

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Beberapa tahun belakangan ini begitu banyak pemberitahuan di media sosial terkait kekerasan antar sesama teman mulai dari tawuran antar pelajar, pelecehan sosial serta perilaku *bullying*. Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis. Secara biologis ditandai dengan tumbuh dan berkembangnya seks primer dan seks sekunder sedangkan secara psikologis ditandai dengan sikap dan perasaan, keinginan dan emosi yang labil atau tidak menentu. Ada beberapa fase remaja membagi fase remaja menjadi masa remaja awal dengan usia antara 13-17 tahun dan masa remaja akhir usia antara 17-18 tahun. Masa remaja awal dan akhir menurut Hurlock memiliki karakteristik yang berbeda dikarenakan pada masa remaja akhir individu telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati dewasa (Hurlock, 1990).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di SMA Hang Tuah 4 Surabaya ditemukan bahwa ada siswa yang mengalami tindakan *Bullying* verbal. Seperti celaan, kritikan, tuduhan-tuduhan yang tidak benar. Masalah ini ditandai dengan siswa yang merasa dikucilkan dan perubahan pola tidur, perubahan pola makan, gangguan mood, kerap menangis atau marah, merasa sakit di pagi hari, menarik diri, bertindak agresif atau bersikap tidak beralasan, menolak mengungkapkan masalahnya.

*Bullying* verbal merupakan bentuk penindasan yang paling sering terjadi di lingkungan pendidikan, baik oleh siswa perempuan maupun siswa laki-laki. Kekerasan verbal sering di jumpai pada lingkungan teman sebaya dan dihadapan orang dewasa. *Bullying* verbal sering di jumpai di mana saja. Tetapi sayangnya masyarakat kita sering mengabaikannya karena hanya dianggap sebagai dialog yang bodoh dan tidak simpatik di antara teman sebaya remaja yang menjadi korban *bullying* lebih berisiko mengalami berbagai masalah kesehatan, baik secara fisik maupun mental. Adapun masalah yang lebih mungkin diderita anak-anak yang menjadi korban *bullying*, antara lain munculnya berbagai masalah mental seperti depresi, kegelisahan dan

masalah tidur yang mungkin akan terbawa hingga dewasa, keluhan kesehatan fisik, seperti sakit kepala, sakit perut dan ketegangan otot, rasa tidak aman saat berada di lingkungan sekolah, dan penurunan semangat belajar dan prestasi akademis (Devi Ilmia Sari, Amien Wahyudi, 2022).

Resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Bertahan dalam keadaan tertekan dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya (Reivich, Karen., Shatte, 2002). Resiliensi adalah proses di mana orang menjadi lebih baik dalam membingkai ulang pola pikir dan memanfaatkan pendekatan berbasis kekuatan untuk mengatasi hambatan. Sebagai sebuah proses, itu tidak terjadi dalam semalam, dan bahkan jika Anda sudah tangguh, itu adalah sesuatu yang harus Anda pertahankan (Katie Hurley, n.d.).

Beberapa faktor yang mempengaruhi rendahnya resiliensi siswa baik faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal Resiliensi:(a)Sistem dukungan sosial: Kemampuan individu untuk membangun dan memelihara hubungan sosial yang positif dan mendapatkan dukungan emosional, informasional, dan instrumen dari orang lain;(b)*Self-efficacy*(keyakinan diri): Keyakinan individu akan kemampuannya sendiri untuk menghadapi tantangan dan mengatasi rintangan;(c)Regulasi emosi: Kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi dengan efektif;(d)Optimisme: Sikap positif dan harapan yang kuat terhadap masa depan, bahkan dalam situasi yang sulit;(e)Keterampilan problem solving: Kemampuan individu untuk mengidentifikasi masalah, menghasilkan solusi yang efektif, dan mengimplementasikan tindakan yang tepat;(f)Diri yang fleksibel: Kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan, belajar dari pengalaman, dan menerima ketidakpastian. Sedangkan faktor eksternal Resiliensi:(a) Dukungan keluarga: Ketersediaan dukungan emosional, finansial, dan praktis dari anggota keluarga;(b) Dukungan sosial: Dukungan yang diberikan oleh teman, rekan kerja, atau anggota komunitas dalam bentuk dukungan emosional, informasional, atau praktis;(c)Lingkungan fisik yang aman: Keamanan fisik dan lingkungan yang mendukung kehidupan yang sehat dan stabil;(d)Akses ke sumber daya: Akses terhadap pendidikan, layanan

kesehatan, pekerjaan, dan sumber daya lainnya yang dapat membantu individu mengatasi tantangan; d. Stabilitas sosioekonomi: Ketersediaan sumber daya ekonomi yang cukup dan stabilitas dalam hal pekerjaan, pendapatan, dan perumahan. Faktor-faktor resiliensi diatas diuraikan menurut(Rutter, 2006).

Faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya *bullying* bisa datang dari individu, keluarga, kelompok bermain, hingga lingkungan komunitas pelaku. Hubungan yang tidak baik seringkali terjadi disekolah seperti guru yang selalu memberikan kata jelek dan menghukum fisik terhadap peserta didik yang tidak bisa mengerjakan tugas, kakak kelas yang merasa dirinya senior dan berkuasa yang selalu menindas adik kelasnya, sesama teman yang sering mengejek bahkan sampai mengucilkan, menimbulkan munculnya perlakuan *bullying*. Dari hasil uraian diatas dan fakta yang terjadi di lapangan, *bullying* memiliki dampak yang cukup serius bagi mental siswa. Maka dari perlu adanya usaha dan alternatif untuk membantu korban *bullying* menhadapi situasi. Salah satunya dengan memiliki resiliensi yang tinggi.

Resiliensi merupakan suatu kemampuan seorang individu untuk bangkit kembali dari tekanan hidup, belajar dan mencari elemen positif dari lingkungannya untuk membantu kesuksesan proses beradaptasi dengan segala keadaan dan mengembangkan seluruh kemampuannya, walau berada dalam kondisi hidup tertekan, baik secara eksternal atau internal (Schoon, 2006).

Seseorang individu tidak selalu memiliki resilien sejak dini, seorang individu bisa dikatakan resilien apa bila terdapat kemampuan sebagai berikut:(a) Individu mampu untuk menentukan apa yang dikehendaki dan tidak terseret dalam lingkaran ketidakberdayaan;(b) Individu mampu meregulasi berbagai perasaan terutama perasaan negatif yang timbul akibat pengalaman traumatik; dan (c) Individu mempunyai pandangan atau kemampuan melihat masa depan dengan lebih baik (Yu & Zhang, 2007). Individu dikatakan resiliensi apabila memiliki aspek antara lain :pengaturan emosi, kontrol terhadap implus, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian (Jufri et al., 2016). Resiliensi korban bulliying adalah kemampuan korban bulliying untuk pulih, beradaptasi, dan berkembang secara positif setelah mengalami pengalaman

bullying. Jika siswa mempunyai resiliensi yang tinggi, maka siswa dapat menghadapi bullying dan konflik.

Penelitian yang dilakukan oleh (Wardani et al., 2020) dalam jurnal dengan judul “Eksplorasi Pengalaman Remaja yang Menjadi Korban Bullying Di Sekolah” mengemukakan bahwa penyebab siswa menjadi korban bullying karena siswa memiliki kekurangan fisik dan lemah dalam bersosialisasi, sehingga korban menerima ejekan, pukulan, dan juga ancaman. Perlakuan bullying berdampak pada fisik, psikologis, dan sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh (Devi Ilmia Sari, Amien Wahyudi, 2022) dalam jurnal dengan judul “Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi diri siswa korban bullying” ditemukan bahwasanya Media merupakan hal penting dalam pelaksanaan layanan yang tentunya bisa memberikan kemajuan dalam memberi layanan, meskipun sedikit mendoat pertentangan dari guru senior tetapi dengan adanya terobosan baru akan semakin meningkatkan efisiensi pelaksanaan layanan bk di sekolah.

Penelitian yang dilakukan oleh (Zakiah et al., 2017) dalam jurnal dengan judul “Faktor yang mempengaruhi remaja dalam melakukan bullying” ditemukan bahwasannya faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya bullying bisa datang dari individu, keluarga, kelompok bermain, hingga lingkungan komunitas pelaku. Tindakan ini sangat berhubungan dengan dunia pekerjaan sosial, yang dalam kasus ini dituntut untuk menjadi konselor bagi pelaku bullying.

Penelitian yang dilakukan oleh (Syalafiah & Rima, 2020) dalam jurnal dengan judul “ Teknik Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa SMA ” bahwa teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok dinilai efektif untuk mengatasi siswa yang sulit berkomunikasi interpersonal, karena melalui sosiodrama siswa dapat secara leluasa untuk berkomunikasi dengan orang lain serta belajar berbicara didepan orang banyak melalui permainan peran yang tepat dalam teknik sosiodrama tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh (Nursafitri, 2018) dalam jurnal dengan judul “ Penelitian Bimbingan kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Membantu Meningkatkan Kemampuan Hubungan Interpersonal Siswa” bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan

teknik sosiodrama dapat meningkatkan kemampuan hubungan interpersonal siswa kelas VIII H SMP Negeri 1 Babat Lamongan.

Penelitian yang dilakukan oleh (Hamid, 2018) dalam jurnal dengan judul “Penerapan Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK Negeri 8 Makassar” Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Pelaksanaan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok dilakukan dalam dua siklus yaitu siklus 1 dan siklus 2, setiap siklus dilakukan dua kali pertemuan melalui tahap perencanaan, pelaksanaan, evaluasi dan observasi, serta refleksi. Setiap pertemuan kegiatan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok siswa mengikuti secara antusias dan aktif berpartisipasi dalam kegiatan kelompok. (2) Tingkat keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas X SMK Negeri 8 Makassar pada kondisi awal umumnya berada pada kategori rendah. Setelah pelaksanaan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok menunjukkan adanya perubahan yang cukup signifikan. Pada siklus kecenderungan umum keterampilan komunikasi interpersonal siswa berada pada kategori sedang. Pada siklus II terjadi peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal ke kategori tinggi. Artinya, apabila teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok ini diterapkan maka dapat membantu meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas X SMK Negeri 8 Makassar.

Penelitian yang dilakukan oleh (Ilmiah & Pendidikan, 2013) dalam jurnal dengan judul “Peningkatan Kesadaran Anti Bullying Melalui Teknik Sosiodrama Pada Siswa” menunjukkan bahwa sosiodrama layanan bimbingan kelompok teknik mampu meningkatkan kesadaran antibullying siswa. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya kesadaran akan siswa anti-bullying setelah menerima kelompok teknis sosiodrama layanan bimbingan melalui dua siklus sebanyak 4 kali pertemuan. Hasilnya menunjukkan peningkatan yang signifikan. Kesadaran anti-bullying masih rendah sebelumnya menerima layanan bimbingan kelompok teknis sosiodrama, ada meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok teknis sosiodrama siklus I, dan meningkat setelah mendapat kelompok teknis sosiodrama layanan bimbingan pada siklus II.

Penelitian yang dilakukan oleh (Novita Wella Sari, Yusmansyah, Diah Utaminingsih) dalam jurnal yang berjudul “Pengaruh Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Prilaku Asertif Siswa” Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku asertif siswa dapat ditingkatkan melalui sosiodrama. Perilaku asertif siswa mengalami peningkatan (gain score)  $N\text{-gain} = 0,9$  (kategori tinggi) dan uji hipotesis menggunakan wilcoxon matched pairs test menunjukkan  $Z_{hitung} < Z_{tabel}$  ( $-2,803 < 8$ ). Dengan demikian  $H_a$  diterima. Artinya perilaku asertif siswa dapat ditingkatkan menggunakan sosiodrama.

Penelitian yang dilakukan oleh (Alisyahbana et al., 2021) dalam jurnal dengan judul “Meningkatkan Kesadaran Anti Bullying Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Pada Siswa SMA Negeri 1 Gedeg Kelas XI IPS” hasil penelitian menunjukkan tindakan yang berbunyi “Penggunaan teknik Sosiodrama dapat Meningkatkan kesadaran anti-bullying

Penelitian yang dilakukan oleh (Sari, 2013) dalam jurnal dengan judul “Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Sikap Prososial” Model bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat dijadikan salah satu alternatif dalam memaksimalkan mutu pelayanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan uraian diatas dan fakta yang terjadi dilapangan, perlu adanya usaha maupun alternatif cara untuk membantu meningkatkan resiliensi siswa melalui layanan bimbingan dan konseling. Peneliti menawarkan penggunaan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang di berikan pada individu dalam situasi kelompok (Romlah, 2006a). Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Menurut (Sihotang et al., 2013). Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok (Tohirin, 2013). Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas, dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan bagi masalah siswa yang menjadi peserta layanan. Bimbingan kelompok dengan sosiodrama adalah metode bimbingan kelompok yang menggabungkan elemen drama

dan interaksi sosial untuk memfasilitasi pemahaman, refleksi, dan perubahan dalam kelompok. Sosiodrama melibatkan anggota kelompok dalam situasi-situasi dramatis yang menggambarkan masalah atau konflik yang relevan dengan kehidupan mereka.

Sosiodrama merupakan permainan peranan yang ditunjukkan untuk menyelesaikan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Melalui metode sosiodrama, gurumenyajikan sebuah cerita dari kehidupan sosial, kemudian meminta siswa untuk memainkan peranan-peranan tertentu sesuai dengan isi cerita dalam sebuah drama. Konsep sosiodrama adalah metode mengajar yang mendramatisasikan suatu situasi sosial yang mengandung suatu problem, agar peserta didik dapat memecahkan suatu masalah yang muncul dari suatu situasi sosial (Sagala, 2009). Teknik sosiodrama oleh Jacob L. Moreno memberikan landasan penting untuk penggunaan dramatisasi dalam memahami dan mengatasi masalah sosial. Pendekatan ini memungkinkan peserta untuk terlibat secara langsung dalam situasi sosial dan memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika interaksi sosial serta kemungkinan perubahan sosial yang dapat terjadi (Bartolomeo, 2021).

Sosiodrama digunakan oleh peneliti karena salah satu perubahan sumber strategi resiliensi. Sebab dengan sosiodrama dapat membantu peserta didik agar mampu memenuhi tugas perkembangannya termasuk dalam meningkatkan resiliensi siswa. Pada treatment ini, penggunaan bimbingan kelompok sosiodrama dijadikan sebagai alat untuk meningkatkan resiliensi menawarkan pengalaman belajar yang aktif, sosial, dan berpusat pada peserta. Dengan melibatkan siswa dalam situasi yang mirip dengan kehidupan nyata, bimbingan kelompok sosiodrama dapat membantu individu memperkuat keterampilan sosial, meningkatkan kesadaran diri, mengatasi trauma atau tantangan emosional, dan belajar melalui pengamatan dan refleksi.

Berdasarkan pemaparan latar belakang yang diuraikan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Korban *Bullying* Di SMA”.

## **B. Ruang lingkup dan Pembatasan Masalah**

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Hang Tuah 4 Surabaya dengan menggunakan objek penelitian berupa siswa-siswi korban *bullying* kelas X di SMA Hang Tuah 4 Surabaya. Batasan masalah dalam penelitian ini adalah Rendahnya Resiliensi pada siswa korban *bullying* Kelas X C SMA Hang Tuah Surabaya.

## **C. Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan bahwa permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan resiliensi pada siswa korban *bullying* di SMA Hang Tuah 4 Surabaya?

## **D. Tujuan penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi pada siswa korban *bullying* di SMA 4 Hang Tuah Surabaya.

## **E. Variabel penelitian**

Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas atau variabel ( $x$ ) adalah variabel yang mempengaruhi variabel terikat, Sedangkan variabel terikat atau variabel ( $y$ ) adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas.

### 1. Variabel Bebas ( $x$ )

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah efektifitas layanan bimbingan dan kelompok dengan teknik sosiodrama

### 2. Variabel Terikat ( $y$ )

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah resiliensi korban *bullying*

### 3. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini akan dijabarkan sebagai berikut.

#### a. Bimbingan Kelompok sosiodrama

Bimbingan kelompok teknik sosiodrama adalah untuk memecahkan masalah yang di hadapi oleh seseorang yang dilakukan dalam format kelompok dengan memerankan suatu peranan tertentu dari situasi masalah sosial (Romlah, 2006).



b. Resiliensi

Resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk bangkit kembali, beradaptasi, dan pulih setelah menghadapi tantangan, stress, atau trauma. Resiliensi dapat diukur menggunakan indikator skala resiliensi (Reivich dan Shatte, 2002).

**F. Manfaat penelitian**

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini dapat diberikan sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

a. Sekolah

Membantu siswa korban bullying dalam meningkatkan resiliensi.

b. Guru dan Orang Tua

Melalui penelitian ini diharapkan adanya hubungan yang komunikatif antaraguru dan orang tua dalam membantu mencegah dan merespon tindakan bullying terhadap siswa sehingga siswa tersebut dapat meningkatkan resiliensi diri.

c. Siswa

Dengan penelitian ini diharapkan agar siswa dapat mencegah bullying serta untuk siswa korban bullying dapat meningkatkan resiliensi diri

d. Bagi Peneliti

Peneliti dapat secara langsung menerapkan ilmu-ilmu yang diperoleh tentang psikologi pendidikan. Penelitian dapat memperluas pemahaman dan wawasan terkait teori bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap perilaku korban bullying siswa di lembaga pendidikan formal.

