

**LAYANAN KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN BEHAVIOR
UNTUK MENGATASI PERILAKU *BULLYING* SISWA KELAS VIII
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 2 SAWANGAN KABUPATEN MAGELANG**

Fara Dila

Dra. Wahyu Murti Utami, M.Pd.

Drs. Dri Atmaka, M.Pd.

Prodi Bimbingan dan Konseling IKIP PGRI Wates

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui layanan konseling individu dengan pendekatan behavior dapat mengatasi masalah perilaku bullying siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Sawangan Tahun Ajaran 2023/2024. Subjek penelitian layanan konseling individu adalah sejumlah 2 orang yaitu siswa R dan siswa B kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Sawangan Tahun Ajaran 2023/2024. Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan mixed methods, bersifat kualitatif subjek penelitian berupa informan dan bersifat kuantitatif berupa angka hasil observasi. Teknik pengambilannya dengan purposive sampling yaitu, sumber data yang diperoleh sudah ditentukan oleh peneliti. Metode pengumpulan data dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Analisis data menggunakan teori Miller dan Huberman yang terdiri dari pengumpulan data (data collection), reduksi data (data reduction), penyajian data dan pengambilan kesimpulan. Setelah dilakukan analisis data dan pembatasan hasil penelitian maka dapat diambil kesimpulan bahwa pelaksanaan layanan konseling dengan pendekatan behavior untuk mengatasi perilaku bullying siswa memperoleh hasil: 1) assessment dengan mengidentifikasi penyebab dan gejala masalah perilaku bullying siswa, 2) goal setting dengan cara menentukan tujuan yang ingin dicapai dalam pelaksanaan konseling individu, 3) technique implementation dengan menggunakan teknik assertif training, aversion therapy, desensitisasi sistematis, kontrak perilaku, dan penguatan positif, 4) evaluation termination dengan cara melaksanakan evaluasi mengenai teknik dan pelaksanaan konseling individu, 5) feedback melakukan pemantauan untuk mengatasi masalah perilaku bullying siswa. Saran kepada siswa diharapkan dapat mempertahankan perubahan perilaku yang sudah dicapai dan diharapkan siswa dapat memanfaatkan dengan baik layanan konseling individu di sekolah. Saran kepada guru diharapkan untuk bekerjasama dengan petugas BK dalam mengatasi masalah siswa khususnya masalah bullying. Saran untuk pihak sekolah diharapkan dapat menciptakan suasana sekolah yang aman nyaman bagi siswa, serta diharapkan tetap melakukan koordinasi dengan petugas BK, wali kelas dan siswa untuk mengencarkan peraturan anti bullying.

Kata kunci: *Konseling, Behavior, Perilaku Bullying, Siswa SMP*

PENDAHULUAN

Perilaku *bullying* adalah perilaku kekerasan yang menyalahgunakan kekuasaan berlangsung secara terus-menerus kepada seseorang yang dirasa lemah dan tidak berdaya. Coloroso (2006: 7), menyatakan bahwa perilaku *bullying* dibedakan menjadi empat jenis yaitu: *bullying* fisik, *bullying* verbal, *bullying* relasional, dan *cyber bullying*. *Bullying* secara fisik dapat meliputi mendorong, mencubit, menjambak, mencekik, menjegal, menyikut, menghancurkan barang milik teman yang tertindas, meludahi, dan menampar. *Bullying* verbal meliputi memanggil menggunakan nama orang tua, mengejek, memfitnah, memanggil menggunakan julukan. *Bullying* relasional meliputi mendiamkan seseorang, sengaja mengucilkan seseorang, dan memanipulasi persahabatan, *cyber bullying* meliputi menyebarkan gosip yang tidak benar melalui jejaring sosial, mengirim pesan berisi ancaman melalui *platform chatting*.

Faktor pemicu terjadinya perilaku *bullying* yaitu adanya perbedaan kelas, tradisi senioritas, konflik dalam keluarga, situasi sekolah yang tidak harmonis, karakter individu/kelompok, dan persepsi yang salah atas perilaku korban (Ponny Retno dan Astuti, 2008: 4). *Bullying* akan memberikan dampak yang merugikan bagi pelaku dan korbannya. Berdasarkan dampak negatif perilaku *bullying* baik bagi pelaku maupun korban, maka intervensi terhadap pelaku *bullying* dianggap perlu dilakukan sedini mungkin, sebelum dampak tersebut lebih signifikan dari sebelumnya.

Menurut Sukardi, D.K. dan Kusmawati, N (2008: 62), layanan konseling individu yaitu pelayanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa (konseli/klien) mendapatkan pelayanan langsung tatap muka (secara perseorangan) dengan guru pembimbing (konselor) dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalah pribadi yang dideritanya. Sedangkan menurut Sudrajat (2011: 33), konseling individu atau konseling perorangan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan dengan wawancara konseling oleh konselor kepada konseli yang sedang mengalami suatu masalah, yang bermuara pada teratasinya masalah yang sedang dihadapi konseli. Menurut Willis (2010: 35), konseling individu yaitu bantuan yang diberikan konselor kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya siswa, mampu mengatasi masalahnya sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif.

Menurut Sudrajat (2011: 71), terapi kognitif behavior merupakan salah satu bentuk konseling yang bertujuan membantu konseli agar dapat menjadi lebih sehat, memperoleh pengalaman yang memuaskan, dan dapat memenuhi gaya hidup tertentu, dengan cara memodifikasi pola pikir tertentu. Menurut Winkel dan Sri Hastuti (2007: 19), konseling behavior yaitu proses konseling yang diharapkan mampu menghasilkan perubahan yang nyata khususnya pada perilaku yang dimiliki konseli. Corey (2010: 195), menyebutkan behaviorisme adalah suatu pandangan tentang tingkah laku manusia.

Layanan konseling individu dengan pendekatan behavior adalah sebuah proses konseling (bantuan) yang diberikan oleh konselor kepada klien menggunakan pendekatan-pendekatan tingkah laku (behavioral), dalam hal pemecahan masalah-masalah yang dihadapi serta dalam penentuan arah kehidupan yang ingin dicapai. Ciri dalam pendekatan menurut Surya (2003: 22), salah satunya yaitu keefektifan konseling dan hasil konseling yang dapat dinilai berdasarkan perubahan berupa perilaku-perilaku khusus di luar wawancara prosedur konseling. Konseling behaviorial bertujuan untuk memperoleh tingkah laku baru dengan cara menghilangkan perilaku yang tidak baik disertai tetap

mempertahankan perilaku yang diinginkan. Layanan konseling individu melalui pendekatan behavior menurut Komalasari (2011:157), memiliki tahap-tahap yaitu *assesment*, menentukan tujuan (*goal setting*), implementasi, evaluasi, dan umpan balik (*feedback*). Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pendekatan behavior merupakan sebuah pendekatan dalam proses konseling dengan sebutan konseling behavior yang berguna dalam membantu klien dalam memecahkan masalah secara interpersonal, membantu mengendalikan tingkah laku, serta menggunakan metode dan prosedur tertentu dengan harapan dapat menghasikan perubahan yang nyata pada perilaku konseli.

Menurut pendapat Coroloso (2003: 44) *bullying* merupakan suatu tindakan bermusuhan yang dilakukan secara sadar dan disengaja yang bertujuan untuk menyakiti, seperti menakuti melalui ancaman agresi dan menimbulkan teror. Rigby (dalam Ponny Retno dan Astuti, 2008: 2) merumuskan bahwa "*bullying*" merupakan hasrat untuk menyakiti. Hasrat ini diperlihatkan dalam aksi, menyebabkan orang lain menderita. Aksi ini dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab biasanya berulang dan dilakukan dengan perasaan senang. Menurut Budhi (2016: 1), *bullying* adalah penggunaan kekerasan, ancaman, atau paksaan untuk menyalahgunakan atau mengintimidasi orang lain. Perilaku ini mencakup pelecehan secara lisan maupun ancaman, kekerasan fisik yang dilakukan berulang kali kepada korban tertentu. Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku *bullying* adalah aktivitas seorang individu yang dilakukan secara sadar, terus-menerus dan berulang-ulang dengan tujuan untuk menyakiti secara emosional, fisik, terhadap seseorang ataupun sekelompok anak yang dianggap lemah sehingga korban merasa tertekan trauma dan tidak berdaya.

Assesment mencari gejala dan penyebab siswa memiliki perilaku *bullying*, *goal setting* menentukan tujuan bersama klien untuk mengatasi *bullying*, implementasi teknik konseling dengan pendekatan behavior untuk mengatasi *bullying*, evaluasi melakukan penilaian terhadap pelaksanaan konseling, *feedback* menganalisis langkah-langkah konseling yang telah dilaksanakan untuk mengatasi *bullying*. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti ditemukan terjadinya perilaku *bullying* di sekolah, salah satunya di SMP Negeri 2 Sawangan Kabupaten Magelang. Perilaku *bullying* yang terjadi meliputi memanggil teman menggunakan nama orang tua, mengejek teman yang memiliki kekurangan dalam segi fisiknya, menginjak kaki teman, menyebarkan gosip yang tidak benar melalui jejaring sosial, mengancam dengan tindak kekerasan terhadap teman, menyenggol bahu teman dengan sengaja dan mengejek guru yang kurang mereka sukai, serta siswa yang merasa populer dan berbuat semaunya.

Selain itu pelaksanaan layanan konseling individu di SMP Negeri 2 Sawangan Kabupaten Magelang belum berjalan dengan maksimal karena siswa belum mengetahui peran layanan konseling individu sehingga mereka menganggap bahwa layanan konseling individu hanya formalitas semata. Belum optimalnya layanan konseling individu yang dilakukan oleh guru BK karena hanya ada satu guru BK di sekolah sehingga dalam layanan konseling individu masih terbatas dalam penggunaan pendekatan dan teknik yang digunakan untuk mengatasi masalah perilaku *bullying* pada siswa.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis ingin mengadakan penelitian dengan judul "Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavior Untuk Mengatasi Perilaku *Bullying*

Siswa Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Sawangan Kabupaten Magelang Tahun Ajaran 2023/2024”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan *mixed methods* seperti yang dikemukakan oleh Sugiyono (2012: 404) bahwa *mixed methods* adalah suatu metode penelitian antara metode kualitatif dengan metode kuantitatif untuk digunakan secara bersama-sama dalam suatu kegiatan penelitian sehingga diperoleh data yang lebih komprehensif, valid, reliabel dan objektif.

Penentuan subjek penelitian dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Menurut Nasution (2006: 98), *purposive sampling* adalah sampel yang dipilih dengan cermat sehingga relevan dengan desain penelitian sehingga peneliti akan berusaha agar dalam sampel itu terdapat wakil-wakil dari segala lapisan populasi. Subyek dalam penelitian ini adalah petugas BK, wali kelas, dan siswa.

Menurut Arikunto (2010: 192), mengemukakan bahwa: “metode pengumpulan data meliputi wawancara, observasi, kuisisioner, dan dokumentasi”. Metode pengumpulan data. Dalam penelitian metode pengumpulan data dengan menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisa data dilakukan dengan mengikuti pola interaksi antara reduksi data, *display* data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Assessment ciri-ciri siswa yang memiliki perilaku *bullying*, *bullying* fisik yaitu siswa yang memukul, menendang, mendorong, mengancam dengan tindak kekerasan disebabkan karena tidak dapat mengendalikan emosi dan bercanda berlebihan menggunakan fisik,. *Bullying* verbal yaitu siswa yang memanggil teman menggunakan nama julukan maupun menggunakan nama orang tua disebabkan karena ikut-ikutan teman dan karena keunikan yang dimiliki teman. *Cyber bullying* yaitu siswa yang mengirim pesan menggunakan ancaman menyakitkan melalui *platform chatting* disebabkan karena belum memahami cara mengirim pesan yang sopan dan baik melalui *platform chatting*. *Bullying* mental yaitu siswa yang memandang merendahkan kepada teman disebabkan karena merasa lebih berkuasa dan lebih bertanggung jawab di kelas.

Goal setting, tujuan siswa yaitu ingin menghilangkan perilaku *bullying* pada dirinya yaitu ingin membentuk perilaku baru yaitu dapat untuk dapat menghilangkan perilaku *bullying* fisik dengan mengendalikan emosi, dapat mengendalikan diri untuk bercanda yang sewajarnya. Menghilangkan perilaku *bullying* verbal dengan memanggil teman menggunakan nama asli bukan julukan maupun menggunakan nama orang tua. Menghilangkan perilaku *cyber bullying* dengan dapat mengirim pesan melalui *platform chatting* yang tidak mengandung ancaman maupun paksaan. Menghilangkan perilaku *bullying* mental dengan ingin dapat merangkul teman dengan baik tanpa memandang dengan merendahkan maupun membeda-bedakan teman.

Technique implementation, teknik konseling behavior yang dapat digunakan untuk mengatasi *bullying* fisik adalah *assertif training*, kontrak perilaku, *desensitisasi sistematis*, *aversion therapy*, *reinforcement* positif. Teknik konseling yang digunakan untuk mengatasi *bullying* verbal yaitu dengan *assertif training*, *aversion therapy*, *reinforcement* positif, kontrak perilaku. Teknik konseling yang digunakan untuk mengatasi *cyber bullying* yaitu

dengan teknik *homework* dan *reinforcement* positif. Teknik yang digunakan untuk mengatasi *bullying* mental yaitu *aversion therapy*, *homework*, *reinforcement* positif.

Evaluation termination, hasil evaluasi dari petugas BK, wali kelas, peneliti terhadap siswa menunjukkan bahwa siswa sudah dapat mengendalikan emosinya, siswa sudah dapat bercanda dengan wajar tidak menggunakan fisik, siswa sudah tidak memanggil teman menggunakan nama julukan maupun nama orang tua, siswa sudah tidak mengirim pesan menggunakan ancaman menyakitkan melalui *platform chatting*, dan siswa sudah tidak memandang yang merendahkan kepada temannya.

Feedback, hasil analisa langkah-langkah konseling individu dengan pendekatan behavior untuk mengatasi perilaku *bullying* yaitu *feedback* siswa setelah diberikan layanan konseling individu meliputi dapat mengendalikan emosinya, siswa sudah dapat bercanda secara wajar tidak menggunakan fisik, siswa sudah dapat membiasakan diri memanggil teman menggunakan nama aslinya, siswa sudah dapat mengirim pesan yang tidak berisi ancaman menyakitkan melalui *platform chatting*, dan siswa sudah dapat memandang teman tanpa merendahkan, sehingga siswa sudah dapat menghilangkan perilaku *bullying* pada dirinya setelah diberikan layanan konseling individu dengan pendekatan behavior.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diperoleh bahwa layanan konseling individu dengan pendekatan behavior dapat mengatasi perilaku *bullying* pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Sawangan Kabupaten Magelang tahun ajaran 2023/2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Budhi, S.. (2016). *Kill Bullying (Hentikan Kekerasan Di Sekolah)*. Banjarmasin:CV. Penerbit Aritaka.
- Corey, G. (2010). *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Coroloso, B. (2003). *Penindas, Tertindas, dan Penonton*. Jakarta: Serambi.
- Komalasari, G.dkk. (2011). *Teori dan Praktek Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Nasution. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Ponny R., Astuti. (2008). *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak*. Jakarta: Grasindo.
- Sudrajat, A. (2011). *Mengatasi Masalah Siswa Melalui Konseling Individual*. Yogyakarta: Paramita Publishing.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, DK. Dan Kusmawati, N. (2008). *Proses Bimbingan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Surya, M. (2003). *Teori-Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Willis, SS. (2010). *Konse ling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.

Winkel, WS. Dan Hastuti S. (2007). *Bimbingan dan Konseling di Instuti*. Yogyakarta: Media Abadi.