

EFEKTIFITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *MUTUAL STORYTELLING* UNTUK MEREDUKSI KECEMASAN KORBAN *BULLYING* SMA YAYASAN PENDIDIKAN HARAPAN BANGSA KUALA KABUPATEN LANGKAT

¹Risma Dina, ²Khairina Afni, ³Abdillah Choir Melala

¹rismadina817@gmail.com

²khairinaafni89@gmail.com

³choirabdillah567@gmail.com

^{1,2,3} STKIP Budidaya Binjai

ABSTRAK

Kecemasan korban *bullying* terjadi karena ada pihak yang tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya, dan merasa lemah secara fisik atau mental ketika mendapatkan perlakuan agresif dan manipulatif yang dilakukan secara berulang-ulang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah diterapkannya teknik *mutual storytelling* pada siswa kelas XI di SMA Yayasan Harapan Bangsa Kuala Kabupaten Langkat. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen yaitu pendekatan (One Group Pretest-Posttest Design). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan angket dalam bentuk skala likert dengan populasi sebanyak 46 siswa dan pemilihan sampel dengan menggunakan purposive sampling sebanyak 8 orang siswa yang mengalami tingkat kecemasan korban bullying. Pengumpulan data yang digunakan adalah skala likert. Hasil uji Paired Sampel T Test 0.000 pada taraf signifikan nilai 0.05 ($p < 0.05$) menunjukkan penurunan kecemasan korban bullying. Hal ini dapat disimpulkan bimbingan kelompok dengan teknik *mutual storytelling* terbukti berpengaruh untuk mereduksi kecemasan siswa akibat perilaku bullying.

Kata Kunci : *Teknik Mutual Storytelling, Kecemasan korban bullying*

ABSTRACT

Bullying victim anxiety occurs because there are parties who are unable to defend or defend themselves, and feel physically or mentally weak when they receive aggressive and manipulative treatment that is carried out repeatedly. This study aims to find out the differences before and after the application of mutual storytelling techniques in grade XI students at SMA Yayasan Harapan Bangsa Kuala Langkat Regency. This type of research is quantitative using an experimental method, namely the approach (One Group Pretest-Posttest Design). The data collection technique in this study uses observation and questionnaire in the form of a likert scale with a population of 46 students and sample selection using purposive sampling of 8 students who experience the anxiety level of bullying victims. The data collection used is a Likert scale. The results of the Paired Sample T Test 0.000 at a significant level of 0.05 ($p < 0.05$) showed a decrease in the anxiety of the victim

Keywords: *Mutual Storytelling Technique, Anxiety of victims of bullying.*

I. PENDAHULUAN

Bullying merupakan salah satu tindakan yang tidak baik yang masih sering terjadi di lingkungan sekolah maupun dimasyarakat Maryam dan Fatmawati, (2018) mengungkapkan *bullying* merupakan perilaku negatif dimana seorang siswa yang menganggap

dirinya kuat akan berusaha menekan, memojokkan, melecehkan, menyakiti orang lain yang dianggap lemah dengan sengaja dan berulang-ulang.

Menurut Jannatung, (2018: 12) seseorang yang mengalami tindakan bullying akan menjadi sangat takut dalam lingkungan di

sekolah dan bisa berdampak seperti menyendiri, menangis, minta pindah sekolah, konsentrasi anak berkurang, prestasi belajar menurun, tidak mau bersosialisasi, anak jadi penakut, gelisah, berbohong, depresi, menjadi pendiam, tidak bersemangat, menyendiri, sensitif, cemas, mudah tersinggung, hingga menimbulkan gangguan mental.

Stuart & Keliat (2019) menyebutkan kecemasan merupakan rasa takut, khawatir yang tidak jelas diikuti rasa ketidakamanan, isolasi, ketidakpastian, dan ketidakberdayaan..

Seharusnya tindakan bullying ini tidak terjadi, Penelitian yang dilakukan Ahkam & Fakhri (2017) menunjukkan perilaku bullying hampir terjadi setiap hari. Perilaku siswa ketika melihat bullying adalah 88 atau 43,1. 76 orang atau 37,3% yang menolong korban, yang dilakukan korban bullying adalah 77 atau 37 % yang melawan, Alasan yang melakukan bullying adalah 55 orang atau 26,9% dengan alasan merasa hebat jika melakukan bullying.

Sekitar 37.381 laporan bullying berdasarkan hasil data yang telah diterima oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dalam kurun waktu 2011 sampai 2019, dari jumlah laporan tersebut sebanyak 2.473 kasus diberitahukan terjadi dalam wilayah pendidikan (Rinaldi, 2021: 559). Dalam artikel Kompas.com mengatakan bahwa Organisation of Economic Co-operation and Development (OECD) dalam riset Programme for International Students Assessment (PISA) pada tahun 2018 mengungkapkan, sebanyak 41,1 % siswa SMP di Indonesia mengaku pernah mengalami tindakan bullying. Selain itu, ditahun yang sama Indonesia juga berada di posisi ke-5 dari 78 negara dengan siswa yang mengalami perilaku bullying paling banyak (Kasih, 2021: 1).

Berdasarkan dari hasil wawancara sebagai studi pendahuluan pada tanggal 10 Oktober 2023 dengan Guru BK di SMA Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala , guru BK mengungkapkan siswa yang sering dibully sering mengalami kecemasan yang berlebihan, menjadi lebih pendiam, sering menyendiri, tidak aktif didalam kelas, memilih-milih dalam berteman, takut bersosialisasi.

Melihat paparan diatas maka untuk mengurangi kecemasan pada siswa korban bullying di sekolah perlu adanya bimbingan

kelompok. Syahfaruddin, dkk (2019) bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok menyediakan informasi-informasi mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama, atau layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik untuk bersama-sama mengemukakan pendapat tentang sesuatu untuk membicarakan topik-topik penting.

Maka dari itu dalam penelitian ini akan dilakukan dengan teknik mutual storytelling. Menurut Pratiwi (dalam Padila dkk 2019) Terapi story telling merupakan salah satu teknik bermain terapeutik yang bercerita atau mendongeng dalam menyampaikan isi perasaan, buah pikiran atau sebuah cerita kepada anak-anak melalui lisan.

Mutual storytelling merupakan salah satu teknik dalam konseling di mana klien dan konselor saling bercerita atau berdongeng. Jadi tak hanya konselor saja yang bercerita kepada klien, melainkan klien juga bercerita kepada konselor. Bradley (2017: 81) mengungkapkan bahwa cerita merupakan gambaran dari kehidupan yang mengandung hukum kultural, etika, dan aturan sehari-hari yang mengatur perilaku dan mendomani pengambilan keputusan.

Melihat permasalahan di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana pengaruh teknik mutual storry telling untuk mereduksi kecemasan korban bullying.

II. METODOLOGI PENELITIAN

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode eksperimen. Dengan desain penelitian quasi experimental yaitu desain yang mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen (Sugiyono, 2018: 7).

Penelitian ini menggunakan desain pre test dan post tes, karna dalam penelitian inipengukuran yang dilakukan sebanyak dua kali, yaitu pertama digunakan untuk mengetahui sikap anti korupsi siswa sebelum di beri layanan informasi (pre test) dengan kode O1, sedangkan pengukuran yang kedua dilakukan untuk mengetahui sikap anti korupsi siswa setelah diberi layanan informasi (post test) dengan kode

O2. Perbedaan antara O1 dan O2 di asumsikan sebagai efek dari treatment atau yang telah dilakukan.

Kecemasan korban bullying yang tinggi sangat berpengaruh dapat dilihat pada hasil uji *Pre-test* (evaluasi awal). Data hasil dari jawaban siswa pada lembar instrument kecemasan yang dikelompokkan kedalam tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Adapun data *Pre-test* sebagai berikut

Tabel 5. Pretest Eksperimen dan Control kategorisasi kecemasan korban bullying

Pretest	Kategori	Kriteria	F	Presentase (%)
Eksperimen	Rendah	$X < 84$	0	0
	Sedang	$84 \leq X < 126$	0	0
	Tinggi	$126 \leq X$	8	100
Control	Rendah	$X < 84$	0	0
	Sedang	$84 \leq X < 126$	0	0
	Tinggi	$126 \leq X$	8	100
Jumlah			16	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa data *pretest eksperimen* dan *control* dalam penelitian ini berdasarkan tiga kategorisasi yaitu kategori rendah 0 siswa 0%, kategori sedang 0 siswa 0% dan kategori tinggi 8 siswa (100%). Data pretest eksperimen digunakan sebagai subyek dalam penelitian ini, artinya siswa diberi perlakuan/treatment. Sedangkan *pretest control* dengan kategori rendah 0 siswa 0%, kategori sedang 0 siswa 0% dan kategori tinggi 8 siswa 100%, selain itu kelas control digunakan sebagai pembanding. Setelah memberikan *treatment* untuk mengetahui penurunan kecemasan korban bullying, peneliti melakukan *post-test*. Berikut disajikan tabel kategorisasi *post-test*:

Tabel 6. Post-test Eksperimen dan Control Kecemasan Korban Bullying

Post-test	Kategori	Kriteria	F	Presentase (%)
Eksperimen	Rendah	$X < 84$	6	75,0
	Sedang	$84 \leq X < 126$	2	25,0
	Tinggi	$126 \leq X$	8	100
Jumlah			16	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa hasil *post-test* kelas *eksperimen* dengan kategori rendah 6 siswa (75,0%) pada kategori sedang terdiri dari 2 siswa (25,0%), dan 0% atau tidak ada siswa pada kategori tinggi. Sedangkan *post-test* kelas *control*, pada kategori rendah dari 0% atau tidak ada siswa, pada kategori sedang terdiri dari 0% atau tidak ada siswa, dan 8 siswa (100%) yang berada kategori tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian *treatment* pada kelas *eksperimen* berupa konseling kelompok teknik *mutual story telling* dapat mengurangi kecemasan korban bullying.

Kel	N	Correlation	Sig.	Mean	T	Sig(2-tailed)
Pretest-Posttest Eksperimen	8	0.387	0.344	57.125.00	19.063	0.000

Berdasarkan tabel 8. diatas terlihat bahwa hasil *pre-test* dan *post-test* kelas *eksperimen* menunjukkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar $0.000 < 0,05$ atau ($p < 0,05$), dengan hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan antara *pre-test* dan *post-test*, maka hipotesis diterima. Sehingga dapat disimpulkan pula bahwa konseling kelompok teknik *mutual story telling* efektif mengurangi kecemasan korban bullying.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di SMA Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala dengan cara eksperimen. Sebelum pemberian treatment, terlebih dahulu peneliti melakukan pengukuran awal dengan cara menyebarkan angket kepada siswa (*pre-test*), kemudian peneliti memberikan treatment kepada sampel penelitian yang mengalami kecemasan korban bullying dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan dan setelah pemberian treatment selesai kemudian peneliti melakukan pengukuran setelah memberikan treatment (*post-test*) kepada siswa yang menjadi sampel penelitian untuk melihat perbandingan dari hasil pengukuran sebelum dan sesudah pemberian treatment oleh peneliti.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengolahan data dari penyebaran angket sebelum diberikan *treatment* menyatakan bahwa tingkat kecemasan korban bullying yang terjadi pada siswa di SMA

Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala berada pada kategori tinggi, sedang dan rendah. Adapun siswa yang berada pada kategori tinggi adalah siswa yang mengalami tingkat kecemasan korban *bullying* tinggi dan dijadikan sampel dalam penelitian ini untuk diberikan *treatment* agar siswa bisa mengurangi kecemasan yang terjadi karena menjadi korban *bullying*.

Siswa yang berada pada kategori tingkat tinggi kecemasan korban *bullying* berjumlah 5 orang. Siswa tersebut akan diberikan *treatment* oleh peneliti sebanyak 3 kali pertemuan. *Treatment* yang diberikan peneliti menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *story telling* untuk mengurangi kecemasan korban *bullying* siswa kelas XI.

Kecemasan yang terjadi pada siswa disebabkan menjadi korban *bully-an* dari temannya, dibuktikan dari hasil pengolahan data *pre-test* yaitu siswa yang mendapat ejekan, difitnah, ancaman, dan tatapan sinis dan lain sebagainya. Akibatnya siswa merasa bahwa dirinya lebih rendah dari orang lain, sering takut ketika mengalami situasi apapun dan merasa takut untuk bergabung dengan lingkungan baru.

Meski fokus penelitian ini tidak mencakup semua aspek tetapi peneliti fokus pada kecemasan korban *bullying*. Kemudian siswa juga menunjukkan partisipasi yang sangat aktif dalam proses layanan. Hasil observasi menunjukkan bahwa pada awal *treatment*, siswa masih takut untuk mengeluarkan pendapatnya dan menunduk saat berbicara namun peneliti berusaha untuk mencairkan suasana dengan memberikan permainan dan menjelaskan tentang asas dalam konseling kelompok dan aturan dalam teknik *story telling* sehingga siswa dapat lebih tenang dan santai, kemudian siswa mulai terbuka untuk saling aktif dalam kegiatan kelompok. Hal ini berlanjut pada pertemuan kedua, dimana siswa sudah mulai aktif dan siap untuk mengeluarkan pendapat, memberikan saran dan jawaban yang cukup baik tentang topik yang diberikan peneliti.

Pada pertemuan ketiga, dengan menerapkan kembali teknik *mutual story telling* secara perlahan masing-masing siswa mulai terbuka untuk mengungkapkan permasalahan dan kecemasan yang dirasakannya sehingga membuat suasana kelompok menjadi semakin aktif, tidak ada yang ditutup-tutupi. Siswa

mengatakan bahwa permasalahan yang mereka rasakan sama yaitu merasa cemas akibat menjadi korban *bully*. Kemudian perubahan pada siswa setelah diberikan *treatment*.

Dari paparan di atas, maka analisis hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan kecemasan korban *bullying* kelas XI sebelum dan sesudah diberikan *treatment* melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *mutual story telling*, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. H_a diterima artinya ada perbedaan kecemasan korban *bullying* sebelum dan sesudah diberikan *treatment* melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *mutual storytelling*.

Penerimaan H_a tersebut dapat dilihat dari hasil *Paired Sampel Test* yaitu $\text{Sig} ,000 > 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kecemasan korban *bullying* siswa kelas XI sebelum dan sesudah diberikan *treatment* melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *mutual storytelling*.

Penelitian yang dilakukan Maulidinda, dkk (2021) Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode pra-eksperimen jenis *one group pre-test and post- test design*, dengan populasi siswa kelas VIII sebanyak 252 siswa dan sampel penelitian diambil dengan teknik *purposive sampling* yaitu 6 siswa yang memiliki kecemasan tinggi akibat perilaku *bullying*. Teknik analisis data penelitian menggunakan uji hipotesis *wilcoxon*, dengan rata-rata penurunan sebesar 3,50 serta *sum of ranks* sebesar 21,00, dan diketahui *Asymp.Sig (2-tailed)* bernilai 0,028 yang dimana nilai tersebut lebih kecil dari $< 0,05$. Dari hasil perhitungan tersebut, dapat dinyatakan bahwa ada pengaruh penggunaan bimbingan kelompok teknik *mutual storytelling* dalam mereduksi kecemasan korban *bullying* pada siswa.

Berdasarkan penyajian data hasil penelitian maka peneliti menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *mutual story telling* efektif untuk mengurangi kecemasan korban *bullying* siswa kelas XI di SMA Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala. Hal ini dapat dilihat dari persentase kecemasan korban *bullying* sebelum diberikan *treatment* dimana pada saat *pre-test* (belum adanya perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik *mutual story telling*) dapat dilihat

bahwa hasil *post-test* kelas *eksperimen* dengan kategori rendah 6 siswa (75,0%) pada kategori sedang terdiri dari 2 siswa (25,0%), dan 0% atau tidak ada siswa pada kategori tinggi. Sedangkan *post-test* kelas *control*, pada kategori rendah dari 0% atau tidak ada siswa, pada kategori sedang terdiri dari 0% atau tidak ada siswa, dan 8 siswa (100%) yang berada kategori tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian *treatment* pada kelas *eksperimen* berupa konseling kelompok teknik *mutual story telling* dapat mengurangi kecemasan korban bullying.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil dan pembahasan mengenai pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik mutual storytelling untuk mereduksi kecemasan korban bullying siswa kelas XI SMA Yayasan Harapan Bangsa Kuala, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik mutual storytelling terbukti berpengaruh untuk mereduksi kecemasan siswa akibat perilaku bullying.

Berdasarkan penyajian data hasil penelitian maka peneliti menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik mutual story telling efektif untuk mengurangi kecemasan korban *bullying* siswa kelas XI di SMA Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala. Hal ini dapat dilihat dari persentase kecemasan korban *bullying* sebelum diberikan *treatment* dimana pada saat *pre-test* (belum adanya perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik mutual story telling) dapat dilihat bahwa hasil *post-test* kelas *eksperimen* dengan kategori rendah 6 siswa (75,0%) pada kategori sedang terdiri dari 2 siswa (25,0%), dan 0% atau tidak ada siswa pada kategori tinggi. Sedangkan *post-test* kelas *control*, pada kategori rendah dari 0% atau tidak ada siswa, pada kategori sedang terdiri dari 0% atau tidak ada siswa, dan 8 siswa (100%) yang berada kategori tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian *treatment* pada kelas *eksperimen* berupa konseling kelompok teknik *mutual story telling* dapat mengurangi kecemasan korban bullying

DAFTAR PUSTAKA

Ahkam, M., & Fakhri, N. (2017). Bullying Pada Siswa SMA. Jurnal Psikologi Talenta. Vol. 2, No.2

Bradley T. Erford, (2017) Teknik yang harus diketahui oleh setiap konselor, Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Jannatung, A. M. I. (2018). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku Bullying di SMAN 2 Barru. Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952., 5–24.

Kasih, A. P. (2021). 41 Persen Murid Indonesia Alami “Bully”, Siswa SMA buat Aplikasi atasi Trauma. Kompas.com [Online], halaman 1. Tersedia: <https://www.kompas.com/edu/read/2021/03/20/084259871/41-persen-murid-indonesia-alami-bully-siswa-sma-buat-aplikasi-atasi-trauma?page=all>. [20 Maret 2021].

M. D., Wiyani, (2019). Analisis Kinerja Keuangan Perusahaan Rokok. Jurnal Bisnis Dan Manajemen, 5(2), 204–212. <https://doi.org/10.26905/jbm.v5i2.266>

Maryam, S & Fatmawati. (2018). “Kematangan Emosi Remaja Pelaku Bullying”. Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Vol. 3 No. 2.

Maulidinda, dkk (2021). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Mutual Storytelling Untuk Mereduksi Kecemasan Korban Bullying. Jurnal Edukasi Bimbingan Konseling. Vol 7, No. 2.

Olweus, D. (2018). Sweden. The nature of school bullying: A cross-national perspective. London & New York: Routledge.

Padila, 2019. Buku Ajar: Keperawatan Medikal Bedah. Edisi 3. Yogyakarta: Nuha Medika.

Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D. Bandung: Alfabeta.

Stuart, G. W. dan Keliat (2019) Prinsip dan Praktik Keperawatan Jiwa. Edisi 1 Ce. Edited by J. Pasaribu. Singapore: Elsevier.