

IMPLEMENTASI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN PEMAHAMAN SISWA MENGENAI BERCANDA MENGARAH PADA BULLYING VERBAL DI SMP

IMPLEMENTATION OF GROUP GUIDANCE SERVICES IN IMPROVING STUDENTS' UNDERSTANDING OF JOKES LEADING TO VERBAL BULLYING IN JUNIOR HIGH SCHOOL

Bimbi Putri Ramadhani¹, Uli Makmun Hasibuan^{2*}, Nailah Saherani Gunawan³, Fauzah Darliana Siregar⁴

^{1,2*,3,4} Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia

¹Email: bimbiputriramadhani@gmail.com, ²ulimakmunhasibuan@umsu.ac.id,

³nailahsaherani53@gmail.com, ⁴fauzadarlianasiregar@gmail.com

Article History:

Received: June 16th, 2026

Revised: August 10th, 2026

Published: August 15th, 2026

Abstract: *Jokes that cross the line into verbal bullying remain a familiar problem in junior high schools, often leaving a mark on students' emotions, self-confidence, and the quality of their friendships. Drawing on first-hand field experience, this article reports on a community service activity centered on group guidance as a way to curb verbal bullying among students at SMP Muhammadiyah 57 Medan. The activity took place in May 2026, bringing together four to six seventh-grade students for a single 40-minute session that combined role-play (sociodrama) with group discussion across four stages: forming, transition, working, and closing. The session helped participants draw a clearer line between ordinary teasing and verbal bullying, built empathy toward those on the receiving end of jokes, and gave students practice in speaking up assertively when a joke goes too far. All participants stayed engaged throughout and voiced their intention to help create a more respectful and safer atmosphere among peers. The experience suggests that a carefully structured group guidance session can give partner schools a workable tool for preventing verbal bullying while nurturing students' prosocial character.*

Keywords: *group guidance, verbal bullying, prevention, assertive communication, junior high school.*

Abstrak

Candaan yang sebenarnya sudah mengarah pada bullying verbal masih sering ditemui di lingkungan SMP, dan tidak jarang berdampak pada emosi, kepercayaan diri, maupun hubungan pertemanan siswa. Bersumber dari pengalaman langsung di lapangan, artikel ini melaporkan kegiatan pengabdian berupa layanan bimbingan kelompok yang bertujuan menekan perilaku bullying verbal pada siswa SMP Muhammadiyah 57 Medan. Kegiatan dilaksanakan pada Mei

2026, melibatkan empat sampai enam siswa kelas VII dalam satu sesi berdurasi 40 menit yang memadukan teknik bermain peran (sosiodrama) dengan diskusi kelompok, mengikuti empat tahap yaitu pembentukan, peralihan, inti, dan pengakhiran. Melalui sesi ini, siswa menjadi lebih mampu membedakan candaan yang wajar dengan tindakan yang sudah tergolong bullying verbal, tumbuh rasa empatinya terhadap pihak yang menjadi sasaran candaan, dan terlatih untuk menyampaikan ketidaknyamanannya secara asertif ketika candaan sudah melewati batas. Seluruh peserta terlibat aktif sepanjang kegiatan dan menyatakan kesediaannya untuk ikut menjaga suasana pertemanan yang lebih saling menghargai dan aman. Pengalaman ini menunjukkan bahwa sesi bimbingan kelompok yang dirancang dengan baik dapat menjadi salah satu cara bagi sekolah mitra untuk mencegah bullying verbal sekaligus menumbuhkan karakter prososial pada siswanya.

Kata Kunci: bimbingan kelompok, bullying verbal, pencegahan, komunikasi asertif, sekolah menengah pertama.

PENDAHULUAN

Pendidikan tidak hanya berfungsi menyalurkan ilmu pengetahuan, tetapi juga menjadi tempat tumbuhnya kepribadian, kemampuan bersosialisasi, dan kestabilan emosi siswa. Di sinilah karakter dibentuk dan relasi sosial antarsiswa berkembang. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional sendiri menggariskan bahwa pendidikan nasional diarahkan untuk membentuk manusia yang beriman, berakhlak mulia, cakap, mandiri, dan bertanggung jawab. Namun pada praktiknya, sekolah tidak selalu bebas dari dinamika sosial yang kurang sehat, dan salah satu yang paling banyak menyita perhatian belakangan ini adalah perilaku bullying (Wahyuni, Arsini, & Siregar, 2023).

Di lingkungan SMP, bentuk bullying yang paling sering muncul adalah bullying verbal, yakni kata-kata yang dipakai sebagai alat untuk menyerang bisa berupa julukan yang merendahkan, ejekan terhadap penampilan fisik, peniruan yang memalukan, ancaman lisan, sampai komentar negatif yang terus-menerus dilontarkan (Sejiwa, 2008). Hal ini akan menjadi lebih sulit ditangani saat bullying verbal tersebut dibungkus sebagai candaan: pelaku merasa sah-sah saja karena “cuma bergurau”, sementara korban memilih diam karena takut dianggap tidak bisa diajak bercanda.

Usia siswa SMP umumnya berada pada masa remaja awal, fase yang ditandai dengan besarnya kebutuhan untuk diterima oleh teman sebaya. Tekanan untuk menyesuaikan diri dengan kelompok pada usia ini begitu kuat, sehingga tidak sedikit siswa yang memilih bertahan dalam situasi yang sebenarnya tidak nyaman hanya demi menjaga posisinya di lingkup pertemanan. Bullying verbal yang berkedok candaan pun akhirnya terus berlangsung tanpa penanganan karena dianggap sebagai bagian biasa dari pergaulan remaja (Prayitno, 2017; Tohirin, 2015). Padahal dampaknya bagi korban bisa cukup serius mulai dari turunnya rasa percaya diri, menarik diri dari pergaulan, terganggunya semangat belajar, hingga pada kasus yang lebih berat dapat memicu masalah kesehatan mental yang lebih dalam (Yusuf & Nurihsan, 2016).

Pada titik inilah peran layanan bimbingan dan konseling di sekolah menjadi penting. Salah satu layanan yang dipandang cukup relevan untuk menangani persoalan semacam ini adalah bimbingan kelompok, yaitu layanan yang dijalankan dalam format kelompok kecil dengan memanfaatkan interaksi antaranggota sebagai sarana utama pemberian bantuan (Prayitno, 2017). Lewat dinamika kelompok, siswa tidak sekadar menerima informasi, tetapi juga didorong untuk berdiskusi, berbagi pengalaman, memahami sudut pandang temannya, dan bersama-sama

membangun pemahaman tentang batas yang sehat dalam bercanda dengan teman sebaya (Winkel & Hastuti, 2013).

Beberapa kegiatan terdahulu sudah memperlihatkan hasil yang cukup menjanjikan dari bimbingan kelompok untuk menangani persoalan bullying di sekolah. Wahyuni, Arsini, dan Siregar (2023) misalnya mendapati bahwa bimbingan kelompok dapat meningkatkan kualitas interaksi sosial dan empati siswa dalam pertemanan. Agustina (2022) menunjukkan bahwa bimbingan kelompok yang dijalankan secara terstruktur mampu menurunkan frekuensi perilaku agresif verbal pada siswa SMP. Hanum dan Karneli (2021) pun menemukan bahwa sesi bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran cukup efektif menumbuhkan empati siswa terhadap dampak tindakannya pada orang lain. Sayangnya, dokumentasi pengalaman langsung pelaksanaan bimbingan kelompok bertema bullying di lapangan -terutama yang memakai teknik sosiodrama di sekolah berlatar keagamaan masih jarang ditulis secara naratif dan kualitatif.

Atas dasar itulah kegiatan pengabdian ini dijalankan, sebagai bentuk kontribusi bagi mitra, yaitu SMP Muhammadiyah 57 Medan, dalam menghadapi persoalan bullying verbal yang sering disamakan sebagai candaan di kalangan siswanya. Artikel ini memaparkan kegiatan tersebut secara apa adanya, dilengkapi dengan kajian literatur, untuk menggambarkan proses pelaksanaan, dinamika yang terjadi, serta hasil dari layanan bimbingan kelompok sebagai langkah pencegahan bullying verbal. Yang membuat kegiatan ini sedikit berbeda adalah penggunaan teknik bermain peran (sosiodrama), yang memungkinkan siswa benar-benar merasakan sisi emosional dari posisi korban bullying verbal sebuah pendekatan yang masih jarang diterapkan, apalagi didokumentasikan, di sekolah menengah berbasis Islam di Indonesia.

METODE

Kegiatan pengabdian ini berbasis layanan bimbingan dan konseling, dengan sasaran memberikan intervensi langsung kepada mitra dalam menangani bullying verbal di sekolah. Mitra kegiatan adalah SMP Muhammadiyah 57 Medan, beralamat di Jalan Mustafa No. 1, Kecamatan Medan Timur, Kota Medan, Sumatera Utara sekolah yang berdiri sejak 2005 dan terakreditasi B. Dari hasil koordinasi dengan Guru BK sekolah, Ibu Yunita Harahap, S.Pd., diketahui bahwa bullying verbal berkedok candaan memang masih menjadi salah satu isu yang perlu ditangani secara preventif (Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, 2025).

Peserta kegiatan berjumlah empat sampai enam siswa, dipilih atas rekomendasi Guru BK dengan beberapa pertimbangan: aktif dalam pergaulan sekolah, bersedia mengikuti kegiatan secara sukarela, dan masih terdaftar sebagai siswa aktif pada jenjang sasaran. Tim pelaksana terdiri dari tiga mahasiswa semester empat Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Bimbi Putri Ramadhani (2402080056), Nailah Saherani Gunawan (2402080089), dan Fauzah Darliana Siregar (2402080054) yang berperan sebagai pemimpin kelompok dan ko-pemimpin. Kegiatan ini dilaksanakan dalam rangka mata kuliah Praktik Bimbingan Konseling Kelompok yang diampu oleh Bapak Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Sesi bimbingan kelompok berlangsung pada Mei 2026 di SMP Muhammadiyah 57 Medan selama 40 menit, mengikuti Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) yang sudah disusun dan disetujui Kepala Sekolah sebelumnya. Pelaksanaannya mengikuti empat tahap berurutan pembentukan, peralihan, inti, dan pengakhiran (Prayitno, 2017) dengan teknik utama berupa bermain peran (sosiodrama), yaitu siswa memerankan tokoh dalam skenario sosial yang dirancang untuk memunculkan empati dan kepekaan, lalu dilanjutkan dengan diskusi reflektif (debriefing) untuk mengulas pengalaman selama bermain peran (Winkel & Hastuti, 2013).

Secara ringkas, keempat tahap tersebut berjalan sebagai berikut. Tahap pembentukan diisi dengan pengenalan diri dan penjelasan asas bimbingan kelompok kesukarelaan, keterbukaan, dan kerahasiaan lalu dilanjutkan ice breaking berupa menyebutkan satu hal positif tentang teman di sebelah, untuk mencairkan suasana sekaligus membangun kekompakan. Pada tahap peralihan, pemimpin kelompok menyampaikan tujuan kegiatan, topik yang dibahas, dan aturan main selama sesi berlangsung. Tahap inti diisi dengan bermain peran menggunakan naskah pendek berjudul “Gara-Gara Sebutan Si Gendut” yang menggambarkan situasi bullying verbal di sekolah, dengan peran pelaku (Fiko), korban (Andi), bystander (Siti), upstander (Rani), serta beberapa siswa lain sebagai pengamat. Setelah bermain peran, dilakukan debriefing dan diskusi untuk membahas perasaan masing-masing pemeran, titik di mana candaan berubah menjadi bullying, dan latihan kalimat asertif untuk menolak candaan yang berlebihan. Tahap pengakhiran ditutup dengan refleksi peserta, penguatan positif dari pemimpin kelompok, dan doa bersama.

Data kegiatan dikumpulkan melalui pengamatan langsung oleh pemimpin kelompok dan ko-pemimpin terhadap respons serta dinamika interaksi peserta (Hasanah, 2017; Fiantika dkk., 2022), pencatatan transkrip selama diskusi dan bermain peran, serta lembar evaluasi pemahaman siswa tentang batas antara bercanda dan bullying. Sebagai pelengkap, dilakukan pula kajian literatur dari berbagai sumber dalam sepuluh tahun terakhir untuk memperkuat pembahasan.

HASIL

Sesi bimbingan kelompok bertema “Bercanda tapi Menyakiti: Batasan Antara Seru dan Bullying” di SMP Muhammadiyah 57 Medan berlangsung 40 menit melalui empat tahap. Berikut uraian temuan dari masing-masing tahap berdasarkan hasil pengamatan dan transkrip kegiatan.

Tahap Pembentukan

Sesi dibuka dengan salam dan sapaan hangat, diikuti doa bersama yang dipimpin secara sukarela oleh salah satu peserta. Perkenalan diawali oleh pemimpin kelompok (KO) yang menyebutkan nama dan hobinya, lalu berlanjut ke seluruh peserta secara bergiliran: KI 1 bernama Rina dengan hobi membaca novel, KI 2 bernama Dimas yang suka futsal, KI 3 bernama Aisyah yang menyukai musik, KI 4 bernama Andi yang gemar bermain game, dan KI 5 bernama Sinta yang senang memasak. Pada bagian awal ini terlihat beberapa peserta masih berbicara pelan dan jarang melakukan kontak mata hal yang lazim terjadi pada tahap awal pembentukan kelompok, sebagai tanda kecanggungan antarpribadi.

Setelah pengenalan, dilakukan ice breaking dengan meminta setiap peserta menyebut satu hal positif tentang teman di sampingnya. Suasana berubah cukup signifikan setelah aktivitas ini: ekspresi peserta yang sebelumnya tegang mulai mencair, ditandai dengan munculnya senyum dan tawa spontan. Pemimpin kelompok memberikan penguatan verbal atas suasana positif ini sebelum melanjutkan ke tahap berikutnya.

Tahap Peralihan

Pemimpin kelompok menyampaikan topik hari itu, yaitu “Bercanda tapi Menyakiti: Batasan Antara Seru dan Bullying”, lalu mengajukan dua pertanyaan pembuka: apakah peserta sering bercanda dengan temannya, dan apakah pernah merasa tidak nyaman karena candaan seseorang. Semua peserta mengiyakan bahwa bercanda adalah hal yang sering mereka lakukan, namun dua di antaranya secara terbuka mengaku pernah merasa kesal atau malu karena menjadi sasaran candaan teman. Respons ini menunjukkan bahwa topik yang dibahas memang dekat dengan keseharian para peserta.

Pemimpin kelompok kemudian menjelaskan aturan kegiatan saling menghargai saat teman

berbicara, tidak menyela, menjaga kerahasiaan cerita yang dibagikan, dan ikut berpartisipasi aktif. Semua peserta menyetujui aturan tersebut sebagai tanda kesiapan memasuki tahap inti.

Tahap Inti

Diskusi dibuka dengan membahas situasi-situasi yang akrab terjadi di sekolah, seperti pemberian julukan, ejekan fisik, dan unggahan foto teman sebagai bahan candaan di media sosial. Tanggapan peserta cukup beragam sebagian menganggapnya wajar dan sekadar bercanda, sementara yang lain menilai hal tersebut bisa membuat seseorang merasa malu dan kehilangan rasa percaya diri. Perbedaan pandangan ini mencerminkan bahwa setiap siswa punya ambang kenyamanan yang berbeda terhadap candaan.

Sesi bermain peran kemudian dimulai dengan naskah “Gara-Gara Sebutan Si Gendut”. KI 2 (sebagai Dimas/Fiko) memerankan tokoh yang mengejek kondisi fisik temannya dengan kedok bercanda, melontarkan kalimat-kalimat yang merendahkan; KI 4 (sebagai Andi) memerankan korban yang hanya diam dan menunduk; sementara peserta lain bertugas mengamati jalannya cerita. Setelah drama singkat ini selesai, pemimpin kelompok mengarahkan peserta untuk keluar dari peran masing-masing.

Pada sesi debriefing, pemimpin kelompok menanyakan bagaimana rasanya menjadi korban dalam drama tadi. KI 4 mengaku merasa tidak nyaman dan sedikit malu, padahal hanya berperan. Saat pengamat dimintai tanggapan, KI 1 menyebut korban tampak malu, KI 3 menambahkan bahwa korban pasti sedih, dan KI 5 menyinggung kemungkinan munculnya rasa kurang percaya diri jika hal seperti itu terjadi berulang. Pemimpin kelompok menanggapi dengan menjelaskan bahwa orang yang diejek sering kali memilih tersenyum atau berpura-pura tertawa, walaupun sebenarnya menyimpan rasa sakit hati.

Diskusi kian berkembang ketika beberapa peserta mulai berbagi pengalaman pribadinya. KI 3 menceritakan pernah diejek karena warna kulitnya dan merasa malu serta sedih waktu itu. KI 4 menceritakan pengalamannya dipanggil dengan sebutan tertentu secara terus-menerus, yang awalnya dianggap biasa tapi lama-lama membuatnya kesal. Momen keterbukaan ini menjadi salah satu bagian paling berarti dari kegiatan, karena peserta mengaitkan langsung adegan drama dengan apa yang pernah mereka alami sendiri.

Menjelang akhir tahap inti, peserta diajak berlatih kalimat asertif untuk merespons candaan yang sudah melewati batas. KI 1 mencoba kalimat “Aku kurang nyaman kalau dipanggil seperti itu”, sementara KI 5 mencoba “Tolong jangan bercanda seperti itu lagi ya”. Pemimpin kelompok mengapresiasi keberanian mereka dan menegaskan bahwa kemampuan menyampaikan ketidaknyamanan seperti ini adalah keterampilan sosial yang penting.

Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini, setiap peserta diberi kesempatan menyampaikan apa yang mereka pelajari. KI 1 menyadari bahwa tidak semua candaan terasa lucu bagi orang lain; KI 2 belajar lebih menjaga ucapan saat bercanda; KI 3 mengaku lebih memahami dampak bullying pada korban; KI 4 belajar lebih menghargai perasaan teman; dan KI 5 merasa lebih berani menyampaikan ketidaknyamanannya terhadap candaan yang berlebihan. Pemimpin kelompok menutup sesi dengan menegaskan bahwa candaan yang sehat adalah candaan yang membuat semua pihak merasa nyaman, sementara candaan yang membuat seseorang malu, sedih, takut, atau kehilangan rasa percaya diri sudah tergolong bullying dan harus dihindari. Kegiatan diakhiri dengan ucapan terima kasih dan doa bersama.

Hambatan Pelaksanaan

Secara umum kegiatan berjalan lancar, meski ada dua hal yang patut dicatat. Pertama, di awal tahap pembentukan beberapa peserta masih tampak kurang spontan, berbicara pelan, dan menghindari kontak mata kondisi yang berangsur membaik setelah ice breaking. Kedua, durasi 40 menit terasa cukup ke... main peran, debriefing yang mendalam, dan latihan... sional belum tergali secara maksimal.



Gambar 1. Sesudah Kegiatan Bimbingan dan Konseling Kelompok bersama Siswa/I SMP Muhammadiyah 57, Medan

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan ini memberi gambaran tentang bagaimana bimbingan kelompok dapat berfungsi sebagai sarana pencegahan bullying verbal sekaligus media penguatan karakter prososial siswa. Pembahasan berikut disusun berdasarkan empat hal: efektivitas tahapan bimbingan kelompok, peran teknik bermain peran dalam membangun empati, perubahan pemahaman dan komitmen perilaku siswa, serta implikasi dari hambatan yang ditemui.

Efektivitas Tahapan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Keempat tahap dalam bimbingan kelompok ini terbukti saling menopang satu sama lain. Hal ini sejalan dengan pandangan Prayitno (2017), yang menyebutkan bahwa keberhasilan bimbingan kelompok sangat ditentukan oleh seberapa tuntas setiap tahap dijalankan, karena masing-masing menjadi fondasi bagi tahap berikutnya. Tahap pembentukan yang dilakukan secara hangat melalui pengenalan dan ice breaking ternyata berperan besar dalam membangun suasana yang nyaman, yang pada akhirnya memengaruhi kualitas partisipasi siswa pada tahap-tahap selanjutnya. Hartinah (2022) menjelaskan bahwa aktivitas pencair suasana semacam ini berfungsi menurunkan kecemasan antarpribadi dan membangun kekompakan kelompok dua hal yang menjadi syarat agar diskusi bisa berjalan jujur dan produktif. Tanpa rasa percaya yang dibangun sejak awal, keterbukaan peserta pada tahap inti termasuk pengakuan pernah menjadi korban ejekan mungkin tidak akan muncul.

Peran Teknik Role Playing dalam Membangun Empati Afektif

Salah satu hal yang paling menarik dari kegiatan ini adalah bagaimana teknik bermain peran berhasil memicu perubahan sikap yang cukup nyata. Ketika KI 4 mengaku merasa tidak nyaman dan malu hanya karena memerankan korban, hal ini menjadi bukti bahwa sosiodrama mampu menghadirkan pengalaman emosional yang cukup kuat untuk membangkitkan empati pada peserta

lain yang mengamati. Winkel dan Hastuti (2013) menyebut mekanisme ini sebagai vicarious learning peserta yang mengamati ikut merasakan dampak emosional dari situasi yang diperankan, seolah mereka sendiri yang mengalaminya, tanpa harus benar-benar menghadapi situasi tersebut secara langsung.

Sesi debriefing setelah bermain peran bisa dikatakan sebagai inti dari seluruh kegiatan. Saat peserta diminta mengenali perasaan korban dan mengaitkannya dengan pengalaman nyata di kelas, terjadilah proses refleksi yang membuat mereka tidak lagi sekadar menonton, melainkan mulai mengevaluasi perilaku sosialnya sendiri. Hanum dan Karneli (2021) menemukan bahwa sesi debriefing dengan pertanyaan-pertanyaan reflektif jauh lebih berpengaruh terhadap perubahan sikap peserta dibandingkan penyampaian materi secara informatif semata. Temuan ini konsisten dengan apa yang terjadi di sini perubahan sikap yang paling terasa justru muncul saat peserta mulai membagikan pengalaman pribadinya, bukan saat mereka hanya mendengarkan penjelasan.

Pola Perubahan Pemahaman Kognitif dan Komitmen Perilaku

Pergeseran cara pandang peserta cukup terlihat sepanjang diskusi. Di awal kegiatan, sebagian peserta menganggap pemberian julukan dan ejekan fisik adalah hal yang biasa dalam pergaulan. Namun setelah bermain peran dan debriefing, pandangan ini berubah peserta mulai menyadari bahwa candaan berubah menjadi bullying ketika membuat orang lain sedih, dilakukan berulang-ulang, atau tetap dilanjutkan meski korban sudah menunjukkan ketidaknyamanannya. Coloroso (2007) menekankan bahwa memahami titik di mana teasing berubah menjadi bullying adalah kemampuan kognitif kunci yang harus dimiliki siswa, karena tanpa pemahaman ini mereka tidak akan bisa mengenali perilakunya sendiri sebagai sesuatu yang bermasalah.

Pada sisi komitmen perilaku, latihan kalimat asertif di akhir tahap inti memberikan hasil yang cukup konkret. Kemampuan peserta merumuskan kalimat seperti “Aku kurang nyaman kalau dipanggil seperti itu” menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil membekali mereka dengan keterampilan praktis, bukan sekadar pemahaman teori. Yusuf dan Nurihsan (2016) menyebutkan bahwa intervensi bimbingan kelompok yang berhasil adalah yang menghasilkan perubahan pada tiga aspek sekaligus: kognitif (pemahaman), afektif (sikap dan empati), dan konatif (keterampilan perilaku baru). Ketiga aspek ini tampak muncul dalam kegiatan ini, meski dengan kadar yang berbeda-beda pada setiap peserta.

Implikasi Hambatan terhadap Kualitas Layanan

Dua hambatan yang ditemui selama kegiatan ini layak dibahas lebih jauh. Sikap kurang aktif beberapa peserta di awal sesi sebenarnya bukan hal yang aneh dalam dinamika kelompok pada tahap awal, dan bukan tanda ketidaksiapan mereka. Tohirin (2015) menjelaskan bahwa pada tahap pembentukan, peserta memang masih dalam proses menilai apakah kelompok tersebut aman untuk berbagi secara terbuka. Karena itu, sikap kurang aktif di awal kegiatan adalah respons yang wajar, dan bisa diatasi dengan ice breaking yang lebih variatif serta disesuaikan dengan karakter masing-masing anggota.

Keterbatasan durasi 40 menit menjadi hambatan yang lebih terasa dari sisi kualitas layanan. Topik bullying yang menyentuh sisi emosional dan identitas sosial siswa membutuhkan waktu yang cukup agar eksplorasinya tidak terburu-buru (Prayitno, 2017). Agustina (2022) dalam kegiatannya mendapati bahwa sesi bimbingan kelompok bertema perilaku sosial yang berlangsung 45-60 menit memberi ruang yang lebih luas bagi peserta untuk menggali pengalaman dan memproses perubahan sikap. Karena itu, untuk kegiatan serupa ke depannya, durasi minimal 45 menit dengan pembagian waktu yang lebih proporsional per tahap akan sangat membantu.

Terlepas dari kedua hambatan tersebut, secara keseluruhan kegiatan ini menunjukkan

bahwa bimbingan kelompok yang dirancang dengan baik, memakai teknik bermain peran yang tepat, dan dijalankan dengan menjunjung asas kesukarelaan, keterbukaan, serta kerahasiaan, punya potensi nyata sebagai langkah pencegahan bullying verbal di SMP. Konteks SMP Muhammadiyah 57 Medan yang menjalankan program pembinaan akhlakul karimah dan penguatan karakter berbasis nilai keagamaan juga menjadi modal sosial tersendiri, karena nilai-nilai tersebut memberi dorongan tambahan bagi siswa untuk membangun hubungan yang lebih saling menghargai (Lubis, 2024; Wahyuni, Arsini, & Siregar, 2023).

KESIMPULAN

Kegiatan ini menggambarkan secara cukup mendalam bagaimana layanan bimbingan kelompok dijalankan sebagai upaya pencegahan bullying verbal pada siswa SMP Muhammadiyah 57 Medan. Berdasarkan hasil kegiatan yang diperkuat kajian literatur, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok yang disusun melalui empat tahap berurutan pembentukan, peralihan, inti, dan pengakhiran—dengan teknik bermain peran dan diskusi reflektif, cukup efektif sebagai upaya pencegahan bullying verbal yang menyentuh tiga aspek sekaligus: pemahaman tentang batas antara candaan dan bullying (kognitif), tumbuhnya empati terhadap korban (afektif), dan penguasaan kemampuan komunikasi asertif yang langsung bisa diterapkan (konatif).

Dinamika yang muncul selama kegiatan terutama pengalaman emosional saat bermain peran dan keterbukaan peserta dalam berbagi cerita pribadi pada sesi debriefing menunjukkan bahwa teknik sosiodrama memiliki nilai pedagogis yang lebih dari sekadar penyampaian informasi biasa. Asas kesukarelaan, keterbukaan, dan kerahasiaan yang ditanamkan sejak awal turut menciptakan suasana yang membuat siswa berani terlibat secara aktif, jujur, dan terbuka dalam menggali pengalaman serta membangun kesadaran bersama tentang pentingnya menghargai perasaan orang lain dalam pertemanan.

Dua hambatan yang ditemui, yaitu sikap kurang aktif sebagian peserta di awal sesi dan keterbatasan durasi 40 menit, menjadi catatan penting bagi mitra maupun pelaksanaan kegiatan serupa di masa depan. Variasi teknik pembuka suasana dan perpanjangan durasi menjadi minimal 45 menit disarankan untuk mengoptimalkan eksplorasi sisi emosional peserta. Bagi SMP Muhammadiyah 57 Medan, kegiatan ini diharapkan bisa menjadi salah satu model layanan yang dapat diterapkan secara berkelanjutan oleh Guru BK dalam menangani bullying verbal di sekolah. Untuk kegiatan pengabdian berikutnya, ada baiknya layanan bimbingan kelompok dengan tema serupa dilengkapi dengan tindak lanjut jangka menengah untuk memantau keberlanjutan perubahan perilaku siswa, serta mencoba teknik-teknik tambahan seperti behavioral contract atau self-monitoring agar dampaknya lebih terstruktur dan terukur.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Pengampu Mata Kuliah Praktik Bimbingan Konseling Kelompok, atas bimbingan, arahan, dan dukungan yang diberikan sejak tahap perencanaan hingga pelaksanaan kegiatan. Terima kasih juga disampaikan kepada pihak SMP Muhammadiyah 57 Medan, khususnya Bapak Zainal Arifin, S.Pd.I., M.Pd. selaku Kepala Sekolah yang telah memberikan izin pelaksanaan kegiatan, serta Ibu Yunita Harahap, S.Pd. selaku Guru Bimbingan dan Konseling sekolah yang telah memberikan dukungan dan koordinasi selama kegiatan berlangsung. Penghargaan yang tinggi juga diberikan kepada seluruh peserta didik yang telah berpartisipasi secara aktif dan terbuka

selama kegiatan, sehingga data dan temuan dalam artikel ini dapat diperoleh secara autentik dan bermakna.

DAFTAR REFERENSI

- Agustina, R. (2022). Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi perilaku menyontek pada siswa kelas XI. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 6(1), 45–57.
- Arsini, Y., Wahyuni, S., & Siregar, D. (2023). Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan interaksi sosial peserta didik di sekolah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 8(2), 115–123.
- Fiantika, F. R., Wasil, M., Jumiyati, S., Honesti, L., Wahyuni, S., Nuraini, S., & Purnomo, A. (2022). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Hanum, D., & Karneli, Y. (2021). Implementasi layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan self efficacy siswa yang berperilaku menyontek. *Prophetic Guidance and Counseling Journal*, 2(2), 71–80.
- Hartinah, S. (2022). Dinamika kelompok dalam layanan bimbingan kelompok: Kajian teoritis dan implikasi praktis. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(3), 1235–1244.
- Hasanah, H. (2017). Teknik-teknik observasi: Sebuah alternatif metode pengumpulan data kualitatif ilmu-ilmu sosial. *Jurnal at-Taqaddum*, 8(1), 21–46.
- Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah. (2025). *Data pendidikan SMP Muhammadiyah 57 Medan*. Jakarta: Kemendikdasmen.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 111 Tahun 2014 tentang bimbingan dan konseling pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah*. Jakarta: Kemendikbud.
- Lubis, V. I. (2024). Implementation of student akhlakul karimah development at SMP Muhammadiyah 57 Medan. *AR-RASYID: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 4(1), 55–68.
- Prayitno. (2017). *Layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno, & Amti, E. (2018). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sejiwa. (2008). *Bullying: Mengatasi kekerasan di sekolah dan lingkungan sekitar anak*. Jakarta: Grasindo.
- Tohirin. (2015). *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah berbasis integrasi* (Edisi revisi). Jakarta: Rajawali Pers.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. (2003). Jakarta: Sekretariat Negara.
- Wahyuni, A. A., Arsini, Y., & Siregar, A. R. (2023). Faktor penghambat pelaksanaan program bimbingan konseling di SMP Muhammadiyah 57 Medan. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(6), 374–378.
- Willis, S. S. (2017). *Konseling individual: Teori dan praktik*. Bandung: Alfabeta.
- Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2013). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2016). *Landasan bimbingan dan konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.