

## Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama terhadap Perilaku *Cyber Bullying* pada Remaja

Elina Ayu Puspita<sup>1</sup>, Jahju Hartanti<sup>2</sup>, Elia Firda Mufidah<sup>3\*</sup>

<sup>1,2,3</sup>Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pedagogi dan Psikologi, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Surabaya,  
Jawa Timur, Indonesia

e-mail: [eliafirda@unipasby.ac.id](mailto:eliafirda@unipasby.ac.id)

---

### Abstract

**Keywords:**  
Group guidance  
sociodrama  
cyber bullying

This study aims to examine the effectiveness of group counseling services using the sociodrama technique to overcome cyber bullying on social media. This study used a quantitative approach with the One Group Pretest and Posttest Design. The sample consisted of 7 Grade VIII students of SMP Wachid Hasyim 10 Prambon and the samples were taken through purposive sampling. The results of the Wilcoxon Non-Parametric Test showed an increase in the pre-test and post-test on students with significance results showing  $0.018 < 0.05$ . It can be concluded that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. So it can be concluded that group guidance services using the sociodrama technique are effective in reducing cyber bullying behavior.

---

### Abstrak

**Kata Kunci:**  
Bimbingan kelompok  
sociodrama  
cyber bullying

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengatasi *cyber bullying* di sosial media. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan penelitian *One Grup Pretest dan Posttest Design*, sampel penelitian sebanyak 7 siswa kelas VIII SMP Wachid Hasyim 10 Prambon dan sampel diambil melalui *purposive sampling*. Hasil Uji Wilcoxon Non-Parametrik Test menunjukkan hasil peningkatan pada pre-test dan post-test pada peserta didik dengan hasil signifikansi menunjukkan  $0,018 < 0,05$  dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif terhadap mengurangi perilaku *cyber bullying*.

---

Terkirim : 30 Sept 2022 ; Revisi: 10 Jan 2023 ; Diterima: 2 Feb 2023

©Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Institut Agama Islam Negeri Madura, Indonesia

---

## PENDAHULUAN

Permasalahan *bullying* menjadi masalah yang cukup urgent untuk diselesaikan dalam dunia  
[Type here]

pendidikan. Masalah *bullying* sering ditemui di sekolah namun juga bisa terjadi di media sosial. Fenomena *bullying* ketika sebelum pandemic sering muncul di sekolah tetapi di saat pandemi sikap *bullying* dilakukan memakai media digital atau sosial yang tak jarang diklaim menggunakan *cyber bullying* (Ningrum & Amna, 2020). *Cyber bullying* merupakan tindakan proaktif serta memiliki tujuan dimana dilakukan oleh suatu kelompok atau individu. *Cyber bullying* sering terjadi di media social karena kecenderungan pengguna media social di Indonesia masuk dalam kategori tinggi. Selain itu, demografis Indonesia yang memiliki keuntungan kaum remaja yang lebih banyak. Jika kita amati dari sisi psikologi remaja, remaja masih dalam proses mencari jati diri.

Prevalensi adanya *bullying* di kalangan siswa di wilayah Indonesia menunjukkan adanya peningkatan kenaikan kasus *cyber bullying*. Adanya era revolusi industry yang menggeser dunia nyata atau *offline* ke arah dunia maya atau *online* mempengaruhi kasus *bullying* dengan meunculkannya kasus *cyber bullying*. Kasus ini tidak mudah untuk diantaskan baik dari sisi pelaku maupun korban namun dampak yang dirasakan sangat berpengaruh terhadap kondisi psikologis atau memunculkan luka psikologis. Perlu adanya dukungan dan kerjasama dari berbagai pihak untuk mengurangi dan meminimalisis kasus *cyber bullying* (Efianingrum et al., 2020). Fenomena lain yang mengikuti perilaku *cyber bullying* yakni adanya *cyberstalking* dan *exclusion*. Melihat fenomena tersebut diharapkan guru bimbingan dan konseling mampu mengidentifikasi dan memantau komunikasi yang terjadi pada peserta didik. Upaya untuk mencegah dan mengurangi adanya kasus ini bisa dengan komunikasi yang baik oleh guru bimbingan dan konseling untuk memberikan pemahaman terkait t bahaya dari *cyber bullying* (Saripah & Pratita, 2018).

Kasus *cyber bullying* ada 2 peran yakni sebagai pelaku dan juga korban, masing-masing peran ini memiliki karakteristik kekuatan yang berbeda. Perbedaan ini mengarah kepada kekuatan fisik maupun psikis dari individu yang berperan sebagai pelaku dan korban (Ulum, 2020). *Cyber bullying* akhir-akhir ini cenderung naik karena diimbangi dengan munculnya berbagai macam media social. Berdasarkan Asosiasi Penyelenggara Jaringan Internet (APJI), pengguna internet yang ada di Indonesia pada tahun 2020 mencapai 73,7% atau sejumlah 196,7 juta pengguna (Purnayasa, 2021). Fenomena *cyber bullying* sering terjadi, dimana sebanyak 353 responden, 275 respondoen (78%) mengaku pernah mengalami dan sebanyak 76 responden (21%) mengaku pernah melakukan (Kusuma, 2020).

Melihat uraian terkait data pengguna social media dan fenomena *cyber bullying*, tentunya ada indikasi antara kedua hal ini saling berhubungan. *Cyber bullying* terjadi di dunia media social. Penggunaan media social tidak memiliki 2 dampak yakni positif dan negatif dalam diri individu terutama remaja. Dampak negative tentunya yakni rasa ketagihan yang muncul untuk menjelajahi dunia maya yang ada di media social. Sementara dampak positif yakni dengan adanya media social bisa mempermudah komunikasi. Selain itu, dengan adanya media social memancing individu untuk beropini. Adanya kebebasan opini inilah yang sering kali disalah gunakan meskipun sudah ada undang-undang yang mengatur. Kebebasan beropini yang sering dilakukan mengarah kepada *cyber bullying*.

*Cyber bullying* memiliki dampak pada pelaku dan korban. Dimana dapat berdampak pada kondisi psikologis korban yang dapat memunculkan atau mengakibatkan kondisi traumatis sehingga korban bisa muncul kondisi cemas, menarik diri dari pertemanan dan maupun kegiatan social lainnya, serta bisa mengalami depresi (Ningrum & Amna, 2020).

Permasalahan *bullying* sering terlihat seperti pertalian yang tidak teputus, maksudnya disini yakni dampak dari *bullying* bisa memicu korban menjadi pelaku karena munculnya rasa dendam dalam dirinya agar orang lain bisa merasakan apa yang dirasakannya. Adapun faktor yang bisa memunculkan terjadinya *cyber bullying* yakni pesatnya perkebang teknologi, kurang memahami norma atau aturan yang berlaku, rasa ingin tau atau ingin meniru pada remaja dan rendahnya control social (Pentina et al., 2018). Pertengkarannya yang biasanya muncul di sekolah biasanya akan terus dibawa siswa sampai mereka sudah di luar sekolah bahkan dilampiaskan di media social seperti halnya membuat status maupun berkomentar yang tidak baik. *Cyber bullying* yang biasanya muncul yakni mengembangkan kebohongan seseorang atau memposting foto yang merugikan (Natalia, 2016)kan seorang pada media sosial, mengirim *inbox* yang menyakutkan dan lain-lain (Ulum, 2020).

Media social menjadi bagian dari remaja untuk berinteraksi dengan sesama. Terlebih lagi secara usia siswa sekolah jenjang menengah masih masuk dalam usia remaja, dimana remaja masih senang untuk mencari perhatian atau menjadi pusat perhatian dalam usaha membangun citra diri yang positif. Terkadang usia remaja butuh orang lain yang menjadi kontroling dalam bertindak maupun bertutur kata dan berpikir. Ketika tidak ada yang mengontrol dalam berinteraksi dikhawatirkan remaja akan masuk dalam interaksi social termasuk interaksi di media social yang negatif (Natalia, 2016).

Hal yang melatarbelakangi peneliti memilih untuk menggunakan teknik atau layanan sosiodrama yakni melalui implementasi sosiodrama, siswa diajarkan untuk merasakan melalui peran yang dimainkannya. Setiap peran tentunya memiliki makna dalam skenario yang sudah disusun oleh konselor. Teknik sosiodrama mampu mengajarkan untuk saling memahami antar teman dan memupuk rasa toleransi melalui interkasi yang terjadi. Sosiodrama merupakan alternatif atau suatu teknik yang bisa untuk digunakan sebagai cara untuk mengatasi *bullying* (Mulinda et al., 2020).

Teknik sosiodrama mempunyai tujuan yang mengarahkan individu untuk belajar memecahkan konflik yang dialaminya menggunakan bantuan grup social atau rekannya, sehingga bimbingan kelompok engan teknik sosiodrama diharapkan mampu untuk mengatasi masalah *cyber bullying*. Hal tersebut dilandaskan ketika pelaksanaan sisodrama menggunakan tema yang mengarah kepada usaha untuk menyadarkan pelaku terhadap dampak *bullying* yang dirasakan oleh korban. Siswa diberikan kesempatan untuk mengekspresikan penghayatan dalam melaksanakan sosiodrama. Konselor bisa membuat scenario terkait kasus *bullying*, mulai dari bagaimana *bullying* yang seringa da di masyarakat sampai bagaimana dampaknya terhadap korban beserta cara menghindari dan menyikapinya. Secara tidak langsung individu akan memahami akibat dari perilaku *bullying* (Ulum, 2020)

## METODE

Penelitian ini menggunakan jenis metode penelitian kuantitatif, yakni metode penelitian yang cenderung untuk meneliti yang menghasilkan angka-angka yang ditafsirkan dengan Langkah yang jelas dan sistematis (Sugiono, 2015). Penelitian ini menggunakan *One Group Pretest Posttes Design*. Pengambilan sampel penelitian dilakukan secara *purposive random* sampling dengan kriteria hasil dari pengukuran yang diberikan. Sampel penelitian berjumlah 7 siswa kelas VIII SMP Wachid Hasyim 10-Prabon. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yakni instrumen yang diperoleh dari menggunakan alat ukur *Revised Cyber Bullying Inventory II* (Topcu & Erdur-Baker, 2018) yaitu dengan memisahkan pernyataan menjadi dua kategori yaitu *cyber bullying* dengan *cyber victimization* dan menjadi dua tabel.

## HASIL

Hasil dari penelitian ini digunakan dengan responden diarahkan untuk menjawab pertanyaan sesuai kejadian yang dialaminya pada tingkat *cyber bullying* selama 8 bulan terakhir yang pernah dialami. Hasil dari pengukuran tersebut akan menghasilkan 2 peran yaitu pelaku, korban. Dalam menganalisis data peneliti menggunakan uji Wilcoxon. Pemberian *treatment* bimbingan kelompok dalam menurunkan perilaku *cyber bullying* siswa dengan menggunakan teknik sosiodrama dilakukan sebanyak 16 kali pertemuan. Berikut rincian pemberian layanan:

**Tabel 1. Rincian Pertemuan**

No.	Tanggal	Kegiatan	Pelaksanaan
1.	11 November 2021	Bertemu kepala sekolah dan guru BK untuk meminta izin penelitian	Melakukan izin dan penyerahan surat izin penelitian kepada kepala sekolah dan satu guru BK.
2.	14 Desember 2021	Menyebarkan kuesioner/angket kepada peserta didik kelas VIII	Melakukan perkenalan dan menjelaskan tujuan kedatangan kepada siswa, memohon izin bantuan mengisi kuesioner. Menjelaskan mengenai Cyberbullying dan menjelaskan mengenai angket yang akan diisi.
3.	2 Januari 2022	<i>Treatment</i> pertama (pembentukan kelompok bimbingan dan membahas mengenai aturan-aturan selama bimbingan kelompok dijalankan, dan menentukan tema permasalahan <i>Cyberbullying</i> yang akan di selsaikan)	Semua peserta didik di kumpulkan di ruangan perpustakaan untuk melakukan bimbingan kelompok. Pada pertemuan awal ini kami membahas mengenai kontrak selama berlangsungnya bimbingan kelompok dan menjelaskan sistem bimbingan kelompok.
4.	3 Januari 2022	<i>Treatment</i> kedua	Pada pertemuan ke dua kami membahas mengenai persoalan-persoalan mengenai cyberbullying yang pernah terjadi pada peserta didik.

			Kami juga menentukan masalah – masalah yang urgensinya penting untuk diulas pertama kali. Dari hasil yang didapat kami sepakat untuk membahas mengenai pesan ancaman melalui sosial media dan media komunikasi.
5.	4 Januari 2022	<i>Treatment</i> ketiga	Pada pertemuan ketiga kami membentuk drama dimana ada yang menjadi pelaku dan ada yang menjadi korban untuk memerankan drama yang sudah di setting. Dengan dialog yang akan mereka karang sendiri sesuai apa yang peserta didik rasakan ketika memerankan tokoh yang dia dapatkan. Pemilihan tokoh ditentukan secara random. Ketika sudah memerankan sesuai dengan peran masing-masing. Kita akan mengupas dan mengambil kesimpulan dari apa yang diperankan.
6.	7 Januari 2022	<i>Treatment</i> keempat	Pada pertemuan ke empat ini kami menentukan mengenai masalah yang akan di ulas. Kami menentukan tema mengenai penyebaran berita hoaks mengenai korban.
7.	8 Januari 2022	<i>Treatment</i> kelima	pada pertemuan ke lima kami membahas mengenai tindakan saring sebelum sharing.
8.	10 Januari 2022	<i>Treatment</i> keenam	pada pertemuan ke enam kami mengulas dan memerankan mengenai tindakan prank atau candaan negatif di media sosial
9.	15 Januari 2022	<i>Treatment</i> ketujuh	Pada pertemuan ke tujuh kami melanjutkan <i>treatment</i> pada pertemuan ke enam mengenai prank atau candaan negatif di media sosial.
10.	17 Januari 2022	<i>Treatment</i> kedelapan	Pada pertemuan kedelapan ini kami membahas mengenai berpura-pura menjadi seseorang untuk menyebarkan pesan negatif di media sosial
11.	18 Januari 2022	<i>Treatment</i> kesembilan	Pada pertemuan ke sembilan kami membahas mengenai bahasa anak muda dalam bermedia sosial
12.	20 Januari 2022	<i>Treatment</i> kesepuluh	Pada pertemuan ke sepuluh kami memperagakan ajaran sopan santun ala remaja
13.	21 Januari 2022	<i>Treatment</i> kesebelas	Pada pertemuan ke lima kami mengulas mengenai akibat dari adanya tindakan <i>cyberbullying</i>
14.	24 Januari 2022	<i>Treatment</i> kedua belas	Pada pertemuan kedua belas kami membahas mengenai undang-undang ITE
15.	27 Januari 2022	<i>Treatment</i> ketigabelas	Mengulas kembali mengenai perasaan-perasaan sesudah dan sebelum <i>treatment</i> . Mengambil pelajaran selama <i>treatment</i> berlangsung.

16.	29 Januari 2022	Penutupan <i>Treatment</i>	Pada akhir <i>treatment</i> ini kami mengakhiri peroses <i>treatment</i> dan bimbingan kelompok, kami membahas mengenai perasaan-perasaan setelah <i>treatment</i> .
-----	-----------------	----------------------------	--

Tabel 2. Tahapan *Treatment*

Tahapan	Perlakuan
Sesi I	<ol style="list-style-type: none"> <li>Pemberian informasi terkait bimbingan kelompok yang akan mereka jalani</li> <li>Peneliti mengenalkan teknik Sosiodrama, bahwa teknik ini dapat menyelesaikan masalah <i>Cyberbullying</i></li> <li>Menjelaskan waktu bimbingan dan asas-asas bimbingan kelompok dengan teknik <i>Sosiodrama</i></li> <li>Memfasilitasi anggota kelompok untuk saling mengenal satu sama lain.</li> <li>Membuat kesepakatan antar anggota kelompok mengenai pelaksanaan bimbingan kelompok yang akan dijalani.</li> <li>Memberi penghargaan atas kesediaan anggota kelompok serta partisipasi mereka untuk mengikuti sesi bimbingan kelompok.</li> <li>Kemudian menunjuk beberapa anggota kelompok untuk berperan sesuai dengan topik permasalahan.</li> </ol>
Sesi II	<ol style="list-style-type: none"> <li>Setiap pemeran memahami perannya dan menceritakan apa yang sedang mereka alami, baik pelaku maupun korban <i>Cyberbullying</i>.</li> <li>Setelah semua anggota kelompok menjelaskan permasalahan masing-masing, pemimpin kelompok menyerahkan ke anggota kelompok untuk membahas satu permasalahan yang penting untuk di selesaikan. Setelah itu menentukan permasalahan selanjutnya yang akan dibahas.</li> <li>Pemimpin kelompok menggali situasi-situasi yang menjadi <i>exemption</i>, yakni dimana permasalahan tersebut tidak muncul.</li> <li>Pemimpin kelompok menyakinkan anggota kelompok bahwa kesulitan merupakan hal yang normal dan dapat diubah.</li> <li>Pemimpin kelompok dan anggota berkolaborasi dalam menentukan situasi</li> </ol>
Sesi III	<ol style="list-style-type: none"> <li>Orientasi teknik <i>Sosiodrama</i>, menjabarkan dan memperkenalkan teknik <i>Sosiodrama</i> yang kemudian di terapkan dalam bimbingan kelompok.</li> <li>Menentukan peran pada setiap anggota kelompok.</li> <li>Pemimpin kelompok menjelaskan pemeran-pemeran yang ada pada dialog sebaik-baiknya sehingga mereka tahu tugas dan perannya, menguasai masalah maupun berdialog.</li> <li>Mencoba mempraktikkan setiap peran yang didapat. Sesuai dengan karakter masing-masing tokoh.</li> <li>Pemimpin kelompok mencermati informasi yang diberikan anggota kelompok mengenai masalah mereka</li> </ol>
Sesi IV	<ol style="list-style-type: none"> <li>Pemimpin kelompok memahami alur <i>Sosiodrama</i>, setelah <i>Sosiodrama</i> itu dalam situasi klimaks maka dihentikan agar kemungkinan-kemungkinan pemecahan masalah dapat didiskusikan secara umum.</li> <li>Sebagai tindak lanjut dari hasil diskusi walau masalahnya belum terpecahkan maka perlu dibuka tanya jawab atau diskusi.</li> <li>Membahas permasalahan perilaku <i>Cyberbullying</i> pada anggota dan membantu mengubah perspektif anggota kelompok mengenai <i>Cyberbullying</i> yang sedang dialami atau yang sedang dilakukan.</li> </ol>
Sesi V	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mengulas sesi-sesi sebelumnya.</li> <li>Memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan hal-hal yang dipelajari</li> <li>Memberikan motivasi, pujian, dan apresiasi kepada anggota kelompok atas pemahaman yang dimiliki setelah menjalani serangkaian sesi bimbingan kelompok.</li> <li>Mengakhiri sesi bimbingan kelompok.</li> </ol>

Tabel 3. Uji Hasil Pretest, Posttest dan hasil Skor

No	Inisial peserta didik	Pretest	Posttest	Hasil skor
1.	AI	77	63	14
2.	IA	79	73	6
3.	SA	72	66	6
4.	DA	81	74	7
5.	RK	74	64	10
6.	SB	69	66	3
7.	DW	74	78	4
Jumlah		<b>530</b>	<b>480</b>	<b>480</b>
Rata-rata dengan N=7		<b>86,1</b>	<b>77,9</b>	<b>8,1</b>

Dari data tersebut dapat diketahui bahwa ada penurunan yang signifikan dari sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Rata-rata pretest 86,1 > rata-rata posttest adalah 77,9 maka terlihat bahwa terdapat penurunan sebesar 8,1% sebelum dan sesudah adanya *treatment*. Dari hasil penelitian dapat diketahui adanya penurunan sesudah diberikan *treatment* dari rata-rata hasil skor sesudah dan sebelum diberikan *treatment*. Rata-rata hasil skor total perilaku *cyber bullying* sebelum *treatment* adalah 75,7 dari 7 sample. Setelah adanya *treatment* perilaku *cyber bullying* menunjukkan adanya penurunan dari rata-rata skor yang dihasilkan yaitu 68,5. Berdasarkan hasil analisis telah diketahui bahwa dalam penelitian ini teknik sosiodrama efektif terhadap penurunan perilaku *cyber bullying*.

Tabel 4. Tes Statistik

	post test - pre test
Z	-2,366 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,018

a. Wilcoxon Signed Ranks Test  
b. Based on negative ranks.

Dari data di atas terlihat jumlah nilai signifikan  $0,018 < 0,05$ . Maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak,  $H_a$  diterima. Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama dan sesudah dilakukan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama untuk menurunkan *cyber bullying* pada peserta didik kelas VIII.

## PEMBAHASAN

Dari data yang diperoleh atau hasil yang diperoleh tergambar fenomena *cyber bullying* siswa kelas VIII di SMP Wachid Hasyim 10 Prambon mengalami penurunan setelah dilakukan *treatment* dengan metode bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Pembahasan ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *sosiodrama* terhadap perilaku *cyberbullying*

pada peserta didik di SMP Wachid Hasyim 10 Prambon. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dibahas sebelumnya, setelah dilakukannya *treatment* terhadap peserta didik dengan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *sosiodrama*, maka dapat diketahui perubahan perilaku pada peserta didik dengan melihat perbedaan hasil pretest dan postes. Peserta didik mengalami perubahan dari tingkat skor tinggi pada saat pretest menjadi rendah pada saat postes, artinya ada pengaruh bimbingan kelompok teknik *sosiodrama* terhadap perilaku *cyber bullying* pada peserta didik.

*Bullying* menjadi perilaku negative yang sering dijumpai di masyarakat akhir-akhir ini. *Bullying* mengarah pada bentuk perilaku yang mengintimidasi diri orang lain, mendiskreditkan orang lain, bahkan mencederai perasaan orang lain. Beberapa bentuk dari *bullying* yakni mengancam, mengejek, memanggil panggilan ofensif, dan membentuk sikap menarik diri dari lingkungan sosial. Begitu pula dampak yang dihasilkan dari *bullying*, diantaranya individu menjadi minder, depresi, atau bahkan memberontak dan dendam. Selain itu, perilaku *cyber bullying* yang bisa muncu yakni meneror melewati media social dengan mengirim teks yang penuh dengan amarah maupun kata-kata kasar yang menjurus pada pesan kekerasan. *Cyber bullying* memiliki dasar sebagai bentuk untuk mencelakai korban dan niat jahat untuk menindas maupun mengintimidasi korban. Perasaan awal yang muncul ketika menerima *cyber bullying* yakni rasa rendah diri atau harga diri korban menjadi rendah yang mengarah kepada rasa tidak berguna dalam diri korban (Mutma, 2019)

Salah satu cara untuk mengatasi *bullying* melalui penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *sosiodrama*. Melalui *sosiodrama*, individu akan diarahkan untuk berperan sehingga melatih kemampuannya dalam menghadapi *bullying* maupun memahami bagaimana dampaknya dari skenario yang sudah ditentukan (Kurniawan & Pranowo, 2018). Selain itu, penggunaan teknik *sosiodrama* juga bisa digunakan dalam mengurangi dampak *bullying* yang berupa rasa rendah diri di SMPN 33 Surabaya. Implementasi teknik *sosiodrama* yang diberikan kepada siswa memiliki beberapa manfaat diantaranya adalah siswa memiliki kelebihan yang positif dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan dalam hidup, siswa lebih memahami bagaimana mengatasi masalah tanpa membuat diri untuk menyakiti pihak lain atau orang lain, siswa mengalami kondisi jauh lebih untuk semangat dalam menjadi pribadi yang lebih baik dalam mengejar cita-citanya, dan siswa memiliki pemahaman sikap untuk tidak bereaksi negative ketika ada yang melakukan hal negative kepadanya (Agustina, 2017). Siswa sekolah menengah pertama memang lebih sering bermasalah terkait interaksi social dengan temannya (Mufidah et al., 2021). Penggunaan *sosiodrama* sering dijumpai di sekolah, hal tersebut mengeluarkan sisi lain dari diri siswa dan membuat anak-anak bisa bersenang-senang (Galgócz et al., 2021)

Upaya dalam pencegahan kasus *bullying* terutama *cyber bullying* tentunya harus selalu diupayakan. Ada beberapa perilaku yang bisa dijadikan upaya pengendalian diri dalam mencegah perilaku *cyber bullying* yakni memili etika dalam menggunakan atau masuk dalam social media, mempertimbangkan dampak dalam pengambilan keputusan sebelum berbicara atau mengungkapkan

apa yang dipikirkan dan dirasakan melalui ketikan di kolom social media, memilih lingkungan pertemanan yang positif agar memberikan dampak yang positif dan terhindar dari permasalahan *cyber bullying* (Imani et al., 2021).

Perilaku *cyber bullying* juga bisa dicegah dengan adanya pengetahuan terkait etika atau pendidikan etika. Beberapa hal terkait pendidikan etika dalam bermedia social yakni tidak melakukan postingan baik dalam tulisan, gambar maupun video yang berbau SARA maupun yang menyinggung pihak lain dengan maksud yang merugikan pihak lain. Pendidikan etika juga memahami individu dalam konsep berkomunikasi yang baik dan sopan, serta membedakan bagaimana obrolak pribadi dan obrolan public yang bisa diakses oleh orang banyak terutama di media social. Individu juga dipahamkan untuk tidak mudah membagikan tautan video maupun konten yang dirasa akan menimbulkan permasalahan (Anshori et al., 2022)

Selain itu, peran keluarga juga sangat berpengaruh terhadap pengendalian penurunan kasus *cyber bullying*. Hasil penelitian menyebutkan adanya korelasi atau adanya hubungan antara komunikasi orang tua-remaja, control diri remaja dan perilaku *cyber bullying*. Dari hasil tersebut diharapkan peran orang tua untuk lebih memperhatikan dan melakukan komunikasi yang baik dengan anaknya. Orang tua juga diharapkan mampu untuk memberikan atau menanamkan sikap dan sifat positif kepada anak agar terhindar dari permasalahan *cyber bullying* (Malihah & Alfiasari, 2018).

Orang tua diharapkan memantau komunikasi dan pertemanan yang dimiliki anaknya. Selain itu, orang tua juga diharapkan bisa mengetahui teman-teman maupun lingkaran pertemanan anaknya. Hal tersebut diharapkan orang tua memahami karakteristik dari teman yang dimiliki oleh anaknya dan memahami gesekan antar teman yang sedang terjadi. Oleh sebab itu diharapkan orang tua mampu menjadi “teman” untuk anak agar anak mau untuk terbuka kepada orang tua (Ruliyatin & Ridhowati, 2021).

## **SIMPULAN**

Kesimpulan penelitian ini yakni teknik sosiodrama efektif untuk menurunkan perilaku *cyber bullying* pada siswa kelas VIII di SMP Wachid Hasyim 10 Prambon. Penggunaan teknik sosiodrama dalam layanan bimbingan dan konseling bisa lebih ditingkatkan dalam pemilihan tema maupun bentuk skenario. Hal tersebut karena titik inti pada sosiodrma ada pada bentuk atau tema skenario yang dibuat oleh guru bimbingan dan konseling yang sesuai terhadap masalah-masalah yang akan diselesaikan.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Abida, R. A. A., & Sa'idah, I. (2021). Upaya meningkatkan kepedulian sosial melalui simulasi game pada siswa SMK Matsaratul Huda Pamekasan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Borneo*, 3(1).
- Agustina, D. N. A. (2017). Penerapan Konseling Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri pada Korban Bullying di Kelas VII-C SMPN 33 Surabaya. *Jurnal BK*

- UNESA, 7(1). <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/18014>
- Anshori, I. F., Hidayatulloh, S., Dewi, A. S., Viargi, R., & Yulyanti, S. (2022). Fenomena Cyber Bullying Dalam Kehidupan Remaja. *Jurnal Sosial & Abdimas, Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 26–32. <http://ejournal.ars.ac.id/index.php/jsa>
- Chris Natalia, E. (2016). REMAJA, MEDIA SOSIAL DAN CYBERBULLYING. In *Jurnal Ilmiah Komunikasi (Vol. 5)*.
- Efianingrum, A., Irene Astuti Dwiningrum, S., & Nurhayati, R. (2020). Cyberbullying pelajar SMA di media sosial .... *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi Dan Aplikasi*, 8(2).
- Galgócz, K., Adderley, D., Belchior, M., Blaskó, Á. , Damjanov, J., Maciel, M., Teszáry, J., Werner, M., & Westberg, M. (2021). *Sociodrama, The Art And Science of Social Change*. L'Harmattan.
- Imani, F. A., Kusmawati, A., Moh, H., & Tohari, A. (2021). PENCEGAHAN KASUS CYBERBULLYING BAGI REMAJA PENGGUNA SOSIAL MEDIA. *Journal of Social Work and Social Services*, 2(1).
- Kurniawan, D. E., & Pranowo, T. A. (2018). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Bullying di Sekolah. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 2(1). <https://doi.org/10.30598/jbkt.v2i1.235>
- Kusuma, M. Q. A. M. (2020). Bermain Peran Untuk Mengurangi Perilaku Bullying. *Jurnal BK UNES*, 11(4). <https://scholar.google.co.id>
- Malihah, Z., & Alfiasari, A. (2018). Perilaku Cyberbullying pada Remaja dan Kaitannya dengan Kontrol Diri dan Komunikasi Orang Tua. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 11(2), 145–156. <https://doi.org/10.24156/jikk.2018.11.2.145>
- Mufidah, E. F., Wirastania, A., & Pravesti, C. A. (2021). Studi Kasus: Permasalahan Yang Sering Ditangani Guru Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dasar Dan Sekolah Menengah Pertama. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 6(1), 7. <https://doi.org/10.26737/jbki.v6i1.1651>
- Mulinda, R., Afiati, E., & Conia, D. D. P. (2020). Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Empati Siswa. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 31–41.
- Mutma, F. S. (2019). DESKRIPSI PEMAHAMAN CYBERBULLYING DI MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA. *Jurnal Komunikasi*, 13(2), 165–182.
- Ningrum, F. S., & Amna, Z. (2020). Cyberbullying Victimization dan Kesehatan Mental pada Remaja. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 5(1), 35. <https://doi.org/10.20473/jpkm.V5I12020.35-48>

- Pentina, I., Guilloux, V., & Micu, A. C. (2018). Exploring Social Media Engagement Behaviors in the Context of Luxury Brands. *Journal of Advertising*, 47(1), 55–69. <https://doi.org/10.1080/00913367.2017.1405756>
- Purnayasa, N. I. (2021). Analisis Tingkat Cyberbullying di Indonesia menggunakan Teknologi Big Data View project. Project: Analisis Tingkat Cyberbullying Di Indonesia Menggunakan Teknologi Big Data. <https://www.researchgate.net/publication/351141847>
- Ruliyatin, E., & Ridhowati, D. (2021). DAMPAK CYBER BULLYING PADA PRIBADI SISWA DAN PENANGANANNYA DI ERA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling : TEORI DAN PRAKTIK)*, 5(1), 1–5.
- Saripah, I., & Pratita, A. N. (2018). KECENDERUNGAN PERILAKU CYBERBULLYING PADA PESERTA DIDIK BERDASARKAN JENIS KELAMIN. *PEDAGOGIA: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 16(3), 180–192.
- Sugiono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan (Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Alfabeta.
- Topcu, Ç., & Erdur-Baker, Ö. (2018). RCBI-II: The Second Revision of the Revised Cyber Bullying Inventory. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 51(1), 32–41. <https://doi.org/10.1080/07481756.2017.1395705>
- Ulum, D. (2020). Cyberbullying: Apa itu dan bagaimana menghentikannya 10 hal yang remaja ingin tahu dari cyberbullying. <https://www.unicef.org/indonesia/id/child-protection/apa-itu-cyberbullying>.
- Zulqurnain, M. A., & Thoha, M. (2022). Analisis Kepercayaan Diri pada Korban Bullying. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 3(2), 69-82.