



---

**Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Sosiodramaterhadap Pengendalian Emosi Siswa Pelaku Bullying Kelas IX di SMP Negeri 1 Tanjung Morawa**

**Nani Barorah Nasution<sup>1</sup>, Sindy Aulia Butar Butar<sup>2</sup>**

**<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Medan**

**Jl. William Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20221**

**Email: nani.barorah@email.com**

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada pengaruh layanan konseling kelompok teknik sosiodrama dalam pengendalian emosi siswa pelaku bullying kelas IX di SMP Negeri 1 Tanjung Morawa tahun ajaran 2023/2024. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu menggunakan desain one grup pre-test and post-test design. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Tanjung Morawa yang berjumlah 8 orang siswa yang menjadi pelaku bullying dengan teknik purposive sampling. Data dianalisis secara deskriptif dengan cara membandingkan persentase yang dicapai sebelum dan sesudah dilaksanakan konseling. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa diketahui berdasarkan hasil analisis data nilai  $J_{hitung} = 15$ , dan nilai  $J_{tabel}$  untuk  $N = 8$  dengan nilai  $\alpha = 0,05$  adalah 4. Adapun syarat hipotesis diterima berdasarkan hasil uji wilcoxon yaitu jika nilai  $J_{hitung} > J_{tabel}$  dimana  $15 > 4$  maka hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hal ini juga dapat dilihat dari analisis hasil data pre-test diperoleh skor sebesar 563 dan post-test diperoleh skor sebesar 825, maka diperoleh selisih skor keseluruhan sebesar 262, artinya mengalami peningkatan kemampuan pengendalian emosi siswa pelaku bullying sebesar 20,99%. Adapun skor rata-rata pada pre-test sebesar 70,38 dan skor rata-rata pada post-test sebesar 103,1 maka diperoleh selisih skor sebesar 32,75. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada pengaruh konseling kelompok Teknik sosiodrama terhadap pengendalian emosi siswa pelaku bullying kelas IX SMP Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2023/2024.

**Kata Kunci:** Konseling Kelompok, Sosiodrama, Pengendalian Emosi

---

**PENDAHULUAN**

Wahjosumijo (2011) mengatakan sekolah adalah lembaga yang didalamnya terdapat berbagai orang yang saling berkomunikasi untuk mencapai tujuan. Sekolah merupakan salah satu institusi yang menjadi penentu keberhasilan atau kegagalan pencapaian tujuan pendidikan nasional. Pendidikan dalam Istilah pedagogie berasal dari bahasa Yunani yaitu, yang berarti bimbingan yang diberikan kepada anak (Gultom 2021). Menurut Burbacher dalam (Ahmadi 2014), pendidikan ialah proses interaksi dari setiap individu dalam

beradaptasi dengan alam, teman, dan lingkungan sekitarnya. Keterampilan hidup (life skill) merupakan kemampuan untuk bisa beradaptasi dan menunjukkan perilaku positif, yang pada akhirnya individu tersebut mampu menghadapi tuntutan dan tantangan yang akan terjadi di kehidupan sehari-hari individu tersebut secara efektif (WHO 1997). Setidaknya ada beberapa life skill menurut WHO yang harus dikuasai oleh seseorang yaitu self-awareness (kesadaran diri), empathy (empati), critical thinking (berpikir kritis), creative thinking (berfikir kreatif), decision making (pengambilan keputusan), problem solving (penyelesaian masalah), interpersonal relationship (hubungan antar pribadi), coping with stress (mengatasi stress), effective communication (komunikasi yang efektif), dan coping with emotions (mengatasi emosi) (Rahma 2023). Kemampuan untuk mengendalikan emosi adalah sesuatu hal yang perlu untuk dipelajari sejak usia muda dan itu adalah sesuatu yang perlu dipelajari selama sisa hidup (Khafidiyah 2023). Ini adalah keterampilan yang akan membantu untuk memiliki hubungan yang lebih baik dengan orang lain. Berdasarkan hasil dari laporan Telepon Sahabat Anak (TEPSA) kepada Kementerian Sosial Republik Indonesia, hingga Juli 2017 terdapat 117 kasus bullying terjadi pada anak sekolah (Indrawan, 2017). Berdasarkan survei yang dilakukan Kementerian Sosial Republik Indonesia pada anak usia 12 hingga 17 tahun, setidaknya 84% diantaranya pernah mengalami kasus bullying di sekolah (Saputra, 2017). Ada banyak faktor yang diyakini sebagai penyebab terjadinya perilaku bullying di kalangan pelajar (Sari 2022). Salah satu karakteristik perilaku bullying adalah tidak matang secara emosional, kebutuhan impulsif untuk mengontrol orang lain, dan kurang kepedulian terhadap orang lain (Rizki, 2011). Bullying sangat erat kaitannya dengan kekerasan, penindasan, dan intimidasi yang seharusnya tidak terjadi jika seorang itu mampu mengendalikan dan mengelola emosi, memahami diri, bersikap empati, dan tidak bersifat dendam atau iri hati kepada orang lain (Astuti, 2008).

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan Quasi Eksperiment. Menurut Sugiyono (2010) penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme atau data konkret, digunakan untuk meneliti pada subjek tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian

tertentu, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis penelitian yang telah ditetapkan. Desain yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain one group pre-test dan post-test desain dari Sugiyono 2010. Penetapan subjek dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik penentuan subjek dengan menggunakan pertimbangan tertentu menurut (sugiyono, 2011).

Pada penelitian ini instrument pengumpulan data yang digunakan adalah berpedoman pada skala likert dengan 4 alternatif jawab yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Skala likert memiliki 2 sifat yaitu: positif (mendukung pernyataan) dan negatif (tidak mendukung pernyataan). Untuk yang bersifat positif diberi rentangan nilai/skor 4-1, sedangkan yang bersifat negatif diberi rentangan nilai/skor 1-4. Seluruh item instrumen dinyatakan valid dengan rentang perhitungan uji validitas dengan menggunakan koefisien korelasi Product Moment pada instrumen pengendalian emosi dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  (95%)  $n = 30$ , Sehingga dapat dinyatakan rhitung  $> 0,361$ , maka butir angket dikatakan valid, sebaliknya apabila diperoleh rhitung  $< 0,361$ , maka butir angket dikatakan tidak valid.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Analisis Data Post-Test Pengendalian Emosi**

Hasil analisis pre-test dari 69 siswa ditemukan 8 orang siswa yang mendapatkan skor rendah dan dilakukan wawancara untuk memperkuat hasil pre-test, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa mereka adalah siswa memiliki tingkat pengendalian emosi yang rendah sebagai pelaku bullying dan dapat dilihat secara rinci pada tabel dibawah ini:

Tabel1. Hasil Analisis Pre-test Pengendalian emosi siswa

<b>No.</b>	<b>Inisial</b>	<b>Skor</b>	<b>Kategori</b>
1.	RS2	67	Rendah
2.	RS3	77	Rendah
3.	RS6	68	Rendah
4.	RS20	70	Rendah
5.	RS28	73	Rendah
6.	RS37	71	Rendah
7.	RS58	63	Rendah
8.	RS62	74	Rendah

**Jumlah Nilai = 563**  
**Nilai Tertinggi = 74**

---

**Nilai Terendah = 63**

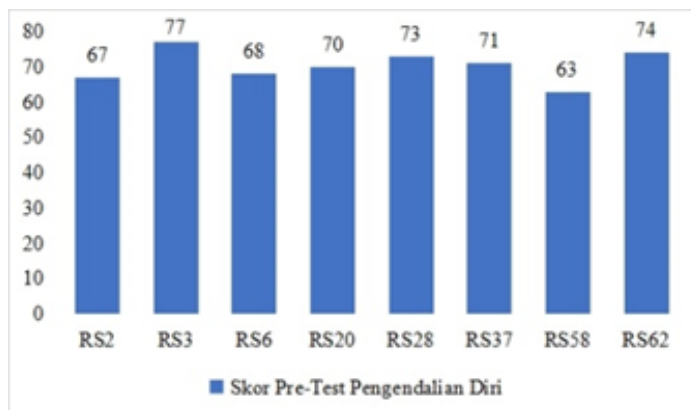
**Rata-Rata = 70,38**

---

Tabel diatas menggambarkan hasil pengukuran tingkat pengendalian emosi siswa. Setiap siswa diberi skor numerik yang mencerminkan tingkat pengendalian emosinya, dan skor tersebut diikuti oleh kategori yang menggambarkan tingkat pengendalian emosi tersebut. Dalam penelitian ini, delapan siswa diukur tingkat pengendalian emosinya sebelum menerima layanan konseling.

Hasil pengukuran menunjukkan variasi skor yang menggambarkan kemampuan siswa dalam mengendalikan emosi mereka. Siswa RS2, RS3, RS6, RS20, RS28, RS37, RS58, dan RS62 memiliki skor masing-masing 67, 77, 68, 70, 73, 71, 63, dan 74. Skor tertinggi adalah 74, sedangkan skor terendah adalah 63. Rata-rata skor keseluruhan adalah 70,38.

Gambar 1. Skor Pre-Test Pengendalian Emosi Siswa



Dari data ini, dapat diidentifikasi adanya kebutuhan untuk mengatasi masalah pengendalian emosi di kalangan siswa, terutama pada kelompok siswa yang memiliki skor rendah. Layanan konseling yang akan diberikan menggunakan teknik sosiodrama diharapkan dapat membantu siswa untuk memahami dan mengatasi emosi dengan lebih baik.

### Hasil Analisis Data Post-Test Pengendalian Emosi

Berdasarkan analisis data post-test pengendalian emosi yang diperoleh dari 8 orang siswa, hasilnya masing-masing dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Hasil Post-test Pengendalian emosi

---

No.	Inisial	Skor	Kategori
-----	---------	------	----------

---

---

1.	RS2	91	Sedang
2.	RS3	100	Sedang
3.	RS6	96	Sedang
4.	RS20	113	Sedang
5.	RS28	98	Sedang
6.	RS37	106	Sedang
7.	RS58	123	Tinggi
8.	RS62	98	Sedang

**Jumlah Nilai = 825**  
**Nilai Tertinggi = 123**  
**Nilai Terendah = 91**  
**Rata-Rata = 103,1**

---

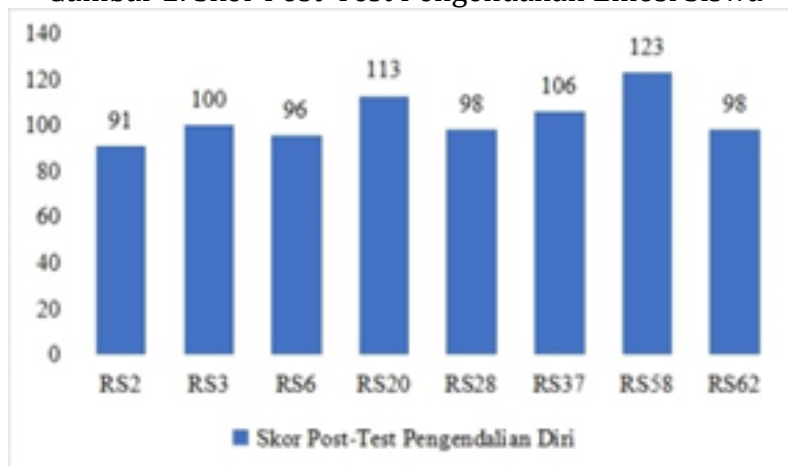
Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa hasil analisis data post-test angket pengendalian emosi siswa, menunjukkan hasil bahwa terdapat delapan siswa yang mengikuti layanan konseling kelompok Teknik sosiodrama. Delapan siswa telah diukur, dan hasil pengukuran ini menampilkan skor numerik yang merefleksikan tingkat pengendalian emosi mereka. Selain itu, setiap skor disertai dengan kategori yang mengindikasikan tingkat pengendalian emosi yang dimiliki oleh masing-masing siswa.

Hasil pengukuran menunjukkan variasi yang mencerminkan kemampuan siswa dalam mengelola emosi mereka. Siswa RS2, RS3, RS6, RS20, RS28, RS37, dan RS62 memiliki skor berturut-turut 91, 100, 96, 113, 98, 106, 123, dan 98 yang semuanya termasuk dalam kategori "Sedang" dalam pengendalian emosi. Di sisi lain, siswa RS58 mencatatkan skor 123, yang menempatkannya dalam kategori "Tinggi" dalam kemampuan mengendalikan emosi. Total dari semua skor siswa menghasilkan nilai keseluruhan sebesar 825. Skor tertinggi yang dicapai adalah 123, sedangkan skor terendahnya adalah 91. Rata-rata skor dari seluruh kelompok siswa adalah 103,1.

Melalui data ini, dapat melihat bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat pengendalian emosi yang tergolong "Sedang". Namun, ada variasi yang signifikan di antara siswa-siswa ini, dengan salah satu siswa (RS58) memiliki tingkat pengendalian emosi yang lebih tinggi. Analisis ini memberikan gambaran awal tentang tingkat pengendalian emosi siswa sebelum mendapatkan layanan konseling, dan dapat menjadi dasar untuk merencanakan pendekatan konseling yang sesuai dengan kebutuhan individu masing-masing siswa. Berikut ini

dipaparkan grafik data Post-test pengendalian emosi setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama.

Gambar 2. Skor Post-Test Pengendalian Emosi Siswa



Hasil akhir dari layanan konseling kelompok ini tercermin dalam peningkatan skor pengendalian emosi siswa. Skor awal yang rendah pada kategori pengendalian emosi meningkat secara signifikan setelah diberikannya layanan konseling kelompok teknik sosidrama tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan teknik sosiodrama dengan tema dan tujuan yang terstruktur secara efektif membantu siswa mengatasi tantangan pengendalian emosi mereka, mengubah perilaku negatif, dan mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik dalam konteks interaksi sosial sehari-hari.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan pembahasan dan analisis data yang telah disajikan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh konseling kelompok teknik sosiodrama terhadap pengendalian emosi siswa pelaku bullying kelas IX di SMP Negeri 1 Tanjung Morawa T.A 2023/2024. Hal tersebut dapat dilihat berdasarkan data, yaitu pengendalian emosi siswa dapat diketahui berdasarkan hasil analisis data nilai  $J_{hitung} = 10$ , dan nilai  $J_{tabel}$  untuk  $N = 8$  dengan nilai  $\alpha = 0,05$  adalah 4. Adapun syarat hipotesis diterima berdasarkan hasil uji wilcoxon yaitu jika nilai  $J_{hitung} > J_{tabel}$  dimana  $10 > 4$  maka hipotesis dalam penelitian ini diterima. Berdasarkan analisis hasil data pre-test diperoleh skor sebesar 563 dan post-test diperoleh skor sebesar 825, maka diperoleh selisih skor keseluruhan sebesar 262, artinya mengalami peningkatan kemampuan pengendalian emosi siswa sebesar 18,03%. Adapun skor rata-rata

pada pre-test sebesar 70,38 dan skor rata-rata pada post-test sebesar 103,1 maka diperoleh selisih skor sebesar 32,75. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada pengaruh konseling kelompok teknik sosiodrama pada siswa pelaku bullying kelas IX SMP Negeri 1 Tanjung Morawa Tahun Ajaran 2023/2024 atau hipotesis dapat diterima.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmadi, A. dan Widodo Supriyono. 2004. Psikologi Belajar. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Astuti, P. (2008). Meredam Bullying: 3 cara efektif menanggulangi kekerasan pada anak.
- Elqurahma, D.S & C. Pamudya. 2015. Sociodrama untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Kebakkramat. Universitas Sebelas Maret. Jurnal Bimbingan Konseling, 1(1) 1-10.
- Gultom, H. (2021). Efektifitas Layanan Konten dengan Teknik Role Playing terhadap Peningkatan Manajemen Stres (Studi eksperimen terhadap siswa SMAN 3 Tebing Tinggi) (Doctoral dissertation, UNIMED).
- Khafidhiyah, K., Fitriana, S., & Venty, V. (2023). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Behavior Terhadap Perilaku Bullying Siswa Kelas VIII di SMP N 1 Demak. Jurnal Psikoedukasia, 1(01), 173-190.
- Nurbaiti, R. (2019). Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Penggunaan Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Rasa Empati pada Pelaku Bullying di Smp Negeri 4 Bandar Lampung (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- RAHMA, A. (2023). PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK ROLE-PLAYING TERHADAP PERILAKU ASERTIF PESERTA DIDIK KELAS XI SMA NEGERI NEGERI AGUNG KABUPATEN WAY KANAN (Doctoral dissertation, UIN RADEN INTAN LAMPUNG).
- Sari, D. I., Wahyudi, A., & Kurniawan, S. J. (2022). Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi diri siswa korban bullying. TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 6(1), 135-145.
- Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Wahjosumidjo. (2011). Kepemimpinan Kepala Sekolah: Tinjauan Teoritik dan Permasalahannya. Jakarta: Rajawali Pers.