendiri.³²

Sehingga dapat disimpulkan bahwa tujuan dari teknik *assertive training* adalah untuk membantu individu yang mengalami kesulitan dalam berperilaku asertif serta membantu individu untuk menjadi lebih terbuka dan tidak canggung dalam mengemukakan perasaan dan pendapatnya sehingga individu tersebut merasa memiliki hak dalam dirinya.

c. Kelebihan dan Kelemahan Teknik *Assertive Training*

1) Kelebihan

- a) Pelaksanaan *assertive training* cukup mudah
- b) Penerapannya dapat dikombinasikan dengan beberapa pelatihan, seperti relaksasi. Hal ini dapat dilakukan apabila individu merasa lelah dan jenuh dengan pelatihan yang dilakukan untuk menyegarkan individu kembali. Selain itu pelatihan ini juga dapat dikombinasikan dengan menggunakan teknik *modeling*. Misalnya konselor memberikan contoh perilaku secara langsung kepada konseli.
- c) Pelatihan ini dapat merubah individu secara langsung melalui perilaku dan sikapnya
- d) Pelaksanaan teknik *assertive training* ini selain diterapkan secara perorangan juga

³² Gerald Corey, Teori dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2003), 217.

dapat diterapkan secara kelompok. Dengan dilakukannya latihan ini diharapkan individu mampu menghilangkan kecemasan yang dialaminya, mampu berfikir realitis dalam setiap konsekuensi keputusan yang diambil sehingga dalam situasi yang nyata perilaku tersebut dapat diterapkan.

2) Kelemahan

- a) Pelatihan ini membutuhkan waktu yang cukup lama, hal ini sesuai dengan kemampuan setiap individu
- b) Pelatihan ini dapat menjadi kurang maksimal apabila konselor kurang mampu dalam mengkombinasikan dengan teknik lain dan akan membuat konseli jenuh, sehingga merasa bosan untuk melanjutkan latihan, dan membutuhkan waktu yang cukup lama.³³

d. Langkah-Langkah Teknik *Assertive Training*

Konseling *assertive training* terdiri dari tiga tahap yaitu tahap awal, tahap kerja, dan tahap akhir. Pertama, tahap awal menekankan pada *building rapport* antara peneliti/ konselor dengan konseli/peserta didik dalam kelompok eksperimen yang meliputi: pengenalan diri, penjelasan tujuan pelaksanaan konseling, eksplorasi tentang harapan, serta kekhawatiran terhadap proses konseling yang akan dilakukan. Kedua, tahap kerja, tiap konseli diberikan kesempatan untuk melakukan enam sub tahapan yang terdiri dari beberapa hal berikut.

- 1) Mengidentifikasi keadaan yang menimbulkan persoalan bagi konseli
- 2) Konselor, anggota kelompok, dan konseli membedakan perilaku asertif dan tidak asertif serta menentukan perubahan perilaku yang diharapkan

³³ Defriyanto, Siti Maitoh, *Pengaruh Assertive Trining Terhadap Konsep Diri Pada Peserta Didik Kelas X di SMK N 5 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/1016*, Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 3, No. 1, 79-96.

- 3) Bermain peran, pemberian umpan balik, serta pemberian model perilaku yang lebih baik
- 4) Melaksanakan latihan dan mempraktikkan perilaku seperti saran dan umpan balik yang diberikan peneliti dan anggota kelompok yang lain
- 5) Konseli mengulang latihan kembali tanpa bantuan konselor dan anggota kelompok yang lain
- 6) Konselor memberi tugas rumah kepada konseli untuk mempraktikkan perilaku yang sudah diperankan dalam kehidupan sehari-hari.

Ketiga, tahap akhir, konselor dan anggota kelompok mendiskusikan hasil dan perlakuan berupa teknik latihan asertif yang sudah dilakukan. Konselor dan anggota kelompok menyampaikan perasaan yang dimiliki selama proses konseling kelompok dan masing-masing anggota kelompok menceritakan pengalaman mereka dalam mengatasi masalahnya, serta menceritakan kegagalan maupun keberhasilan mereka ketika melakukan perubahan. Terakhir, konselor dan anggota kelompok melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif.³⁴

5. Pendekatan Behavioral

a. Pengertian pendekatan behavioral

Behavioral adalah merupakan salah satu aliran dalam psikologi. Pendekatan Behavioral adalah pendekatan yang menekankan pada dimensi pada kognitif individu dan menawarkan berbagai metode yang berorientasi pada tindakan (action-oriented) untuk membantumengambil langkah yang jelas dalam megubah tingkah laku (Komalasari 2011). Sedangkan menurut Baraja, Pendekatan Behavioral memandang bahwa masalah yang dihadapi individu dikarenakan individu salah dalam membuat keputusan atau

³⁴ Wifaqul Azmi dan N Nurjannah, *Journal of Contemporary Islamic Counselling*, Vol. 2, No. 2 (2022), Diakses pada Kamis, 16 Mei 2024 pukul 20.40 WIB.

mengambil sikap untuk melakukan suatu tindakan. Oleh karena itu pendekatan ini (pendekatan perilaku) di dalam konselingnya menekankan pada perilaku spesifik, yaitu perilaku yang memang berbenturan atau yang berlawanan dengan lingkungan dan diri klien sendiri (Baraja, 1996).

Behaviorisme memandang perilaku manusia sangat ditentukan oleh kondisi lingkungan luar dan rekayasa atau conditioning terhadap manusia tersebut. Aliran ini menganggap bahwa manusia adalah netral, baik atau buruk perilakunya ditentukan oleh situasi dan perlakuan yang dialami oleh manusia tersebut. Behaviorisme memandang individu hanya dari sisi fenomena jasmani, dan mengabaikan aspek-aspek mental. Peristiwa belajar semata-mata melatih refleks-refleks sedemikian rupa sehingga menjadi kebiasaan yang dikuasai individu. Pendekatan Behavioristik bersandar pada konsep stimulus dan respon dimana seorang individu akan berperilaku sesuai stimulus yang ia terima, mempelajarinya kemudian menentukan respon atas stimulus tersebut. Behavioristik merupakan orientasi teoretis yang didasarkan pada premis bahwa psikologi ilmiah harus berdasarkan studi tingkah laku yang teramati (observasi behavior).³⁵

Para ahli behavioristik memandang bahwa gangguan tingkah laku adalah akibat dari proses belajar yang salah, oleh karena itu perilaku tersebut dapat diubah dengan mengubah lingkungan lebih positif sehingga perilaku menjadi positif pula, perubahan tingkah laku inilah yang memberikan kemungkinan dilakukannya evaluasi atas kemajuan klien secara lebih jelas.³⁶

³⁵ Syamsu Yusuf, Juntika Nurihsan, Teori Kepribadian, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), 123

³⁶ Namora Lumongga Lubis, Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Pratik, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2013), 168

b. Karakteristik konseling behavioral

Pemikiran inti mengenai salah satu prinsip ataupun rancangan, disini bukan hanya hilang dari pembicaraan mengenai ciri dalam rancangan berikut. Sejumlah gagasan dari para tokoh mengenai karakteristik rancangan Behavioral. Pengkaji memilih prinsip berdasarkan ahli dengan nama Singgih, menjabarkan bahwa karakteristik rancangan tingkah laku:

- 1) Dari berbagai tingkah laku manusia, semua mungkin bisa dikaji dan bisa beralih
- 2) Modifikasi khusus mengenai alam sekitar individu yang bisa mengakomodasi setiap insan maupun suatu kelompok ketika mengalihkan tingkah laku yang bukan sesuai. Dalam hal ini kebijakan konseling yang berupaya mendatangkan metamorfosis yang sesuai pada tingkah laku setiap individu bisa dilakukan serta mengalihkan lingkungannya
- 3) Landasan-landasan menelaah kemasyarakatan, mungkin juga menggunakan bagi bereksistensi kebijakan konseling behavioral
- 4) Keberhasilan konseling sekaligus dampak konseling dapat kita nilai pada modifikasi saat tingkah laku utama yang di perlihatkan oleh konseli diluar pada fasilitas konseling yang disodorkan
- 5) kebijakan konseling bisa di rancang menurut khusus dalam mendukung konseli ketika mengatasi suatu urusan secara utama³⁷

c. Prosedur dan tahapan konseling behavioral

Winkel mengemukakan dengan tindakan kegiatan pengarahan tingkah laku ialah: 1) menciptakan interaksi baik terlebih dahulu beserta konseli, 2) menyimak bersama dengan kepedulian maksimum dan

³⁷ Singgih, "Konsep Behavioral Therapy Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Terisolir", Jurnal Bimbinagn Konseling dan Dakwah Islam 14, no. 1 (2017)

menunjukkan empati terhadap ungkapan pikiran dan perasaan konseli 3) Setelah konseli bercerita, konselor melakukan penyelidikan permasalahan ialah memeriksa refleksi dengan penuh menyinggung hubungan AB dan C (Antecedents, Behavior, Consequences). Pendidik melakukan kepedulian spesifik dalam seluruh akibat faktor dari dalam sebab konselor dapat mengadakan untuk mengalihkan terlebih dulu semua akibat pemikiran serta jiwa dengan lintasan intermedial sebagai perubahan tingkah laku si konseli (R), 4) Sesuai tugas konselor, 5) memutuskan ikatan individu beserta konseli. Destinasi pengarahan tingkah laku dengan pengutipan ketetapan ialah sebagai nyata konselor dan konseli membuat keputusan secara bersamaan, sepakat untuk membentuk rangkaian proses pembaruan tingkah laku jika dimodifikasi kemudia pendidik akan menyalurkan tingkah laku konseli.³⁸

6. Hubungan Teknik *Role Playing* dengan Perilaku *Bullying*

Banyak sekali permasalahan yang terjadi pada remaja saat ini, khususnya dalam dunia pendidikan. Dari sekian banyaknya masalah, salah satunya yaitu masalah *bullying*. kejadian *bullying* sering terjadi di lingkungan sekolah, salah satu faktor penyebabnya yaitu pelaku *bullying* mencari perhatian. *Bullying* merupakan tindakan atau perilaku berulang yang merugikan orang lain secara fisik dan juga mental. *Bullying* biasanya melibatkan dua orang atau lebih, yaitu terdiri dari pelaku dan korban. *Bullying* memberikan dampak yang sangat besar bagi korbannya seperti rasa khawatir, menyakiti diri sendiri, depresi, kurang tidur karena selalu memikirkan hal-hal yang tidak penting dan menimbulkan kecemasan sosial pada korban *bullying*.

³⁸ Agus, Buku Panduan Layanan Konseling Individual Pendekatan Behavioristik Teknik Shaping Untuk Mengatasi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah, 12-13.

Korban *bullying* sering kali mengalami rasa cemas, malu, marah, dan sebih yang sulit diungkapkan.³⁹

Perilaku seperti itu membuat khawatir peserta didik lain. Sebagai seorang guru, khususnya dalam peran sebagai guru BK, Anda harus memperhatikan anak didik Anda. Peristiwa yang terjadi di sekolah adalah *bullying*. Terutama di kalangan peserta didik yang baru masuk sekolah atau masih bersekolah. Mereka takut dengan teman lain, terutama teman yang tidak mereka kenal. *Bullying* yang sering menimpa peserta didik SMA adalah *bullying* secara langsung, misalnya (menggoda, menghina, semena-mena dan ribut) *bullying* terjadi secara fisik (perkelahian, kerusuhan). Menurut Ken Righy dalam Ela Zain Zakiyah, *bullying* adalah usaha seseorang untuk menyakiti orang lain baik secara mental maupun fisik yang lebih lemah. Faktor utama terjadinya *bullying* adalah pengaruh teman sebaya. Jika seseorang tidak memiliki pedoman dalam memilih kelompok bermain, maka ia akan terpecah menjadi beberapa kelompok, yang akan mengakibatkan tindakan remaja yang maladaptif.⁴⁰

Proses pemberian bantuan kepada peserta didik secara terus-menerus dan sistematis oleh guru pembimbing dalam kegiatan pendidikan di sekolah berupa program layanan yang sangat bermanfaat bagi peserta didik dalam proses belajar mengajar, agar individu atau sekelompok individu menjadi pribadi yang mandiri.⁴¹ Dengan tujuan untuk membantu dan mengatasi masalah-masalah yang dihadapi oleh para peserta didik yang ada di sekolah, baik dalam

³⁹ Ayu Dewi Melati, dkk "Rational Emotiv Behavior Therapy dalam Menangani Kecemasan Sosial Korban Bullying" Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 5, No. 3, Mei 2022, diakses pada 1 November 2022.

⁴⁰ Ela Zain Zakiyah, dkk, "faktor yang mempengaruhi remaja dalam melakukan bullying" jurnal penelitian & PPM, no, 2 (2017) : 329, diakses 1 november 2022, <http://jurnal.unpad.ac.id/prosiding/article/viewFile/14352/6931>

⁴¹ Fitri Hayati, 'Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Kecenderungan Perilaku Agresif Peserta Didik Di MA', *Manajer Pendidikan*, 10.6 (2016), 603.

bidang pendidikan, pengajaran, pribadi, sosial, karir, maupun yang lainnya.⁴²

Melalui dinamika kelompok, siswa dapat mengeksplorasi permasalahan yang dihadapinya dengan bantuan layanan konseling dan terapi kelompok. dinamika kelompok adalah lingkup hidup, bernapas, bergerak, dan berkembang yang ditentukan oleh interaksi antar anggota kelompok. layanan konseling yang diberikan dalam pengaturan kelompok dikenal sebagai layanan konseling kelompok.⁴³

Salah satu model pembelajaran yaitu dengan cara bermain peran atau biasa disebut dengan *role playing* yang diarahkan pada upaya pemecahan masalah-masalah kaitannya dengan hubungan antarmanusia (*interpersonal relationship*), terutama yang ada keterlibatan mengenai peserta didik. Pengalaman yang didapatkan dari metode ini ada kemampuan dalam bekerjasama, komunikatif, dan menginterpretasikan suatu kejadian. Teknik *role playing* yaitu metode pembelajaran dengan melakukan imajinasi dan penghayatan anak dengan memerankan suatu tokoh hidup atau benda mati. Sedangkan pengertian lain Wina Sanjaya berpendapat bahwa teknik *role playing* Menurut uraian penulis, pemberian adalah jenis dari simulasi yang digunakan sebagai alat pengajaran dengan maksud untuk menyimpulkan dimasa lalu, sekarang, atau yang akan datang.⁴⁴

Bahwa menggunakan strategi bermain peran dalam sesi konseling kelompok adalah pendekatan yang sangat relevan untuk mengatasi intimidasi dikalangan anak-anak

⁴² Afiatin Nisa, 'Analisis Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa', *Unniversitas Indraprasta PGRI*, 1.5 (2015), 3.

⁴³ Dewwa Kettut Sukkardi, "*Penganntar Pelaksanaan Prrogram Bimbingan dan Konseling di Sekolah*", (Jakarta: Rineka Cipta, 2000), 49.

⁴⁴ Faijin dkk, "Penerapan Tekknik Role Playying Unttuk Menuurunkan, Perrilaku Bullying Pada Remaja", 49.

B. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan sumber yang telah dikaji. Penelitian-penelitian terdahulu ini dapat digunakan sebagai referensi, dasar kajian, dan pertimbangan dalam penelitian yang sedang dilakukan. Berikut ini adalah contoh penelitian terdahulu yang diambil sebagai bahan kajian peneliti, yaitu:

1. Pengaruh konseling kelompok dengan teknik *role playing* dirasa efektif untuk mengurangi perilaku *bullying*. Dengan demikian konseling kelompok dengan teknik *role playing* diharapkan dapat mengurangi kebiasaan atau perilaku *bullying* yang sering ditimbulkan oleh para peserta didik menjadi jarang atau dihilangkan, sehingga peserta didik (para pelaku *bully*) pada nantinya akan bisa bersosialisasi di lingkungan masyarakat dengan baik.⁴⁵

Persamaan penelitian ini dengan penelitian selanjutnya yaitu sama-sama menggunakan pendekatan, teknik dan permasalahan yang sama dengan penulis. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian selanjutnya yaitu penelitian ini menggunakan jenis desain penelitian *Pretest-Posttest Control Design* dalam mengatasi *bullying* peserta didik, sedangkan penelitian selanjutnya menggunakan jenis desain penelitian One Group Pretest and Protest dalam mengatasi *bullying* peserta didik.

2. Implementasi layanan konseling kelompok untuk membantu menyelesaikan masalah *bullying* pada peserta didik. Hal tersebut dibuktikan dengan mengembalikan hubungan pikiran dan perasaan yang negative kepada hubungan pikiran dan perasaan yang positif dalam membentuk perilaku baru sehingga ketika selanjutnya berhadapan dengan masalah, peserta didik mampu menemukan alternative-alternatif positif dalam pencapaian jalan keluar.⁴⁶

Adapun persamanya yaitu menggunakan konseling kelompok untuk membantu siswa berhenti diintimidasi,

⁴⁵ Dwi Lestari, "Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Role Playing Untuk Mengurangi Perilaku Bullying".

⁴⁶ Azjhari, "Implementasi Konseling Kelompok Untuk Mengatasi Praktik Bullying", *Indonesian Journal of Counselling & Development* 01, No. 01(2019), 9-29.

sedangkan penelitian yang dilakukan Azhari tidak memiliki prosedur, namun penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan teknik role playing (*Role Playing*).

3. Pengaruh Layanan konseling kelompok bermain peran dianggap membantu orang lain mengatasi perilaku intimidasi, hasil dari penggunaan teknik bermain peran dalam terapi kelompok yang dilakukan menunjukkan peran sehingga apa yang telah dilakukan oleh pelaku dengan perilaku *bully* yang di lontarkan kepada korban, maka bisa di rasakan oleh pelaku.⁴⁷

Persamaan jurnal ini adalah sama-sama menggunakan layanan konseling kelompok untuk mengatasi perilaku *bullying* pada peserta didik. Perbedaanya adalah penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Putra Dinata Saragi, Laila Tasmara, Rohiyati Berutu, Muhammad Ihsan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif.

4. Hasil penelitian yang bermanfaat dalam layanan konseling kelompok ini menunjukkan betapa efektifnya kegiatan ini dalam membantu siswa SMP Gajah di Bandar Lampung berhenti menjadi pelaku bullying, setelah tugas selesai, hal itu terjadi perubahan yaitu berkurangnya perilaku *bullying* peserta didik satu dengan yang lainnya.⁴⁸

Persamaan penelitian ini dengan penelitian selanjutnya adalah sama-sama menggunakan jenis penelitian kuantitatif dan teknik *role playing* Sesuai dengan uraian penulis dalam membantu siswa mengatasi perilaku bullying, salah satu perbedaan penting antara kedua penelitian ini adalah penelitian pertama di lakukan

⁴⁷ Muohammad Poutra Dinmata Saragi, Lailoa Tasmara, Roohiyati Berutu, Muhammad Ihsaan, "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok (*Role Playing*) Dalam Menangani Bullying di Yayasan Penyantunan Anak Yatim Piatu", *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur* 8, No.3(2022), 270-274.

⁴⁸ Ari Hermansyah, "Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Role Playing* Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Gajah Mada Bandar Lampung", (Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2016).

di bandar lampung, sedangkan penelitian kedua dilakukan ditempat lain di Pulokulon Grobogan.

C. Kerangka Berfikir

Secara umum dalam lembaga pendidikan termasuk di SMK Al-Ishlah Pulokulon Grobogan, banyak sekali permasalahan atau kasus. Kasus *bullying* yang terjadi di SMK Al-Ishlah Pulokulon Grobogan karena kurangnya rasa empati dan pengetahuan tentang dampak *bullying* sehingga menyebabkan banyak nya kasus *bullying* di SMK Al-Ishlah Pulokulon Grobogan. *Bullying* tentunya akan membawa pengaruh bagi yang di *bully* maupun pelaku *bullying*. Beberapa dampak negative akibat terjadinya kasus *bullying* yaitu memicu masalah mental, mengalami ketakutan dan kecemasan, kehilangan kepercayaan diri.

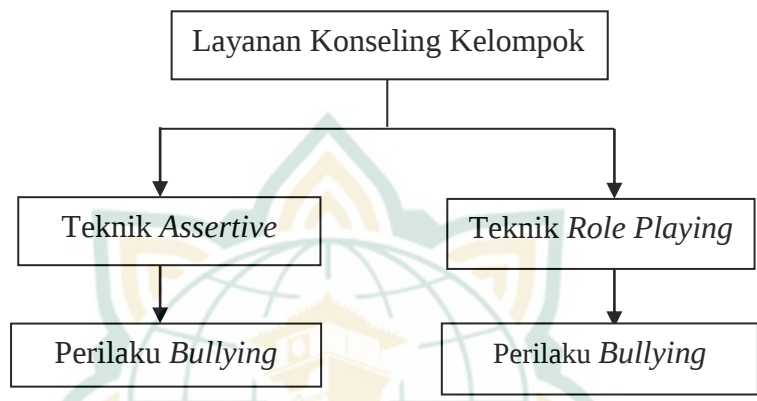
Penggunan layanan terapi konseling kelompok merupakan salah satu strategi konseling yag digunakan untuk mengatasi permasalahan bulliying, guru bk menawarkan sesi konseling kelompok kepada siswa yang mengalaminya permasalahan dengan tujuan untuk menyelesaikan masalah peserta didik yang dilakukan secara berkelompok Agar siswa dapat berkembang sebaik mungkin bermain peran merupakan suatu teknik yang digunakan untuk menangani masalah-maslaah yang berkaitan dengan hubungan antar pribadi, khususnya yang menyangkut kehidupan siswa teknik ini difokuskan pada kemampuan dalam bekerjasama, komunikatif, dan menginterpretasikan suatu peristiwa.

Kondisi seperti ini diperlukan adanya teknik lain yang dapat membantu peserta didik mengurangi kasus *bullying* yaitu dengan menggunakan teknik *assertive training*. Teknik *assertive training* adalah perlakuan untuk membantu individu dalam menyampaikan perasaannya yang berisikan intruksi, arahan, serta praktek sikap asertif dalam situasi yang lebih spesifik, kemudian hal tersebut dilakukan secara konsisten sehingga individu akan mampu melakukannya pada situasi yang lebih umum.

Dengan demikian melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *role playing* yang dibandingkan dengan teknik *assertive training*, konselor dapat membangun hubungan antar para konseli sehingga para konseli dapat mengurangi kasus

bullying. Untuk lebih jelasnya di bawah ini kerangka pemikiran dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir



D. Hipotesis

Sugiyono, defines hipotesis ialah jawaban sementara dari Konstruksi pertanyaan yang diutarakan seperti pertanyaan, karena tanggapan terebut hanya didasarkan pada teori yang bersangkutan dan belum ditemukan fakta empiris melalui pengumpulan data, maka hal tersebut disebut sebagai solusi sementara. dengan demikian, Menurut uraian penulis, hipotesisi merupakan jawaban teoritis terhadap suatu permasalahan penelitian yang telah dirumuskan, bukan tanggapa actual yang di dukung oleh fakta.⁴⁹

Penyelesaian sementara suatu rumusan masalah penelitian, berbentuk pertanyaan, disebut hipotesis. Hal ini dianggap sementara karena tanggapan yang diberikan hanya didasarkan pada teori yang bersangkutan dan bukan pada fakta empiris yang dikumpulkan melalui pengumpulan data. Dengan demikian, hipotesis dapat dicirikan sebagai reaksi teoretis terhadap pernyataan subjek penelitian dan bukan respons empiris.⁵⁰ Hipotesis penelitian ini adalah:

⁴⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)* (Bandung: Alfabeta, 2013).

⁵⁰ Sugiyono, “Metode Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)”, (Bandung: Alfabeta, 2022), 63.

1. Hipotesis rumusan pertama

H_0 : Tidak adanya perbedaan signifikan tingkat *bullying* peserta didik di SMK Al-Ishlah Pulokulon Grobogan Sesuai dengan uraian penulis sebelum dan setelah diperkenalkan layanan terapi kelompok dengan menggunakan metode *assertive training*.

2. Hipotesis rumusan kedua

H_0 : Tidak adanya perbedaan signifikan tingkat *bullying* peserta didik di SMK Al-Ishlah Pulokulon Grobogan sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling kelompok melalui teknik *role playing*.

3. Hipotesis rumusan ketiga

H_0 : Dengan menggunakan strategi pelatihan agresif dan bermain peran, layanan konseling kelompok tidak berbeda secara signifikan kemampuannya dalam mengurangi *bullying* pada siswa di SMK Al-Ishlah Grobogan

