

## BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK MODELING UNTUK MENGURANGI PERILAKU *BULLYING* SISWA

<sup>1</sup>Nailul Fauziyah, <sup>2</sup>Nandang Rusmana

<sup>1</sup>Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>2</sup>Guru Besar Departemen Pendidikan Psikologi dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia  
[nailulf96@gmail.com](mailto:nailulf96@gmail.com)

---

**Abstract:** *This article provides a theoretical conceptualization of group counseling modeling techniques to reduce students' bullying behavior. Bullying is a form of violence perpetrated by the strong against the weak. The phenomenon of bullying is not a new phenomenon we have seen. However, in the current disruptive era, bullying behavior is increasingly prevalent and is a phenomenon that deserves serious attention from various parties. Bullying behavior causes various psychological and physical impacts as well as impacts on the peace of life of victims of bullying. The impact can be short term or long term. Some forms of bullying behavior are physical bullying, verbal bullying, relational bullying and cyber bullying. Bullying behavior can be found in various places, including at school. Schools that are supposed to be places to optimize the development of students' self-potential have turned into places that are torturous and scary for those who are victims and witnesses of bullying. Seeing the phenomenon of bullying that is increasingly happening in schools, it is considered necessary to prevent the widespread phenomenon of bullying in the school environment.*

**Keywords:** *group counseling, modeling techniques, bullying*

**Abstrak:** Artikel ini memberikan konseptualisasi teoretis tentang bimbingan kelompok teknik modeling untuk mengurangi perilaku *bullying* siswa. *Bullying* merupakan salah satu bentuk kekerasan yang dilakukan oleh pihak yang kuat terhadap pihak yang lemah. Fenomena *bullying* bukanlah fenomena yang baru kita lihat. Akan tetapi di era disruptif saat ini, perilaku *bullying* semakin marak terjadi dan menjadi fenomena yang patut untuk mendapatkan perhatian yang serius dari berbagai pihak. Perilaku *bullying* mengakibatkan berbagai dampak psikologis dan fisik serta dampak pada kedamaian hidup korban *bullying*. Dampak tersebut bisa berjangka pendek maupun berjangka panjang. Beberapa bentuk perilaku *bullying* yaitu *bullying* fisik, *bullying* verbal, *bullying* relasional serta *cyber bullying*. Perilaku *bullying* dapat ditemui di berbagai tempat termasuk salah satunya di sekolah. Sekolah yang seharusnya menjadi tempat untuk mengoptimalkan perkembangan potensi diri siswa akan tetapi berubah menjadi tempat yang menyiksa dan menyeramkan bagi pihak yang menjadi korban dan saksi *bullying*. Melihat fenomena *bullying* yang semakin marak terjadi di sekolah maka dianggap perlu untuk mencegah semakin meluasnya fenomena *bullying* di lingkungan sekolah.

**Kata kunci:** *bimbingan kelompok, teknik modelling, bullying.*

### PENDAHULUAN

Memasuki era industri 4.0, yang juga disebut era disrupsi, di mana pada era ini banyak permasalahan yang mudah terjadi dalam

masyarakat khususnya di Indonesia. Salah satu masalah yang masih kerap terjadi yaitu kekerasan atau *bullying*. Beberapa bulan yang lalu, media social digemparkan dengan

beredarnya video penganiyaan/perundungan terhadap seorang bocah 12 tahun di Kota Makassar. Perundungan tersebut dilakukan oleh sekelompok remaja kepada saudara R, bocah berusia 12 tahun yang berprofesi sebagai penjual jalangkote (makanan khas Makassar). Media berita harian online Liputan 6 menuliskan bahwa kejadian tersebut telah membuat korban tersungkur dan mengalami pukulan di bagian punggung (Berita Harian Online Liputan 6, 2020).

Tak hanya di masyarakat, berbagai permasalahan peserta didik di sekolah terkait dengan *bullying* sudah banyak kita temui, baik dari media cetak, media sosial ataupun yang dapat kita lihat secara langsung. Hal ini dibuktikan dengan data dari KPAI yang menyebutkan sebanyak 84% siswa mengaku menjadi korban kekerasan di sekolah (7 dari 10 siswa) baik mendapat perlakuan kekerasan dari sesama siswa, guru maupun petugas sekolah lainnya (Arifulloh F dan Muis T: 207). Diperkuat dengan berita harian Kompasiana, melaporkan bahwa sebanyak 8-38% anak usia 8-16 tahun menjadi korban *bullying*, sebanyak 30% siswa di sekolah terlibat dalam perilaku *bullying* baik sebagai korban, pelaku maupun keduanya. Bahkan Indonesia merupakan salah satu negara yang tertinggi dalam terjadinya tindakan *bullying*. Dampak terburuk dari *bullying* seperti diberitakan dalam Kompasiana bahwa pada tahun 2006 remaja 15 tahun ditemukan tewas dengan menggantung diri setelah berulang kali mengalami *bullying* (Berita Harian Online Kompasiana, 2017). Data dari salah satu lembaga swadaya masyarakat, Plan International Center for

Research on Women (ICRW) turut memperkuat intensitas terjadinya *bullying* di sekolah, lembaga tersebut melakukan suatu riset di tahun 2015 di lima negara terkait dengan kekerasan yang terjadi di sekolah di beberapa Negara kawasan Asia. Hasil dari riset tersebut menyatakan bahwa sebanyak 84% siswa di Indonesia mengalami perundungan (kekerasan) di sekolah. Dibandingkan dengan Negara lainnya di kawasan Asia, Indonesia mendudukkan persen tertinggi dalam kasus kekerasan di sekolah. Sehingga Indonesia memasuki tahap yang memprihatinkan serta membutuhkan perhatian khusus terkait kekerasan anak yang terjadi di sekolah.

Beberapa *bullying* yang terjadi di sekolah dilakukan oleh guru, staf akademik serta siswa. Akan tetapi kasus yang sering terjadi di sekolah adalah *bullying* yang terjadi antar siswa (Kartika, Darmayanti, dan Kurniawati, 2019).

Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh Permatasari dan Azwar (2017) di SMPN 1 Painan, menunjukkan bahwa ketika jam istirahat berlangsung, banyak siswa di sekolah tersebut yang teridentifikasi melakukan *bullying* verbal terhadap teman-temannya.

Dalam penelitian yang sama tentang perilaku *bullying* di sekolah, Pramudia dan Yula (2016) menuturkan bahwa tindakan *bullying* yang kerap terjadi di SMPN 2 Kebonsari yaitu *bullying* verbal yang dilakukan oleh laki-laki. Sedangkan siswa perempuan lebih banyak melakukan *bullying* relasional. Dalam wawancara yang dilakukan oleh Faiza (2019) kepada 20 siswa di SMK X

Malang tentang *bullying* yang pernah dialami mereka, 11 diantaranya pernah mengalami *bullying* verbal, 8 siswa pernah mengalami cyber *bullying* serta 1 siswa pernah mengalami *bullying* verbal dan cyber *bullying*.

Dampak yang ditimbulkan dari tindakan *bullying* sangatlah berbahaya, baik bagi korban maupun pelaku *bullying*. Untuk itu, perlu adanya penanganan untuk mengurangi perilaku *bullying*. Dengan adanya bimbingan dan konseling di sekolah, permasalahan *bullying* bisa tertangani melalui berbagai layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling di sekolah, salah satunya dengan layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok dapat dilakukan dengan berbagai pilihan teknik dengan menyesuaikan karakteristik permasalahan. Salah satu teknik yang dapat digunakan sebagai pilihan dalam penanganan *bullying* yaitu teknik modeling. Agus Maemun (2012) melalui penelitiannya, menyimpulkan bahwa teknik modeling efektif sebagai teknik dalam konseling kelompok untuk mengembangkan budi pekerti. Serta penelitian Beckman, L., & Svensson, M (2015) menyimpulkan adanya hasil positif dari study modeling untuk mengurangi prevalensi serta sebagai pencegahan *bullying* di sekolah.

## **PEMBAHASAN**

Gibson (2011) mendefinisikan bimbingan kelompok sebagai kegiatan kelompok yang mengacu pada aktivitas yang berfokus pada pemberian informasi atau memberikan pengalaman melalui aktivitas kelompok yang sudah

direncanakan dengan diorganisir dengan baik. Kegiatan tersebut bisa berisi tentang informasi pekerjaan, pribadi, sosial maupun pendidikan. Tujuannya agar dapat membantu anggota kelompok dalam membuat perencanaan serta pengambilan keputusan kehidupan yang lebih baik.

Bimbingan kelompok adalah suatu aktivitas yang berbentuk kelompok dengan adanya pemimpin kelompok yang menyediakan berbagai informasi serta memberikan arahan diskusi dengan tujuan anggota kelompok menjadi lebih sosial untuk membantu anggota-anggota kelompok dalam mencapai tujuan bersama (Wibowo, 2005). Mengacu pada definisi tersebut, maka bimbingan kelompok diharuskan memberikan informasi sebagai bahasan pokok saat kegiatan berlangsung. Bimbingan kelompok menjadi sarana penunjang perkembangan diri siswa serta diharapkan siswa dapat mengambil manfaat untuk dirinya dari kegiatan bimbingan kelompok.

Dari pengertian beberapa ahli diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu bentuk layanan bimbingan dalam setting kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok dalam membahas suatu topic serta dipimpin oleh pemimpin kelompok dengan tujuan menunjang pemahaman, pengembangan diri siswa serta sebagai pertimbangan dalam mengambil keputusan

sehingga siswa dapat menyelesaikan permasalahannya secara mandiri atau mengembangkan dirinya.

### **Teknik Modeling**

Ratna (2008) mendefinisikan modeling sebagai suatu teknik belajar melalui kegiatan observasi atau mengamati perilaku objek dengan melakukan penambahan atau pengurangan tingkah laku yang teramati yang melibatkan proses kognitif. Lebih jelas, Ratna menjelaskan teknik modeling selain sebagai rangsangan untuk memunculkan suatu perilaku baru, juga untuk mengurangi suatu perilaku negatif melalui pengamatan atau observasi.

Definisi tokoh lain, menurut Erford (2015) modeling adalah suatu proses pembelajaran melalui kegiatan observasi atau mengamati orang lain kemudian menirukan apa yang sudah diamati, mencermati apa yang dilakukan oleh objek atau model agar muncul perilaku yang baru dari individu. Corey (2013) menyebutkan definisi modeling yaitu suatu teknik yang mengamati tingkah laku seseorang kemudian menirukan tingkah laku tersebut. Barlow (1985) menyatakan bahwa banyak dari perilaku manusia tercipta sebagai suatu tingkah laku yang berasal dari proses mengamati dan melakukan peniruan atau imitasi.

Dari pengertian dari beberapa tokoh yang telah disebutkan maka dapat disimpulkan pengertian teknik modeling yaitu suatu teknik yang menggunakan pengamatan dan peniruan dalam proses belajarnya guna menciptakan perilaku yang baru atau mengurangi suatu perilaku yang negatif.

Nursalim (2014) menyebutkan tujuan dari teknik modeling yaitu.

- 1) Untuk memperoleh suatu perilaku yang baru melalui kegiatan pengamatan
- 2) Menampilkan perilaku-perilaku yang diperoleh dengan teknik yang cepat dan waktu yang tepat
- 3) Mengurangi perasaan cemas dan takut
- 4) Mendapatkan keterampilan-keterampilan sosial
- 5) Merubah tingkah laku verbal dan mengurangi kecanduan narkoba.

Menurut Bandura (dalam Ormrod, 2009) terdapat tiga jenis teknik modeling. Tiga jenis tersebut yaitu:

- a) *Live model*. Jenis modeling yang menggunakan satu atau lebih mendemonstrasikan suatu tingkah laku yang akan dicapai atau dipelajari. Jenis modeling ini dapat dilakukan oleh guru, konselor, teman sebaya maupun pihak lain.
- b) *Symbolic model*. Menggunakan media dalam pelaksanaan teknik modeling seperti film, video atau buku merupakan jenis modeling *symbolic model*. Pelaksanannya dengan memberikan media tersebut kepada konseli atau klien kemudian klien mengamati dan meniru perilaku yang ingin dicapai.
- c) *Verbal instruction*. Merupakan jenis modeling dengan mendeskripsikan suatu perilaku tanpa mendatangkan seorang model secara langsung ataupun simbolis.

### Tahapan Teknik Modeling

Bandura (dalam Ratna 2008) menjelaskan empat tahap belajar perilaku melalui teknik modeling. Empat tahap tersebut

yaitu (1) tahap perhatian (atensi), yaitu tahap dimana konseli atau klien memperhatikan serta mengamati model tentang bagaimana model bertindak serta berpikir, (2) tahap retensi, yaitu tahap memilih informasi yang telah didapat dari tahap perhatian kemudian memberikan kesempatan kepada konseli untuk meniru serta mempraktikkan perilaku sedang dipelajari, (3) tahap reproduksi, yaitu tahap klien dalam mengikuti perilaku yang dipelajari kemudian dimodifikasi menyesuaikan diri dengan perilaku model, serta tahap kreatif (mengimajinasikan) (4) tahap motivasional yaitu tahap memberikan penguatan untuk melakukan peniruan perilaku model. Tahap ini menentukan kemampuan konseli dalam melakukan peniruan dan mendongkrang keinginan konseli dalam memenuhi tahapan belajar perilaku. Sedangkan tahapan teknik modeling menurut Komalasari (2011) yaitu:

- 1) Penetapan bentuk model
- 2) Pada *live model* memilih model yang memiliki kesamaan dengan konseli seperti status ekonomi, umur serta penampilan fisik.
- 3) Lebih baik jika memungkinkan menggunakan lebih dari satu model
- 4) Kompleksitas perilaku model diharuskan sesuai dengan tingkat perilaku konseli
- 5) Mengkombinasikan teknik modeling dengan adanya aturan, instruksi, behavioral rehearsal serta penguatan
- 6) Memberikan penguatan alamiah kepada konseli pada saat konseli memperhatikan model.
- 7) Membuat design pelatihan kecil untuk konseli jika memungkinkan. Hal ini dapat

mengarahkan konseli pada penguatan alamiah. Atau bisa juga membuat perencanaan pemberian penguatan pada setiap peniruan tingkah laku yang tepat dan sesuai.

- 8) Proses peniruan model bisa dilakukan mulai dari perilaku yang paling mudah untuk diikuti jika perilaku yang akan dipelajari bersifat kompleks
- 9) Scenario pada teknik modeling harus dibuat realistic
- 10) Modeling dilakukan dengan sikap model yang tidak membuat takut konseli (tersenyum, lemah lembut serta perilaku yang menyenangkan konseli).

### ***Bullying***

#### **Pengertian *Bullying***

Olweus (1999) mendefinisikan *bullying* sebagai permasalahan psikososial yang berwujud perilaku menghina serta merendahkan orang lain secara berulang-ulang yang memberikan dampak negatif bagi keduanya (pelaku dan korban). Dalam hal ini pelaku *bullying* memiliki *power* atau kekuatan lebih dibandingkan korban.

Stroey (dalam Retno, 2006) mengartikan *bullying* sebagai perilaku dalam bentuk *abuse* emosional atau fisik yang didalamnya memiliki karakteristik sebagai berikut (a) *deliberate* yaitu kecenderungan pelaku untuk menyakiti seseorang, (b) *repeated* yaitu perilaku yang sering dilakukan pada korban yang sama serta (c) *power imbalance* yaitu pelaku memiliki kekuatan yang lebih dari pada pelaku. Rigby (dalam Retno, 2006) memaparkan *bullying* merupakan keinginan atau hasrat seseorang untuk menyakiti yang

diwujudkan dalam bentuk perilaku yang menyebabkan seseorang menderita. Perilaku tersebut dilakukan oleh perseorang atau kelompok yang memiliki *power* lebih kuat dari pada korban. Dilakukan secara berulang-ulang serta dengan perasaan senang.

Berdasarkan beberapa pengertian *bullying* dari berbagai tokoh dan sumber di atas, maka disimpulkan *bullying* merupakan perilaku negatif terhadap seseorang yang dilakukan oleh perorangan maupun kelompok serta dilakukan oleh yang lebih kuat kepada yang lemah dengan maksud menyakiti yang menyebabkan korban mengalami dampak pada fisik maupun psikis.

Fenomena *bullying* tidak dapat dilepaskan dari karakteristik ras, tingkat pendapatan orang tua, etnik ataupun pengaruh media. *Bullying* juga dapat terjadi di berbagai lokasi, baik lingkup sekolah maupun luar sekolah. Biasanya pelaku *bullying* melakukan tindakannya di lokasi yang dapat membuat pelaku merasa takut. Pada siswa sekolah dasar biasanya lokasi *bullying* terjadi di tempat bermain dan halaman sekolah baik pada jam istirahat ataupun saat jam pelajaran berlangsung. Sedangkan pada siswa menengah terjadi di lorong sekolah dan kantin (Wiyani, 2012).

#### Bentuk-bentuk *Bullying*

Coloroso membagi *bullying* dalam empat kategori; (a) *Bullying* fisik, yaitu bentuk *bullying* yang terlihat dan berakibat mencederai fisik serta paling dapat diidentifikasi dari pada bentuk *bullying* yang lain. Seperti memukul, mencakar serta meludahi. Namun bentuk *bullying* fisik jarang

dilaporkan oleh siswa kepada pihak sekolah. (b) *Bullying* verbal, bentuk *bullying* yang paling umum dilakukan, seperti fitnah, kritik kejam, penghinaan serta perkataan yang mengarah pada pelecehan seksual. Bentuk lain dari *bullying* verbal yaitu perampasan uang atau barang, surat yang berisi ancaman serta gosip. (c) *Bullying* relasional, merupakan bentuk *bullying* yang sulit diidentifikasi serta merupakan pelemahan harga diri korban, bentuknya seperti pengucilan serta penghindaran. Perilaku-perilaku yang muncul seperti pandangan yang sinis, tawa yang mengejek serta bahasa tubuh yang menunjukkan celaan. (d) *Cyber Bullying*, merupakan bentuk *bullying* yang muncul seiring berkembangnya media teknologi. Pelaku *bullying* menggunakan media (sms, pesan internet dan media sosial) dalam melakukan aksinya. Contoh *cyber bullying* seperti mengirim pesan yang menyakitkan, berkomentar buruk, menelpon terus-menerus tanpa berbicara, korban dikucilkan dalam *chat group*, serta *happy slapping* (penyebaran video untuk mempermalukan korban) (Salmiati dan Fitriyani A, 2018).

Dengan kemajuan teknologi yang semakin canggih, di era disrupsi bentuk *bullying* sangat marak terjadi melalui media teknologi. Berbagai bentuk *bullying* mulai muncul seperti penyebaran berita hoax melalui media sosial, pencemaran nama baik, berkomentar buruk serta merekayasa gambar untuk mempermalukan korban (Supriyanto A dkk, 2018).

### **Faktor-faktor *Bullying***

Weber (dalam Sari dan Azwar, 2017) menyatakan terdapat empat faktor penyebab *bullying* individu, keluarga, lingkungan, dan teman sebaya. Astuti (dalam Sari dan Azwar, 2017) menambahkan faktor yang memicu munculnya *bullying* di sekolah yaitu (a) sekolah yang memiliki iklim sosial kurang sehat yaitu adanya diskriminatif di kalangan guru atau siswa, (b) minimnya bimbingan dari para personel sekolah, (c) adanya ketidakseimbangan hubungan siswa yang kaya dengan yang miskin, (d) kedisiplinan sekolah yang terlalu kaku atau lemah serta (e) pemberian bimbingan yang tidak baik/tidak layak dan peraturan yang berubah-ubah terhadap siswa.

### **Karakteristik Pelaku dan Korban *Bullying***

Coloroso menyebutkan empat unsur yang terdapat dalam *bullying* yaitu (a) perbedaan kekuatan antara pelaku dan korban, (b) berniat melukai dan menyakiti, (c) ancaman agresi yang berlanjut, (d) adanya terror. Coloroso juga menyebutkan karakteristik anak yang cenderung menjadi korban *bullying* yaitu (a) anak yang berada dalam lingkungan yang baru, (b) paling muda, (c) pernah mengalami trauma, (d) penurut, (e) anak yang memiliki perilaku yang dianggap mengganggu orang lain, (f) anak yang tidak memiliki keinginan dalam perkuliahan, (g) pemalu, (h) si miskin atau si kaya, (i) anak yang berasal dari suku, agama serta etnis yang inferior, (j) anak yang cerdas serta memiliki kelebihan lain, (k) anak gemuk atau kurus, (l) memiliki bentuk fisik yang tidak seperti biasanya serta (m) anak yang berada di

tempat yang salah pada saat melakukan kesalahan (Coloroso, 2007).

### **Dampak *Bullying***

Beberapa bentuk sikap/perilaku anak yang mengalami *bullying* di sekolah yaitu kesulitan tidur, mengompol di tempat tidur, mengeluh sakit perut atau kepala, takut pergi ke sekolah, harga dirinya rendah, menangis saat akan pergi atau pulang sekolah, lecet atau luka. Dampak psikologis yang nyata seperti trauma yang sangat besar, depresi hingga adanya gangguan mental lainnya (Santoso, 2018).

Empat kategori yang menggambarkan dampak dari perilaku *bullying* yaitu (a) *psychology well-being* yang rendah, korban merasa tidak bahagia dalam hidupnya kepercayaan diri yang rendah, serta mudah marah, (b) penyesuaian sosial yang buruk, *bullying* mengakibatkan individu memiliki perasaan benci pada lingkungan sosial, kesepian, terisolasi serta dapat meluapkan emosi ketidaksenangan akibat *bullyingnya* pada sekolah, (c) *Psychological distress*, timbul kecemasan tinggi, berfikir bunuh diri serta depresi, (d) *Physical unwellness*, terdapat gejala yang jelas yang menunjukkan masalah fisik serta dapat diketahui melalui diagnose medis sebagai penyakit dan simtom psikosomatis (Salmiati dan Fithrayani A, 2018).

### **Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku *Bullying* Siswa**

Terdapat beberapa teknik yang digunakan dalam mengatasi ataupun mencegah perilaku *bullying* yang terjadi di kalangan siswa di sekolah. Salah satunya penelitian yang

dilakukan oleh Noor (2020) di SMA Negeri 1 Kalijati Subang dalam mengurangi perilaku *bullying* dengan menggunakan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Penelitian ini dilakukan fokus kepada pelaku, korban serta penonton *bullying*. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pre-eksperimen desain one group pre-testpost-test. Hasil akhir menunjukkan adanya keefektifan yang signifikan dari program bimbingan kelompok melalui teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku *bullying* siswa di SMA Negeri 1 Kalijati Subang. Baik siswa yang berperan sebagai pelaku, dan cukup efektif bagi peran korban dan penonton *bullying*.

Hasil penelitian lainnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Shintia dan Indah (2020) di SMPN 34 Surabaya. Dalam penelitian tersebut fokus penelitian kepada korban *bullying*. Melalui konseling kelompok latihan asertif korban *bullying* dibantu agar dapat berperilaku lebih asertif. Pendekatan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian pre experiment serta menggunakan rancangan penelitian one group pre test–post test. Metode pengumpulan data berupa angket. Teknik analisis penelitian ini yaitu uji statistic non parametik menggunakan uji Wilcoxon. Subjek penelitian ini adalah 5 siswa dari kelas VIII yang menjadi korban *bullying* dan memperoleh hasil pretest termasuk kategori yang memiliki sikap asertif rendah. Berdasarkan hasil analisis test statistic uji Wilcoxon di ketahui asymp. Sig (2-tailed) bernilai 0,043, karena nilai  $0,043 < 0,05$ . Dari hasil penelitian ini disimpulkan

bahwa konseling kelompok latihan asertif efektif untuk meningkatkan sikap asertif korban *bullying* di SMPN 34 Surabaya.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Nur Zuroida (2020) di SMP Wardhani Surabaya. Penggunaan strategi restrukturisasi kognitif dalam konseling kelompok digunakan sebagai teknik dalam mengatasi *bullying* siswa. Penelitian ini merupakan penelitian pra-eksperimen dengan rancangan one group pre-test post-test design. Partisipan penelitian ini adalah 5 siswa kelas IX B SMP Wardhani Surabaya yang mendapat skor sikap *bullying* siswa paling tinggi. Untuk mengumpulkan data tentang sikap *bullying* digunakan skala pengukuran sikap *bullying*. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah analisis non parametric uji wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan penggunaan strategi restrukturisasi kognitif dalam konseling kelompok terhadap sikap *bullying* siswa kelas IX B SMP Wardhani Surabaya.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Setiya, Sugiyo dan Edy (2018). Dalam mengurangi perilaku *bullying* siswa SD Supriyadi Semarang, Setiya dkk menggunakan bimbingan kelompok teknik modeling dan pengukuhan positif. Pendekatan penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan design kuasi eksperimen. Rancangan penelitian yang digunakan yaitu *non-equivalent group pretest and posttest control group design*. Metode pengumpul data yang digunakan adalah lembar observasi untuk mengetahui tingkat perilaku *bullying*. Subyek dalam penelitian ini adalah 16 siswa yang memiliki



skor tertinggi perilaku *bullying*. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik nonparametrik menggunakan uji *wilcoxon* dengan taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan ada penurunan perilaku *bullying* pada kelompok eksperimen 36%, sedangkan ada peningkatan perilaku *bullying* pada kelompok kontrol 0,04%.

Green, et.al. (2013) menyatakan pemodelan berguna untuk mengajarkan konseli berbagai ketrampilan, pemodelan menggunakan figur yang hidup (model hidup) lebih efektif untuk pengajaran ketrampilan pribadi dan sosial, sedangkan pemodelan simbolis lebih membantu dalam permasalahan yang berkaitan dengan kognitif. Diperkuat dengan pendapat Agus Maemun (2012) melalui penelitiannya, menyimpulkan bahwa teknik modeling efektif sebagai teknik dalam konseling kelompok untuk mengembangkan budi pekerti. Serta penelitian Beckman, L., & Svensson, M (2015) menyimpulkan adanya hasil positif dari study modeling untuk mengurangi prevalensi serta sebagai pencegahan *bullying* di sekolah. Erford (2015) menyebutkan bahwa modeling dapat digunakan untuk memberikan pengajaran tentang kecakapan sosial, personal maupun masalah-masalah kognitif.

Dari pendapat beberapa tokoh serta hasil penelitian oleh peneliti terdahulu, teknik modeling merupakan teknik yang tepat untuk mengurangi perilaku *bullying* siswa. Perilaku *bullying* merupakan salah satu perilaku negatif yang timbul karena kurangnya keterampilan sosial ataupun muncul karena agresif. Sehingga memperkuat penelitian ini bahwa

teknik modeling dapat digunakan untuk mengurangi perilaku *bullying* siswa.

Bagian pembahasan penelitian berisi diskusi hasil penelitian dan perbandingan dengan teori dan atau penelitian sejenis.

## SIMPULAN

Di era disrupsi saat ini, *bullying* semakin marak terjadi di sekolah dan merupakan fenomena yang patut mendapat perhatian serius dari berbagai pihak. *Bullying* terjadi di berbagai tempat, termasuk di sekolah. Melihat fenomena *bullying* yang semakin marak di sekolah-sekolah, maka dianggap perlu untuk mencegah *bullying* di lingkungan sekolah. Salah satu teknik yang dapat digunakan bagi guru konseling, praktisi maupun konselor yaitu bimbingan kelompok teknik modeling. Banyak penelitian terdahulu yang telah dilakukan untuk mereduksi perilaku *bullying*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arifulloh F dan Muis T. Studi Tentang Perilaku *Bullying* Serta Penangannya Pada Siswa Smp Negeri 2 Palang, Tuban. *Naskah Pusblikasi*.
- Berita Harian Online Kompasiana, 2017, diakses pada 10 Desember 2019. <https://www.kompasiana.com/steven13/5900bc56e422bd0f6b155067/perilaku-bullying-di-tengah-generasi-milennial-indonesia?page=all>.
- Berita harian online liputan 6 <https://www.liputan6.com/news/read/4258840/akhir-bahagia-bocah-penjual->

- [jalangkote-yang-jadi-korban-perundungan](#) (diakses 10 Oktober 2020)
- Berita Harian Online Liputan 6, <https://www.liputan6.com/news/read/2191106/survei-icrw-84-anak-indonesia-alami-kekerasan-di-sekolah> (diakses 10 Oktober 2020).
- Coloroso, B. 2007. *Stop Bullying (Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah Hingga SMU)*. Jakarta: Ikrar Mandiri Abadi.
- Corey, Gerald. 2013. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Terjemah E. Koswara. Bandung: Refika Aditama.
- Edy Kurniawan, Drajat, dan Taufik Agung Pranowo. 2018. Konseling kelompok dengan Teknik Sosiodrama Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku *Bullying* di Sekolah. Universitas PGRI Yogyakarta: *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, Volume 02 Number 01.
- Erford, Bradley. 2015. *40 Teknik yang Harus diketahui setiap Konselor Edisi Kedua*. Terjemah Helly P. & Sri M. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Faiza, Therestia Lailatul. 2019. *Perbedaan Tingkat Depresi Pada Korban Bullying Verbal Dan Cyberbullying Pada Remaja*. Undergraduate (S1) thesis, University of Muhammadiyah Malang.
- Gibson, R.L. & Mitchell. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Diterjemahkan dari Introduction to Counseling and Guidance. First publisher 2008 by Pearson Prentice Hall.
- Pearson education, Inc, Upper Saddle River, New Jersey.
- Green, V. A, et al. 2013. Use of Video Modeling to Increase Positive Peer Interactions of Four Preschool Children with Social Skills Difficulties. *Education and Treatment of Children*, 36(2): 59-85.
- Kartika K, Hima Darmayanti, dan Farida Kurniawati. 2019. Fenomena *Bullying* di Sekolah: Apa dan Bagaimana. *Pedagogia Jurnal Ilmu Pendidikan*, 17 sidi (01), 55-66.
- Maemun, A. 2012. *Pengembangan Model Konseling kelompok Teknik Modeling untuk Mengembangkan Budi Pekerti Berbasis Nilai-nilai Humanistik*. Tesis tidak dipublikasi. Semarang: Program Pascasarjana UNNES.
- Noor Syifa, Kamilah. 2020. Efektivitas Bimbingan Kelompok melalui Teknik Sosiodrama untuk Mengurangi perilaku *Bullying* Siswa (Penelitian Pre-Eksperimental pada Siswa di SMA Negeri 1 Kalijati Subang Tahun Pelajaran 2019/2020). *Tesis. Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Nur Zuroida, Chumaidah. 2020. Pengaruh Penggunaan Strategi Restrukturing Kognitif dalam Konseling Kelompok terhadap Sikap *Bullying* Siswa Kelas IX B SMP Wardhani Surabaya. *Prosiding Seminar & Lokakarya Nasional Bimbingan dan Konseling 2020 PD ABKIN JATIM & UNIPA SBY, Vol. 1 No. 1*.

- Olweus, Dan. 1999. *The nature of school bullying: A cross-national perspective*. London & New York: Routledge
- Pramudia, Risca, dan Silvia Yula. 2016. Perilaku *Bullying* di Sekolah. *G-Couns Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 1 No. 1 82-92.
- Rigby, K., & Johnson, B. 2005. Student Bystanders in Australian Schools. *Pastoral Care in Education*, 23 (2), 10-16.
- Salmiati dan Fitriyani A. 2018. Perilaku *Bullying* dan Penangannya Melalui Layanan Bimbingan Dan Konseling. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan "Pencegahan dan Penanganan Kekerasan Anak: Optimalisasi Peran Pendidik dalam Perspektif Hukum"*. STKIP Andi Matappa Pangkep, 05 Mei 2018.
- Santoso, Adi. 2018. Pendidikan Anti *Bullying*. *Majalah Ilmiah "PELITA ILMU"* Vol. 1 No.2 Desember 2018.
- Sari, Yuli P dan Azwar W. 2017. Fenomena *Bullying* Siswa: Studi Tentang Motif Perilaku *Bullying* Siswa Di Smp Negeri 01 Painan, Sumatera Barat. *Ijtimaiyya: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam* 10 (2) (2017).
- Shintia, Fatmawati Dan Titin Indah. 2020. Penerapan Konseling Kelompok Latihan Asertif pada Siswa Korban *Bullying* di SMPN 34 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, Vol 11, No 4.
- Supriyanto, Agus, dkk. 2018. Identifikasi Perilaku *Bullying* di Tingkat Sekolah Menengah. *Jurnal Fokus Konseling*, Volume 4 No 2 (2018) Hlm. 192-197.
- Wibowo, M. E. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT UNNES PRESS
- Wiyani, A.N. 2012. *Save our Children from School Bullying*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.