

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS PENELITIAN

A. Kajian Pustaka

1. Bimbingan Kelompok

a. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk layanan bimbingan di sekolah yang dilakukan secara bersama-sama untuk membantu siswa mengatasi masalah, mengembangkan keterampilan sosial, dan membentuk sikap positif (Corey, 2017) . Menurut Juntika (dalam Sitompul, 2015) bimbingan kelompok di maksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa). Bimbingan kelompok, menurut Prayitno (dalam Erlangga 2017), adalah suatu kegiatan yang dilakukan sekelompok individu dengan menggunakan dinamika kelompok.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas, maka dapat disimpulkan secara sederhana, bahwa bimbingan kelompok adalah layanan yang dilakukan secara bersama-sama dalam sebuah kelompok tertentu untuk membantu siswa mengatasi masalah, memberikan pemahaman, mencegah timbulnya kesulitan, dan mengembangkan keterampilan sosial bagi anggota kelompok, serta membangun sikap positif melalui pemanfaatan dinamika kelompok.

b. Komponen- Komponen Bimbingan Kelompok

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu dalam hal memahami diri sendiri, menghubungkan pemahaman tentang dirinya sendiri dengan lingkungan, memilih, menentukan dan menyusun rencana sesuai dengan konsep dirinya serta tuntutan lingkungan berdasarkan norma- norma yang berlaku (Saputro dkk., 2020). Prayitno (dalam sitompul 2015) menjelaskan bahwa dalam bimbingan kelompok berperan dua pihak yaitu pemimpin kelompok dan peserta atau anggota kelompok.

1) Pemimpin Kelompok (PK)

Pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling professional. Sebagaimana untuk jenis layanan konseling lainnya, konselor memiliki keterampilan khusus menyelenggarakan bimbingan kelompok.

2) Anggota Kelompok

Tidak semua kumpulan orang atau individu dapat dijadikan anggota bimbingan kelompok. Untuk terselenggaranya bimbingan kelompok seorang konselor perlu membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan sebagaimana tersebut diatas. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok), dan homogenitas/heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi

anggota kelompok tidak terlalu besar dan juga tidak terlalu kecil. Kekurangefektifan kelompok akan mulai terasa jika jumlah anggota kelompok melebihi 10 orang.

Komponen-komponen yang ada dalam layanan bimbingan kelompok diantaranya yaitu adanya pemimpin kelompok, anggota kelompok, serta dinamika dalam kelompok (Mudaim dkk., 2022) .
Sebagai berikut :

- 1) Pemimpin kelompok, yaitu sebagai pengontrol proses kegiatan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan.
- 2) Anggota kelompok, merupakan sekumpulan orang yang secara sukarela mengikuti kegiatan kelompok dengan dipimpin oleh seorang konselor atau guru bimbingan konseling yang professional sertamemiliki tujuan yang sama antar anggota kelompok.
- 3) Dinamika kelompok, merupakan sinergi dari semua faktor yang ada dalam suatu kelompok.

c. Tahap-tahap Bimbingan Kelompok.

Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dalam suasana dan kondisi berkelompok dengan tujuan agar pemimpin kelompok dapat lebih mudah menyampaikan informasi yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Pelaksanaan layanan ini dilakukan menggunakan beberapa tahapan, menurut Pranoto (dalam Mudaim, 2022) adapun tahapan itu

diantaranya “tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap evaluasi, tahap analisis hasil evaluasi, rencana tindak lanjut dan tahap laporan”.

Jahju Hartanti (2022) Seorang pemimpin kelompok/konselor akan mampu menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok dengan baik apabila mengetahui dan menguasai apa yang sebenarnya terjadi dan apa yang hendaknya terjadi di dalam kelompok. Menurut Prayitno (dalam Laili Sulistyowati, 2015) yang terdiri dari tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran.

1) Tahap Pembentukan

Menurut Prayitno (dalam S, Nanik. dkk, 2002) tahap pembentukan merupakan proses awal yang bertujuan mengubah sekumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok guna mencapai tujuan bersama. Tahap ini dikenal sebagai tahap pengenalan, yaitu saat anggota mulai mengenal satu sama lain sekaligus menyesuaikan diri dengan kehidupan kelompok.

Pada tahap ini, setiap anggota mulai beradaptasi dengan suasana kelompok, membangun rasa aman, serta menumbuhkan kepercayaan antarsesama anggota. Menurut Wibowo (dalam Jahju Hartanti, 2022) menjelaskan bahwa pada fase ini anggota saling memperkenalkan diri, menyampaikan tujuan, serta mengungkapkan harapan yang ingin dicapai, baik secara individu maupun kelompok. Oleh karena itu, pemimpin kelompok memiliki peran penting dalam membimbing,

mengarahkan, dan menciptakan suasana yang kondusif agar anggota mampu bekerja sama secara efektif dalam mencapai tujuan kelompok.

2) Tahap Peralihan

Prayitno (dalam Jahju Hartanti, 2022) tahap peralihan merupakan fase penjajakan dan penyesuaian yang berfungsi sebagai penghubung antara tahap pembentukan dan tahap kegiatan. Pada tahap ini, anggota mulai mempersiapkan diri untuk berpartisipasi secara lebih aktif dalam kegiatan kelompok. Dalam pelaksanaannya, tahap peralihan dapat berlangsung dengan lancar apabila seluruh anggota telah siap mengikuti kegiatan. Namun, tidak jarang muncul keraguan, kecanggungan, atau keengganan dari sebagian anggota sehingga proses transisi menjadi lebih sulit. Oleh sebab itu, pemimpin kelompok perlu menggunakan kepemimpinan yang tepat untuk membantu anggota mengatasi hambatan tersebut sehingga mereka dapat berpartisipasi secara optimal pada tahap berikutnya.

3) Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan merupakan inti dari pelaksanaan bimbingan kelompok karena seluruh proses utama berlangsung pada fase ini. Oleh sebab itu, isi kegiatan maupun faktor-faktor pendukungnya perlu dikelola secara optimal oleh pemimpin kelompok. Menurut Wibowo (dalam Jahju Hartanti, 2022) tahap ini memperoleh alokasi waktu paling besar, yaitu sekitar 40%–60% dari keseluruhan waktu pelaksanaan bimbingan kelompok.. Pada tahap ini, pemimpin

kelompok berperan mengarahkan jalannya diskusi, menjaga dinamika kelompok tetap kondusif, serta memberikan kesempatan kepada seluruh anggota untuk berpartisipasi secara aktif. Selain itu, pemimpin perlu menunjukkan sikap terbuka, sabar, memberikan penguatan, motivasi, dan empati tanpa mendominasi jalannya pembahasan sehingga tujuan kegiatan dapat tercapai secara maksimal.

4) Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran merupakan fase penutup dalam kegiatan bimbingan kelompok yang berfokus pada evaluasi hasil yang telah dicapai selama proses berlangsung. Keberhasilan tahap ini tidak diukur dari banyaknya pertemuan, melainkan dari sejauh mana tujuan kelompok telah tercapai dan manfaat yang diperoleh oleh setiap anggota. Hasil yang telah dicapai diharapkan dapat menjadi motivasi bagi anggota untuk menerapkan pengalaman yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Dalam beberapa kelompok, anggota juga dapat menyepakati penghentian sementara kegiatan dan menjadwalkan pertemuan berikutnya apabila masih diperlukan untuk melanjutkan proses pencapaian tujuan kelompok.

Menurut Fadilah (2019) Bimbingan kelompok pada pelaksanaannya memiliki desain/tahapan yang harus diperhatikan, antara lain;

1) Tahap Pembentukan.

Tahap pembentukan merupakan fase awal dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yang berfungsi sebagai proses pengenalan dan penyesuaian anggota terhadap kehidupan kelompok. Pada tahap ini, setiap anggota mulai saling mengenal, memperkenalkan diri, serta menyampaikan tujuan dan harapan yang ingin dicapai, baik secara individu maupun bersama sebagai satu kelompok. Selain itu, pemimpin kelompok memberikan penjelasan mengenai pengertian, tujuan, dan manfaat bimbingan kelompok agar seluruh anggota memahami pentingnya mengikuti kegiatan tersebut. Pemimpin juga menyampaikan tata tertib atau aturan yang akan diterapkan selama proses bimbingan kelompok berlangsung sehingga tercipta suasana yang tertib, nyaman, dan mendukung tercapainya tujuan kegiatan.

2) Tahap Peralihan.

Tahap peralihan merupakan fase yang menghubungkan tahap pembentukan dengan tahap kegiatan. Pada tahap ini, anggota kelompok mulai mempersiapkan diri untuk mengikuti kegiatan inti serta menyesuaikan diri dengan dinamika kelompok. Beberapa kegiatan yang dilaksanakan pada tahap ini meliputi:

- a) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.
- b) Mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya,

- c) Membahas suasana yang terjadi,
- d) Meningkatkan kemampuan partisipasi anggota.

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, pemimpin kelompok perlu memperhatikan beberapa hal penting agar dinamika kelompok dapat berkembang secara optimal. Pemimpin hendaknya mampu menerima berbagai situasi yang muncul dengan sikap sabar dan terbuka, menghindari tindakan yang terlalu mengarahkan atau mendominasi jalannya kegiatan, serta memberikan kesempatan kepada anggota untuk mengungkapkan perasaan dan pendapatnya. Selain itu, pemimpin juga perlu menjadi teladan melalui sikap terbuka, menunjukkan empati, serta menciptakan suasana yang nyaman sehingga setiap anggota terdorong untuk berpartisipasi secara aktif.

3) Tahap Kegiatan.

Tahap kegiatan merupakan fase utama dalam pelaksanaan bimbingan kelompok karena seluruh aktivitas inti dilaksanakan pada tahap ini. Dalam penelitian ini, kegiatan bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan simulasi, sehingga pelaksanaannya perlu dikelola secara cermat oleh pemimpin kelompok. Pada tahap ini, pemimpin kelompok berperan mengatur jalannya permainan simulasi, memberikan arahan kepada anggota, menjaga dinamika kelompok agar tetap kondusif, serta memastikan seluruh peserta terlibat aktif sehingga tujuan kegiatan dapat tercapai secara efektif.

4) Tahap Pengakhiran.

Tahap pengakhiran merupakan fase penutup dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yang berfokus pada pencapaian tujuan dan hasil yang diperoleh selama proses kegiatan berlangsung. Keberhasilan tahap ini tidak ditentukan oleh banyaknya pertemuan, melainkan oleh sejauh mana tujuan kelompok telah tercapai. Hasil dari setiap kegiatan yang telah dilaksanakan diharapkan dapat menjadi bekal bagi anggota untuk menerapkan pengalaman dan pemahaman yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Pada tahap ini, pemimpin kelompok menyampaikan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera diakhiri. Selanjutnya, pemimpin bersama anggota melakukan refleksi dengan mengungkapkan kesan, pengalaman, dan hasil yang diperoleh selama mengikuti kegiatan. Selain itu, kelompok juga mendiskusikan tindak lanjut yang dapat dilakukan setelah kegiatan berakhir serta menyampaikan harapan sebagai bentuk evaluasi dan penutup kegiatan..

Menurut Jahju Hartanti (2022), Layanan bimbingan kelompok menempuh tahap- tahap kegiatan sebagai berikut:

- 1) Perencanaan, meliputi beberapa kegiatan penting, yaitu menentukan topik yang akan dibahas dalam layanan bimbingan kelompok, membentuk kelompok peserta, menyusun jadwal pelaksanaan

kegiatan, menetapkan prosedur layanan yang akan diterapkan, menyiapkan sarana dan prasarana yang diperlukan, serta melengkapi administrasi sebagai penunjang pelaksanaan layanan.

- 2) Pelaksanaan, meliputi kegiatan menyampaikan rencana layanan bimbingan kelompok kepada peserta, mengoordinasikan seluruh rangkaian kegiatan, serta melaksanakan layanan bimbingan kelompok sesuai dengan tahapan yang telah ditetapkan. Proses pelaksanaan dilakukan melalui empat tahap, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran agar tujuan layanan dapat tercapai secara efektif..
- 3) Evaluasi, meliputi serangkaian kegiatan untuk menilai efektivitas pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Kegiatan tersebut mencakup penentuan aspek atau materi yang akan dievaluasi, penyusunan prosedur dan standar penilaian, pengembangan instrumen evaluasi, memastikan instrumen yang digunakan telah sesuai dan layak diterapkan, serta mengolah dan menganalisis data yang diperoleh dari hasil pengisian instrumen evaluasi.
- 4) Analisis hasil evaluasi merupakan proses untuk mengkaji data yang diperoleh dari pelaksanaan evaluasi. Kegiatan pada tahap ini meliputi penetapan norma atau kriteria sebagai dasar analisis, melakukan analisis terhadap hasil evaluasi yang telah diperoleh, serta menafsirkan hasil analisis tersebut sebagai dasar untuk mengetahui tingkat keberhasilan pelaksanaan layanan bimbingan

kelompok dan menentukan tindak lanjut yang diperlukan. Tindak lanjut yang mencakup kegiatan menetapkan jenis dan arah tindak lanjut, mengomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak yang terkait dan melaksanakan tindak lanjut.

- 5) Laporan, yang meliputi penyusunan laporan hasil pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, penyampaian laporan kepada kepala sekolah atau madrasah serta pihak-pihak terkait, dan pengarsipan laporan sebagai bentuk dokumentasi pelaksanaan layanan. Dokumentasi tersebut dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi, pertanggungjawaban, dan acuan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pada kegiatan selanjutnya.

d. Manfaat bimbingan kelompok

Layanan bimbingan kelompok dalam pelaksanaannya memiliki beberapa manfaat menurut Sukardi (dalam Rifasya, 2024) yaitu :

- 1) Diberikan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya.
- 2) Memiliki pemahaman yang obyektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan.
- 3) Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok.
- 4) Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan dukungan terhadap yang baik.

- 5) Melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana yang mereka programkan semula.

Dengan demikian secara umum, layanan bimbingan kelompok memiliki manfaat untuk membantu siswa belajar hidup dan bekerja sama dalam kelompok. Melalui kegiatan ini, siswa dapat saling membantu dalam menyelesaikan masalah, belajar menyampaikan pendapat dengan baik, serta menghargai pendapat orang lain. Selain itu, bimbingan kelompok juga dapat meningkatkan kemampuan komunikasi siswa, baik dengan teman sebaya maupun dengan guru bimbingan dan konseling.

e. Tujuan Layanan Bimbingan kelompok

Menurut Prayitno (dalam Mardison 2016.) secara khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal.

Menurut Crow and Crow (dalam Fadilah, 2019), mengemukakan tujuan dari layanan bimbingan kelompok, berupa:

- 1) Bimbingan kelompok ditunjukan untuk memberikan dan memperoleh informasi dari individu,
- 2) Mengadakan usaha analisa dan pemahaman bersama tentang sikap, minat dan pandangan yang berbeda dari tiap-tiap individu.
- 3) Membantu memecahkan masalah dengan bersama-sama.
- 4) Untuk menemukan masalah pribadi yang ada pada tiap individu

Selain itu, Prayitno (dalam Fadilah, 2019) mengemukakan bahwa tujuan bimbingan kelompok dibagi menjadi dua bagian, tujuan bimbingan kelompok umum dan tujuan bimbingan kelompok khusus. Layanan bimbingan kelompok adalah untuk membantu siswa dalam meningkatkan hubungan kerjasama dalam kelompok serta dapat membantu siswa untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi serta mendorong siswa untuk dapat mengembangkan sikap yang dapat menunjang perkembangan pribadi yang lebih baik (Mudaim dkk., 2022).

Menurut Sitti Hartinah (dalam Fadilah, 2019) kegunaan bimbingan kelompok yaitu antara lain :

- 1) Tenaga pembimbing masih sangat terbatas dan jumlah individu yang dibimbing begitu banyak sehingga pelayanan bimbingan secara perseorangan tidak akan merata.
- 2) Melalui bimbingan kelompok, individu dilatih menghadapi suatu tugas bersama atau memecahkan suatu masalah bersama. Hal tersebut akan diperlukan/dibutuhkan selama hidupnya.
- 3) Dalam mendiskusikan sesuatu bersama, individu didorong untuk berani mengemukakan pendapatnya dan menghargai pendapat orang lain, selain itu beberapa individu akan lebih berani membicarakan kesukarannya dengan penyuluh setelah mereka mengerti bahwa teman-temannya juga mengalami kesukaran tersebut.
- 4) Banyak informasi yang dibutuhkan oleh individu dapat diberikan secara kelompok dan cara tersebut lebih ekonomis.

- 5) Melalui bimbingan kelompok, beberapa individu menjadi lebih sadar bahwa mereka sebaiknya menghadap penyuluh untuk mendapat bimbingan secara lebih mendalam.
- 6) Melalui bimbingan kelompok seorang ahli bimbingan yang baru saja diangkat dapat memperkenalkan diri dan berusaha mendapat kepercayaan dari peserta bimbingan kelompok.

f. Asas-asas Bimbingan Kelompok

Asas-asas yang diterapkan padaa bimbingan kelompok adalah asas-asas yang didasarkan pada kode etik dalam bimbingan konseling. Menurut Tohirin (dalam Burta, 2018) , asas yang digunakan dalam bimbingan kelompok yaitu :

1) Asas kerahasiaan.

Ada kalanya pelayanan bimbingan dan konseling yang berkenaan dengan peserta didik yang bermasalah. Masalah biasanya merupakan suatu yang harus dirahasiakan.

2) Asas kesukarelaan.

Proses bimbingan dan konseling harus berlangsung atas dasar kesukarelaan baik dari pihak pembimbing maupun pihak konseli.

3) Asas keterbukaan

Dalam proses bimbingan dan konseling sangat diperlukan suasana keterbukaan baik dari pihak konselor maupun konseli.

4) Asas kekinian

Pelayanan bimbingan dan konseling harus berorientasi kepada masalah yang sedang dirahasiakan konseli saat ini.

5) Asas kemandirian

Kemandirian merupakan salah satu tujuan pelayanan bimbingan dan konseling. Peserta didik yang telah dibimbing hendaknya bias mandiri tidak bergantung pada orang lain dan konselor.

6) Asas kegiatan

Pelayanan bimbingan dan konseling tidak akan memberikan hasil yang berate apabila konseli tidak melakukan sendiri kegiatan untuk mencapai tujuan bimbingan dan konseling. Hasil usaha yang menjadi tujuan bimbingan dan konseling tidak akan tercapai dengan sendiri.

7) .Asas kedinamisan

Usaha bimbingan dan konseling menghendaki terjadinya perubahan pada individu yang dibimbing yaitu perubahan prilaku kearah yang lebih baik.

8) Asas keterpaduan

Individu memiliki berbagai aspek kepribadian yang apabila keadannya tidak seimbang, tidak sesuai dan tidak terpadu, justru akan menimbulkan maasalah. Oleh sebab itu, usaha bimbingan dan konseling hendaklah memadukan berbagai aspek kepribadian konseli.

9) Asas kenormatifan

Usaha bimbingan dan konseling (proses bimbingan dan konseling) tidak boleh bertentangan dengan norma-norma yang berlaku.

10) Asas keahlian

Pelayanan bimbingan dan konseling merupakan pekerjaan profesional yang diseleenggarakan oleh tenaga-tenaga ahli yang khusus didik untuk pekerjaan tersebut.

11) Asas alih tangan

Konselor (pembimbing) sebagai manusia, diatas kelebihanannya tetap memiliki keterbatasan kemampuan.

12) Asas tutwuri handayani

Asas ini menunjuk pada suasana umum yang hendak tercipta dalam rangka hubungan keseluruhan antara pembimbing (konselor) dengan yang dibimbing (peserta didik)

Menurut Prayitno (dalam Fadilah, 2019) Adapun asas-asas yang ada di dalam layanan bimbingan kelompok antara lain sebagai berikut :

- 1) Asas Kerahasiaan, semua yang hadir harus menyimpan dan merahasiakan apa saja, data dan informasi yang didengar dan dibicarakan dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak boleh dan tidak layak diketahui oleh orang lain. Para peserta berjanji tidak akan membicarakan hal-hal yang bersifat rahasia di luar kelompok.

- 2) Asas keterbukaan, yaitu semua peserta bebas dan terbuka mengelarkan pendapat, ide, saran, dan apa saja yang dirasakannya dan dipikirkannya, tidak merasa takut, malu ataupun ragu-ragu, dan bebas berbicara tentang apa saja, baik tentang dirinya, sekolah, pergaulan, keluarga dan sebagainya.
- 3) Asas kesukarelaan, yaitu semua peserta dapat menampilkan dirinya secara spontan tanpa disuruh-suruh ataupun malu-malu atau dipaksa oleh teman yang lain atau oleh pembimbing kelompok.
- 4) Asas Kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dan yang dilakukan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan peraturan yang berlaku, semua yang dilakukan dan dibicarakan dalam bimbingan kelompok harus sesuai dengan norma adat, norma agama, norma hukum, norma ilmu, dan kebiasaan-kebiasaan yang berlaku

2. Teknik *Role playing*

a. Pengertian *Role playing*

Santrock (dalam Aticha, 2022) mendefinisikan bahwa *role playing* atau permainan drama ialah sebuah aktivitas pelajar yang menyenangkan dimaksudkan guna memperoleh sebuah tujuan.

Sedangkan menurut Akhamd Sudrajat (dalam Heru, 2013) menjelaskan bahwa teknik *role playing* suatu gaya untuk memberi untuk mengarah kepada usaha memecahkan permasalahan-permasalahan

terkait antara masalah yang dialami di sekolah maupun di rumah yang menyangkut dengan permasalahan tentang kesejahteraan belajarnya.

Menurut Shaftel & shaftel (dalam Haolah, 2020) menyatakan bahwa sebagai teknik pemecahan masalah yang dirancang untuk mengeksplorasi situasi dan perilaku manusia.

Menurut Tang (dalam Yulianeta 2024) menunjukkan bahwa partisipasi dalam aktivitas *role playing* meningkatkan kemampuan siswa dalam bekerja sama dan menyelesaikan masalah secara kolektif.

Harmer (dalam penelitian Yulianeta, 2024) Menyebutkan bahwa kegiatan *role playing* memberikan kesempatan bagi siswa untuk menggunakan bahasa dalam konteks yang lebih nyata dan bermakna. Berdasarkan pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa metode *role playing* membantu siswa lebih aktif dalam bekerja sama, menyelesaikan masalah, dan menggunakan bahasa dalam situasi yang nyata sehingga pembelajaran menjadi lebih bermakna.

Penggunaan model *role playing* membuat siswa aktif karena terlibat secara langsung dan membuat siswa tertarik pada materi atau pokok bahasan (Ristianisa & Suhardi, 2021) .

b. Langkah-langkah *Role playing*.

Menurut Anggraini & Ishartiwi (dalam Aziza & Stiawan, 2025) model pembelajaran tipe *role playing* adalah model pembelajaran yang dipakai untuk menirukan atau memperagakan peristiwa-peristiwa dalam kehidupan social. *Role card* termasuk dalam teknik *role*

playing, berfungsi sebagai alat bantu (*prop*) untuk memfasilitasi simulasi peran dalam kelompok bimbingan. Sebagai salah satu bentuk media dalam *role playing*, kartu peran digunakan untuk melakukan permainan peran dengan memanfaatkan informasi pada kartu sebagai panduan bagi peserta. Adapun langkah-langkah dalam melaksanakan *role playing* dengan media *role card* :

- 1) Konselor menentukan suatu situasi atau peristiwa yang akan dibahas (kelompok tugas) atau konselor Bersama-sama dengan anggota kelompok menentukan suatu situasi / peristiwa yang telah disepakati.
- 2) Menentukan siswa yang akan memerankan suatu situasi / peristiwa yang telah disepakati Bersama.
- 3) Biarkan siswa mempersiapkannya dengan sedikit mungkin campur tangan konselor.
- 4) Siswa melakukan *role playing* atau memerankan suatu situasi / peristiwa yang diberikan pada nya (lakukan secara spontan)
- 5) Upayakan agar singkat , bagi pemula lima menit sudah cukup dan bermain sampai habis jangan interupsi.
- 6) Biarkan agar spontanitas menjadi kunci .
- 7) Jangan menilai aktingnya , bahasanya dan lain-lain
- 8) Biarkan siswa bermain bebas dari angka dan tingkatan
- 9) Diskusi (di dalam diskusi sebaiknya dinilai apa yang telah dipelajari)

c. Tujuan Teknik *Role playing*

Teknik *role playing* adalah suatu usaha konselor untuk membantu individu atau konseli untuk mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya sehingga individu bisa berinteraksi dengan lingkungan serta menciptakan hubungan yang baik dan tentram.

Tujuan dari teknik *role playing* menurut Heru, (2013) sebagai berikut :

- 1) Mencari jalan keluar dari masalah diri sendiri.
- 2) Memunculkan sikap empati juga simpati.
- 3) Meningkatkan pemikiran adaptif.
- 4) Sarana pengolahan emosi yang baik.
- 5) Meningkatkan keahlian dalam diri.
- 6) Sarana keluar dari permasalahan.
- 7) Menjadi orang yang bertanggungjawab.

d. Kelebihan dan Kekurangan Teknik *Role playing*.

Menurut Djamarah (dalam Lulu, 2020), teknik ini memiliki kelebihan serta kekurangan. Kelebihan teknik *role playing* yaitu sebagai berikut :

- 1) Peserta didik mampu memunculkan bakat dirinya untuk paham dan ingat tokoh yang dimainkan.
- 2) Peserta didik menjadi kreatif dan berimajinatif.
- 3) Pemupukan bakat terpendam yang dimiliki pelajar yang berkaitan dengan kesenian bermail drama.

- 4) Peserta didik dapat menumbuhkan dan membina pekerjaan antar pemain dengan sukses.
- 5) Peserta didik mampu membagi tugas dan tanggung jawab antar pemain.

Sedangkan kekurangan dari teknik *role playing* ini adalah sebagai berikut :

- 1) Peserta didik tidak bisa menjalankan peran dengan baik jika kondisi ruangan dan sarana lain tidak mendukung.
- 2) Peserta didik mengalami kesulitan dalam bermain peran.
- 3) Memakan banyak waktu untuk melaksanakan kegiatan bermain peran.

Menurut Herlina (dalam Sari, 2022), menjelaskan bahwa metode bermain secara peran adalah cara konsultasi guna mengembangkan imajinasi serta apresiasi anggota kelompok. Dengan hal tersebut maka terdapat kelebihan yang dimiliki teknik *role playing* yaitu sebagai berikut :

- 1) Memungkinkan semua peserta drama untuk aktif dan memiliki kegiatan untuk meningkatkan kemampuan saat bekerja.
- 2) Anggota kelompok diharapkan membuat putusan juga mengekspresikan diri mereka sepenuhnya.
- 3) Teknik bermain peran ini bisa dilakukan dengan keadaan waktu fleksibel.

Selain kelebihan, teknik ini juga memiliki kekurangan yaitu sebagai berikut :

- 1) Dengan asumsi bahwa ketrampilan interpersonal lebih mudah daripada ketrampilan interpersonal daripada ketrampilan teknik.
- 2) Pengalaman yang diperoleh siswa tidak selalu cocok dengan realitas di lapangan.
- 3) Aspek psikologis semacam rasa malu dan khawatir sering mempengaruhi pemeran untuk melaksanakan simulasi.

e. Teknik *Role playing* dengan Media *Role card*.

Menurut Rahmawati (dalam Qodliyah, 2025) menemukan bahwa *role card* meningkatkan kemampuan sosial dan empati siswa. Putra (dalam Shobirin, 2025) menunjukkan bahwa *role playing* membantu siswa memahami konsekuensi perundungan dan menumbuhkan sikap anti-perundungan. Penelitian-penelitian ini mendukung ide bahwa media *role card* dalam bimbingan kelompok dapat membentuk perilaku sosial positif dan meningkatkan kesadaran anti-perundungan.

Media *role card* adalah alat bantu yang digunakan dalam bimbingan kelompok berupa kartu berisi skenario atau peran tertentu yang akan dimainkan oleh siswa. Santrock (2016) menjelaskan bahwa media *role card* membantu siswa memahami situasi sosial dan mempraktikkan perilaku yang tepat melalui simulasi atau *role playing*. Dalam bimbingan kelompok, *role card* memfasilitasi interaksi antara anggota kelompok, mendorong siswa untuk mengekspresikan pikiran

dan emosi, serta mengasah keterampilan sosial. Media ini menjadi sarana efektif untuk melatih sikap positif dan meningkatkan kesadaran anti-perundungan.

3. *Bullying* Atau Perundungan

a. Pengertian *Bullying*.

Menurut Sullivan (dalam Rahmadhanti, dkk, 2025) mengemukakan bahwa perundungan merupakan tindakan kekerasan yang bersifat fisik maupun psikologis kepada individu atau kelompok yang lemah. Riauskina (2005) mengemukakan bahwa perundungan di lingkungan sekolah sebagai wujud dari salah satu perilaku agresifitas yang dilakukan secara berulang oleh individu maupun kelompok yang merasa mempunyai kekuasaan atas individu lain yang dianggap lebih lemah. Dalam konteks bimbingan kelompok, sikap ini dapat dibentuk melalui latihan, diskusi kelompok, dan *role playing*. Siswa dilatih untuk menolak perundungan, membantu korban, dan melaporkan tindakan *bullying*, serta menunjukkan empati terhadap teman. Bimbingan kelompok menjadi media yang efektif untuk mengurangi *bullying* karena siswa belajar dari pengalaman nyata dan interaksi dengan teman sebaya.

b. Dimensi *Bullying*

Menurut Olweus (dalam Rahmadhanti dkk., 2025) membagi *bullying* ke dalam beberapa jenis utama, yaitu *bullying* fisik (memukul, menendang), verbal (menghina, mengejek) dan sosial atau relasional

(mengucilkan, menyebarkan gosip). Penelitian ini menggunakan teori *bullying* dari Dan Olweus (1993) sebagai landasan teoretis. Menurut Olweus, *bullying* adalah perilaku agresif negatif yang dilakukan secara berulang-ulang dan melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan atau kekuatan antara pelaku dan korban. Teori ini membagi *bullying* ke dalam tiga bentuk utama, yaitu:

- 1) *Bullying* fisik, seperti memukul atau menendang.
- 2) *Bullying* verbal, seperti mengejek, menghina, atau mengancam.
- 3) *Bullying* relasional, seperti mengucilkan, menyebarkan gosip, atau merusak hubungan sosial korban.

Menurut Coloroso (2007) *bullying* dibagi menjadi tiga aspek, yaitu *bullying* verbal, fisik, dan psikologis. Aspek-aspek perilaku *bullying* tersebut diuraikan secara rinci sebagai berikut:

1) *Bullying Verbal*

Menurut Lestari (dalam Unggul, 2024) *Bullying Verbal* terjadi ketika seseorang menggunakan bahasa lisan untuk mendapatkan kekuasaan atas korbannya. Sedangkan menurut Coloroso dalam (Zakiyah dkk, 2017) juga berpendapat *Bullying Verbal* adalah bentuk penindasan yang paling umum digunakan, baik oleh anak perempuan maupun anak laki laki berupa julukan nama, celaan, fitnah, kritik kejam, dan penghinaan.

Astuti (2008) bentuk *Bullying Verbal* sebagai berikut; pemalakan, pemerasan, mengancam, menghasut, berkata jorok pada

korban, dan menyebarkan kejelekan korban. *Bullying* verbal adalah bentuk perundungan yang menggunakan kata-kata dan dapat berdampak besar pada kondisi emosional seseorang. Jenis *bullying* ini paling sering terjadi, baik dilakukan oleh anak laki-laki maupun perempuan.

Bullying verbal dapat berupa pemberian julukan yang merendahkan, ejekan, hinaan, fitnah, kritik yang menyakitkan, penghinaan pribadi atau rasial, pelecehan seksual secara lisan, tuduhan palsu, gosip, hingga ancaman melalui telepon. Dibandingkan dengan bentuk *bullying* lainnya, *bullying* verbal merupakan tindakan yang paling mudah dilakukan dan sering menjadi awal munculnya *bullying* fisik dan psikologis. Oleh karena itu, *bullying* verbal dapat menjadi pintu masuk menuju bentuk kekerasan yang lebih serius dan merendahkan martabat korban.

2) *Bullying Fisik*

Menurut Waasdorp & Bradshaw (2015.), *bullying* fisik adalah tindakan agresi yang melibatkan penggunaan anggota tubuh untuk menyakiti korban, seperti memukul, menendang, mencubit, atau menjegal, yang dilakukan secara berulang dengan tujuan melukai dan menanamkan ketakutan karena adanya ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban. . *Bullying* fisik adalah bentuk *bullying* yang paling mudah terlihat dibandingkan jenis *bullying* lainnya.

Olweus (1993) menggambarkan sebagai tindakan seperti memukul, menendang, atau mendorong yang disengaja untuk mendominasi korban secara fisik. *Bullying* fisik mencakup tindakan seperti memukul, menendang, meninju, mencekik, menyikut, menggigit, mencakar, meludahi korban, serta merusak pakaian atau barang milik korban. Semakin kuat dan semakin dewasa pelaku, tindakan *bullying* fisik yang dilakukan dapat menjadi semakin berbahaya, meskipun tidak selalu bertujuan untuk melukai secara serius. Anak yang sering melakukan *bullying* fisik umumnya memiliki perilaku yang lebih bermasalah dan berisiko terlibat dalam tindakan kriminal yang lebih berat di kemudian hari.

3) *Bullying* Psikologis

Banyak sekali ahli yang berpendapat bahwa faktor yang mempengaruhi tindakan *bullying* dipengaruhi oleh hal di sekitarnya, namun masa lalu seseorang juga mendorong seseorang melakukan tindakan *bullying* Nurida dalam *Jurnal Dunia Pendidikan*, (2024) . *Bullying* psikologis adalah bentuk *bullying* yang paling sulit dikenali karena tidak terlihat secara langsung. Jenis *bullying* ini bertujuan untuk merendahkan harga diri korban dan dilakukan secara terus-menerus melalui sikap mengabaikan, mengucilkan, atau menjauhkan korban dari lingkungan sosial.

Salah satu bentuk yang paling kuat adalah penghindaran, misalnya dengan menyebarkan gosip agar orang lain tidak mau

berteman dengan korban. *Bullying* psikologis juga dapat dilakukan dengan cara menolak, mengasingkan, atau merusak hubungan pertemanan. Tindakan ini sering ditunjukkan melalui sikap agresif, tatapan sinis, helaan napas, ejekan, tawa mengejek, serta bahasa tubuh yang tidak menyenangkan.

c. Faktor Penyebab *Bullying*

Bullying bukanlah merupakan suatu tindakan yang kebetulan terjadi, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Oleh sebab itu, perilaku *bullying* sebagai konflik interpersonal yang paling umum terjadi. Menurut Migliaccio dan Raskaukus (2015) *bullying* disebabkan oleh beberapa faktor yaitu:

- 1) Faktor keluarga
- 2) Faktor teman sebaya dan media
- 3) Faktor psikologis
- 4) Faktor status sosial

Menurut Wahyuni (2011) faktor yang mempengaruhi individu melakukan *bullying* yaitu:

- 1) Faktor keluarga

Faktor interaksi dalam keluarga berperan penting dalam perkembangan psikososial anak yakni dengan pola asuh yang diterapkan oleh orang tua terhadap anak, dan ketika anak mencapai usia remaja maka anak akan memiliki persepsi sendiri terhadap pola asuh orangtuanya tersebut Wahyuni, (2011).

2) Karakteristik internal individu

Karakter individu melakukan perilaku *bullying* seperti dendam atau iri hati akibat dari pengalaman di masa lalu, kemudian adanya semangat ingin menguasai korban dengan kekuatan fisik.

3) Faktor sekolah

Kekerasan atau *bullying* dalam pendidikan muncul akibat adanya pelanggaran yang disertai dengan hukuman, terutama hukuman fisik.

Menurut Ariesto (dalam ZAKIYAH dkk, 2017), faktor-faktor penyebab terjadinya *bullying* antara lain:

1) Keluarga.

Pelaku *bullying* seringkali berasal dari keluarga yang bermasalah : orang tua yang sering menghukum anaknya secara berlebihan, atau situasi rumah yang penuh stress, agresi, dan permusuhan. Anak akan mempelajari perilaku *bullying* ketika mengamati konflik-konflik yang terjadi pada orang tua mereka, dan kemudian menirunya terhadap teman-temannya. Jika tidak ada konsekuensi yang tegas dari lingkungan terhadap perilaku cobacobanya itu, ia akan belajar bahwa “mereka yang memiliki kekuatan diperbolehkan untuk berperilaku agresif, dan perilaku agresif itu dapat meningkatkan status dan kekuasaan seseorang”. Dari sini anak mengembangkan perilaku *bullying*.

2) Sekolah

Pihak sekolah sering mengabaikan keberadaan *bullying* ini. Akibatnya, anak-anak sebagai pelaku *bullying* akan mendapatkan penguatan terhadap perilaku mereka untuk melakukan intimidasi terhadap anak lain. *Bullying* berkembang dengan pesat dalam lingkungan sekolah sering memberikan masukan negatif pada siswanya, misalnya berupa hukuman yang tidak membangun sehingga tidak mengembangkan rasa menghargai dan menghormati antar sesama anggota sekolah.

3) Faktor Kelompok Sebaya.

Anak-anak ketika berinteraksi dalam sekolah dan dengan teman di sekitar rumah, kadang kala terdorong untuk melakukan *bullying*. Beberapa anak melakukan *bullying* dalam usaha untuk membuktikan bahwa mereka bisa masuk dalam kelompok tertentu, meskipun mereka sendiri merasa tidak nyaman dengan perilaku tersebut.

4) Kondisi lingkungan social.

Kondisi lingkungan sosial dapat pula menjadi penyebab timbulnya perilaku *bullying*. Salah satu faktor lingkungan social yang menyebabkan tindakan *bullying* adalah kemiskinan. Mereka yang hidup dalam kemiskinan akan berbuat apa saja demi memenuhi kebutuhan hidupnya, sehingga tidak heran jika di lingkungan sekolah sering terjadi pemalakan antar siswanya.

5) Tayangan televisi dan media cetak.

Televisi dan media cetak membentuk pola perilaku *bullying* dari segi tayangan yang mereka tampilkan. Survey yang dilakukan Kompas (Saripah, 2006) memperlihatkan bahwa 56,9% anak meniru adegan-adegan film yang ditontonnya, umumnya mereka meniru gerakannya (64%) dan kata-katanya (43%).

Menurut Ririn (2024) faktor penyebab *bullying* adalah sebagai berikut :

1) Faktor Keluarga

Peran dan fungsi orangtua terhadap anak, sangat berhubungan dengan pola pengasuhan orangtua terhadap tumbuh kembang anaknya. Hal ini disebabkan oleh keluarga yang begitu cuek, terlalu membebaskan anaknya, dan juga berasal dari keluarga yang memiliki pola pengasuhan otoriter, tidak harmonis, sering bertengkar hebat di depan anaknya. Sedangkan yang menjadi korban *bullying* adalah siswa dari keluarga yang baik, sering menghabiskan waktu bersama orang tuanya, melakukan komunikasi dan interaksi dengan anak, dan tidak pernah melakukan pertengkaran di depan anaknya, dapat memberikan kebutuhan kepada anak, akan tetapi tidak memanjakannya Suhendar (dalam Ririn, 2024).

2) Faktor Teman Sebaya

Pengaruh teman sebaya merupakan pengaruh yang cukup dominan terhadap tindakan *bullying*, karena remaja akan

menghabiskan waktunya bersama teman-teman sebayanya, remaja akan banyak menghabiskan waktu di sekolahnya.

3) Faktor Media Massa

Adanya tayangan kasus tindakan kekerasan di media massa memberikan dorongan kepada pelaku melakukan hal yang sama. Pelaku biasanya senang memainkan games bergenre peperangan atau perkelahian bahkan ada yang menonton video tinju atau *smack down* menurut Utami, (dalam Ririn, 2024))

4) Faktor Lingkungan Sosial

Menurut Haslan (dalam Ririn, 2024) Faktor lingkungan yang tidak sehat yang terdiri dari anak-anak yang putus sekolah, anak-anak nakal dan suka berantem. Lambat laun mereka akan terpengaruh berbuat demikian. Seseorang tidak bisa menghindar karena ada ikatan kebersamaan yang dijunjung tinggi.

5) Faktor Lingkungan Sekolah

Bullying berkembang dengan pesat dalam lingkungan sekolah sering memberikan masukan negatif pada siswanya, misalnya berupa hukuman yang tidak membangun sehingga tidak mengembangkan rasa menghargai dan menghormati antar sesama anggota sekolah (Zakiyah dkk, 2017)

6) Faktor Harga Diri

Menurut Ririn (2024) Faktor harga diri meliputi individu memiliki rasa harga diri negatif atau rendah, sehingga ia memandang

dirinya tidak berharga. Individu memiliki kesulitan dalam menjalin hubungan dengan temannya, sehingga individu mudah tersinggung dan marah. Akibatnya, individu cenderung melakukan perbuatan berupa merundung atau menyakiti temannya.

d. Karakteristik *Bullying*

Menurut Migliaccio dan Raskaukus (2015) perilaku *bullying* yang banyak dilakukan di sekolah umumnya mempunyai tiga karakteristik yang terintegrasi sebagai berikut:

- 1) Ketidakseimbangan kekuatan.
- 2) Perilaku agresi yang menyenangkan.
- 3) Perilaku yang berulang-ulang atau terus menerus.

e. Teori Olweus Bully/Victim Questionnaire (OBVQ)

Bullying merupakan salah satu bentuk kekerasan yang paling sering terjadi di lingkungan sekolah. Olweus (dalam Aini, 2023) mendefinisikan *bullying* sebagai kekuatan individu yang berkaitan dengan perbedaan usia, jenis kelamin, atau ras yang dieksploitasi oleh satu atau lebih individu dengan tujuan untuk menyakiti atau mempermalukan orang lain.

Dalam penelitian ini, variable *bullying* diukur dengan menggunakan instrument *Olweus Bully/Victim Questionnaire* (OBVQ). Aini (2023) instrument ini dikembangkan oleh Golcalves dkk. Pada tahun 2016 berdasarkan teori Olweus mengenai *bullying*.

B. Kerangka berpikir

Perundungan atau *Bullying* di sekolah adalah perilaku yang menyimpan dan seharusnya tidak dilakukan dalam dunia pendidikan maupun di kehidupan sehari-hari, karena akan berdampak buruk bagi orang yang mengalaminya. Siswa yang masih memiliki pemahaman yang rendah akan sikap perundungan atau *bullying* ini dapat diberikan suatu pemahaman melalui peran, baik korban, pelaku maupun sanksi. Hal ini sangat penting dihindari bagi siswa SMP, sebab pada fase SMP siswa sedang mencari identitas dirinya.

Bimbingan kelompok adalah suatu bantuan yang diberikan dari seorang konselor atau guru BK Kepada Konseli atau siswa yang tergabung dalam kelompok untuk membantu mengurangi masalah. Menurut Firdaus (2019) intervensi yang melibatkan partisipasi aktif siswa, seperti *role playing*, dapat mengurangi frekuensi *bullying*. Teknik *Role playing* adalah suatu teknik atau metode yang memberikan pemahaman pada siswa dan juga dapat memecahkan masalah yang sama dalam kelompoknya untuk saling terlibat dalam satu skenario untuk diperankan. Media *Role card* atau kartu peran adalah media yang digunakan pada teknik *role playing*.

Dalam pelaksanaannya, media *role card* digunakan sebagai alat bantu untuk memfasilitasi kegiatan bimbingan kelompok. *Role card* berisi skenario atau peran tertentu yang memungkinkan siswa melakukan permainan peran (*role playing*), memahami berbagai situasi sosial, dan melatih perilaku yang sesuai. Penggunaan media ini memberikan

pengalaman nyata, sehingga perilaku positif dapat diperkuat melalui praktik langsung dan interaksi dengan teman sebaya.

Mengenai hal tersebut didukung oleh penelitian yang diteliti oleh Maya (2017) , dimana keseluruhan siswa berjumlah 115 siswa dan diambil sampel sebanyak 36 siswa dengan pengumpulan data menggunakan angket diperoleh hasil bahwa teknik *role playing* untuk menurunkan perilaku perundungan. Dengan ini penelitian terhadap keefektivitasan media *role card* dalam bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku *bullying* siswa kelas VIII SMPN 1 Sawahan.

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan latar belakan masakah , hipotesis penelitiannya sebagai berikut :

1. (Ha): Penggunaan teknik *role playing* dalam bimbingan kelompok berpengaruh terhadap pengurangan perilaku *bullying* siswa kelas VIII SMPN 1 Sawahan.
2. (H0): Penggunaan teknik *role playing* dalam bimbingan kelompok tidak berpengaruh terhadap pengurangan perilaku *bullying* siswa kelas VIII SMP N 1 Sawahan.