

EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITAS UNTUK MEREDUKSI PERILAKU *BULLYING VERBAL*

Amelia Sholihat Nurodin² Faisal Rahmat³

¹Institut Ummul Quro Al-Islami Bogor, Indonesia

²Institut Ummul Quro Al-Islami Bogor, Indonesia

³Institut Ummul Quro Al-Islami Bogor, Indonesia

Jl. Moch Noh Nur Nomor 112, Leuwiliang, Bogor, Jawa Barat, Indonesia

e-mail: ameliasolihat@gmail.com nurodin@iuqibogor.ac.id faisal.rahmat@iuqibogor.ac.id

Naskah Masuk: 13-11-2023, direvisi: 20-12-2023, diterima: 22-12-2023, dipublikasi: 30-12-2023

ABSTRAK

Rendahnya pengetahuan tentang *bullying verbal* menjadi salah satu penyebab siswa melakukan bullying. Bullying kebanyakan dianggap sebagai hal lumrah dan biasa di lingkungan sekitar. Penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan pendekatan dalam mereduksi perilaku bullying verbal dengan pendekatan realitas. Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif Eksperimen dengan desain One Group Pre-test and Post-test. Dilaksanakan di SMA Unggulan Mafazah pada bulan Maret-Juni 2023, fokus pada 6 siswa kelas XI dengan perilaku bullying verbal tinggi dan sedang. Konseling Kelompok Pendekatan Realita dilakukan dalam 6 sesi dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, kuesioner, dan dokumentasi. Hasil penelitian setelah melakukan pre-test menunjukkan kecenderungan tinggi perilaku bullying verbal pada keenam konseli. Setelah intervensi, post-test menunjukkan penurunan skor, menandakan efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Realita dalam mereduksi perilaku tersebut. Grafik skor pre-test dan post-test dari keenam siswa menunjukkan perubahan signifikan, mengindikasikan perbaikan perilaku. Kesimpulannya, Konseling Kelompok Pendekatan Realita berperan efektif dalam mereduksi perilaku bullying verbal siswa.

Kata Kunci: *Efektivitas, Pendekatan Realita, Kekerasan Verbal Bullying.*

ABSTRACT

Bullying behavior. Bullying is often perceived as normal and commonplace in the surrounding environment. This research aims to describe the approach in reducing verbal bullying behavior through a reality-based approach. The study utilizes a Quantitative Experimental method with a One Group Pre-test and Post-test design. Conducted at Mafazah High School from March to June 2023, the focus is on 6 11th-grade students with high and moderate levels of verbal bullying behavior. Reality-Based Group Counseling is carried out in 6 sessions with data collection techniques including observation, questionnaires, and documentation. The research results after the pre-test indicate a high tendency for verbal bullying behavior in all six counselees. After the intervention, the post-test shows a decrease in scores, indicating the effectiveness of Reality-Based Group Counseling in reducing such behavior. The pre-test and post-test score graphs of the six students demonstrate significant changes, indicating behavioral improvement. In conclusion, Reality-Based Group Counseling plays an effective role in reducing students' verbal bullying behavior..

Keywords: *Effectiveness, Reality Approach, Verbal Bullying Violence.*

PENDAHULUAN

Rendahnya pengetahuan tentang perilaku bullying verbal menjadi salah-satu penyebab siswa melakukan perilaku tersebut. Banyak siswa yang menganggap bahwa perilaku tersebut hanyalah sebuah candaan dan hal yang lumrah di kalangan anak-anak maupun lingkungan sekitar. Dikutip dari CNN Indonesia, di 30 negara, satu dari tiga anak muda menjadi korban perundungan, menurut data tahun 2018 dari UNICEF. Efek dari perundungan ini membuat sebagian besar korban membolos atau bahkan putus sekolah karena takut akan kekerasan. Angka yang diungkapkan oleh Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) menunjukkan bahwa lebih dari 246 juta anak menjadi korban kekerasan berbasis gender di lingkungan sekolah dan masyarakat. Satu dari tiga siswa mengalami intimidasi dan kekerasan fisik. Separuh anak muda di dunia melaporkan mengalami kekerasan teman sebaya di sekolah.

Di Indonesia terdapat kasus yang akhir-akhir ini sempat viral karena terdapat video perilaku tidak senonoh terhadap remaja yang terjadi di salah satu kota metropolitan di Indonesia, dalam rekaman tersebut, seorang murid pria meletakkan helm di kepala korban, lalu secara bergantian, pelaku mengarahkan tendangan ke kepala korban hingga akhirnya korban terjatuh. Kasus tersebut sudah ditangani pihak terkait dan pemerintah setempat. Bullying adalah suatu permasalahan yang dampaknya harus ditanggung oleh semua pihak. Baik itu pelaku bullying, korban ataupun orang yang menyaksikan tindakan tersebut. Kasus bullying akan merugikan semua pihak yang terkait. Bagi korban, tindakan bullying akan membuatnya ketakutan, merasa tidak percaya diri, bahkan putus asa. Adapun bagi orang yang menyaksikannya akan berdampak tumbuhnya rasa ketakutan karena merasa takut akan menjadi sasaran berikutnya atau bahkan secara perlahan akan mengakibatkan menurunnya rasa peduli terhadap orang lain. Begitu pula pelaku bullying, semakin sering berbuat hal tidak terpuji tersebut maka perlahan pelaku akan terbiasa menyakiti orang lain dan akan berdampak buruk ketika pelaku tumbuh dewasa sehingga bisa saja pelaku menjadi penjahat karena perbuatannya yang terus menerus dilakukan.

Bullying adalah tindakan yang dilakukan oleh seorang atau sekelompok orang secara berulang-ulang baik berupa perkataan atau perbuatan yang menyebabkan tekanan pada orang lain. Barbara Coloroso (Barbara Coloroso, 2005) mendefinisikan bullying sebagai suatu tindakan agresif yang dilakukan secara sengaja dan sadar dengan tujuan untuk menyakiti, seperti menimbulkan ketakutan melalui intimidasi atau ancaman serangan. Tindakan terencana atau spontan, baik terlihat maupun hampir tidak terlihat, dapat dilakukan di depan atau di belakang punggung seseorang. Tindakan ini mudah dideteksi atau disembunyikan dan dapat dilakukan oleh satu atau beberapa anak. Barbara Coloroso mengklasifikasikan jenis-jenis bullying ke dalam empat kategori. Pertama, intimidasi verbal mencakup pemanggilan nama, hinaan, fitnah, kritik kejam, hinaan, rayuan atau pelecehan seksual, aksi terorisme, surat ancaman, tuduhan palsu, gosip, dan sebagainya. Dari ketiga bentuk perundungan tersebut, perundungan verbal dianggap sebagai salah satu bentuk perundungan yang paling banyak dilakukan. Perilaku verbal ini seringkali menjadi titik awal perilaku intimidasi selanjutnya dan dapat menjadi langkah awal menuju kekerasan yang lebih ekstrim. Kedua, perundungan fisik meliputi tindakan seperti memukul, menendang,

Cons-Iedu: Islamic Guidance and Counseling Journal



[Creative Commons Attribution 4.0 International License.](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

menampar, mencekik, menggigit, mencakar, meludah, dan merusak atau menghancurkan barang milik anak korban.

Meskipun penindasan fisik adalah bentuk yang paling terlihat dan mudah diidentifikasi, hal ini lebih jarang terjadi dibandingkan jenis penindasan lainnya. Remaja yang sering melakukan intimidasi fisik sering kali merupakan remaja yang sangat bermasalah dan mungkin beralih ke perilaku kriminal yang lebih ekstrem. Ketiga, intimidasi antarpribadi melibatkan pengurangan harga diri korban melalui tindakan sistematis seperti pengabaian, pengucilan, dan penghindaran. Perilaku ini dapat mencakup tindakan tersirat seperti pandangan mata yang agresif, tatapan singkat yang menyinggung, desahan, cibiran, dan bahasa tubuh yang merendahkan. Bentuk perundungan seperti ini seringkali sulit dikenali oleh pihak luar. Perilaku intimidasi mencapai puncaknya pada tahap awal masa remaja, ketika remaja mengalami perubahan fisik, mental, emosional, dan seksual. Masa ini adalah masa dimana remaja berusaha memahami dirinya sendiri dan beradaptasi dengan teman sebayanya.

Keempat, penindasan elektronik adalah jenis penindasan yang terjadi melalui sarana elektronik seperti komputer, telepon seluler, Internet, situs web, ruang obrolan, email, dan SMS. Umumnya, perilaku bullying jenis ini bertujuan untuk mengintimidasi korbannya dengan menggunakan teks, animasi, gambar, rekaman video, atau film yang mengandung unsur intimidasi, merugikan, atau menyinggung. Bullying elektronik biasanya dilakukan oleh sekelompok remaja yang akrab dengan teknologi informasi dan media elektronik lainnya. menurut Rigby (Rigby, 2008) memberikan penjelasan rinci mengenai unsur-unsur yang termasuk dalam konsep bullying. Hal ini tidak hanya mencakup penggunaan kekerasan, tetapi juga keinginan untuk menyakiti, perilaku negatif, ketidakseimbangan kekuasaan, pengulangan atau pengulangan, kepuasan yang dirasakan pelaku, dan perasaan ditindas. Saat berada di bawah tekanan, ia mengalami pengorbanan. Oleh karena itu, dalam konteks bullying, kita perlu memperhatikan dua aspek, yaitu peran pelaku dan peran korban.

Ciri-ciri korban bullying seringkali mencakup aspek-aspek seperti kelemahan fisik, kurang percaya diri, dan tidak diterima oleh banyak orang. Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang tidak populer di sekolah mungkin menganggap ejekan, ejekan, dan pelecehan dari teman sekelas mereka sebagai hal yang sangat serius, dan bahkan sebagai ancaman dan serangan fisik, sebagaimana pandangan Newman dan Murray (Newman, R. S., & Murray, 2005) konsisten. Siswa yang tidak populer mempunyai risiko yang lebih tinggi untuk menjadi korban perundungan dibandingkan siswa populer, apalagi jika guru tidak memperhatikan kondisi siswa dan tidak memberikan bantuan atau solusi kepada siswa yang menjadi korban perundungan.. Biasanya perilaku ini dilakukan oleh orang yang memiliki banyak pengaruh bagi lingkungannya atau lebih berkuasa atas seseorang. Dalam kasus bullying, beberapa peneliti menyebutkan peningkatan depresi, agresi penurunan nilai akademik dan kasus bunuh diri yang paling ditakuti menjadi dampak dari bullying. Siswa adalah generasi penerus bangsa, jika tidak dididik dengan baik tentu merugikan bangsa ini. Dengan demikian perilaku bullying tidak akan lagi ditemukan dimanapun dan kasus bullying akan hilang dari sekolah, jika siswa diajari tentang dampak bullying. Dengan mengajarkan dampak



perilaku bullying siswa akan mencintai temannya dan akan timbul rasa gotong royong, serta akan menyatukan mereka yang sebelumnya memiliki rasa takut sehingga memiliki rasa percaya diri untuk bergaul dengan siapapun di lingkungan sekolah. Insiden bullying di sekolah sering kali kurang disadari, padahal dampaknya bisa sangat serius bagi korbannya, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek, korban bullying dapat mengalami kecemasan, ketakutan pergi ke sekolah, isolasi sosial, rendah diri, depresi, bahkan stres yang dapat berujung pada bunuh diri.

Dalam jangka panjang, dampaknya dapat mencakup masalah gangguan emosional dan perilaku. Fakta-fakta tertentu menunjukkan dampak serius bullying. Sebagai contoh, Pada tahun 2005, seorang gadis berusia 13 tahun ditemukan gantung diri setelah diejek oleh teman-teman sekelasnya saat membuat bubur. Pengalaman serupa juga dialami Linda Utami, mahasiswa tahun kedua di Jakarta. Dia ditemukan tewas setelah menderita depresi akibat diejek oleh teman sekolahnya karena tidak naik kelas. Kenapa kasus bullying di sekolah sering diabaikan? Pertama, dampaknya tidak selalu terlihat secara langsung, terutama dalam bentuk kekerasan non-fisik yang banyak korban enggan melaporkan karena takut, malu, atau terancam. Kedua, banyak kasus bullying dianggap sebagai bercandaan biasa yang tidak dianggap serius, terutama ejekan verbal. Mungkin orang tua dan guru percaya bahwa peringatan sudah cukup untuk menyelesaikan masalah, tanpa menyadari dampak psikologis yang ditimbulkan pada korban. Ketiga, pengetahuan yang kurang memadai tentang bullying membuat sebagian orang tua dan guru tidak menyadari adanya masalah serius di sekitar mereka. Sedangkan secara etimologis, bully bermakna menindas dan mengganggu individu yang lebih lemah. Istilah bullying kemudian merujuk pada perilaku agresif yang terjadi secara berulang-ulang, di mana individu atau kelompok menyerang orang atau kelompok lain yang lebih rentan dengan tujuan melukai mereka baik secara fisik maupun mental. Bullying dapat mengambil bentuk kekerasan fisik (seperti memukul, menampar, atau mencederai), kekerasan verbal (seperti ejekan, olok-olok, atau cacian), dan kekerasan mental atau psikis (seperti ancaman, intimidasi, atau pengucilan), atau kombinasi dari ketiganya. Dalam Islam sendiri Islam memandang bullying adalah perbuatan tercela. Hal ini didasarkan pada ayat Al-Qur'an yang menjelaskan secara rinci larangan berkata kotor, mengolok-olok orang lain, atau berperilaku buruk kepada orang lain. Salah satu ayat yang menjelaskan hal ini dapat ditemukan dalam Q.S. Al-Hujurat ayat 11, Allah swt. Secara tegas melarang hambanya, orang-orang yang beriman dari mengolok-olok orang lain karena boleh jadi yang diperolok lebih baik dari yang mengolok-olok. Baik itu mengolok-olok dengan panggilan yang tidak baik maupun dengan kata-kata kotor juga mengejek atau mencela orang lain dengan kekurangan fisik atau lainnya. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku bullying tidak dibenarkan dalam Islam, bahkan Allah swt. menyebut orang-orang tersebut apabila tidak bertaubat tergolong sebagai orang yang zalim.

Berdasarkan definisi tersebut, bullying terjadi terutama karena dua faktor. Pertama, terdapat ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku intimidasi yang lebih dominan dan korban yang lebih rentan. Ketidakseimbangan ini dapat terwujud dalam perbedaan ukuran tubuh, kekuatan fisik, jumlah pelaku dan korban, kemampuan berbahasa, gender, status sosial, dan kompleks superioritas. Uniknya, bullying dibedakan dari bentuk kekerasan lainnya oleh keberadaan ketidakseimbangan

Cons-Iedu: Islamic Guidance and Counseling Journal



[Creative Commons Attribution 4.0 International License.](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

kekuatan dan pola intensitas yang berulang. Dalam konflik di mana kekuatan antara pihak terlibat seimbang, mereka memiliki kemampuan untuk menyatakan pendapat, menawarkan solusi, atau mencapai kompromi. Namun, dalam kasus bullying, ketidakseimbangan kekuatan menghambat kemampuan pelaku dan korban untuk menyelesaikan konflik, sehingga perilaku ini terjadi secara berulang. Oleh karena itu, penyelesaian bullying seringkali memerlukan campur tangan pihak ketiga, seperti guru atau orangtua, untuk melibatkan diri.

Kedua, terdapat penyalahgunaan ketidakseimbangan kekuatan tersebut demi kepentingan pelaku. Hal ini dapat berupa dorongan untuk menunjukkan keunggulan atau keunggulan, keuntungan ekonomi, atau sekadar kepuasan diri dengan melihat orang lain tunduk. Oleh karena itu, dalam mengatasi bullying, perlu dipahami bahwa pelaku memanfaatkan ketidakseimbangan kekuatan untuk mencapai tujuan mereka, yang melibatkan gangguan, serangan berulang, atau pengucilan terhadap individu lain. Peristiwa bullying juga terjadi di SMA Unggulan Mafazah Leuwiliang Bogor. Berdasarkan wawancara dengan guru pembimbing dan korban dari pelaku bullying verbal, terdapat beberapa orang siswa yang sering terlibat dalam kasus bullying verbal yang perkataannya mengakibatkan sakit hati pada teman-temannya dan merasa tidak nyaman berada di lingkungan sekolah. Perilaku bullying di sekolah menjadi sebuah hal menakutkan bagi korban dan tidak jarang siswa bolos sekolah hanya karena takut dan menghindari dari perkataan pelaku yang membuat sakit hati korban. Lembaga pendidikan adalah tempat untuk menuntut ilmu. Kejadian tersebut akan mengakibatkan banyak pihak yang dirugikan, baik itu bagi korban, pelaku maupun orang-orang di sekitarnya.

Anak-anak yang melakukan intimidasi lebih besar kemungkinannya untuk tumbuh menjadi penjahat dibandingkan anak-anak yang tidak melakukan intimidasi. Adapun dalam rangka memperbaiki, memecahkan hambatan dan masalah tersebut diperlukan nasihat secara terstruktur dan berpegang teguh pada nilai-nilai layanan bimbingan dan konseling islam. Semua jenis program konseling yang ada dituntut untuk dapat membantu berbagai tantangan dan permasalahan akademik dan non akademik yang dihadapi oleh siswa, karena dalam kehidupan nyata semua siswa tidak dapat lepas dari kesulitan, dan tidak semua orang mampu mengatasi kesulitannya sendiri sehingga bimbingan dan konseling menjadi penting, karena merupakan salah satu program yang dapat digunakan.

Ada beberapa pendekatan yang dapat digunakan individu untuk mengatasi perilaku agresif, salah satu layanan tersebut adalah konseling kelompok pendekatan realita. Konseling melibatkan interaksi saling berbagi antara seorang konselor dan klien. Dinamika ini terjalin dalam konteks profesional dan bertujuan memberikan bantuan kepada mereka yang mencari panduan untuk mengatasi masalah mereka. Hubungan timbal balik antara konselor dan orang yang diajak berkonsultasi tetap terjalin secara berkesinambungan. Sebab, proses konsultasi tidak mungkin hanya dilakukan satu kali saja. Beberapa ahli memberikan definisi yang berbeda-beda tentang konseling. Gibson & Mitchell (Gibson & Mitchell, 2004) mendefinisikan konseling sebagai bentuk dukungan pribadi yang berfokus pada pertumbuhan dan adaptasi



pribadi sekaligus memenuhi kebutuhan pemecahan masalah dan pengambilan keputusan. McLeod (McLeod, S. & Crowe, 2018) menunjukkan bahwa konseling bukan sekedar peristiwa antara dua individu, namun merupakan institusi sosial yang berakar pada budaya masyarakat modern. Konseling dianggap sebagai hubungan profesional yang menekankan pada proses eksplorasi, pemahaman, dan penemuan identitas.

Prayitno dan Amti (H. Prayitno, 2015) mendefinisikan konseling sebagai suatu pendekatan terhadap orang yang menghadapi permasalahan (konselor) kepada profesional (konselor) dengan tujuan memecahkan dan mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh penerima konseling, yaitu suatu proses pemberian dukungan melalui sesi konseling. Mereka menekankan bahwa konseling pada dasarnya adalah hubungan yang saling membantu (Bruce Shertzer, 1980). Definisi-definisi tersebut dengan demikian memperjelas bahwa konseling tidak hanya merupakan interaksi antara dua individu, tetapi juga mencakup aspek sosial dan budaya dalam masyarakat modern. Konseling dianggap sebagai proses profesional yang mendukung pertumbuhan pribadi, adaptasi, dan pemecahan masalah melalui hubungan mendalam antara konselor dan konseli. Artinya hubungan antara konselor dan konsultan dalam proses konseling merupakan salah satu bentuk pendampingan profesional dan mempunyai identitas tersendiri. Jika kita berbicara tentang profesionalisme dalam konteks konsultasi, berarti ahli (konsultan) menerapkan keahliannya dan menggunakan teknik konsultasi tertentu dalam percakapan khusus dengan orang yang meminta nasihat. Tujuan dari pertemuan ini adalah untuk membantu konselor mengatasi masalah, kontradiksi, dan konflik yang mereka alami dengan lebih efektif. Hubungan konseling yang menolong mempunyai ciri-ciri tertentu: (1) Arti dan kegunaan. (2) Sesi konseling menekankan aspek emosional. (3) Menunjukkan integritas pribadi dalam pertemuan. (4) Ditetapkan berdasarkan kesepakatan bersama antara pemberi nasihat dan penerima nasihat. (5) Terjadi karena orang yang didukung memerlukan informasi, pembelajaran, nasihat, dukungan, pengertian, atau perhatian dari orang lain. (6) meliputi komunikasi dan interaksi; (7) Melibatkan kolaborasi. (8) Sertakan dalam hubungan orang-orang yang mudah dihubungi atau didekati. (9) Perubahan adalah tujuan utama.

Sedangkan konseling kelompok Menurut George dalam Nursalim Hariastuti (Mochamad Nursalim, 2014) dapat diartikan sebagai suatu proses dinamis yang berfokus pada kesadaran terhadap pemikiran dan perilaku, dengan orientasi pada realitas, pembersihan jiwa, saling percaya, pemeliharaan, pemahaman, penerimaan, dan bantuan. Fungsi-fungsi ini dikembangkan dan dipertahankan melalui interaksi di dalam kelompok kecil, dengan kontribusi gagasan dan pandangan dari setiap anggota kelompok dan konselor. Seperti yang dijelaskan oleh Kusnanto dan Nurihsan (Mardhiyyah & Indriani, 2018) juga menyampaikan bahwa konseling kelompok merupakan upaya untuk membantu individu dalam suatu kelompok untuk tujuan preventif dan kuratif, namun juga fokus untuk mendorong perkembangan dan pertumbuhan individu. Konseling kelompok pendekatan realitas dikembangkan oleh William Glasser, seorang psikolog dari California. Dalam pendekatan ini, konsultan bertindak proaktif dan bersifat manajerial serta didaktik.



Menurut Glassers-Coley (Syamsul Yusuf, 2016), dasar dari terapi realitas adalah untuk memenuhi kebutuhan psikologis dasar klien, seperti kebutuhan untuk mencintai dan dicintai, serta kebutuhan untuk memahami diri sendiri dan orang lain (termasuk kebutuhan untuk merasa berguna bagi keduanya). Dalam konseling realita dinyatakan bahwa perilaku manusia adalah reaksi yang berasal dari kebutuhan internal, sedangkan dalam kebanyakan konseling lain menyatakan perilaku dipengaruhi oleh kejadian yang berasal dari luar (eksternal). Menurut Gerald Corey, terapi realitas adalah suatu sistem yang berfokus pada perilaku saat ini. Terapis berperan sebagai guru dan panutan, mengkonfrontasi klien dengan cara yang memungkinkan mereka menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan dasar mereka tanpa merugikan diri sendiri atau orang lain. Menurut Wubbolding (Robert E. Wubbolding, 2013) konseling realitas berasumsi bahwa orang didorong oleh kekuatan yang ada dalam dirinya, bukan kekuatan yang datang dari luar. Berdasarkan pendapat di atas, kita dapat menyimpulkan bahwa Reality Approach adalah layanan konsultasi yang berfokus pada kejadian terkini dan bukan pada kejadian 1-2 tahun yang lalu.

Konseling realita berbasis membantu para klien dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar psikologisnya tanpa mengganggu atau merugikan orang lain. Menurut Corey (Gerald Corey, 1988) konseling realitas mempunyai lima karakteristik: Pertama, menekankan pilihan dan tanggung jawab; Konseling realitas menekankan pentingnya pilihan pribadi dan tanggung jawab dalam perilaku. Karena individu lah yang menentukan tindakannya sendiri, maka individu tersebut harus bertanggung jawab atas tindakan yang dipilihnya. Oleh karena itu, konselor harus membantu individu mengenali fakta bahwa mereka bertanggung jawab atas tindakan mereka. Oleh karena itu, konselor dapat menggunakan hubungan untuk mengajari klien bagaimana berinteraksi dengan orang lain dalam kehidupan mereka. Transferensi merupakan cara konselor dan konselor menghindari menjadi diri sendiri dan tidak memiliki apa yang dilakukannya. Ketiga, fokus konseling adalah pada masa kini. Beberapa konselor datang ke konseling dengan keyakinan bahwa penyebab masalah mereka terletak pada masa lalu mereka dan bahwa mereka perlu memperbaiki masa lalu agar konseling dapat membantu mereka. Glasser mengakui bahwa individu terbentuk oleh pengalaman masa lalu mereka, tetapi ia menegaskan bahwa mereka tidak sepenuhnya terikat oleh masa lalu kecuali jika mereka memilih untuk mengadopsi peran sebagai korban masa lalu. Dalam pandangan Glasser, gagasan untuk memahami dan memperbaiki masa lalu agar masa kini berhasil tidaklah diperlukan.

Menurutnya, kesalahan yang terjadi di masa lalu tidak memiliki relevansi dengan keadaan sekarang, dan kita dapat memenuhi kebutuhan saat ini. Meskipun demikian, pendekatan realitas tidak mengabaikan sepenuhnya peran masa lalu. Jika konseli ingin membahas prestasi masa lalu atau hubungan yang positif dari masa lalu, konselor akan memberikan perhatian karena hal-hal tersebut mungkin memiliki dampak pada situasi saat ini. Konselor akan meluangkan waktu yang cukup untuk merenungkan kegagalan konselor di masa lalu untuk meyakinkan konseli bahwa konselor tidak menolaknya. Keempat, hindari terlalu fokus pada gejala perilaku bermasalah. Dengan berfokus pada gejala perilaku bermasalah, klien dapat



menghindari kenyataan bahwa hubungan mereka saat ini mungkin tidak memuaskan. Oleh karena itu, konselor tidak boleh menghabiskan terlalu banyak waktu pada masalah perilaku itu sendiri, karena masalah hanya akan bertahan sampai ketidakpuasan hubungan atau ketidakpuasan kebutuhan dasar teratasi. Dalam tantangan kelima terhadap pandangan tradisional mengenai kesehatan mental, konselor realitas menolak pandangan tradisional bahwa orang dengan gejala masalah fisik dan psikologis dapat dianggap menderita penyakit mental. Dr Glasser memperingatkan risiko perawatan psikiatris, dengan mengatakan hal itu dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental. Beberapa ciri di atas dapat digunakan oleh konsultan untuk menerapkan pendekatan realitas dengan baik dan sesuai dengan karakteristiknya sehingga pendekatan realitas dapat berjalan efektif.

Pada tahap pelaksanaan konseling kelompok, konselor dapat melakukan intervensi terhadap anggota kelompok yang sedang mengalami krisis, terutama untuk mengatasi perasaan cemas yang mungkin mengganggu proses konseling kelompok. Pada tahap awal intervensi, konselor berasumsi bahwa anggota lain mungkin mempunyai perasaan serupa dan mendorong anggota untuk mengungkapkan ketakutannya. Tujuannya adalah untuk membantu anggota kelompok mengeksplorasi dan memahami perasaan cemas yang muncul. Peran konselor dalam transisi kelompok mencakup intervensi yang berfokus pada eksplorasi emosi yang mungkin mengganggu dinamika kelompok selama proses konseling. Lebih lanjut, intervensi konselor dalam proses konseling kelompok didasarkan pada pemahaman dan kesadaran terhadap situasi kelompok saat ini.

Tugas konselor yang berkaitan dengan proses kelompok terutama berkaitan dengan perilaku dan norma kelompok, dan hal ini didasarkan pada kenyataan bahwa anggota kelompok dan pemimpin kelompok bertanggung jawab untuk memastikan efektivitas proses konseling. Pemimpin kelompok menggunakan berbagai teknik terapi untuk mencoba membuat dampaknya lebih efektif dan efisien, sementara anggota kelompok memfasilitasi perubahan. Salah satu hal yang perlu diperhatikan konselor adalah tingkat kepercayaan pada tahap pelaksanaan konseling kelompok. Anggota kelompok mungkin menjadi pasif dan menarik diri karena meragukan kemampuan penasihat dan pemimpin kelompoknya. Dalam proses konseling kelompok, anggota kelompok dipaksa untuk mengambil keputusan: apakah akan tertutup atau terbuka, jujur atau berlebihan, spontan atau terkendali, menerima atau menolak, menyatukan atau memecah belah.

Anggota kelompok diharapkan mempelajari perilaku dan kecakapan hidup baru serta mempraktikkannya dalam sesi kelompok di luar kelompok. Langkah-langkah konseling kelompok bertujuan untuk mewujudkan perubahan perilaku klien. Perubahan positif diharapkan dapat diwujudkan melalui dinamika kelompok. Dalam sesi konseling kelompok, kami bertujuan untuk membuka pikiran yang terbatas, mengatasi konflik, memberikan umpan balik, meningkatkan persatuan dan universalitas, meningkatkan harapan, mendorong pengambilan risiko dan kepercayaan. Anda dapat menggunakan berbagai teknik, termasuk memperkuat kesehatan mental Anda melalui keterbukaan dan penerimaan, katarsis dan kesejahteraan spiritual,



elemen kognitif, komitmen terhadap perubahan, eksperimen, dan humor positif. Tahap akhir konseling kelompok berfokus pada proses integrasi dengan anggota kelompok dan mengembangkan strategi penerapan hasil konseling kelompok dalam kehidupan sehari-hari. Fase ini mencakup waktu bagi anggota kelompok untuk berbagi dan mengungkapkan pengalamannya selama sesi konseling.

Menurut Winkel (Mulkiyah, 2017) terdapat asas-asas dalam konseling kelompok yang harus dijalankan. Adapun asas-asas konseling kelompok yaitu asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, asas keterbukaan, asas kegiatan, asas kenormatifan, dan asas kekinian. Yang pertama asas kerahasiaan, segala sesuatu yang dibicarakan dalam forum konseling kelompok baik oleh anggota kelompok maupun konselor tidak boleh disampaikan kepada orang lain. Anggota kelompok maupun konselor agar mampu menjaga kerahasiaan antar anggota kelompok dalam konseling kelompok. Jadi semua hal yang dibicarakan dalam konseling kelompok harus dirahasiakan oleh masing-masing anggota kelompok dan konselor. Kedua asas Kesukarelaan, dalam proses konseling tidak adanya keterpaksaan agar konseli dapat mengutarakan semua permasalahannya, untuk itu dalam konseling kelompok perlu adanya asas kesukarelaan baik dalam kehadiran, pendapat, usulan ataupun tanggapan dari anggota kelompok agar anggota mengutarakan masalah dan pendapatnya dengan tenang tanpa kecemasan dan tanpa adanya unsur pemaksaan. Ketiga asas keterbukaan, Keterbukaan anggota kelompok sangat diperlukan agar tidak adanya keraguan dan kekhawatiran antar anggota kelompok.

Keempat asas kegiatan, hasil layanan konseling kelompok tidak akan berarti jika tidak adanya kegiatan yang berlangsung dalam konseling kelompok. Pemimpin kelompok atau konselor harus menciptakan suasana nyaman dimana anggota dapat berpartisipasi dalam kegiatan yang bertujuan untuk meringankan permasalahan klien. Prinsip normativitas yang kelima menyatakan bahwa dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus mampu menghargai orang lain. Jika ada yang ingin menyampaikan pendapat, sebaiknya anggota lain menanyakannya terlebih dahulu. Dengan kata lain, tidak ada seorangpun yang akan memperdebatkan hal tersebut. Sesuai dengan enam prinsip kehadiran, maka permasalahan yang dibahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat hadir. Artinya, permasalahan yang dibicarakan adalah permasalahan yang ada saat ini yang berdampak mendesak terhadap efektivitas kehidupan sehari-hari dan memerlukan solusi segera, dan bukan permasalahan dua tahun lalu atau masa lalu.

Demi berjalannya konseling secara efektif, maka perlu penanaman asas dalam layanan konseling kelompok tersebut seperti pernyataan diatas, agar anggota atau konseli bisa lebih mudah mengeluarkan persoalan yang sedang dialaminya. Dalam konteks layanan konseling kelompok, tujuannya adalah memberikan bantuan kepada mereka yang mencari pertumbuhan dan kesehatan mental yang lebih baik. Dalam pandangan Gazza, konseling kelompok diartikan sebagai proses interaksi dinamis yang melibatkan pertukaran perasaan dan pikiran secara verbal. Tujuan utamanya adalah mengubah perilaku dan sikap serta mencapai citra diri yang positif pada tingkat individu. Konseling kelompok mengacu pada konsultasi di mana 5 sampai 12 siswa



(penasihat) dan rekannya (penasihat) bekerja sama untuk meringankan masalah dan mengembangkan potensi klien dalam suasana kelompok.

Dengan mengikuti konseling kelompok, klien memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang dirinya, lingkungannya, permasalahan yang dihadapi, kelebihan dan kekurangannya, serta kemungkinan solusi untuk mengatasi permasalahannya. Selain itu, klien dapat lebih menerima pendapat orang lain dan meningkatkan kemampuannya berkomunikasi secara efektif dengan teman. Seperti beberapa penelitian sebelumnya yang menggunakan layanan konseling kelompok untuk mereduksi bullying, pendekatan konseling realita berbasis kearifan lokal Jawa untuk mereduksi perilaku bullying di kalangan remaja. Penelitian-penelitian ini telah menguji pengaruh penggunaan teknik ini terhadap perilaku maladaptif remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok realita dapat secara signifikan mengurangi perilaku ini. Namun penelitian tersebut tidak secara spesifik dan mendalam membahas peranan konseling kelompok dalam mengatasi perilaku maladaptif remaja, khususnya dalam pandangan Islam pada kekerasan verbal pelaku bullying. Sehingga penelitian ini menjadi penting untuk menganalisis implementasi dari penerapan pendekatan konseling kelompok pendekatan realita untuk mereduksi kekerasan verbal pelaku bullying berlandaskan konseling Islami. Subjek penelitian ini yaitu 6 orang siswa pelaku bullying verbal di SMA Unggulan Mafazah Leuwiliang Bogor.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Islam Mafazah Barengkok Leuwiliang Bogor, Jawa Barat, Indonesia, dengan waktu pelaksanaan dari bulan Maret hingga Juni 2023 (lihat Jadwal Penelitian Terlampir). Menggunakan desain penelitian eksperimen one group pretest-posttest, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi terhadap perilaku verbal bullying pada enam siswi kelas XI SMA Unggulan Mafazah yang cenderung memiliki perilaku agresif. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket perilaku bullying dan wawancara dengan wali kelas, guru pembimbing siswa, dan korban bullying. Perilaku bullying yang menjadi fokus adalah perilaku verbal, seperti mengolok-olok teman dan berkata kasar. Data sekunder dari penelitian sebelumnya, seperti jurnal dan skripsi, digunakan sebagai referensi.

Metode pengumpulan data melibatkan observasi langsung ke lokasi penelitian di SMP Mafazah Leuwiliang Bogor untuk memperoleh data kunjungan. Kuesioner digunakan sebagai instrumen utama dengan skoring dilakukan berdasarkan jumlah jawaban yang dipilih oleh responden. Skor tersebut memberikan gambaran umum tingkat perilaku verbal bullying sebelum dan sesudah intervensi, dengan skor ideal dan pembagian dalam kelas interval. Penelitian ini bersifat kuantitatif dan menggunakan uji prasyarat analisis untuk memastikan kelanjutan analisis data hipotesis. Penelitian ini memiliki pendekatan kuantitatif yang didasarkan pada pengumpulan dan analisis data numerik untuk menjawab pertanyaan penelitian. Langkah awal dalam proses analisis data ini melibatkan pemeriksaan uji prasyarat, yang bertujuan untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan memenuhi persyaratan analisis hipotesis. Uji prasyarat ini mencakup pemeriksaan distribusi normalitas, homogenitas varians, dan asumsi lain yang relevan untuk metode statistik yang akan digunakan. Pemastian kelanjutan

Cons-Iedu: Islamic Guidance and Counseling Journal



[Creative Commons Attribution 4.0 International License.](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

analisis data hipotesis ini menjadi krusial untuk memastikan validitas dan keabsahan temuan penelitian. Setelah memastikan bahwa data memenuhi prasyarat, penelitian dilanjutkan dengan penerapan teknik analisis statistik yang sesuai, seperti uji-t, analisis varians (ANOVA), atau uji regresi, tergantung pada desain penelitian dan sifat pertanyaan penelitian. Dengan demikian, pendekatan kuantitatif ini tidak hanya mengedepankan pengumpulan data yang akurat tetapi juga menekankan pada ketelitian dalam menganalisis data untuk menghasilkan temuan yang dapat diandalkan dan signifikan secara statistik. Uji validitas dilakukan dengan teknik korelasi antara skor tiap butir dan skor total angket. Uji reliabilitas menggunakan rumus Alpha Cronbach untuk mengukur konsistensi data angket. Uji hipotesis dilakukan menggunakan Statistik Deskriptif, yaitu statistik yang digunakan untuk menganalisis data tanpa membuat kesimpulan umum atau generalisasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menyajikan hasil penelitian berdasarkan deskripsi variabel dan pengujian hipotesis. Pembahasan ini mencakup temuan-temuan penelitian yang dikaitkan dengan landasan teori yang relevan. Penyebaran instrumen penelitian guna mencari validitas dilakukan di dua tempat yaitu pada kelas XI di SMA Unggulan Mafazah dan pada kelas XI di SMA Bina Cendekia, dengan total keseluruhan responden berjumlah 46 orang. Penyebaran instrumen berbentuk angket disebarakan kepada 46 responden guna mencari validitas dengan nilai r tabel untuk 46 responden adalah 0.291. Bagian ini menyajikan hasil penelitian berdasarkan deskripsi variabel dan pengujian hipotesis. Pembahasan ini mencakup temuan-temuan penelitian yang dikaitkan dengan landasan teori yang relevan. Berdasarkan hasil uji validitas diketahui bahwa seluruh instrumen yang dimulai dari variabel semua memberikan nilai sebesar 0,291 (r hitung lebih besar dari r tabel). Oleh karena itu, 31 pernyataan yang ditentukan memberikan informasi yang valid secara keseluruhan karena r hitung lebih besar dari r tabel.

Uji reliabilitas ini menghasilkan skor sebesar 2,912. Karena nilai Cronbach alpha $> 0,60$ yaitu $0,913 > 0,60$ maka nilai tersebut dinyatakan reliabel. Jika nilai Cronbach's alpha lebih besar dari 2,62 maka kuesioner dapat dinyatakan reliabel. Sebaliknya jika nilai Cronbach alpha kurang dari 0,60 maka dapat dinyatakan tidak reliabel, menurut Sujarweni. Sebelum diberikan intervensi, peneliti melakukan observasi serta wawancara kepada pembimbing siswa kelas XI untuk mengetahui bagaimana situasi awal perilaku verbal bullying yang terjadi di kelas tersebut. Selain kepada pembimbing, peneliti juga mewawancarai beberapa temannya yang menjadi salah satu korban dari perilaku verbal bullying beberapa siswi kelas XI. Dari hasil wawancara tersebut terdapat beberapa orang yang sering berperilaku kasar dengan perkataannya dan tidak jarang perkataan tersebut membuat sakit hati para korban verbal bullying. Setelah melakukan wawancara terhadap narasumber dan hasil yang dilaporkan oleh subjek, peneliti mengidentifikasi situasi verbal bullying kemudian mengembangkan intervensi berupa pretest dengan menggunakan instrumen penelitian yang diuji validitas dan reliabilitasnya.



Gambaran umum tentang tingkat keparahan perilaku intimidasi. Penelitian ini mengidentifikasi siswa yang terlibat dalam intimidasi. Perilaku bullying di kalangan pelajar yang diidentifikasi dalam penelitian ini adalah perundungan secara verbal, hal ini sesuai dengan pandangan Yayasan Semai Jiwa Insani (SEJIWA) yang mengatakan bahwa tindakan tersebut dapat dikenali melalui pendengaran. Berteriak, menjerit, mempermalukan orang lain, menyalahkan, bersorak, bergosip, memfitnah, dan menolak di depan umum. Mendeskripsikan pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan realistik. Setelah melakukan pengukuran awal terhadap perilaku bullying verbal siswa, peneliti memberikan treatment berupa konseling kelompok dengan pendekatan dunia nyata yang diduga mampu mengurangi perilaku bullying. Konseling kelompok adalah konseling individual yang dilakukan secara berkelompok. Glasser dan Zarina menyarankan bahwa terapi realitas dapat diterapkan pada berbagai masalah perilaku dan emosional, dan Corey menyimpulkan bahwa terapi realitas cocok untuk menangani perilaku kriminal pada individu remaja dan dewasa yang dilembagakan. Perilaku bullying verbal yang terjadi di kalangan siswa dapat diatasi melalui penggunaan layanan konseling kelompok yang realistik. Penerapan pendekatan realitas didasarkan pada pernyataan Glasser bahwa pendekatan realitas berfokus pada perilaku saat ini dan bukan pada masa lalu. Pendekatan yang digunakan memanfaatkan cara pandang konselor sebagai role model/guru yang berperan memberikan wawasan, pemahaman, dan bimbingan kepada konselor. Dalam penelitian ini siswa mendapat perlakuan berupa pendekatan realitas. Hal ini dilakukan dalam delapan tahap. Konselor menunjukkan komitmen terhadap orang yang mencari nasihat, fokus pada perilaku saat ini, memeriksa keseluruhan perilaku orang yang mencari nasihat, dan mengevaluasi atau mengevaluasi nasihat tersebut. Pencari tersebut merencanakan dan berjanji untuk bertindak secara bertanggung jawab, namun tidak menerima permintaan maaf atau tindak lanjut yang timbul dari alasan konselor dan pendapat Thompson.

Pada penelitian ini peneliti memilih 6 anggota kelompok untuk pemberian konseling kelompok terkait bullying. Pada pertemuan tersebut peneliti memberikan pemahaman tentang pemenuhan keinginan dan kebutuhan diri sendiri tanpa mengganggu atau merugikan orang lain. Pendekatan konseling kelompok realita dapat mengurangi verbal bullying kelas XI di SMA Unggulan Mafazah pada 6 anggota kelompok eksperimen atau anggota konseling. Layanan konseling kelompok pendekatan realita merupakan solusi untuk mengurangi perilaku verbal bullying. Konseling kelompok pendekatan realita perlu diaplikasikan di sekolah untuk membantu mengurangi perilaku verbal bullying yang sering terjadi di sekolah pada khususnya dan permasalahan lainnya pada umumnya, sehingga siswa mampu menjadi pribadi yang lebih baik. Gambaran umum perilaku kekerasan verbal bullying sebelum dilakukannya intervensi yaitu mengindikasikan bahwa anggota konseli memiliki rasa kepedulian yang rendah terhadap orang lain sehingga menunjukkan kekerasan verbal bullying ada dan terjadi pada anggota konseling. Berikut ini adalah gambaran perilaku *verbal bullying* sebelum diberikan intervensi:

Tabel 1
Tabulasi pretest



Variabel	No	Indikator	MQ	HS	SK	NS	RA	SN	Jumlah Skor
			Pre-test	Pre-test	Pre-test	Pre-test	Pre-test	Pre-test	
Konseling Kelompok	1	Mandiri	9	6	8	8	8	6	45
	2	Pemahaman	12	10	11	8	12	8	61
	3	Pencegahan	12	13	12	9	10	8	64
	4	Pengembangan	9	12	11	14	10	9	65
Verbal Bullying	5	Mengejek	11	11	10	10	12	10	64
	6	Mempermalukan	12	7	9	11	10	8	57
	7	Menuduh	11	9	10	11	10	11	64
		Mengancam	12	13	12	7	7	9	60
Total			88	81	83	78	79	69	478

Dari tabel diatas, terdapat 5 konseli berada dalam kategori tinggi dan 1 orang dalam kategori sedang sesuai pengisian angket verbal bullying. Data diatas adalah data yang diambil sebelum diberikannya intervensi atau hasil pre-test anggota kelompok konseling. Anggota konseli dengan jumlah 6 orang dengan skor 45 pada kategori mandiri, pemahaman dengan skor 61, pencegahan dengan skor 64, pengembangan dengan skor 65. Sedangkan pada variabel bullying dengan kategori mengejek memiliki skor 64, mempermalukan 57, menuduh 64 dan mengancam dengan skor 60. Mereka merasa bahwa hal tersebut adalah hal yang lumrah karena umum terjadi di kalangan masyarakat pada umumnya. Namun setelah diberikannya pemahaman mengenai perilaku tersebut konseli merasa bersalah dan merasa diperhatikan dan bersedia untuk memperbaiki kesalahan yang selama ini mereka lakukan. Berdasarkan hasil penelitian mengenai efektifitas konseling kelompok pendekatan realita untuk mereduksi kekerasan verbal pelaku bullying kelas XI di SMA Unggulan Mafazah. Skor yang diperoleh saat pelaksanaan pre-test oleh konseli AN, MQ, SH, SK, NS, RA, dan SN menunjukkan beberapa indikator mengalami permasalahan perilaku verbal bullying yang perlu ditangani. Program intervensi ini dilaksanakan di SMA Unggulan Mafazah Leuwiliang Bogor, intervensi dilaksanakan sebanyak 6 sesi dalam kurun waktu sekitar 2 minggu yang dimulai sejak 5 Juni sampai dengan 19 Juni 2023. Durasi waktu yang direncanakan 45 menit dalam satu sesi.

Namun setelah dilaksanakan intervensi sebagai bentuk perlakuan dari konseling kelompok pendekatan realita skor dari indikator yang mengalami permasalahan verbal bullying menunjukkan peningkatan ke arah yang lebih positif. Peningkatan ini dapat diartikan sebagai respons yang menggembirakan terhadap metode intervensi yang diterapkan. Anggota konseli, setelah mengikuti sesi konseling kelompok pendekatan realita, mungkin berhasil mengidentifikasi dan mengatasi pola perilaku verbal bullying yang sebelumnya mungkin tidak mereka sadari. Interaksi dalam kelompok konseling, didukung oleh pendekatan realita, mungkin telah memberikan kesempatan bagi anggota konselor untuk memahami dampak negatif dari perilaku verbal bullying dan merangsang perubahan positif. Situasi perilaku anggota



konseling kelompok pendekatan realita setelah diberikan intervensi peneliti dapatkan dari hasil post-test setelah pelaksanaan intervensi, hasil post-test tersebut akan menunjukkan perilaku verbal bullying setelah dilakukan intervensi :

Tabel 2
Hasil post-test

Variabel	No	Indikator	MQ	HS	SK	NS	RA	SN	Jumlah Skor
			Post-test	Post-test	Post-test	Post-test	Post-test	Post-test	
Konseling Kelompok	1	Mandiri	6	6	7	5	8	7	39
	2	Pemahaman	9	7	7	7	8	5	43
	3	Pencegahan	9	7	8	7	9	7	47
	4	Pengembangan	11	7	9	4	6	10	47
Verbal Bullying	5	Mengejek	8	5	8	8	8	5	42
	6	Mempermalukan	8	6	7	4	5	7	37
	7	Menuduh	7	7	7	7	8	7	43
	8	Mengancam	8	6	6	5	6	4	35
Total			66	51	59	47	58	52	333

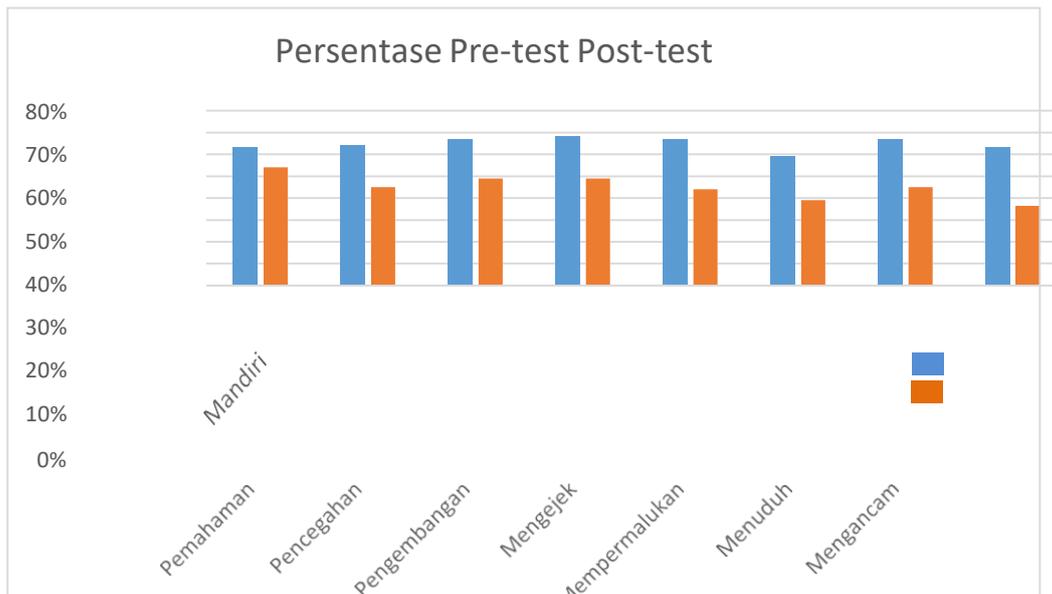
Dari tabel diatas dapat diketahui hasil setelah diberikannya intervensi kepada 6 anggota konseling kelompok realita. Hasil post-test tersebut menyatakan bahwa 3 konseli berada dalam kategori sedang dan 3 konseli berada dalam kategori rendah. MQ dengan total skor 66 dan berada dalam kategori sedang, adapun HS dengan total skor 51 berada dalam kategori rendah, SK dengan total skor 59 dalam kategori sedang, NS dengan total skor 47 dengan kategori rendah, sedangkan RA dengan total skor 58 dengan kategori sedang, dan SN dengan total skor 52 dalam kategori rendah. Anggota konseli dengan jumlah 6 orang dengan skor 39 pada kategori mandiri, pemahaman dengan skor 43, pencegahan dengan skor 47, pengembangan dengan skor 47. Sedangkan pada variabel bullying dengan kategori mengejek memiliki skor 42, mempermalukan 37, menuduh 43 dan mengancam dengan skor 35. Menurut Sugiyono, statistik deskriptif secara teknis tidak ada uji signifikansi, tidak ada taraf kesalahan, dikarenakan peneliti tidak bermaksud untuk membuat generalisasi, sehingga tidak ada kesalahan generalisasi, oleh karena itu melihat dari hasil grafik pre-test dan post-test yang dilakukan peneliti kepada enam konseli an. MQ, SH, SK, NS, RA, dan SN dengan skor keseluruhan awal pre-test 478 serta keseluruhan nilai post-test 333 hal ini menunjukkan peningkatan perilaku menjadi lebih positif dari verbal bullying menjadi perilaku yang lebih peduli lagi terhadap orang lain.

Perbandingan hasil pre-test dan post- test dan dapat dinyatakan adanya penurunan yang cukup baik setelah kelompok konseling diberikan intervensi. Jumlah skor MQ dengan total skor awal atau pre-test 88 dalam kategori tinggi menurun menjadi total skor 66 dalam kategori sedang, jumlah skor HS dengan total skor pretest 81 dalam kategori tinggi dan mengalami penurunan setelah diberikannya intervensi dengan total skor post-test 51 dalam kategori rendah, adapun jumlah skor awal atau pre-test SK dengan total 83 dalam kategori tinggi mengalami penurunan dengan hasil post-test 59 dalam kategori sedang, NS dengan jumlah skor pre-test 78 dalam kategori tinggi mengalami penurunan dengan total skor post-test 47 dalam kategori rendah, RA



dengan jumlah skor awal pre-test 79 dalam kategori tinggi mengalami penurunan menjadi skor post-test 58 dalam kategori sedang, dan SN dengan skor awal pre-test 69 dalam kategori sedang mengalami penurunan dengan hasil post-test 52 dalam kategori rendah. Anggota konseli dengan jumlah 6 orang dengan skor awal pre- test 45 atau 63% dan skor post-test 39 atau 54% pada kategori mandiri, pemahaman dengan skor pre-test 61 atau 64% menjadi 43 atau 45% hasil post-test, pencegahan dengan skor pre-test 64 atau 67% menjadi 47 atau 49% hasil post-test, pengembangan dengan skor pre-test 65 atau 68% menjadi 47 atau 49% dari hasil post-test.

Grafik hasil pre-test dan post-test



Sedangkan pada variabel bullying dengan kategori mengejek memiliki skor pre-test 64 atau 67% menjadi 42 atau 44%, mempermalukan dengan skor awal 57 atau 59% menjadi 37 atau 39%, menuduh dengan skor awal 64 atau 67% menjadi 43 atau 45% dan mengancam dengan skor awal 60 atau 63% menjadi 35 atau 36%. Sebagian besar skor yang diisi oleh keenam subjek penelitian atau anggota kelompok konseling menunjukkan penurunan skor yang signifikan. Ini menunjukkan adanya perubahan perilaku ke arah yang lebih baik lagi dan anggota konseli berhati-hati dalam berperilaku khususnya dalam verbal bullying. Beberapa indikator yang memiliki nilai skor tinggi saat pre-test menunjukkan penurunan menjadi skor yang sedang dan rendah setelah diberikan perlakuan intervensi yaitu konseling kelompok pendekatan realita dan dapat dikatakan H0 ditolak dan H1 diterima. Berdasarkan hasil penelitian, terlihat bahwa terdapat perubahan yang signifikan dalam skor pada berbagai variabel yang diukur setelah diberikan intervensi konseling kelompok pendekatan realita. Secara khusus, skor MQ, HS, SK, NS, RA, dan SN mengalami penurunan setelah intervensi. Selain itu, anggota konseli juga menunjukkan perubahan dalam kategori mandiri, pemahaman, pencegahan, dan pengembangan setelah intervensi.

Pada variabel bullying, terdapat penurunan skor pada kategori mengejek, mempermalukan, menuduh, dan mengancam setelah intervensi. Penurunan skor ini dapat diartikan sebagai indikasi bahwa intervensi konseling kelompok pendekatan realita memberikan dampak positif dalam mengurangi perilaku bullying, khususnya verbal bullying, pada anggota konseli. Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil tersebut adalah bahwa intervensi konseling kelompok pendekatan realita efektif dalam

Cons-Iedu: Islamic Guidance and Counseling Journal



membantu anggota konselor mengubah perilaku mereka menuju arah yang lebih baik. Terlihat bahwa anggota konseli lebih berhati-hati dalam berperilaku, terutama dalam menghindari perilaku verbal bullying setelah intervensi. Oleh karena itu, hipotesis nol (H_0) dapat ditolak, dan hipotesis alternatif (H_1) dapat diterima.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan layanan konseling kelompok pendekatan realita untuk mereduksi kekerasan verbal bullying kelas XI di SMA Unggulan Mafazah dapat disimpulkan sebagai berikut: Gambaran tentang perilaku kekerasan verbal bullying kelas XI di SMA Unggulan Mafazah terdapat beberapa siswi yang teridentifikasi melakukan verbal bullying. Peneliti mengambil enam orang subjek penelitian yang memiliki kecenderungan verbal bullying. Pelaksanaan pemberian layanan konseling kelompok pendekatan realita untuk mereduksi kekerasan verbal bullying diberikan kepada enam anggota kelompok dengan enam kali sesi atau pertemuan. Penerapan pendekatan realita yang dilaksanakan dalam bentuk kelompok menunjukkan peningkatan perubahan perilaku menjadi perilaku yang lebih positif dan dapat mengurangi kekerasan verbal bullying pada keenam konseli pada kelas XI di SMA Unggulan Mafazah. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa konseling kelompok pendekatan realita memiliki potensi untuk menjadi pendekatan yang efektif dalam mengatasi dan mengurangi perilaku bullying, serta mendukung perubahan positif dalam perilaku anggota konseli. Hasil ini memberikan kontribusi penting dalam pemahaman tentang efektivitas intervensi konseling kelompok dalam konteks pengelolaan perilaku negatif, khususnya terkait dengan isu bullying.

DAFTAR PUSTAKA

- Barbara Coloroso. (2005). *The Bully, the Bullied and the Bystander*. Piccadilly.
- Bruce Shertzer, S. C. S. (1980). *Fundamentals of Counseling*. Houghton Mifflin.
- Gerald Corey. (1988). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Eresco.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2004). *Invited Address. Counseling: Yesterday and Today*.
- H. Prayitno, E. A. (2015). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Rineka cipta
- Rigby, K. (2008). *Children and bullying: How parents and educators can reduce bullying at school*. Blackwell Publishing.
- Robert E. Wubbolding. (2013). *Reality Therapy For the 21st Century*. Taylor & Francis Group.
- Syamsul Yusuf. (2016). *Konseling Individual konsep dasar dan pendekatan*. PT. Refika.
- Barbara Coloroso. (2005). *The Bully, the Bullied and the Bystander*. Piccadilly.
- Bruce Shertzer, S. C. S. (1980). *Fundamentals of Counseling*. Houghton Mifflin.
- Gerald Corey. (1988). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Eresco.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2004). *Invited Address. Counseling: Yesterday and Today*.
- H. Prayitno, E. A. (2015). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Rineka cipta
- Rigby, K. (2008). *Children and bullying: How parents and educators can reduce bullying at school*. Blackwell Publishing.
- Robert E. Wubbolding. (2013). *Reality Therapy For the 21st Century*. Taylor & Francis Group.
- Syamsul Yusuf. (2016). *Konseling Individual konsep dasar dan pendekatan*. PT. Refika.
- Mardhiyyah, R. W., & Indriani, F. (2018). Pendekatan Konseling Behavioral Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa Sma. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 1(4), 159. <https://doi.org/10.22460/fokus.v1i4.485>

Cons-Iedu: Islamic Guidance and Counseling Journal



[Creative Commons Attribution 4.0 International License.](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

- McLeod, S. & Crowe, K. (2018). Children's consonant acquisition in 27 languages: A cross-linguistic review. *American Journal of Speech-Language Pathology*, 27, 1546-1571. [https://doi.org/https://doi.org/10.1044/2018_AJSLP-17-0100](https://doi.org/10.1044/2018_AJSLP-17-0100)
- Mochamad Nursalim. (2014). *Strategi dan intervensi konseling / Mochamad Nursalim*. PT Indeks.
- Mulkiyah, M. (2017). Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa melalui Konseling Kelompok. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 136-142. <https://doi.org/10.29210/120800>
- Newman, R. S., & Murray, B. J. (2005). How Students and Teachers View the Seriousness of Peer Harassment: When Is It Appropriate to Seek Help? *Journal of Educational Psychology*, 97(3), 47-365.

