

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK
TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK MENINGKATKAN
RESILIENSI MENGHADAPI *BULLYING* SISWA
KELAS VIII MTs NURUL UMMAH KOTAGEDE
YOGYAKARTA**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam
Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana**

Disusun Oleh:

**Arinal Nurkhoirunnisa
NIM 22102020030**

Dosen Pembimbing:

**Nailul Falah, S.Ag., M.Si.
NIP 19721001 199803 1 003**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2025**

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-96/Un.02/DD/PP.00.9/01/2026

Tugas Akhir dengan judul : EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK SOSIODRAMA UNTUK
MENINGKATKAN RESILIENSI MENGHADAPI BULLYING SISWA KELAS VIII
MTs NURUL UMMAH KOTAGEDE YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ARINAL NURKHOIRUNNISA
Nomor Induk Mahasiswa : 22102020030
Telah diujikan pada : Kamis, 04 Desember 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Valid ID: 6968 44591 9459

Ketua Sidang

Naihl Falah, S.Ag, M.Si
SIGNED



Valid ID: 69 694a31d4d48

Penguji I

Nur Fitriyani Hardi, M.Psi.
SIGNED



Valid ID: 69 38c54a64da

Penguji II

Arya Fendha Ibnu Shina, M.Si.
SIGNED



Valid ID: 69 685c754d203

Yogyakarta, 04 Desember 2025

UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Anif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S.
SIGNED

PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Arinal Nurkhourunnisa
NIM : 22102020030
Judul Skripsi :Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Resiliensi Menghadapi *Bullying* Siswa Kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta

Sudah dapat diajukan kepada Jurusan/Program Studi Bimbingan Konseling dan Islam (BKTI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Ketua Prodi,

Zaeen Musyrihin, M. Pd. I.
NIP 19900428 000000 1 301

Yogyakarta, 24 November 2025

Mengetahui:
Pembimbing,

Nailul Falah, S.Ag., M.Si
NIP 19721001 199803 1 003

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Arinal Nurkhoirunnisa
NIM : 22102020030
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Resiliensi Menghadapi *Bullying* Siswa Kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Yogyakarta, 24 November 2025

Yang menyatakan,



Arinal Nurkhoirunnisa

NIM 22102020030

HALAMAN PERSEMBAHAN

“Skripsi ini penulis persembahkan untuk Ibu tercinta, atas kasih sayang, pengorbanan tanpa henti yang menjadi sumber kekuatan dalam setiap langkah penulis. Untuk Alm. Bapak yang semenjak kecil secara tidak langsung mengajarkan penulis untuk menjadi wanita kuat.”

MOTTO

“Resilience is not what happens to you. It’s how you react to, respond to, and recover from what happens to you.”¹

Jeffrey Gitomer

¹ Greetings Ideas, “100 Inspiring Resilience Quotes For Mental Strength,” Greeting Ideas, accessed November 21, 2025, <https://greetingideas.com/famous-resilience-quotes/>.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT. yang telah melimpahkan Rahmat, Taufiq, serta Hidayah-NYA, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Resiliensi Menghadapi *Bullying* Siswa Kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta” dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Proses penyusunan skripsi ini bukanlah hal yang mudah. Banyak tantangan, keterbatasan, dan dinamika yang penulis alami selama pelaksanaan penelitian hingga penyusunan skripsi. Namun, berkat izin Allah SWT serta dukungan dari berbagai pihak, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi, M.A., M.Phil., Ph.D. selaku rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Zaen Musyrifin, S.Sos.I., M.Pd.I. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

4. Abah Nailul Falah, S.Ag., M.Si. selaku Pembimbing Skripsi yang telah memberikan motivasi, arahan, kritik, dan saran sehingga skripsi dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ibu Nur Fitriyani Hardi, M.Psi. dan Ibu Arya Fendha Ibnu Shina, M.Si. selaku penguji yang telah memberikan masukan, kritik, dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
6. Bapak Anggi Jatmiko, M.A. selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan motivasi dan dorongan untuk menyelesaikan studi dengan sebaik-baiknya.
7. Bapak A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si. selaku validator instrumen penelitian skripsi ini.
8. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam yang telah membimbing, memberikan ilmu pengetahuan, wawasan, dan pengalaman berharga selama proses perkuliahan sehingga penulis dapat memiliki landasan teoritis dan keterampilan praktis dalam menyusun serta melaksanakan penelitian ini.
9. Seluruh staf akademik dan administrasi yang dengan ramah, sigap, dan penuh pelayanan membantu kelancaran proses pengurusan administrasi dari awal hingga akhir penelitian.
10. Bapak Ainun Najib, S.Hum. selaku kepala Madrasah MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian skripsi ini serta kepada Zakifaha Izzul Haq yang telah

merekomendasikan dan menghubungkan penulis kepada pihak madrasah hingga penulis dapat memperoleh lokasi penelitian.

11. Bapak Ahsan Fikri, S.Pd. selaku Guru BK MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta yang telah membantu penulis dalam proses penelitian di lapangan.
12. Adik-adik kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta khususnya pada subjek penelitian yang telah berpartisipasi dengan penuh antusias, kerja sama, dan keterbukaan selama proses penelitian sehingga penulis dapat memperoleh data untuk penyusunan skripsi ini.
13. Mba Attin, Mba Ummu, Aisyah, Mas Dika serta keluarga besar penulis yang turut memberikan doa, motivasi, serta bantuan moral maupun material selama proses perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
14. Sahabat tercinta penulis yaitu Pipit Cahyarini Khalil, Adzkia Rahma Yusinta, Zulvita Humaira Wardhana, Avi Kusniatul Jannah, Destiana Dwi Amalia, Andini Wisdayanti Putri Syaifuddin, dan Ira Triana yang selalu hadir memberikan dukungan, semangat, dan keceriaan serta kesediaan mendengarkan keluh kesah penulis selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
15. Teman-teman Klinik Konseling Islam Angkatan 2020, 2021, 2022, 2023, dan 2024 yang telah menjadi bagian dalam proses perjalanan akademik penulis terutama dalam mengembangkan kompetensi di bidang Bimbingan dan Konseling Islam.
16. Teman-teman UKM *Excellent Academic Community* terkhusus *partner* kepengurusan yaitu Siti Aisatul Khumairah, Dwi Amalia Putri, Rifka Anindya,

Izad Tiara Najah Putri, Aufal Haq, Mas Heru Prasetyo, dan Mas Yaska yang telah mengajarkan penulis mengenai kerja sama, tanggung jawab, serta manajemen waktu.

17. Tim lomba dan tim kepenulisan yaitu Mba Izzah Nur Laili, Rifki Ahmad Fahrezi, Eris Karisa Susanti, Adib Az-Zuhdi, Diaz Habibie, Shofia Rahmadhani, dan Mas Febri Aldiyanto yang telah menjadi *partner* berdiskusi, berproses, dan bertumbuh dalam berbagai perlombaan dan proyek penulisan.
18. Teman-teman KKN Kelompok 115 Dusun Gading, Giritirto yaitu Akhmad Ilma Rofiuddin, Naufara Joanita Windari, Windiannisa Diah Umikulsum, Fahma Nurmasari, Diana Erlan, Ifan Maulana Ali, Muhammad Yusuf, dan Wahyu Alif Nursalim serta keluarga besar Padukuhan Gading yang telah menjadi rumah kedua bagi penulis dan yang telah memberikan kenyamanan dan pengalaman selama pengabdian masyarakat.
19. Teman-teman PPL BKI di MAN 2 Sleman yaitu Dhefis Putrie Septiyanie, Rahardian Yudi Harsono, dan Muhammad Akbar Nugroho serta teman-teman PLP Tarbiyah yang telah memberikan pelajaran dan pengalaman berharga selama masa PPL di MAN 2 Sleman.
20. Teman-teman kerja Konter AB Cell yaitu mba Indah, mba Oliv, mba Sani, Zakiyah, Amira, dan Lala yang telah memberikan pengalaman berharga di dunia kerja serta dukungan dan kehangatan yang menjadi sumber semangat bagi penulis selama proses penyusunan skripsi ini.

21. Teman-teman seperjuangan BKI Angkatan 2022 yang telah menjadi rekan belajar, bertukar gagasan, saling memotivasi, dan saling menguatkan selama perkuliahan.
22. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu namun telah memberikan bantuan, dukungan, doa, dan kontribusi dalam bentuk apa pun selama perkuliahan maupun selama penelitian dan penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan karya ilmiah ini di masa mendatang. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam.

Yogyakarta, 24 November 2025
Penulis,

Arinal Nurkhoirunnisa
2210202030

ABSTRAK

Arinal Nurkhoirunnisa (22102020030), Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Resiliensi Menghadapi *Bullying* Siswa Kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2025.

Bullying merupakan permasalahan yang masih sering terjadi di lingkungan sekolah dan dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kondisi psikologis siswa, seperti kecemasan, rendahnya kepercayaan diri, serta kesulitan dalam beradaptasi sosial. Salah satu kemampuan penting yang diperlukan siswa untuk menghadapi kondisi tersebut adalah resiliensi yaitu kemampuan untuk bertahan, bangkit, dan menyesuaikan diri secara positif ketika menghadapi tekanan atau pengalaman negatif. Oleh karena itu, diperlukan layanan bimbingan dan konseling yang tepat untuk membantu siswa meningkatkan kemampuan resiliensi dalam menghadapi *bullying*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi siswa menghadapi *bullying* di MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-eksperimental tipe one group pretest-posttest design*. Subjek penelitian berjumlah 9 siswa kelas VIII yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu siswa yang memiliki tingkat resiliensi pada kategori sangat rendah dan rendah. Instrumen pengumpulan data berupa skala resiliensi menghadapi *bullying* yang disusun berdasarkan aspek-aspek resiliensi menurut Connor dan Davidson. Data penelitian dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan bantuan program *IBM SPSS for Windows*. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,008 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor resiliensi siswa pada saat *pretest* dan *posttest*, yang menandakan adanya peningkatan resiliensi siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa menghadapi *bullying* siswa kelas VIII di MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama sebagai salah satu strategi untuk membantu siswa menjadi lebih tangguh, adaptif, dan mampu menghadapi tekanan sosial, khususnya perilaku *bullying* di lingkungan sekolah.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok, Teknik Sosiodrama, Resiliensi, *Bullying*.

ABSTRACT

Arinal Nurkhoirumnisa (22102020030), *The Effectiveness of Group Guidance Using Sociodrama Techniques to Improve the Resilience of Eighth-Grade Students in Facing Bullying at MTs Nurul Ummah Kotagede, Yogyakarta. Thesis. Yogyakarta: Faculty of Da'wah and Communication. Sunan Kalijaga State Islamic University Yogyakarta. 2025.*

Bullying remains a frequent problem in school environments and can have negative impacts on students' psychological conditions, such as anxiety, low self-confidence, and difficulties in social adjustment. One important ability needed by students to cope with such conditions is resilience, namely the ability to endure, recover, and adapt positively when facing pressure or negative experiences. Therefore, appropriate guidance and counseling services are needed to help students enhance their resilience in dealing with bullying. This study aimed to determine the effectiveness of group guidance services using the sociodrama technique in improving students' resilience in facing bullying at MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta. The research employed a quantitative approach with a pre-experimental one-group pretest-posttest design. The research subjects consisted of nine eighth-grade students selected through purposive sampling, namely students who had very low and low levels of resilience. The data collection instrument was a resilience scale in dealing with bullying, developed based on the resilience aspects proposed by Connor and Davidson. The data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test with the assistance of IBM SPSS for Windows. The results showed that the Asymp. Sig. (2-tailed) value was 0.008 ($p < 0.05$). These results indicate a significant difference between students' resilience scores in the pretest and posttest, which signifies an increase in students' resilience after receiving group guidance services using the sociodrama technique. Therefore, the hypothesis proposed in this study was accepted. Based on these findings, it can be concluded that group guidance using the sociodrama technique is effective in improving the resilience of eighth-grade students in dealing with bullying at MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta. Group guidance services using the sociodrama technique can serve as a strategy to help students become more resilient, adaptive, and capable of coping with social pressures, particularly bullying behavior in the school environment.

Keywords: *Group Guidance, Sociodrama Technique, Resilience, Bullying.*

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	xi
<i>ABSTRACT</i>	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Kajian Pustaka	8
F. Sistematika Pembahasan	13
BAB II.....	15
KAJIAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR	15
A. Kajian Teori.....	15
1. Tinjauan tentang Resiliensi Menghadapi Bullying	15
2. Tinjauan tentang Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama	28
B. Dinamika Hubungan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama dan Resiliensi Menghadapi Bullying.....	36
C. Hipotesis Penelitian	40
BAB III	41
METODE PENELITIAN.....	41

A. Jenis Penelitian.....	41
B. Populasi dan Sampel	42
1. Populasi Penelitian	42
2. Sampel Penelitian	43
C. Definisi Konseptual dan Operasional	44
1. Resiliensi menghadapi <i>Bullying</i>	44
2. Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama	45
D. Metode Pengumpulan Data	46
1. Skala Resiliensi Menghadapi <i>Bullying</i>	46
2. Dokumentasi	47
E. Modul Bimbingan Kelompok	48
F. Validitas dan Reliabilitas.....	49
1. Uji Validitas.....	49
2. Uji Reliabilitas	51
G. Metode Analisis Data	52
BAB IV	53
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
A. Deskripsi Data.....	53
B. Hasil Analisis Data.....	64
C. Pembahasan.....	66
BAB V.....	74
PENUTUP	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran	74
C. Keterbatasan Penelitian.....	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	82
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	147

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Desain Penelitian <i>Pre-eksperimental</i>	42
Tabel 2. Jumlah Populasi.....	43
Tabel 3. Data Subjek Penelitian.	44
Tabel 4. Blue Print Skala Resiliensi Menghadapi <i>Bullying</i>	47
Tabel 5. Jawaban dan Skor Aitem Skala Resiliensi Menghadapi <i>Bullying</i>	47
Tabel 6. Aitem Skala Resiliensi Menghadapi <i>Bullying</i> yang Gugur.	50
Tabel 7. <i>Blue Print</i> Skala Resiliensi Menghadapi <i>Bullying</i> Setelah Uji Validitas.	51
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas Aitem.	52
Tabel 9. Pengkategorian Data.	54
Tabel 10. Distribusi Resiliensi Menghadapi <i>Bullying</i>	54
Tabel 11. Hasil <i>Pretest</i> Resiliensi Menghadapi <i>Bullying</i> Siswa.....	56
Tabel 12. Hasil <i>Posttest</i> Resiliensi menghadapi <i>Bullying</i> Siswa.	60
Tabel 13. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Resiliensi Menghadapi <i>Bullying</i> Siswa.	61
Tabel 14. Hasil Standar Deviasi.	63
Tabel 15. Hasil Uji Hipotesis <i>Wilcoxon Signed Rank</i>	65
Tabel 16. Hasil Observasi Intervensi.	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berfikir Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Menghadapi <i>Bullying</i>	39
Gambar 2. Diagram Distribusi Resiliensi Menghadapi <i>Bullying</i>	55
Gambar 3. Diagram Batang Perbandingan Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	62
Gambar 4. Kurva Pengambilan Keputusan.....	65
Gambar 5. Diagram Rata-Rata Skor <i>Pretest-Posttest</i>	71

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan salah satu masa kehidupan yang sangat penting.² Masa remaja berada pada usia antara 15-18 tahun.³ Masa remaja menjadi suatu periode yang krusial, hal ini dikarenakan masa remaja adalah transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Transisi ini menjadikan remaja dalam fase pencarian identitas sehingga para remaja akan selalu ingin mencoba hal yang baru.⁴ Pada masa ini, mereka cenderung mencari jati diri dan mulai mengeksplorasi berbagai aspek kehidupan, baik itu dalam hubungan sosial, minat, maupun pandangan hidup. Oleh karena itu, dukungan dari orang tua dan lingkungan sekitar sangat penting untuk memastikan perkembangan yang sehat dan positif selama masa ini.

Masa remaja seringkali diwarnai dengan berbagai tantangan, salah satunya adalah masalah mental yang tidak stabil. Banyak studi yang menunjukkan bahwa remaja sangat rentan mengalami gangguan mental, salah satunya akibat dari perilaku *bullying*. Perilaku *bullying* memiliki dampak negatif bagi korban, mulai dari rasa takut, stres, hingga depresi yang mendalam. Jika dibiarkan berlarut-larut, dampaknya bisa sangat fatal, bahkan dapat merenggut nyawa.⁵ *Bullying* banyak

² K., Kumalasari, E., & Kunci, K. (2023). *Ervina Kumalasari Melambung Lebih Tinggi: Edukasi Resiliensi untuk Mengatasi Perundungan pada Siswa SMA Kristen Terang*. 4, hlm 4953–4959.

³ Fatmawaty, R. (2017). “Memahami Psikologi Remaja”. *Jurnal Reforma*, 2(1).

⁴ Widiawati, S., Indah Susanthi, N., Chairuddin, I., & Author, C. (2024). “*Bullying Awareness: Memahami dan Mengidentifikasi Tanda-Tanda Bullying Pada Siswa SMAN 21 Jakarta*”. 2(1).

⁵ *Ibid.*

ditemukan di lingkungan sekolah baik di Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, dan di Sekolah Menengah Atas. Satu contoh kasus terjadinya *bullying* di lingkungan sekolah yaitu di Sekolah Menengah Atas di Depok pada bulan Agustus tahun 2023 lalu, seorang siswa menjadi korban pemaksaan dan pemukulan yang direkam di toilet sekolah. Dalam video tersebut, korban tampak hanya diam, yang menunjukkan betapa dalamnya dampak psikologis yang dialami.⁶ Kejadian semacam ini seharusnya menjadi perhatian serius bagi pihak sekolah, orang tua, dan masyarakat untuk menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi para remaja.

Berdasarkan data yang dirilis oleh Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) dalam rentang Januari hingga September 2023, tercatat ada 23 kasus *bullying*, dimana 50% dari kasus tersebut terjadi pada tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP).⁷ Dalam Pasal 28B Ayat 2 UUD 1945 berbunyi, "Menyatakan bahwa setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh, dan berkembang, serta berhak atas perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi", perilaku *bullying* bertentangan dengan konstitusi yang tertulis tersebut.⁸ Dari data-data kasus ini, terdapat permasalahan yang serius yang perlu untuk diselesaikan. *Bullying* adalah perilaku menggangguk yang mengganggu orang yang lemah yang menyakiti lewat aksi yang dapat menyebabkan seseorang mengalami penderitaan, aksi *bullying* dapat

⁶ Puspita, D. (2023). "Viral Siswa SMA Depok Di-bully di Toilet Sekolah, Polisi Selidiki".

⁷ Rosa, N. (2023, October 3). "Data Kasus *Bullying* di Sekolah, FSGI: 50% di Jenjang SMP". *DetikEdu*.

⁸ Azizah Rahman, S., Rahman Hakim, A., Rifky Fauzan, M., Maharani, K.(tt). *Pendidikan Karakter Siswa Kelas 7 SMP Daarut Tauhid dalam Upaya Mencegah Kasus Bullying*.

dilakukan individu maupun kelompok.⁹ Bentuk-bentuk *bullying* di kalangan siswa bermacam-macam, diantaranya adalah saling dorong hingga korbannya terjatuh, saling mengolok dan mengejek siswa lain yang ejekannya bersifat menghina, mengucilkan, mengabaikan bahkan membentuk kelompok atau geng yang ditakuti¹⁰ dan juga bentuk pemukulan.¹¹

Bullying memiliki dampak yang cukup serius bagi para korbannya, yaitu dapat mengganggu fisik, psikologis dan sosial korban yang mengarah pada perilaku yang berisiko, kecemasan, depresi, tingkat pencapaian akademik yang lebih rendah, keinginan untuk bunuh diri, melukai diri sendiri, dan penyalahgunaan narkoba. Dalam kasus *bullying* biasanya diantara korban dan pelaku terdapat perbedaan *power* dan cenderung imbalance sehingga korban tidak memiliki kekuatan untuk melawan ataupun melaporkan diri.¹² Berdasarkan hal tersebut, lemahnya korban dalam hal kekuatan diri disebabkan oleh tingkat resiliensi diri yang rendah. Sejalan dengan penelitian oleh Haduja dan Patchin menyatakan bahwa siswa dengan tingkat resiliensi yang rendah lebih besar kemungkinannya untuk melaporkan bahwa dirinya telah dirundung. Dalam penelitian yang lain, menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi individu, maka semakin besar perlindungan terhadap

⁹ Rizqi Ayuwandari, K., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2023). "Perilaku *Bullying* pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP): Menguji peran dukungan sosial dan perilaku asertif". *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), hlm 146–154.

¹⁰ Dian Syafitri, R., Djambek Bukittinggi, D., Smpn, U., & Payakumbuh, K. (tt). "Peran Guru BK dalam Mengatasi Perilaku *Bullying* di UPTD SMPN 1 Kec. Payakumbuh".

¹¹ Karningsih, E., & Sumantri, O. (2023). "Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku *Bullying* Pada Siswa Smp Negeri 2 Bukittinggi". *Educatioanl Journal: General and Specific Research*, hlm. 780–790.

¹² K., Kumalasari, E., & Kunci, K. (2023). "Edukasi Resiliensi untuk Mengatasi Perundungan pada Siswa SMA Kristen".

depresi bagi korban *bullying*.¹³ Sehingga dalam rangka mencegah dan mengatasi permasalahan *bullying* atau perundungan meningkatnya resiliensi dalam menghadapi *bullying* perlu untuk diperhatikan lebih lanjut.

Distingsi yang dibangun pada penelitian ini yaitu adanya analisis sejauh mana keefektifan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Teknik sosiodrama dalam teori behavioral merupakan perilaku yang terbentuk akibat dari stimulus adanya interaksi sosial antara konselor dengan konseli yang disebut dengan *operant conditioning* yang menimbulkan terjadinya dinamika perilaku konseli ke arah yang lebih baik daripada perilaku sebelumnya.¹⁴ Teknik sosiodrama ini digunakan untuk memberikan pemahaman dan penghayatan kepada konseli mengenai masalah yang dihadapi.¹⁵

Konselor dapat menggunakan teknik sosiodrama untuk memberikan layanan bimbingan kelompok yang bertujuan meningkatkan resiliensi siswa dalam menghadapi *bullying*. Sosiodrama adalah sebuah metode interaktif dimana siswa dapat berpartisipasi dalam skenario yang disimulasikan, yang memungkinkan mereka untuk berperan dan merasakan pengalaman dalam menghadapi *bullying*. Melalui pendekatan ini, siswa dapat belajar cara mengelola emosi dan mengembangkan ketahanan mental dalam situasi yang sulit.

¹³ Lin, L.-Y., Chien, Y.-N., Chen, Y.-H., Wu, C.-Y., & Chiou, H.-Y. (2022). *Bullying Experiences, Depression, and the Moderating Role of Resilience Among Adolescents*. *Frontiers in Public Health*, hlm. 10.

¹⁴ Sigit, S. (2012). "Pendekatan Behavioral Dalam Konseling". *Paradigma*, hlm. 1–12.

¹⁵ Lestari, A. W. (2023). "Peningkatan Keterampilan Berbicara Dalam Mata Pelajaran Bahasa Jawa Melalui Metode Sosiodrama Siswa Kelas VI MI Ash-Sholatiyyah Kecamatan Lase". *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(2), hlm. 207–2013.

Penggunaan teknik sosiodrama terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku *bullying* siswa¹⁶, hal ini dibuktikan dengan adanya penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh signifikan teknik sosiodrama dalam mengatasi perilaku *bullying* pada siswa kelas VII-5 Negeri 4 Tebing Tinggi. Dalam penelitian lain, dihasilkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa.¹⁷ Berdasarkan dua penelitian tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi menghadapi *bullying* siswa kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta”.

Selain itu, teknik sosiodrama dalam penelitian ini tidak diarahkan untuk menurunkan perilaku *bullying* secara langsung, karena proses perubahan perilaku memerlukan pendekatan yang komprehensif dan berfokus pada aspek kognitif, afektif, serta faktor lingkungan yang memengaruhi pelaku. Penanganan pelaku *bullying* biasanya membutuhkan intervensi berupa konseling individu, pendekatan perilaku, dan kolaborasi dengan pihak sekolah serta orang tua. Adapun sosiodrama lebih menekankan pemahaman peran dan peningkatan sensitivitas sosial melalui pengalaman bermain peran, sehingga lebih tepat digunakan untuk mengembangkan ketahanan psikologis (resiliensi) siswa ketika menghadapi situasi *bullying*. Dengan demikian, fokus penelitian ini diarahkan pada peningkatan resiliensi siswa, bukan modifikasi perilaku pelaku bullying.

¹⁶ M Najibulloh Faozi, Mungin Eddy Wibowo, and Kusnarto Kurniawan, “Meningkatkan Resiliensi Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama,” vol. 2, 2020.

¹⁷ *Ibid.*

Judul "Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Resiliensi Menghadapi *Bullying* siswa kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta" dipilih dikarenakan *bullying* merupakan masalah yang dapat mempengaruhi perkembangan psikologis siswa dan berdampak pada kesejahteraan mereka, baik di sekolah maupun dalam kehidupan sosial mereka. Teknik sociodrama dipilih karena pendekatan ini memberi siswa kesempatan untuk memahami dan merasakan langsung perasaan yang muncul akibat *bullying*, yang membantu mereka mengembangkan ketahanan emosional. Penelitian ini dilakukan di MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas bimbingan kelompok teknik sociodrama untuk meningkatkan resiliensi siswa terhadap *bullying*. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan rekomendasi praktis bagi konselor dan pendidik dalam menghadapi masalah *bullying* di sekolah.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan adalah “apakah bimbingan kelompok teknik sociodrama efektif untuk meningkatkan resiliensi dalam menghadapi *Bullying* siswa kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta?”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan efektivitas bimbingan kelompok teknik sociodrama untuk meningkatkan resiliensi menghadapi *bullying* siswa kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik teoritis maupun praktis. Adapun manfaat penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini adalah untuk memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang konseling pendidikan dan memberikan bukti empiris mengenai efektivitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi menghadapi *bullying*. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu acuan bagi penulis pada penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini dapat memberikan manfaat langsung kepada siswa dengan meningkatkan resiliensi, sehingga siswa dapat lebih baik dalam menghadapi *bullying*.

b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi para guru BK dalam mengembangkan dan menerapkan metode pengajaran yang dapat membantu siswa dalam menghadapi *bullying* dan meningkatkan ketahanan mental.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat memberikan rekomendasi bagi sekolah dalam merancang program atau kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan

kesejahteraan psikologis siswa, termasuk dalam menangani permasalahan *bullying*.

E. Kajian Pustaka

Kajian pustaka memiliki fungsi sebagai dukungan, evidensi ilmiah yang relevan dengan masalah yang diteliti.¹⁸ Hal tersebut dapat membantu penulis dalam menafsirkan dan menganalisis informasi berupa data yang relevan dengan topik penelitian. Dalam penelitian ini, terdapat beberapa penelitian terdahulu yang membahas mengenai bimbingan kelompok teknik sosiodrama dan resiliensi dalam menghadapi *bullying* pada siswa. Penelitian tersebut yakni:

1. Skripsi oleh Alissa Q. Munawwaroh pada tahun 2023 berjudul *Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Siswa Korban Bullying Di SMA Hang Tuah 4 Surabaya* bertujuan untuk mengetahui keefektifan pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam meningkatkan resiliensi pada siswa yang menjadi korban *bullying* di SMA tersebut. Penelitian ini menghasilkan bahwa penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan resiliensi siswa kelas X-2 di SMA Hang Tuah 4 Surabaya.¹⁹

¹⁸ Karimuddin Abdullah S.HI. M.A. Misbahul Jannah Ummul Aiman et al., *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2022. hlm 49.

¹⁹ Alissa Q. Munawwaroh, “Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Siswa Korban *Bullying* Di Sma Hang Tuah 4 Surabaya” (2023).

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan, yakni pada variabel, tujuan, dan subjek penelitian. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah resiliensi siswa korban *bullying*, sementara variabel yang digunakan dalam penelitian yang dilakukan adalah perilaku *bullying* pada siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam meningkatkan resiliensi pada siswa korban *bullying*, sedangkan tujuan penelitian yang dilakukan adalah untuk menguji keefektifan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi siswa menghadapi *bullying*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X-2 SMA Hang Tuah 4 Surabaya, sementara subjek penelitian yang dilakukan adalah siswa korban *bullying* di sekolah yang berbeda, yaitu kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.

2. Skripsi oleh Sara Antika Sari pada tahun 2024 berjudul *Efektivitas Konseling Kelompok dengan Metode Psikodrama untuk Mengatasi Perilaku Bullying Kelas VIII SMP N 1 Karanganyar Kabupaten Purbalingga* bertujuan untuk mengatasi perilaku *bullying* pada siswa melalui layanan konseling kelompok menggunakan metode psikodrama. Dalam penelitian ini, dihasilkan bahwa terdapat perbedaan signifikan setelah diberikan konseling kelompok dengan metode psikodrama.²⁰

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan, yakni pada variabel, tujuan, dan subjek penelitian. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah resiliensi dan bimbingan kelompok teknik

²⁰ Sara Antika Sari, "Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Metode Psikodrama Untuk Mengatasi Perilaku *Bullying* Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Karanganyar Kabupaten Purbalingga" (UIN Prof K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2024).

sosiodrama, sedangkan variabel pada penelitian yang dilakukan oleh Munawwaroh adalah resiliensi menghadapi *bullying* pada siswa korban *bullying*. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji efektivitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi siswa menghadapi *bullying*, sedangkan tujuan penelitian yang dilakukan oleh Munawwaroh adalah untuk menguji efektivitas konseling kelompok dengan metode psikodrama untuk mengatasi perilaku *bullying*.

3. Jurnal yang berjudul *The Effectiveness of Sociodrama Techniques as an Effort to Overcome Bullying Behavior*, penelitian kuantitatif tahun 2023 ini menggunakan eksperimen dan control dilakukan oleh Anggun Putri Dewantari Sembiring dan Ali Daud Hasibuan yang bertujuan menguji efektivitas sosiodrama dalam mengatasi perilaku *bullying* pada siswa SMA Negeri 4 Tebing Tinggi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh Teknik sosidrama dalam mengatasi perilaku *bullying* pada siswa kelas VII-5 SMA Negeri 4 Tebing Tinggi.²¹

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan, yakni: variabel, tujuan, dan subjek penelitian. Variabel yang digunakan pada penelitian ini yakni perilaku *bullying* pada siswa sedangkan variabel pada penelitian yang dilakukan adalah resiliensi menghadapi *bullying*. Tujuan penelitian ini adalah menguji efektivitas teknik sosiodrama dalam mengatasi perilaku *bullying* sedangkan tujuan penelitian yang dilakukan adalah untuk

²¹ Putri, A., Sembiring, D., & Daud Hasibuan, A. (2023). "The Effectiveness Of Sociodrama Techniques As An Effort To Overcome *Bullying* Behavior". *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 12(1).

menguji efektivitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi menghadapi *bullying*. Subjek penelitiannya juga berbeda. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XII SMA Negeri 4 Tebing Tinggi sedangkan subjek penelitian yang dilakukan adalah siswa kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.

4. Jurnal yang berjudul *Penggunaan Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Pemahaman Diri Siswa SMA*, penelitian kuantitatif tahun 2021 dilakukan oleh Dini Atika Putri Anindya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok secara signifikan dapat meningkatkan pemahaman diri siswa SMA.²²

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan, yakni: variabel, tujuan, subjek, dan metode penelitian. Variabel yang digunakan pada penelitian ini yakni pemahaman diri pada siswa SMA sedangkan variabel pada penelitian yang dilakukan adalah resiliensi menghadapi *bullying*. Tujuan penelitian ini adalah menguji efektivitas penggunaan teknik sosidrama dalam bimbingan kelompok dalam meningkatkan pemahaman diri siswa SMA sedangkan tujuan penelitian yang dilakukan adalah untuk menguji efektivitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi siswa menghadapi *bullying*. Subjek dan metode pengambilan data penelitiannya juga berbeda. Subjek penelitian ini adalah siswa SMA sedangkan subjek penelitian

²² Atika, D., & Anindya, P. (tt). "Penggunaan Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Pemahaman Diri Siswa Sma".

yang dilakukan adalah siswa kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.

5. Jurnal *Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi diri siswa korban Bullying*, penelitian kuantitatif eksperimen ini dilakukan oleh Devi Ilmia Sari, Amien Wahyudi, dan Shopyan Jepri Kurniawan tahun 2022. Hasil penelitian ini adalah teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan resiliensi diri siswa korban *bullying* pada kelas VII SMP Negeri 1 Prambanan.²³

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan, yakni: tujuan dan subjek penelitian. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan resiliensi diri siswa korban *bullying* melalui layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama sedangkan tujuan penelitian yang dilakukan adalah untuk menguji efektivitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi siswa menghadapi *bullying*. Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 1 Prambanan sedangkan subjek pada penelitian yang dilakukan adalah siswa kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.

Penjelasan di atas merupakan penelitian yang memiliki relevansi dengan penelitian yang akan dilakukan mengenai “Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Resiliensi Menghadapi *Bullying* siswa

²³ Ilmia Sari, D., Wahyudi, A., & Kurniawan, S. J. (2022). “Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi diri siswa korban *Bullying*”. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), hlm. 135–145.

kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta”. Dari penelitian-penelitian sebelumnya, ditemukan adanya perbedaan dalam pendekatan dan fokus penelitian sehingga tidak ada penelitian terdahulu yang sepenuhnya identik dengan penelitian ini. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa penelitian berjudul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Resiliensi Menghadapi *Bullying* Siswa Kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta” belum pernah dilakukan penelitian sebelumnya.

F. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini di MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta, sebuah sekolah berbasis pesantren di Kotagede Yogyakarta. Sekolah ini memiliki fasilitas yang cukup memadai, dengan siswa yang terdiri dari berbagai latar belakang sosial dan budaya. Penelitian ini berfokus pada upaya meningkatkan resiliensi siswa menghadapi *bullying* melalui bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok yang diterapkan menggunakan teknik sosiodrama. Teknik sosiodrama melibatkan siswa dalam bermain peran untuk menggambarkan dan merespon situasi sosial tertentu, dengan tujuan membantu siswa memahami perasaan dan perspektif orang lain, serta meningkatkan keterampilan dalam menghadapi permasalahan sosial. Bimbingan kelompok dilaksanakan dalam beberapa sesi selama beberapa minggu.

Dalam rangka mempermudah pembahasan dan memahami isi dari penelitian maka diuraikan sistematika pembahasan yang menjadi langkah-langkah dalam proses penyusunan penelitian ini sebagai berikut:

BAB I, pendahuluan yang meliputi uraian latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, dan sistematika pembahasan.

BAB II, berisi kajian teori tinjauan tentang resiliensi menghadapi *bullying*, bimbingan kelompok teknik sosiodrama, kerangka berpikir, dan hipotesis penelitian.

BAB III, berisi tentang metode penelitian yang meliputi jenis penelitian, populasi dan sampel penelitian, definisi konseptual dan operasional, metode pengumpulan data, modul bimbingan kelompok, validitas dan reliabilitas, dan metode analisis data.

BAB IV, merupakan pembahasan dari hasil penelitian di lapangan yang meliputi deskripsi data, hasil analisis data dan pembahasan mengenai efektivitas bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi dalam menghadapi *bullying* siswa kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.

BAB V, berisi bagian penutup yang meliputi kesimpulan, saran, dan keterbatasan atas penelitian yang telah dilakukan dan daftar pustaka.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian yang telah dijabarkan di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa menghadapi *bullying* siswa kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan skor rata-rata resiliensi siswa dari hasil *pretest* ke *posttest* yaitu sebesar 54,44 menjadi 63,33, yang menunjukkan bahwa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama. Selain itu, hasil *Wilcoxon* menunjukkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar $0,008 < 0,05$. Maka dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama secara efektif dapat meningkatkan resiliensi menghadapi *bullying* siswa kelas VIII MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dipaparkan, saran dari penulis sebagai berikut:

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta

Penulis berharap guru Bimbingan dan Konseling dapat menjadikan teknik sosiodrama sebagai salah satu alternatif strategi layanan bimbingan kelompok dalam membantu siswa mengembangkan resiliensi menghadapi *bullying* dan kemampuan sosial, terutama dalam menghadapi situasi *bullying* di lingkungan sekolah.

2. Bagi MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta

MTs Nurul Ummah Kotagede Yogyakarta diharapkan memberikan dukungan terhadap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok secara rutin sebagai upaya preventif dan kuratif untuk menanggulangi kasus *bullying*.

3. Bagi Penulis Selanjutnya

Diharapkan dapat memperluas jumlah subjek penelitian dan menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol, agar hasil penelitian lebih kuat secara empiris dan dapat digeneralisasikan dengan lebih baik. Penulis selanjutnya juga dapat menambahkan variabel lain seperti dukungan sosial, self-esteem, atau kecerdasan emosional sebagai faktor yang berpengaruh terhadap peningkatan resiliensi siswa menghadapi *bullying*. Selain itu, teknik sosiodrama dapat diaplikasikan untuk mengurangi perilaku *bullying* secara langsung dengan mengintegrasikan skenario yang menekankan konsekuensi perilaku, empati terhadap korban, serta latihan keterampilan sosial

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, penulis menyadari adanya beberapa keterbatasan, antara lain:

1. Jumlah subjek penelitian yang terbatas, yaitu hanya sembilan siswa, sehingga hasil penelitian ini belum dapat digeneralisasikan secara luas pada populasi yang lebih besar.

2. Durasi pelaksanaan bimbingan kelompok yang relatif singkat sehingga belum dapat sepenuhnya menggambarkan perubahan perilaku jangka panjang pada siswa.
3. Instrumen pengukuran resiliensi menghadapi *bullying* hanya menggunakan skala angket, sehingga hasil yang diperoleh mungkin belum sepenuhnya menggambarkan dinamika psikologis siswa.
4. Faktor lingkungan sekolah dan hubungan sosial di luar sesi bimbingan yang tidak dapat dikontrol sepenuhnya juga mungkin memengaruhi hasil peningkatan resiliensi siswa menghadapi *bullying*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya Pratama, M., Nur Hidayat Nurdin, M., Akmal, N., Meizara Puspita Dewi, E., Makassar, N., Pettarani, J. A., Makassar, K., & Selatan, S. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Remaja Putus Sekolah di Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(11), 263–269. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10252201>.
- American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, Fourth Edition, Text Revision, (Arlington VA, 2000).
- Aripafi. (2025). *Pengembangan bahan ajar modul pembelajaran. Karakter: Jurnal Riset Ilmu Pendidikan Islam*. <https://doi.org/10.61132/karakter.v1i2.156>
- Arzettisyah, S. E., & Hariastuti, R. T. (2025). *Penerapan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku bullying*. Jurnal BK UNESA.
- Astuti, H. S. M. (2019). *Peningkatan kesadaran anti-bullying melalui bimbingan kelompok teknik sosiodrama*. Jurnal Riset Daerah.
- Atika, D., & Anindya, P. (n.d.). *Penggunaan Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Pemahaman Diri Siswa Sma*.
- Azizah Rahman, S., Rahman Hakim, A., Rifky Fauzan, M., Maharani, K., & Studi Pendidikan Bahasa Arab, P. (n.d.). *Pendidikan Karakter Siswa Kelas 7 SMP Daarut Tauhid dalam Upaya Mencegah Kasus Bullying*.
- Barbara Coloroso, *Stop Bullying (Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah Hingga SMU)*, (Jakarta: PT. Ikrar Mandiriabadi, 2007).
- Basri, A. Said Hasan. *Variabel Psikologis Dan Pengukuran*. Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2021.
- Cicchetti, D, and S.L Toth. “Perspective on Research and Practice in Developmental Psychopathology.” In *Handbook of Child Psychology*, 5th ed. New York, 1998.
- Dewi, N. Y. Y., Dantes, N., & Dharsana, I. K. (2025). *Pengembangan buku panduan bimbingan kelompok teknik sosiodrama berlandaskan teori Gestalt untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa SMA. Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*. https://doi.org/10.23887/jurnal_bk.v7i1.1647
- Dian Syafitri, R., Djambek Bukittinggi, D., Smpn, U., & Payakumbuh, K. (n.d.). *Peran Guru BK dalam Mengatasi Perilaku Bullying di UPTD SMPN 1 Kec. Payakumbuh*.

- Faozi, M. N., Wibowo, M. E., & Kurniawan, K. (2020). *Meningkatkan Resiliensi Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama* (Vol. 2, Issue 2).
- Grotberg. "Countering Depression with the Five Building Blocks of Resilience." *Reaching Today's Youth*, n.d., 66–72.
- Handayani, S. (2023). Integrasi Metode Pembelajaran Sosiodrama dan Media Komik Bergambar dalam Pembelajaran Menulis Teks Sesorah Sesuai Unggah-Ungguh Bahasa Jawa. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 41–51. <https://doi.org/10.36418/japendi.v4i1.1535>
- Husna, ul, Navisa, A., Amalia, A., Setiya, D., Afra, S., & Sriadi Pinilih, S. (2024). Kemampuan Mitigasi CyberBullying terhadap Resiliensi Remaja. *Journal of Educational Innovation and Public Health*, 2(1), 201–215. <https://doi.org/10.55606/innovation.v1i3.2141>
- Ilmia Sari, D., Wahyudi, A., & Kurniawan, S. J. (2022). Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi diri siswa korban *Bullying*. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 135–145. <https://doi.org/10.26539/teraputik.611066>
- Isa, A. Q. (2011). *Hakekat Tasawuf* (XIII). Qisthi Press.
- Kalil, A. *Family Resilience and Good Child Outcomes*. Wellington: Ministry of Social Development, 2003.
- Karningsih, E., & Sumantri, O. (2023). Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku *Bullying* Pada Siswa Smp Negeri 2 Bukittinggi. *Educatioanl Journal: General and Specific Research*, 3(Oktober), 780–790.
- Kumalasari, E., & Kunci, K. (2023). *Ervina Kumalasari Melambung Lebih Tinggi: Edukasi Resiliensi untuk Mengatasi Perundungan pada Siswa SMA Kristen Terang*, 4953–4959. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v4i4>
- Lestari, A. W. (2023). Peningkatan Keterampilan Berbicara Dalam Mata Pelajaran Bahasa Jawa Melalui Metode Sosiodrama Siswa Kelas VI MI Ash-Sholatiyyah Kecamatan Lase. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(2), 207–2013.
- Lin, L.-Y., Chien, Y.-N., Chen, Y.-H., Wu, C.-Y., & Chiou, H.-Y. (2022). *Bullying Experiences, Depression, and the Moderating Role of Resilience Among Adolescents*. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.872100>
- Luthar, S.S. *Resilience and Vulnerability, Adaptation in the Context of Childhood*

Adversities. Cambridge: Cambridge University Press, 2003.

- Marlitha Markus, O., & Aryanti Kristianingsih, S. (2022). <http://bajangjournal.com/index.php/JCI> Resiliensi Pada Remaja Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Kdrt) Di Kota Ambon. In *JCI Jurnal Cakrawala Ilmiah* (Vol. 2, Issue 4). <http://bajangjournal.com/index.php/JCI>
- Masten, A.S. "Ordinary Magic: Resilience Processes in Development." *American Psychologist* 3, no. 53 (2001): 227–38.
- Mufidah, A. C. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Bidikmisi Dengan Mediasi Efikasi Diri. *Jurnal Sains Psikologi*, 68-74.
- Munawwaroh, Alissa Q. "Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Siswa Korban *Bullying* Di Sma Hang Tuah 4 Surabaya," 2023.
- Nasirudin. (2015). *Akhlaq Pendidik (Upaya Membentuk Kompetensi Spiritual dan Sosial)*. UIN Walisongo.
- Nashori, Fuad, and Iswan Saputro. *Psikologi Resiliensi*. Universitas Islam Indonesia, 2021. https://www.researchgate.net/publication/351283333_Psikologi_Resiliensi.
- Olweus, *Bullying at School*, (Australia: Blackwell, 1994), hlm 9.
- Perkins, D.F, and L. Caldwell. "Resiliency, Protectiveprocessess, Promotion, and Community Youth Development." In *Recreation and Development*, 149–67. Venture Publishing, 2005.
- Pranoto, Hadi. *Evaluasi Bimbingan Dan Konseling Kelompok Dari Teori Ke Praktik Modern Serta Integrasi Nilai-Nilai Islam*. Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Grup, 2024.
- Prayitno. *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Dasar Dan Profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995.
- Priadana, M. Sidik, and Denok Sunarsi. *Metode Penelitian Kuantitatif. Sustainability (Switzerland)*. Vol. 11, 2019. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI.
- Puspita, D. (2023). *Viral Siswa SMA Depok Di-bully di Toilet Sekolah, Polisi Selidiki*.

- Putri, A., Sembiring, D., & Daud Hasibuan, A. (2023). The Effectiveness Of Sociodrama Techniques As An Effort To Overcome Bullying Behavior. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 12(1). <https://doi.org/10.20414/altazkiah.v12i1.7016>
- Putri, M. P., et al. (2025). *Strategi pencegahan bullying melalui implementasi bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama*. Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling. <https://doi.org/10.22373/je.v11i1.29342>
- Rahmawati, J., et al. (2024). *The effectiveness of sociodrama techniques in preventing moral disengagement tendencies*. ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam.
- Reivich, K, and A Shatte. *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books, 2002.
- RI, Kementerian Agama. *Al-Qur'an Dan Terjemahan*. Jakarta: Cahaya Kreativa Utama, 2018.
- Rizqi Ayuwandari, K., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2023). Perilaku Bullying pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP): Menguji peran dukungan sosial dan perilaku asertif. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), 146–154.
- Rosa, N. (2023, October 3). *Data Kasus Bullying di Sekolah, FSGI: 50% di Jenjang SMP*. Detikedu.
- Sari, D. I., et al. (2022). *Layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi diri siswa korban bullying*. Teraputik: Jurnal Bimbingan dan Konseling. <https://doi.org/10.26539/teraputik.611066>
- Sari, Sara Antika. “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Metode Psikodrama Untuk Mengatasi Perilaku Bullying Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Karanganyar Kabupaten Purbalingga.” UIN Prof K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2024.
- Sigit, S. (2012). Pendekatan Behavioral Dalam Konseling. *Paradigma*, 1–12.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Cetakan ke. Bandung: Alfabeta, 2018.
- Supriyati. (2022). *Sex Education Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama* (Vol. 2, Issue 2).
- Susiati. *Metode Sosiodrama. RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)*, 2017.
- Ummul Aiman, Karimuddin Abdullah, Misbahul Jannah, Zahara Fadilla Suryadin Hasda, Taqwin Masita, and Mat Ketut Ngurah Ardiawan Meilida Eka Sari. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2022.

- VanBreda, A.D. *Resilience Theory: A Literature Review*. Pretoria, South Africa: Social Work Research and Development, 2001.
- Widiawati, S., Indah Susanthi, N., Chairuddin, I., & Author, C. (2024). *Bullying Awareness: Memahami dan Mengidentifikasi Tanda-Tanda Bullying Pada Siswa SMAN 21 Jakarta*. 2(1). <https://doi.org/10.38035/jpmpt.v2i1>.
- Yuliani, S., Widianti, E., & Sari, S. P. (2018). Resiliensi Remaja Dalam Menghadapi Perilaku *Bullying*. *Jurnal Keperawatan BSI*, VI(1). <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk>
- Zimmerman, M.A, and R Arunkumar. "Resiliency Research: Implications for Schools and Policy." *Society for Research in Child Development*, 1994, 1–19.