

## EFEKTIFITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *REINFORCEMENT* UNTUK KORBAN *BULLYING*

Zakiatun Nufus<sup>1</sup>, Zamratul Aini<sup>2</sup>, Riska Heni<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Bimbingan Konseling, Universitas Jabar Ghafur, Sigli

e-mail: [nnufus60@gmail.com](mailto:nnufus60@gmail.com), [zamratul@unigha.ac.id](mailto:zamratul@unigha.ac.id), [rizkahenny@unigha.ac.id](mailto:rizkahenny@unigha.ac.id)

Jurnal Psiko-Konseling  
Vol. 3 No. 1 Th 2024  
ISSN 2987-5048

### **ABSTRACT**

*This research aims to determine the effectiveness of group counseling using reinforcement techniques for victims of bullying at SMA Negeri 1 Mila. The research method used is quantitative in the form of experiments. The population of this study was all students of SMA Negeri 1 Mila, totaling 272 students, the sample obtained was 42 students. The results of statistical analysis show that the tcount value is  $\geq$  ttable ( $13.568 \geq 1.683$ ), the sig (2-tailed) value is smaller than the critical value of 0.005 ( $0.000 \leq 0.005$ ), this indicates that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. It can be concluded that group counseling using reinforcement techniques is effective in dealing with victims of bullying at SMA Negeri 1 Mila.*

**Keywords:** Reinforcement Counseling, Bullying Behavior

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok dengan teknik reinforcement untuk korban *bullying* di SMA Negeri 1 Mila. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif berupa eksperimen. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Mila yang berjumlah 272 siswa, sampel yang di peroleh sebanyak 42 siswa. Hasil analisis statistik, diperoleh nilai  $t_{hitung} \geq$  dari  $t_{tabel}$  ( $13,568 \geq 1,683$ ), nilai sig.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ( $0,000 \leq 0,005$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *reinforcement* efektif dalam menangani korban *bullying* di SMA Negeri 1 Mila.

**Kata kunci:** Konseling *Reinforcement*, Perilaku *Bullying*

### **PENDAHULUAN**

Sekolah sebagai lembaga pendidikan memang memiliki peran yang sangat penting untuk membantu mengembangkan potensi peserta didik, baik secara jasmani, rohani, maupun karakter. Namun Komisi Nasional Perlindungan Anak menyebutkan bahwa sepanjang tahun 2023 di Indonesia terjadi kenaikan angka kasus *bullying* pada pelajar sebanyak 1.138 dari kasus kekerasan fisik hingga psikis. Hasil studi ahli intervensi *bullying* mengungkapkan bahwa 10-60% siswa di Indonesia melaporkan mendapat ejekan, cemoohan, pengucilan, pemukulan, tendangan, ataupun dorongan, sedikitnya sekali dalam seminggu, sehingga hal tersebut bisa berdampak buruk bagi seseorang baik secara fisik maupun mental yang bisa

berefek dalam jangka panjang (Wiyani, 2012).

*Bullying* merupakan hasrat untuk menyakiti, yang diaktualisasikan dalam aksi sehingga menyebabkan seorang individu atau kelompok menderita. Korban yang di *bully* biasanya anak yang pendiam dan anak yang susah bergaul dengan teman di sekitarnya. Selain itu, korban *bullying* juga tidak berani melawan atau melapor kepada orang lain karena mendapat ancaman dari pelaku. Maka tidak jarang pelajar yang awalnya sangat bersemangat untuk pergi ke sekolah menjadi phobia sekolah (Astuti, 2008).

Dampak *bullying* tidak hanya dirasakan oleh para korban saja, pelaku *bullying* juga mendapat dampak yang negatif terhdap diri dan lingkungannya. Tanpa pelaku sadari akibat perbuatannya

menjadikan pelaku mempunyai rasa empati dan interaksi sosial yang minim, serta perilaku yang tidak normal. Pelaku *bullying* memiliki tingkat gangguan kesehatan mental terutama gejala emosional yang lebih tinggi dibandingkan korban *bullying* (Arifin, 2022)

Dampak yang dialami anak-anak yang menjadi korban tindak kekerasan biasanya kurangnya motivasi atau harga diri, mengalami problem kesehatan mental, mimpi buruk memiliki rasa ketakutan dan tidak jarang tindak kekerasan terhadap anak juga berujung pada terjadinya kematian pada korban *bullying*. Pada umumnya korban yang menerima perlakuan *bullying* tidak mau melapor kepada guru karena khawatir dan takut akan berakibat buruk jika korban melaporkannya (Ghicari, 2006).

Akibat lain yang didapatkan oleh korban *bullying* yaitu mendapatkan berbagai gangguan baik berupa kesejahteraan psikologis yang rendah (*low psychological well-being*) terdapat korban yang merasa kurang nyaman, tidak berani, tidak memiliki kepercayaan diri dan merasa kurang berharga dalam penyesuaian sosial yang buruk dimana korban tidak berani serta tidak mau sekolah dan menjauhkan diri dari pergaulan, sampai memiliki keinginan untuk bunuh diri (Gerda, 2013). Peran guru Bimbingan Konseling (BK) memang sangat penting dalam menanggulangi kasus *bullying* di sekolah (Gichara, 2006).

Oleh sebab itu guru BK memberikan pengaruh penting bagi seorang siswa, karena pada dasarnya keberhasilan layanan program bimbingan dan konseling ditinjau dari peningkatan kemandirian siswa, pentingnya bagi konselor untuk merancang strategi pemberian layanan bimbingan dan konseling terarah serta mudah dalam menangani permasalahan yang ada. Peran penting guru BK dalam menanggulangi kasus *bullying*, dapat menggunakan media

dan keterampilannya dalam merancang pelayanan yang komperhensif serta efisien agar dapat bersama-sama mengatasi *bullying* (Laia, 2022).

Konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feed back*) dan pengalaman belajar. Kata lain bahwa konseling kelompok sangat membantu individu dalam meningkatkan percaya diri karena didalam konseling kelompok anggota ikut berperan aktif agar proses konseling kelompok dapat berjalan dengan lancar (Latipun, 2008).

Menurut Komalasari (2011), penggunaan layanan konseling kelompok dapat membantu peserta didik dalam menghadapi segala kesulitannya. Salah satu alternative menggunakan konseling kelompok dengan teknik *Reinforcement* (penguatan).

Berdasarkan hasil observasi di SMA Negeri 1 Mila diperoleh data dari buku kasus bimbingan konseling, ditemukan bahwasannya masih ada korban *bullying* di SMA Negeri 1 Mila. Berdasarkan data catatan kasus milik Bimbingan Konseling SMA Negeri 1 Mila menunjukkan kasus *bullying* selalu terjadi tiap tahunnya, seperti *bullying* fisik, verbal, maupun psikologis. Temuan ini menyoroti kompleksitas kasus *bullying* di SMA Negeri 1 Mila dan menegaskan pentingnya langkah-langkah pencegahan untuk meminimalisir perilaku *bullying*. Jadi peneliti memilih lokasi penelitian di SMA Negeri 1 Mila karena temuan kasus *bullying* yang telah terdeteksi di sekolah tersebut. Keputusan ini didasarkan pada keinginan untuk menyelidiki lebih lanjut dampak, penyebab, dan cara penanggulangan kasus *bullying* di SMA Negeri 1 Mila.

## METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Desain *eksperimen* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan bentuk *One-Group pretest-posttest Design*. Teknik pengumpulan data dengan penyebaran kuesioner melalui *google form* dan dokumentasi serta observasi awal pada seluruh siswa.

Adapun pola yang diteliti yaitu  $O_1$ : Pengukuran perilaku *bullying* siswa sebelum diberikan konseling kelompok Teknik *Reinforcement*.  $X$ : Konseling kelompok teknik *Reinforcement*.  $O_2$ : Pengukuran perilaku *bullying* siswa sesudah diberikan perlakuan konseling kelompok teknik *Reinforcement*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Mila yang berjumlah 272 siswa. Dari jumlah populasi tersebut maka peneliti menentukan jumlah sampel yang mewakili populasi dalam penelitian ini adalah:

Bedasarkan perhitungan menggunakan rumus Slovin maka sampel dalam penelitian ini, yaitu :  $N$

$$n = \frac{1 + N (e^2)}{1 + 272 (0.02^2)}$$

$$n = \frac{1 + 272 (0.02^2)}{1 + 272 (0.02^2)}$$

$$n = \frac{1 + 5.44}{6.44}$$

$$n = 42 \text{ Orang}$$

## HASIL DAN PEMBAHASAN Hasil

### Analisis Instrumen

Adapun analisis Instrumen sesuai dengan data penelitian sebagai berikut:

### 1. Uji Validitas Instrumen

Adapun hasil uji tersebut adalah sebagai berikut:

**Tabel 1.** Hasil uji validitas instrumen

Variabel Item Pertanyaan	Pearson Correlation	Nilai r tabel	N	Ket
1	0.708**	0.279	42	Valid
2	0.693**	0.279	42	Valid
3	0.784**	0.279	42	Valid
4	0.613**	0.279	42	Valid
5	0.703**	0.279	42	Valid
6	0.698**	0.279	42	Valid
7	0.592**	0.279	42	Valid
8	0.668**	0.279	42	Valid
9	0.630**	0.279	42	Valid
10	0.636**	0.279	42	Valid
11	0.654**	0.279	42	Valid
12	0.708**	0.279	42	Valid
13	0.642**	0.279	42	Valid
14	0.604**	0.279	42	Valid
15	0.658**	0.279	42	Valid
16	0.638**	0.279	42	Valid
17	0.702**	0.279	42	Valid
18	0.597**	0.279	42	Valid
19	0.639**	0.279	42	Valid
20	0.628**	0.279	42	Valid
21	0.617**	0.279	42	Valid
22	0.612**	0.279	42	Valid
23	0.624**	0.279	42	Valid
24	0.614**	0.279	42	Valid
25	0.616**	0.279	42	Valid
26	0.629**	0.279	42	Valid
27	0.685**	0.279	42	Valid
28	0.737**	0.279	42	Valid
29	0.650**	0.279	42	Valid
30	0.708**	0.279	42	Valid

Sumber : Data Olahan SPSS (2024)

Hasil tersebut di atas menunjukkan bahwa butir-butir kuesioner dalam penelitian ini adalah valid hal ini ditunjukkan dengan nilai  $r_{hitung}$  (koefisien korelasi) pada masing-masing item lebih besar dari  $r_{tabel}$  (**0.279**), artinya seluruh butir pertanyaan dapat digunakan sebagai instrumen penelitian.

### 2. Hasil Uji Reabilitas Instrumen

Hasil uji Reliabilitas yang diperoleh melalui pengolahan data spss dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 2.** Hasil Uji Nilai Reliabel  
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.953	30

Sumber : Data Olahan SPSS (2024)

Berdasarkan tabel diatas, analisis reliabilitas uji kehandalan dapat diketahui Alpha untuk item pertanyaan variabel korban *bullying* diperoleh nilai Alpha sebesar 0,953, maka nilai r Alpha lebih besar dari nilai r tabel, yaitu 0,279, maka dapat disimpulkan nilai reliable tersebut di atas adalah reliable.

### 3. Uji Normalitas Instrumen

Hasil dari Uji Normalitas dalam penelitian ini dapat dilihat dari tabel dibawah ini:

**Tabel 3.** Uji Normalitas Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*

		One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
		Pretest	Posttest
N		42	42
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	104.6905	55.2143
	Std. Deviation	21.34100	15.42019
	Absolute Most Extreme Differences	.164	.109
	Positive	.164	.101
	Negative	-.129	-.109
Kolmogorov-Smirnov Z		1.062	.706
Asymp. Sig. (2-tailed)		.209	.701

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Sumber: Data Olahan SPSS (2024)

### 4. Uji Homogenitas Instrumen

Hasil dari Uji Homogenitas dalam penelitian ini dapat dilihat dari tabel dibawah ini:

**Tabel 4.** Uji Homogenitas Hasil *Pre-Test* dan *Post-test*

Test of Homogeneity of Variance				
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Perilaku Based on Mean	7.352	1	82	.008
<i>Bullying</i> Based on Median	4.046	1	82	.048
Based on Median and with adjusted df	4.046	1	71.680	.048
Based on trimmed mean	7.242	1	82	.009

Sumber: Data Olahan SPSS (2024)

Berdasarkan hasil uji homogenitas varian yang ditampilkan pada Tabel 4 diatas, terlihat bahwa nilai signifikansi (*Sig*) *Based on Mean* untuk hasil angket perilaku *bullying* adalah sebesar 0,008. Meskipun nilai ini lebih kecil dari 0,05, menurut kriteria pengambilan keputusan yang digunakan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa hasil *pretest* dan *posttest* memiliki varian yang sama atau homogen. Dengan demikian, salah satu syarat penting untuk melakukan uji *paired sample t-test*, yaitu homogenitas varian, telah terpenuhi.

### Hasil Analisis Data Penelitian

Adapun analisis data penelitian sebagai berikut: **5. Hipotesis Penelitian**

Hasil perhitungan uji hipotesis dapat dibaca pada tabel dibawah ini:

**Tabel 5.** Hasil uji *Paired sampel t-test*  
Paired Samples Test

Paired Differences							
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper		

P	Pretest	49.47	23.63	3.64	42.11	56.84	13.5	4	.000
air st -		619	156	643	208	030	68	1	
1 Posttest									
est									

Sumber: Data Olahan SPSS (2024)

Berdasarkan Tabel 5, diperoleh bahwa nilai  $t_{hitung}$  adalah 13,568, dengan *mean* sebesar 46,47619 dan rentang *confidence interval of the difference* antara 42,11208 hingga 56,84030. Nilai  $t_{hitung}$  kemudian dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  dengan derajat kebebasan ( $df$ ) = 41, sehingga didapatkan  $t_{hitung} \geq t_{tabel}$  ( $13,568 \geq 1,683$ ). Nilai signifikansi (*sig. 2-tailed*) lebih kecil dari nilai kritis 0,005 ( $0,000 \leq 0,005$ ), yang menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil nilai *pretest* dan *posttest*, yang berarti terdapat perubahan perilaku *bullying* pada siswa setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik *reinforcement*.

Berdasarkan ketentuan bahwa  $t_{hitung}$  harus lebih besar dari  $t_{tabel}$ , hasil perhitungan menunjukkan bahwa  $t_{hitung} > t_{tabel}$ . Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *reinforcement* efektif dalam menangani korban *bullying* di SMA Negeri 1 Mila. Efektivitas ini menunjukkan bahwa pendekatan konseling kelompok tidak hanya mengurangi tingkat perilaku *bullying*, tetapi juga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa yang menjadi korban *bullying*.

### **Pembahasan Penelitian Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Reinforcement* Terhadap Korban *Bullying***

Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan uji-t yang dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 17, diketahui bahwa nilai  $t_{hitung}$  menunjukkan

perbedaan yang signifikan, di mana  $t_{hitung}$  sebesar 13,568 lebih besar dari  $t_{tabel}$  yaitu 1,683 ( $13,568 \geq 1,683$ ). Berdasarkan kriteria pengujian,  $H_a$  diterima atau  $H_0$  berada pada daerah penolakan  $H_0$ . Hal ini menunjukkan adanya penurunan yang signifikan dalam tingkat perilaku *bullying* pada siswa setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan teknik *reinforcement*.

Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik *reinforcement* efektif untuk mengurangi perilaku *bullying* pada siswa di SMA Negeri 1 Mila diterima. Hasil analisis ini menggarisbawahi bahwa intervensi melalui konseling kelompok tidak hanya efektif secara statistik, tetapi juga relevan dalam konteks pendidikan, mengingat pentingnya menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan mendukung bagi siswa. Dengan demikian, teknik *reinforcement* dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari strategi penanganan *bullying* di sekolah untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dan sosial para siswa.

Tindakan *bullying* memiliki dampak yang sangat parah bagi korban, diantaranya kognitif, afeksi, serta konatif. Dampak kognitif yang dirasakan korban adalah hilangnya konsentrasi belajar sehingga menurunkan jumlah nilai dalam mata pelajaran. Sedangkan dampak dari afeksi korban akan merasa malu, pilu, marah dan dendam. Selanjutnya dampak dari konatif korban akan membalas dendam dengan memakai kekerasan atau mencari celah dan melakukan *cyberbullying* pada pelaku agar merasakan hal yang sama (Fanreza, 2023).

Di sisi lain, pelaku *bullying* juga berisiko menghadapi konsekuensi jangka panjang, seperti masalah dalam mengontrol emosi dan perilaku, kesulitan dalam membangun hubungan yang sehat, dan bahkan potensi terlibat dalam perilaku

agresif atau kenakalan lainnya di masa depan. Oleh karena itu, intervensi melalui konseling kelompok dengan teknik *reinforcement* tidak hanya bermanfaat bagi korban tetapi juga bagi pelaku, dengan tujuan membentuk lingkungan sekolah yang lebih aman dan harmonis serta mendukung perkembangan emosional dan sosial yang sehat bagi semua siswa (Susanto, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa konseling kelompok dengan teknik *reinforcement* efektif dalam menurunkan perilaku *bullying* di kalangan siswa. Konseling kelompok dengan teknik *reinforcement* membantu siswa memahami dampak negatif dari perilaku *bullying*, meningkatkan empati, dan membentuk perilaku positif melalui penguatan perilaku yang di inginkan (Muliastari, 2019).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Niken Sari (2019) yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Reinforcement untuk Mengurangi Perilaku *Bullying* (Penelitian Pada Siswa Kelas VII C SMP Muhammadiyah Tempuran Magelang Tahun Ajaran 2018/2019)”. Hasil dari penelitian Niken Sari menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *reinforcement* efektif dalam mengurangi perilaku *bullying* pada siswa kelas VII C di SMP Muhammadiyah Tempuran, Kabupaten Magelang, pada tahun ajaran 2018/2019.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran dampak yang dialami korban *bullying* di SMA Negeri 1 Mila antara lain penurunan kepercayaan diri, gangguan emosional, serta potensi penurunan prestasi akademik akibat ketidaknyamanan dan tekanan di lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil

penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa konseling kelompok dengan teknik *reinforcement* efektif dalam menurunkan perilaku *bullying* di kalangan siswa. Konseling kelompok dengan teknik *reinforcement* membantu siswa memahami dampak negatif dari perilaku *bullying*, meningkatkan empati, dan membentuk perilaku positif melalui penguatan perilaku yang di inginkan.

Setelah penulis menyimpulkan pembahasan dalam isi skripsi ini maka penulis menyampaikan saran-saran sebagai berikut:

Pihak SMA Negeri 1 Mila hendaknya dapat menambahkan kembali jam kepada guru Bimbingan dan Konseling untuk masuk kedalam kelas, untuk lebih mengoptimalkan pengaplikasian kinerja guru bimbingan dan konseling dalam pelaksanaannya untuk memberikan penanganan terhadap perilaku *bullying*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, P.R. 2008. *Meredam Bullying : 3 cara efektif menanggulangi kekerasan pada anak*. Jakarta: PT Grasindo.
- Azwar, S. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bu'ulolo, S., Zagoto, S. F. L., & Laia, B. (2022). Peran guru bimbingan dan konseling dalam mencegah *bullying* di SMA Negeri 1 Amandraya tahun pelajaran 2020/2021. *Counseling For All: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 53-62.
- Chakrawati, F. 2015. *Bullying Siapa Takut?*. Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri
- Margono. 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Hidayati, N. 2012. *Bullying pada Anak: Analisis dan Alternatif Solusi*. Gresik: Universitas Muhammadiyah Gresik.
- Jannah, M. (2009). Landasan pendidikan Universitas Negeri Padang .
- Putra Widoyo, Eko. 2014. *Penelitian Hasil Belajar Di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supranoto, H. (2015). Implementasi pendidikan karakter bangsa dalam SMA. *Jurnal Promosi*, 3(1), 3649.
- Sutoyo, Anwar. 2012. *Pemahaman Individu Observasi, Cheklis, Interviu Kuesioner, Sosiometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Siagian, Sondang. P. 2016. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Cetakan ke-24. Jakarta: Bumi Aksara