

Peningkatan Kesadaran Anti *Bullying* melalui Peer Group Teknik Sociodrama pada Siswa SMP

Abdullah Syifa*, Wira Nugraha, Sherli Kurnia Oktaviana

IAIN Pontianak, Pontianak, Indonesia

*Corresponding Author: abdullah.syifa@iainptk.ac.id

Info Artikel Diterima: 23/11/2024 Direvisi: 12/03/2025 Disetujui: 02/05/2025

Abstract. This community service aims to examine the impact of the sociodrama program in addressing bullying behavior at SMPN 1 Anjongan. The sociodrama program was implemented as a preventive and intervention effort to reduce bullying and increase students' awareness of the importance of empathy and appreciating differences. The sociodrama method was used to form anti-bullying peer groups, which serve as agents of change in creating a safe and conducive learning environment at school. This service reveals that the implementation of sociodrama significantly increases students' awareness of the impact of bullying on perpetrators, victims, and bystanders. In addition, this program has successfully formed peer groups that support prosocial behavior and address negative behavior. Other positive impacts include the creation of a more inclusive and harmonious school atmosphere, with increased solidarity among students and active participation in bullying prevention. Furthermore, teachers involved in this program have also acquired new skills in addressing bullying issues and integrating character education into daily learning. This program demonstrates that experience-based approaches such as sociodrama can be an effective method in building an anti-bullying school culture and improving the quality of character education in schools.

Keywords: Anti bullying, Peer group, Sociodrama

Abstrak. Pengabdian ini bertujuan untuk melihat dampak program sosiodrama dalam mengatasi perilaku *bullying* di SMPN 1 Anjongan. Program sosiodrama diterapkan sebagai upaya preventif dan intervensi dalam mengurangi *bullying*, serta meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya empati dan menghargai perbedaan. Metode sosiodrama digunakan untuk membentuk kelompok sebaya (peer group) anti-*bullying*, yang berfungsi sebagai agen perubahan dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan kondusif untuk belajar. Pengabdian ini mengungkapkan bahwa penerapan sosiodrama secara signifikan meningkatkan kesadaran siswa mengenai dampak *bullying*, baik pada pelaku, korban, maupun saksi. Selain itu, program ini berhasil membentuk kelompok sebaya yang mendukung perilaku prososial dan menanggulangi perilaku negatif. Dampak positif lainnya termasuk terciptanya suasana sekolah yang lebih inklusif dan harmonis, dengan meningkatnya solidaritas antar siswa dan partisipasi aktif dalam pencegahan *bullying*. Selain itu, guru yang terlibat dalam program ini juga memperoleh keterampilan baru dalam menangani isu *bullying* dan mengintegrasikan pendidikan karakter ke dalam pembelajaran sehari-hari. Program ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis pengalaman seperti sosiodrama dapat menjadi metode yang efektif dalam membangun budaya sekolah yang anti-*bullying*, serta meningkatkan kualitas pendidikan karakter di sekolah.

Kata Kunci: Anti *bullying*, Peer group, Sociodrama.

How to Cite: Syifa, A., Nugraha, W., & Oktaviana, S. K. (2025). Peningkatan Kesadaran Anti *Bullying* melalui Peer Group Teknik Sociodrama pada Siswa SMP. *Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 195-205. <https://doi.org/10.37478/abdika.v5i2.5175>



Copyright (c) 2025 Abdullah Syifa, Wira Nugraha, Sherli Kurnia Oktaviana. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Pendahuluan

Bullying atau biasa disebut dengan perundungan merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara berulang dengan tujuan untuk menyakiti atau mengintimidasi korban, baik secara fisik, verbal, maupun sosial. Perilaku ini tidak hanya berdampak negatif pada kesejahteraan fisik dan emosional korban, tetapi juga menghambat kemajuan pendidikan serta perkembangan sosial mereka (Dahlia et al., 2025). Hasil wawancara yang dilakukan dengan Kepala Sekolah SMPN 1 Anjongan didapatkan informasi bahwa banyak siswa yang melakukan *bullying* terutama di dalam kelas sampai sang korban menangis dan ingin pindah kelas karena siswa merasa tertekan dengan perilaku temannya yang selalu mengejeknya. Akan tetapi tindakan dari guru BK tidak memenuhi permintaan siswa yang ingin pindah kelas, alasannya karena pembagian kelas sudah diatur menurut nilai dan prestasi. Pada waktu peneliti memberikan layanan bimbingan perilaku *bullying* terjadi pada beberapa siswa sering mengejek temannya dengan nama ejekkannya.

Menurut Suprayitno et al. (2021), *bullying* adalah perilaku tidak menyenangkan baik secara verbal, fisik, ataupun sosial di dunia nyata

maupun dunia maya yang membuat seseorang merasa tidak nyaman, sakit hati dan tertekan baik dilakukan oleh perorangan maupun kelompok. Di lingkungan sekolah, *bullying* berdampak negatif pada kesejahteraan emosional, sosial, dan akademik siswa. Korban *bullying* sering mengalami kecemasan, depresi, dan penurunan prestasi belajar. Sementara itu, pelaku *bullying* juga berisiko mengalami masalah perilaku dan hubungan sosial di masa depan. *Bullying* memiliki dampak yang sangat merugikan, terutama bagi korban. Penelitian menunjukkan bahwa korban *bullying* sering mengalami penurunan rasa percaya diri, kesulitan dalam menjalin hubungan sosial, dan terganggunya kinerja akademik (Smith & Brain, 2000).

Dalam kasus yang lebih parah, *bullying* dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental seperti gangguan stres pasca-trauma (PTSD) atau bahkan ide bunuh diri (Holt et al., 2009). Santrock (2019) menyatakan bahwa anak remaja memiliki kebutuhan kuat untuk disukai dan diterima oleh teman-teman dan kelompok sebaya yang lebih besar, yang dapat mengakibatkan perasaan senang ketika mereka diterima atau stres dan kecemasan yang ekstrem ketika mereka dikucilkan dan diremehkan oleh teman-teman sebaya. Bagi banyak remaja, bagaimana mereka dipandang oleh teman-teman sebaya adalah aspek terpenting dalam hidup mereka.

Ada berbagai faktor yang dapat menyebabkan seseorang menjadi pelaku *bullying*. Faktor keluarga, seperti pola asuh yang kasar atau kurang perhatian, sering menjadi pemicu utama. Lingkungan sosial yang tidak mendukung, seperti budaya kompetisi yang berlebihan atau pengaruh kelompok sebaya yang negatif, juga dapat memperburuk perilaku ini (Rigby, 2002). Selain itu, kemajuan teknologi yang tidak diimbangi dengan literasi digital yang baik turut meningkatkan kasus *cyberbullying*. Penelitian menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi tempat berkembangnya *bullying*, karena pelaku merasa lebih aman dengan anonimitas yang ditawarkan dunia maya (Kowalski et al., 2014).

Salah satu faktor yang menjadi akar dari masalah *bullying* di SMPN 1 Anjongan adalah mengolok-olok yang telah menjadi kebiasaan tidak baik di kalangan siswa. Mengolok-olok sering kali dianggap sebagai bentuk bercanda antar teman, namun dapat menjadi dampak yang buruk. Ketika olok-olokan ini dilakukan secara terus-menerus, dampaknya bisa sangat merugikan, baik bagi korban maupun pelaku. Bagi korban, olok-olokan dapat mengakibatkan stres, kecemasan, dan bahkan depresi. Sementara itu, pelaku sering kali tidak menyadari atau mengabaikan konsekuensi dari perbuatan mereka, yang pada akhirnya memperkuat pola perilaku agresif dan intoleran.

Kebiasaan ini mencerminkan kurangnya kesadaran akan pentingnya menghargai perbedaan dan menjaga perasaan orang lain memperparah situasi karena siswa tidak melihat konsekuensi serius dari tindakan mereka. Dampak psikologis dari *bullying* sering kali membuat korban merasa terisolasi, tidak berdaya, dan mengalami gangguan kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan (Olweus, 1993). Keberlanjutan masalah yang dihadapi menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih holistik dan partisipatif untuk menciptakan lingkungan sekolah yang bebas dari *bullying*. Teknik sosiodrama relevan karena memungkinkan siswa memahami dampak *bullying* dari berbagai perspektif, termasuk korban, pelaku, dan pengamat.

Sosiodrama pertama kali diperkenalkan oleh Jacob L. Moreno pada tahun 1920-an sebagai bagian dari pengembangan teori psikodrama. Moreno (1953) mengembangkan metode ini untuk membantu individu dan kelompok mengatasi masalah sosial dan psikologis melalui penghayatan peran dan

improvisasi dalam konteks kelompok. Sosiodrama lebih menekankan pada interaksi sosial dalam bentuk yang lebih terbuka, di mana peserta diberi kebebasan untuk berperan sebagai karakter yang terlibat dalam situasi sosial tertentu. Seiring waktu, sosiodrama berkembang dan diterapkan di berbagai bidang, mulai dari pendidikan hingga terapi kelompok (Blatner, 1997).

Teknik sosiodrama adalah metode bimbingan kelompok yang menggunakan permainan peran untuk mengeksplorasi dan memahami masalah sosial tertentu, seperti *bullying*. Menurut Pratama et al. (2024) sosiodrama ini dapat membantu individu memahami dan menghargai perasaan orang lain, belajar membagi tanggung jawab, dan membuat keputusan secara spontan. Selain itu, teknik sosiodrama menjadikan partisipan mengalami situasi yang mensimulasikan kehidupan nyata, sehingga dapat memahami perspektif orang lain dan dampak dari perilaku mereka. Sosiodrama ini digunakan untuk memperlihatkan dampak emosional dan psikologis dari *bullying* kepada siswa, baik sebagai pelaku, korban, maupun saksi. Sosiodrama dapat membantu siswa mengembangkan empati, keterampilan sosial, dan cara-cara positif dalam menyelesaikan konflik.

Sosiodrama adalah metode kelompok yang menggunakan teknik teater dan drama untuk memahami serta menyelesaikan masalah sosial yang dihadapi oleh individu atau kelompok. Metode ini memanfaatkan peran, improvisasi, dan simulasi untuk mengeksplorasi dan mengatasi dinamika sosial yang kompleks dalam kehidupan sehari-hari. Dalam sosiodrama, para peserta diundang untuk berperan dalam situasi-situasi sosial yang sering kali tidak dapat diselesaikan hanya dengan percakapan atau diskusi biasa. Teknik ini dikembangkan oleh Jacob L. Moreno, yang juga dikenal sebagai pionir dalam psikodrama (Moreno, 1953).

Peer group yang terbentuk melalui sosiodrama diharapkan dapat memiliki kesadaran kolektif untuk menolak *bullying* dan mendukung satu sama lain dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman. Program anti-*bullying* yang efektif melibatkan semua elemen sekolah, termasuk guru, siswa, dan orang tua. Penelitian menunjukkan bahwa pendidikan karakter yang mengajarkan empati, toleransi, dan keterampilan sosial dapat membantu mengurangi perilaku *bullying* (Swearer et al., 2010). Kelompok sebaya atau peer group memiliki peran penting dalam perkembangan sosial dan emosional siswa. Peer group ini merupakan kumpulan individu dengan usia atau tahap perkembangan yang serupa yang sering terlibat dalam interaksi sosial yang intens (Noya et al., 2024).

Pencegahan *bullying* memerlukan kesadaran kolektif dari seluruh lapisan masyarakat. Kampanye anti-*bullying* melalui media massa, pelatihan literasi digital, dan kebijakan anti-*bullying* yang kuat adalah langkah-langkah yang perlu diambil. Kolaborasi antara pemerintah, sekolah, orang tua, dan komunitas lokal dapat menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi semua individu (Espelage & Swearer, 2003). Kesadaran kolektif ini tidak hanya mencegah *bullying* tetapi juga membangun budaya inklusivitas dan penghormatan terhadap perbedaan, yang penting untuk kesejahteraan sosial jangka panjang.

Dalam konteks pendidikan, sosiodrama sangat bermanfaat untuk mengajarkan nilai-nilai sosial dan etika kepada siswa. Melalui peran yang dimainkan dalam sosiodrama, siswa dapat memperoleh pengalaman langsung dalam memahami masalah sosial, seperti *bullying*, kesetaraan, atau kerjasama tim. Sosiodrama juga efektif dalam mengembangkan keterampilan sosial, seperti komunikasi, negosiasi, dan penyelesaian konflik. Dengan

metode ini, siswa tidak hanya belajar melalui teori, tetapi juga melalui pengalaman praktis yang melibatkan emosi dan refleksi (Zerinah, 2024).

Bedasarkan permasalahan diatas, maka perlu dilakukannya langkah preventif dengan memberdayakan para siswa untuk mampu mencegah permasalahan ini berkelanjutan. Sehingga langkah ini bertujuan menghasilkan bentuk pengabdian dengan membentuk kegiatan peer group anti-*bullying* di SMPN 1 Anjongan. peer group yang solid dan empatik diharapkan dapat mengurangi angka *bullying* secara signifikan dan mempromosikan nilai-nilai positif di kalangan siswa lainnya. Dengan membentuk generasi muda yang berkarakter kuat dan empatik, penelitian ini berkontribusi pada pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas, mendukung tujuan pembangunan nasional, dan menciptakan generasi yang mampu bersaing di tingkat nasional dan global.

Metode Pelaksanaan

Pengabdian ini dilakukan dengan menggunakan metode *Participatory Action Research* (PAR). Metode ini pendekatan penelitian yang melibatkan partisipasi aktif dari para individu atau komunitas yang menjadi subjek penelitian dalam proses pengumpulan data, analisis, hingga penerapan hasil penelitian. PAR tidak hanya berfokus pada pemahaman situasi, tetapi juga bertujuan untuk menciptakan perubahan sosial yang bermanfaat bagi partisipan yang terlibat (Rahmat & Mirnawati, 2020).

Selanjutnya dilakukan intervensi dilakukan melalui teknik sosiodrama, di mana siswa dibagi menjadi kelompok dan diberi peran sebagai pelaku atau korban *bullying* secara bergantian. Setelah sesi permainan peran, pengukuran diulang menggunakan angket yang sama untuk menilai perubahan dalam kesadaran anti-*bullying* siswa. Perbandingan antara data pre-test dan post-test akan memberikan informasi tentang efektivitas teknik sosiodrama dalam meningkatkan kesadaran anti-*bullying*.

Analisis data pengabdian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif. Data akan dibandingkan antara data sebelum dengan data sesudah dilakukannya sosiodrama. Dalam metode ini, kelompok yang sama akan dinilai sebelum dan sesudah intervensi untuk mengidentifikasi perubahan dalam variabel yang diteliti. Langkah awal melibatkan pengumpulan data awal menggunakan angket yang dirancang untuk mengukur tingkat kesadaran anti-*bullying* siswa. Selain itu, pengumpulan data juga didukung oleh observasi selama sesi sosiodrama untuk mengamati perilaku dan reaksi siswa secara langsung, yang dapat memberikan wawasan tambahan mengenai efektivitas intervensi.

Matrik perencanaan operasional (MPO) terdiri dari 11 aktivitas yakni, survey lapangan, Perizinan dengan pihak terkait, Koordinasi dan sosialisasi kegiatan, seminar "Keren Tanpa *Bullying*", Pelatihan I : Tahap Warm Up Peergroup Anti *Bullying*, Pelatihan II : Tahap Action Peergroup Anti *Bullying*, Pelatihan III : Peningkatan skil pada Peergroup Anti *Bullying*, Pelatihan IV : Brainstorming Peergroup Anti *Bullying*, Pelatihan VI: Penguatan Peergroup Anti *Bullying*, Evaluasi Dampak Program, dan Penyusunan Laporan Akhir. Matrik perencanaan operasional tersebut tersaji pada Tabel 1.

Tabel 1. Matrik Perencanaan Operasional (MPO)

Tahapan	Perencanaan Operasional		
	Kegiatan	Target Pelaksanaan	Asumsi Keberhasilan
Seminar	Seminar “Keren Tanpa <i>Bullying</i> ”	Pelaksanaan psikoedukasi dan proses awal dalam penerapan sosiodrama pada siswa	Terlaksananya pelaksanaan seminar dan screening awal kondisi peserta (Pre Test)
Pelatihan I	Warm Up Peergroup Anti <i>Bullying</i>	1. Perkenalan Program 2. Pembentukan kelompok anti <i>bullying</i> berdasarkan hasil pre test	Terbentuknya kelompok kecil yang akan menjadi peergroup anti <i>bullying</i>
Pelatihan II	Tahap Action Peergroup Anti <i>Bullying</i>	Pembentukan peran anggota dalam peergroup	Terbentuknya kesadaran peserta akan pentingnya peran dalam peergroup
Pelatihan III	Peningkatan skil pada Peergroup Anti <i>Bullying</i>	Pembentukan skill komunikasi dan konseling teman sebay	Kemampuan peserta dalam skill komunikasi dan konseling teman sebay
Pelatihan IV	Brainstormin g Peergroup Anti <i>Bullying</i>	Respon anggota peergroup terkait kesiapan program	Tanggapan positif dari para peserta anggota peergroup
Pelatihan V	Penguatan Peergroup Anti <i>Bullying</i>	Umpan balik program dan penguatan tujuan program	Umpan balik positif dari para peserta anggota peergroup
Evaluasi	Evaluasi dampak program	Evaluasi pelaksanaan program	Perubahan sikap maupun perilaku dalam anggota peergroup anti <i>bullying</i> diketahui berdasarkan hasil Pos Test

Hasil dan Pembahasan

Bullying pada dasarnya adalah masalah serius yang dapat merusak perkembangan emosional, psikologis, dan sosial siswa. Tidak hanya berdampak pada korban, tetapi juga dapat mempengaruhi pelaku dan saksi *bullying* (Supriyatno et al., 2021). Untuk itu, pendekatan yang holistik dan empatik sangat dibutuhkan dalam mengatasi masalah ini. Salah satu metode yang telah terbukti efektif adalah sosiodrama, sebuah pendekatan yang mengajak siswa untuk berperan langsung dalam situasi sosial yang mencerminkan masalah-masalah nyata, termasuk *bullying*. Melalui peran ini, siswa dapat lebih memahami konsekuensi dari tindakan mereka dan belajar bagaimana merespons dengan cara yang lebih positif.

Sosiodrama memungkinkan siswa untuk merasakan pengalaman menjadi korban, pelaku, atau bahkan saksi dari *bullying*. Dengan memainkan berbagai peran dalam situasi yang realistis, siswa dapat merasakan dampak emosional dari setiap tindakan *bullying*. Misalnya, siswa yang berperan sebagai korban bisa merasakan rasa sakit, malu, atau ketakutan yang biasanya dialami oleh mereka yang dibuli. Sebaliknya, siswa yang berperan sebagai pelaku bisa merasakan beban emosional dan moral yang muncul akibat tindakan mereka. Sosiodrama menawarkan pendekatan yang unik dan konstruktif. Meskipun ada tantangan dalam pelaksanaannya, manfaat yang ditawarkan sosiodrama menjadikannya sebagai alat yang penting untuk

pengembangan pribadi dan sosial (Azzahra & Fathoni, 2023). Melalui pengalaman langsung ini, sosiodrama menumbuhkan empati yang mendalam. Siswa yang terlibat dapat lebih memahami perasaan orang lain, baik itu korban yang menderita atau pelaku yang mungkin juga menghadapi tekanan emosional tertentu. Hal ini membuat mereka lebih peka terhadap perasaan orang lain dan lebih sadar akan konsekuensi sosial dari tindakan mereka.



Gambar 1. Pelaksanaan Seminar “Keren Tanpa Bullying”

Gambar 1 menunjukkan bahwa dilaksanakannya seminar anti *bullying* di SMP 1 Anjongan. Seminar ini dilakukan untuk memberikan pemahaman kepada peserta seminar tentang apa itu *bullying*, apa bahayanya, dan bagaimana dampaknya bagi siswa. Seminar ini dilakukan juga untuk pelaksanaan *screening* awal kondisi siswa. Hasil *screening* yang didapatkan selanjutnya dijadikan data awal untuk tahap pengabdian berikutnya.



Gambar 2. Action Peer Group Anti Bullying

Gambar 2 merupakan gambar dilakukannya action peer group anti *bullying*. Aktivitas tersebut merupakan pemberian psikoedukasi, dan konseling kelompok. Selain itu pada aktivitas tersebut dilakukan penayangan film bertema *Bullying* untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa mengenai *bullying*, kemudian diskusi mengenai isi film dan diakhiri dengan pemberian review. Setelah itu proses psikodrama dilakukan yang diperankan oleh kelompok peer group sebagai upaya mendalami peran dalam menghadapi perilaku *bullying*.



Gambar 3. Penguatan Peer Group Anti Bullying

Gambar 3 menunjukkan aktivitas kelompok peer group melakukan diskusi mengenai psikodrama yang telah dilakukan dan mengisi review. Kelompok peer group bersama fasilitator melakukan permainan “true or false” sebagai bentuk feedback mengenai pelatihan sebelumnya. Hal ini ditujukan untuk melihat kemampuan kelompok peer group dalam memahami tindakan mencegah terjadinya *bullying*.

Secara keseluruhan, hasil uji t-test ini menunjukkan adanya penurunan yang signifikan dalam skor setelah perlakuan atau intervensi tertentu. Rata-rata nilai post-test yang lebih rendah dibandingkan pre-test mengindikasikan bahwa sosiodrama memiliki efek yang nyata pada sampel yang diuji. Dimana terjadi penurunan tingkat *bullying* pada siswa berdasarkan skor yang diperoleh sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan pengabdian.

Gambar 4 menunjukkan hasil Uji T Berpasangan (*Paired Samples T-Test*) yang digunakan untuk membandingkan dua rata-rata dari satu kelompok sampel yang sama pada dua kondisi berbeda, yaitu sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) perlakuan atau intervensi sosiodrama. Tujuan dari analisis ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kondisi tersebut.

Tabel 2. Hasil *Paired Samples Statistics*

Pair	Condition	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
1	Pre	55.5250	40	3.28155	0.51886
1	Post	51.1500	40	2.41311	0.38155

Dari Tabel *Paired Samples Statistics* (Tabel 2), rata-rata nilai pada pre-test adalah 55,5250 sementara rata-rata nilai pada post-test turun menjadi 51,1500. Penurunan ini mengindikasikan adanya perubahan setelah intervensi. Tabel 3 merupakan hasil uji *t-test*.

Tabel 3. Hasil *Paired Samples Correlations*

Pair	N	Correlation	Sig. (2-tailed)
1 (Pre & Post)	40	0.262	0.103

Selanjutnya Tabel 4 yaitu *Paired Samples Correlations* menunjukkan korelasi antara nilai pre-test dan post-test sebesar 0.262. Nilai ini menunjukkan hubungan positif yang lemah antara kedua skor tersebut. Selain itu, nilai signifikansi korelasi sebesar 0.103, yang lebih besar dari 0.05, menunjukkan bahwa hubungan antara skor pre-test dan post-test tidak signifikan secara statistik. Dengan kata lain, tidak ada pola yang kuat antara skor sebelum dan sesudah perlakuan. Pada tabel *Paired Samples Test*,

perbedaan rata-rata antara pre-test dan post-test adalah 4.3750, dengan simpangan baku sebesar 3.52782. Interval kepercayaan 95% untuk perbedaan rata-rata ini berada di antara 3.24675 hingga 5.50325. Ini berarti bahwa kita dapat yakin dengan tingkat kepercayaan 95% bahwa perbedaan rata-rata antara pre-test dan post-test berkisar di interval tersebut. Nilai t yang dihasilkan dari uji ini adalah 7.843 dengan derajat kebebasan (df) sebesar 39.

Tabel 4. Hasil Paired Samples Test

Pair	Mean Difference	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval (Lower)	95% Confidence Interval (Upper)	t-value	df	Sig. (2-tailed)
1 (Pre - Post)	4.37500	3.52782	0.55780	3.24675	5.50325	7.843	39	0.000

Nilai signifikansi dua arah (Sig. 2-tailed) dari uji t adalah 0.000, yang jauh lebih kecil dari batas signifikansi 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan rata-rata antara skor pre-test dan post-test adalah signifikan secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil ini bukan disebabkan oleh kebetulan semata, melainkan ada pengaruh nyata dari perlakuan atau intervensi yang diberikan dimana terjadi penurunan dalam skor *bullying* pada siswa setelah mengikuti kegiatan ini.

Secara keseluruhan, hasil perubahan menunjukkan adanya penurunan yang signifikan dalam skor setelah perlakuan atau intervensi tertentu. Rata-rata nilai post-test yang lebih rendah dibandingkan pre-test mengindikasikan bahwa sosiodrama memiliki efek yang nyata pada sampel yang diuji. Dimana terjadi penurunan tingkat *bullying* pada siswa berdasarkan skor yang diperoleh sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan pengabdian.

Hal ini sesuai dengan kajian yang dilakukan oleh Astria (2023) yang berjudul "Meningkatkan Kesadaran Anti-Bullying Melalui Teknik Sosiodrama" yang dilakukan pada tahun 2023. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kesadaran anti-*bullying* di kalangan siswa di MTs N 1 Pangandaran. Pendekatan yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK) dengan melibatkan 32 siswa dari kelas IX G sebagai sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam kesadaran anti-*bullying* siswa setelah mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, di mana persentase siswa dengan kesadaran tinggi meningkat dari 37% menjadi 66%, menandakan efektivitas metode ini dalam mengatasi masalah *bullying* di sekolah.

Penelitian yang dilakukan oleh Sembiring dan Hasibuan (2023) berjudul "The Effectiveness of Sociodrama Techniques as an Effort to Overcome Bullying Behavior" bertujuan untuk menguji keefektifan teknik sosiodrama dalam mengatasi perilaku *bullying* siswa kelas XII di SMA Negeri 4 Tebing Tinggi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel sebanyak 16 siswa dengan 2 kelompok. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji t dua sampel berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari teknik sosiodrama terhadap pengurangan perilaku *bullying*.

Selain itu, sosiodrama juga mengajarkan keterampilan sosial yang penting, seperti komunikasi yang efektif, penyelesaian konflik, dan kerja sama. Siswa yang terlibat dalam kegiatan ini belajar untuk menyelesaikan masalah dengan cara yang lebih konstruktif dan penuh empati, yang pada gilirannya dapat mengurangi kemungkinan terjadinya kekerasan atau

perundungan di masa depan. Dengan adanya sosiodrama, sekolah dapat menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan aman, di mana setiap siswa merasa dihargai dan diterima. Pendekatan ini memberikan kesempatan untuk membangun kesadaran bersama tentang pentingnya menciptakan budaya saling menghormati dan memperlakukan sesama dengan baik. Melalui proses ini, sosiodrama menjadi alat yang sangat berharga dalam upaya mengurangi dan mengatasi masalah *bullying* di sekolah.

Hal senada juga dapat dilihat pada penelitian Handoko dkk (2024). Hasil dari penelitian ini adalah untuk mengurangi perilaku *bullying* verbal siswa kelas VIII di SMPN 1 Glenmore dengan menggunakan teknik sosiodrama. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain pre-experimental, khususnya one-group pre-test post-test design. Sampel penelitian terdiri dari 7 siswa yang memiliki skor tinggi dalam perilaku *bullying* verbal. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji Wilcoxon dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik sosiodrama efektif dalam mengurangi perilaku *bullying* verbal setelah perlakuan.

Dalam sesi diskusi, siswa diberi kesempatan untuk mengungkapkan perasaan mereka tentang situasi yang diperankan. Siswa yang berperan sebagai korban mungkin berbicara tentang bagaimana mereka merasa tidak berdaya, sedangkan siswa yang berperan sebagai pelaku bisa merefleksikan mengapa mereka melakukan tindakan tersebut. Refleksi ini membantu siswa memahami dinamika *bullying* secara lebih menyeluruh. Melalui sosiodrama, siswa juga belajar untuk mengidentifikasi tanda-tanda *bullying* di sekitar mereka. Mereka menjadi lebih peka terhadap situasi yang dapat menyebabkan *bullying* dan belajar bagaimana mengambil tindakan yang tepat untuk mencegahnya. Hal ini sangat penting untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan inklusif. Penggunaan sosiodrama sebagai metode pembelajaran juga membantu mengembangkan keterampilan komunikasi siswa. Mereka belajar bagaimana menyampaikan perasaan dan pendapat mereka dengan cara yang konstruktif. Keterampilan ini sangat berguna untuk membangun hubungan yang sehat dengan teman sebaya. Selain itu, sosiodrama mendorong siswa untuk berpikir kritis dan mencari solusi terhadap masalah sosial seperti *bullying*. Dalam diskusi pasca-drama, siswa sering diminta untuk mengusulkan langkah-langkah yang dapat diambil untuk mencegah *bullying*. Ini melatih mereka untuk menjadi pemecah masalah yang aktif dan bertanggung jawab.

Dalam tahapan evaluasi yang dilakukan dengan memberikan beberapa tugas kepada peserta, dapat dilihat perubahan perilaku terutama dalam memberikan jawaban negative terkait pendapat mereka terhadap perilaku *bullying*, dengan alasan bahwa *bullying* adalah perilaku yang dapat merugikan baik bagi korban ataupun pelaku itu sendiri. *Bullying* dapat menyebabkan trauma, rasa malu, dan ketidakpercayaan diri pada korban. Selain itu, *bullying* adalah bentuk kekerasan yang tidak seharusnya dicontoh. Namun, ada juga beberapa siswa yang mengungkapkan pandangan berbeda, mengatakan bahwa meskipun perilaku *bullying* itu negatif, jika pelaku menyadari kesalahannya, mereka dapat belajar bertanggung jawab atas perbuatan mereka. Beberapa siswa berpendapat bahwa pelaku *bullying* yang akhirnya menyadari kesalahan mereka bisa memperoleh pelajaran berharga tentang empati dan sikap yang lebih baik terhadap orang lain. Secara keseluruhan hasil evaluasi ini, terlihat bahwa siswa-siswa lebih banyak memberikan jawaban yang menekankan pentingnya empati, introspeksi, dan

kesadaran akan dampak buruk dari *bullying*, baik bagi pelaku maupun korban.

Simpulan dan Tindak Lanjut

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran anti *bullying* melalui peer group teknik sosiodrama pada siswa di SMPN 1 Anjongan. Pengabdian ini telah berhasil dilakukan karena adanya perubahan sikap jika dibandingkan antara sebelum dilakukannya pengabdian dan setelah dilakukannya pengabdian.

Pengaruh sosiodrama dalam mengatasi *bullying* di sekolah sangat signifikan. Pertama, metode ini dapat membantu mengubah persepsi siswa terhadap *bullying*. Dengan berperan sebagai korban, pelaku, atau saksi dalam sebuah skenario yang dirancang, siswa lebih mudah merasakan emosi yang terkait dengan situasi tersebut. Hal ini dapat menumbuhkan empati yang lebih besar, terutama di antara pelaku *bullying* yang mungkin tidak menyadari dampak negatif dari perilaku mereka. Kedua, sosiodrama membantu membuka dialog antara siswa mengenai perasaan dan pengalaman mereka terkait *bullying*. Diskusi yang muncul setelah sesi sosiodrama memberikan kesempatan bagi siswa untuk berbagi pandangan dan perasaan, yang sering kali tersembunyi dalam kehidupan sehari-hari mereka. Ini menciptakan kesadaran kolektif di antara siswa mengenai pentingnya menghormati perbedaan dan mencegah perilaku *bullying*.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kepada pihak Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 01 Anjongan yang telah mendukung terselenggaranya program pengabdian ini. Program ini diharapkan juga dapat dilaksanakan secara berkelanjutan sesuai dengan tujuan Bersama yaitu tercapainya Zero *Bullying* di lingkungan sekolah.

Daftar Pustaka

- Astria, T. (2023). Peningkatan Kesadaran Anti-Bullying Melalui Teknik Sosiodrama Pada Siswa. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 2023(2), 615–632. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7584815>
- Azzahra, A. L., & Fathoni, A. (2023). Application of the Sociodrama Learning Model to Optimize Collaboration in Civics Learning. *Journal of Educational Research and Evaluation*, 7(1), 10–16. <https://doi.org/10.23887/jere.v7i1.55513>
- Blatner, A. (1997). Psychodrama: The State of the Art. *The Art In Psychotherapy*, 24(1), 23–30.
- Dahlia, B., Azzahra, D., Azzahra, A. R., Dewi, S. P., Gunawan, F. A., & Abdillah, R. (2025). Luka Batin Tak Terlihat: Dampak Bullying pada Kesehatan Psikologis Siswa. *Vitalitas Medis: Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(1), 185–198. <https://doi.org/10.62383/vimed.v2i1.1182>
- Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2003). Research on School Bullying and Victimization: What Have We Learned and Where Do We Go From Here ?. *School Psychology Review*, 32(3), 365–383. <https://doi.org/10.1080/02796015.2003.12086206>
- Handoko, A. D., Rahmawati, W. K., & Mawaddati, I. R. (2024). Keefektifan Teknik Sosiodrama Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Verbal Kelas VIII di SMP Negeri 1 Glenmore. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 11(1), 59–66.

- <https://doi.org/10.29407/nor.v1i1.22398>
- Holt, M., Kantor, G. K., & Finkelhor, D. (2009). Parent/Child Concordance about Bullying Involvement and Family Characteristics Related to Bullying and Peer Victimization Parent/Child Concordance about Bullying Involvement and Family. *Journal of School Violence*, 8(1), 42–63. <https://doi.org/10.1080/15388220802067813>
- Kowalski, R., Giumetti, G., Schroeder, A., & Lattanner, M. (2014). Bullying in the Digital Age: A Critical Review and Meta-Analysis of Cyberbullying Research Among Youth. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1073–1137. <https://doi.org/10.1037/a0035618>
- Moreno, J. L. (1953). *Who Shall Survive? Foundations of Sociometry, Group Psychotherapy and Socio-Drama (2nd ed.)*. Beacon, NY: Beacon House.
- Noya, I., Tahihuttu, J., & Kiriwenno, E. (2024). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Bullying Pada Remaja. *Humanlight Journal of Psychology*, 5(1), 1–16.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Pratama, Y., Razzaq, A., & Merianti, L. (2024). Peran Konseling Kelompok dengan Teknik Sociodrama dalam Mengatasi Perilaku Prosocial pada Remaja di Kelurahan 8 Ilir Palembang. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling*, 2(2), 662–669. <https://doi.org/10.47233/jpdsk.v2i2.1464> ISSNx:
- Rahmat, A., & Mirnawati, M. (2020). Model Participation Action Research Dalam Pemberdayaan Masyarakat. *AKSARA: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 6(1), 62–71.
- Rigby, K. (2002). *New Perspectives on Bullying*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence (Seventeenth)*. New York: McGraw-Hill Education.
- Sembiring, A. P. D., & Hasibuan, A. D. (2023). The Effectiveness Of Sociodrama Techniques As An Effort To Overcome Bullying Behavior. *Al-Tazkiah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 12(1), 1–14. <https://doi.org/10.20414/altazkiah.v12i1.7016>
- Smith, P. K., & Brain, P. (2000). Bullying in Schools: Lessons From Two Decades of Research. *Aggressive Behavior*, 26, 1–9. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-2337\(2000\)26](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-2337(2000)26)
- Supriyatno, Tafiati, H., Syaifuddin, M. ., Sukesu, D. A., Sumarsono, Bachtiar, G., Widiastuti, E., Widjiningsih, R., Rahma, A. N., & Arlym, R. U. (2021). *Stop Perundungan/Bullying Yuk*. Jakarta: Direktorat Sekolah Dasar Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Swearer, S. M., Espelage, D. L., Vaillancourt, T., & Hymel, S. (2010). What can be done about school bullying? Linking research to educational practice. *Educational researcher*, 39(1), 38–47.
- Zerinah, N. (2024). Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi Siswa. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Menengah (Dikdasmen)*, 4(2), 77–81.