

Pemberian Konseling Kelompok Sebagai Upaya Meningkatkan Empati Siswa Berperilaku Bullying di SMP Negeri Alok

The Provision of Group Counseling As An Effort To Increase Empathy For Students With Bullying Behavior At SMP Negeri Alok

Maria Imelda^(1*) & Florensia Nei⁽²⁾

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Nusa Nipa, Indonesia

Disubmit: 29 Januari 2025; Direview: 06 Februari 2025; Diaccept: 15 Februari 2025; Dipublish: 17 Februari 2025

*Corresponding author: mariimelda13@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat perilaku bullying dan empati pada siswa SMP Negeri Alok. Bullying merupakan fenomena yang sering terjadi dalam lingkungan sekolah. Bullying atau perundungan lebih melibatkan para remaja sebagai pelaku terjadinya bullying. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pengujian validitas dan reliabilitas serta penentuan kategori perilaku bullying dan kategori empati. Penelitian ini juga menggunakan metode assessment berupa wawancara dan observasi pada guru BP/BK dan para siswa SMP Negeri Alok. Melalui hasil assessment yang dilakukan maka, pemberian intervensi dilakukan yaitu berupa konseling kelompok dengan pendekatan client centered pada para pelaku bullying dan dilakukan dengan tiga sesi konseling kelompok. Dan konseling kelompok dengan pendekatan client centered terbukti efektif dalam meminimalisir perilaku bullying dan meningkatkan empati. Hal ini ditandai dengan kemauan para siswa yang diberi konseling untuk membuat komitmen dalam mengurangi perilaku bullying dan ingin berteman baik dengan seluruh anggota kelas dikarenakan para siswa telah mengetahui konsekuensi yang mereka terima ketika mereka melakukan bullying dan dengan konseling kelompok diharapkan agar para siswa memiliki sikap empati yang besar bagi teman sebayanya.

Kata Kunci: Empati; Konseling Kelompok; Pelaku Bullying.

Abstract

This study aims to determine the level of bullying behavior and empathy in Alok State Junior High School students. Bullying is a phenomenon that often occurs in the school environment. Bullying or bullying involves teenagers as the perpetrators of bullying. This research uses quantitative research methods with validity and reliability testing and determination of bullying behavior categories and empathy categories. This research also uses assessment methods in the form of interviews and observations of BP / BK teachers and students of SMP Negeri Alok. Through the results of the assessment carried out, the intervention was carried out in the form of group counseling with a client centered approach to the perpetrators of bullying and carried out with three group counseling sessions. And group counseling with a client centered approach proved effective in minimizing bullying behavior and increasing empathy. This is indicated by the willingness of the students who are given counseling to make a commitment to reduce bullying behavior and want to be good friends with all class members because the students have known the consequences they receive when they bully and with group counseling it is hoped that students will have a great empathetic attitude for their peers.

Keywords: Empathy; Group counseling; Bullying Perpetrators.

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v6i1.637>

Rekomendasi mensitasi :

Imelda, M. & Nei, F. (2025), Pemberian Konseling Kelompok Sebagai Upaya Meningkatkan Empati Siswa Berperilaku Bullying di SMP Negeri Alok. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 6 (1): 32-38.

PENDAHULUAN

Pada perubahan setiap manusia tentunya melewati masing-masing tahap perkembangannya. Setiap manusia yang melewati masa perkembangan dan pertumbuhannya akan memiliki banyak pembelajaran yang didapatkan. Salah satu tahapan dalam proses perkembangan manusia adalah masa remaja hal ini sejalan dengan pendapat Rais (2022) yang menyatakan bahwa masa remaja merupakan salah satu masa yang dilewati dalam setiap perkembangan individu. Perkembangan individu ini memberikan pengalaman tersendiri bagi para remaja, salah satunya adalah pendidikan. Pendidikan merupakan suatu pangkal terbesar dalam pembaharuan sumber daya manusia. Makna pendidikan sendiri secara sederhana merupakan suatu wadah penggagas manusia untuk membina kepribadian sesuai dengan nilai dan norma dalam masyarakat dan kebudayaannya. Salah satu tantangan yang dihadapi bangsa Indonesia kala ini adalah rendahnya sumber daya manusia karena rendahnya pendidikan di Indonesia. Pendidikan merupakan upaya untuk membantu jiwa anak-anak didik baik lahir maupun batin, dari sifat kodratnya menuju kearah peradaban manusiawi yang lebih baik (Sujana, 2019). Pendidikan memberikan banyak manfaat bagi remaja tetapi dalam dunia pendidikan tidak terlepas dari beragam masalah salah satunya adalah bullying.

Bullying merupakan istilah lain dari perundungan atau perilaku yang kasar. Menurut Oktavia dan Dewi (2021) perundungan merupakan perilaku agresif dan negatif seorang yang menyalahgunakan kekuatan yang dimiliki

untuk menyakiti targetnya. Bullying merupakan salah satu bentuk kenakalan remaja. Bullying merupakan salah satu bentuk kenakalan remaja yang banyak ditemukan. Menurut Astuti (dalam Oktavia & Dewi 2021) Bullying di sekolah kebanyakan berasal dari teman sebaya, bahkan dari kakak kelas, mereka berkeinginan untuk melanjutkan tradisi atau ingin berkuasa mencari popularitas dengan melakukan tindakan intimidasi kepada pihak yang lebih lemah. Secara psikologis, perundungan atau bullying adalah ekspresi muka yang merendahkan, kasar atau tidak sopan, memperlakukan, dan mengucilkan. Perundungan adalah perilaku agresif dan negatif seseorang atau sekelompok orang yang menyalahgunakan kekuatan yang memiliki tujuan untuk menyakiti targetnya (korban) secara mental maupun secara fisik (Tisna, dalam Trisnani 2016).

Permasalahan tentang bullying semakin merebak dan telah menjadi kebiasaan yang buruk bagi para siswa. Bullying dijadikan sebagai sebuah hal yang biasa dan tidak terelakkan. Bullying memiliki dampak yang beragam seperti menurunnya tingkat kepercayaan diri, rendahnya motivasi belajar dan masih banyak lagi. Beberapa penelitian telah menyoroti faktor-faktor berikut yang berhubungan dengan bullying: faktor demografi, faktor sosial, faktor gaya hidup dan kondisi hidup dan kerja (Visty, 2021). Maka dari itu perlu adanya penanganan khusus bagi para siswa berperilaku membully. Salah satu penanganan yang tepat adalah konseling. Menurut Sugatin et al. (2008) konseling merupakan bantuan dan tuntunan yang diberikan kepada individu pada umumnya, dan siswa pada

khususnya di madrasah atau sekolah dalam rangka meningkatkan proses pembelajaran. Konseling di madrasah atau sekolah dilakukan untuk memenuhi perkembangan peserta didik dalam proses pengembangan emosi sekolah maupun masyarakat.

Konseling memberikan banyak peluang siswa untuk mencari jati diri dan membuktikan tentang tindakan yang pantas ataupun tidak pantas dilakukan. Beberapa madrasah dan sekolah telah menerapkan sistem konseling yang salah satunya merupakan konseling kelompok dengan pendekatan client centered. Pendekatan client centered menjelaskan bahwa manusia dipandang dengan sisi positifnya, manusia cenderung berfungsi secara maksimal. Dalam situasi konseling, klien mengalami perasaan yang sebelumnya diabaikan. Klien mewujudkan potensi diri dan menuju peningkatan kesadaran, spontanitas, kepercayaan diri, dan ketepatan arah (Setiawan et al., 2024). Dengan menggunakan pendekatan client centered dapat merubah perilaku membully dari para siswa.

Pendekatan client centered dalam konseling kelompok juga bertujuan untuk meningkatkan rasa empati pada diri para siswa dengan mengevaluasi diri sendiri sebagai bentuk penyesalan yang mendalam dan telah dilakukan merupakan perilaku yang salah. Menurut Rismi et al. (2022), empati adalah tanggapan emosional yang timbul dari pemahaman terhadap kondisi emosional orang lain, di mana seseorang merasakan perasaan yang sama dengan yang dirasakan oleh orang lain. Kemampuan berempati merupakan elemen kunci untuk memahami dan berinteraksi dengan orang lain,

meningkatkan kualitas hidup, dan memperkaya interaksi sosial. Seiring berjalannya waktu, seseorang yang terus mengasah kemampuan empati akan lebih mampu bersikap belas kasihan terhadap orang lain yang membutuhkan bantuan. Melalui pendekatan ini juga memiliki manfaat bagi para siswa seperti meningkatkan konsep diri (Harahap et al., 2024), kemandirian belajar (Fatimatuazzahroh & Muhid, 2022), dan menyediakan dukungan emosional (Chasanah et al., 2020).

Maka dapat diketahui bahwa bullying merupakan perilaku perundungan yang melibatkan banyak siswa dan dengan dukungan dari pihak-pihak tertentu, hal ini yang membuat para siswa memiliki dampak yang begitu besar baik dari pelaku maupun dari korban. Hal ini juga tidak dapat diminimalisir apabila tidak ditangani dengan baik seperti halnya konseling kelompok dengan pendekatan client centered dalam menumbuhkan sikap empati pada sesama. Sehingga sesuai dengan uraian di atas maka peneliti melakukan evaluasi tentang "Pemberian Konseling Kelompok Sebagai Upaya Meningkatkan Empati Pada Siswa Berperilaku Bullying Di SMP Negeri Alok"

METODE PENELITIAN

Teknik pengumpulan data melalui hasil assesment berupa wawancara dan observasi. Dan pemberian intervensi yang sesuai dengan masalah yang peneliti teliti yaitu konseling kelompok dengan pendekatan Client Centered. Kemudian Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dimana penelitian kuantitatif merupakan pemahaman mendalam terhadap fenomena yang dapat diukur

secara angka (Rachma et al., 2024). Lokasi penelitian yaitu SMP Negeri Alok pada bulan September-Desember 2024. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa/siswi SMP Negeri Alok yang berjumlah 514 siswa. Metode sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2019). Dengan kriteria berusia 12-15 tahun dan yang menunjukkan perilaku bullying. Skala pengukuran dalam penelitian ini adalah skala perilaku bullying dan skala empati dengan menggunakan aspek-aspek bullying menurut Tia et al. (2022) dan aspek-aspek empati menurut Baston (2008) yang berbentuk skala likert. Masing-masing skala terdiri dari 30 item dan dengan jumlah skala perilaku bullying dengan responden adalah 40 responden dan skala empati dengan 30 responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di SMP Negeri Alok dan melalui hasil penyebaran skala perilaku bullying dan empati dapat diketahui melalui hasil pengujian validitas dan reliabilitas alat ukur

Tabel 1. Nilai Reliabilitas dari Skala perilaku bullying dan empati

Skala	N	Reliabel
<i>Bullying</i>	40	0.802
<i>Empati</i>	30	0.888

Pada tabel 1. menunjukkan bahwa nilai dari masing-masing skala adalah reliabel adalah untuk skala bullying 0.802 dan empati adalah 0.888 dan dapat diketahui bahwa kedua alat ukur ini cukup reliabel. Melalui kedua skala ini dapat juga diketahui tentang pemberian kategori berupa “tinggi”, “sedang”, dan “rendah”.

Tabel 2. Kategori Skala Bullying

Nilai	Kategori
69-80	Tinggi
57-68	Sedang
45-56	Rendah

Pada tabel 2. menunjukkan nilai dan kategori dari perilaku bullying di SMP Negeri Alok melalui perhitungan dapat diketahui bahwa perilaku bullying di SMP Negeri Alok tergolong sedang dengan jumlah 20 orang, tinggi 6 orang, dan rendah 14 orang.

Tabel 3. Kategori Skala Empati

Nilai	Kategori
75-90	Tinggi
59-74	Sedang
43-58	Rendah

Tabel 3. menunjukkan nilai dari skala empati. Pada perhitungan yang telah dilakukan diketahui bahwa sikap empati di SMP Negeri Alok tergolong sedang dengan jumlah 12 orang, rendah 10 orang, dan tinggi 8 orang.

Hasil pemberian kategori ini dapat peneliti ketahui bahwa perilaku bullying di SMP Negeri Alok tergolong cukup tinggi atau sedang dan sikap empati pada siswa SMP Negeri Alok sedang. Hal ini dapat diperkuat melalui hasil assesment.

Pada metode assesment meliputi dua teknik yaitu observasi dan wawancara. Kedua teknik ini dilakukan untuk mendapatkan informasi dengan cara bertanya langsung kepada responden atau konsultasi kepada pembimbing lapangan selaku fasilitator untuk memberikan informasi sesuai dengan topik yang dibahas. Responden yang dimaksud merupakan semua pihak yang dianggap memiliki nilai dan berperan langsung mengenai permasalahan yang dipertanyakan. Sedangkan observasi adalah pengamatan yang dilakukan secara langsung pada berbagai macam hal yang akan diteliti. Kemudian, penerapan metode

assesment dan wawancara ini telah dilaksanakan pada proses kegiatan magang yang bertempat di SMP Negeri Alok. Melalui metode ini didapati bahwa pihak sekolah memiliki beragam permasalahan yang terjadi dan salah satunya adalah bullying. Peneliti dapat mengetahui bahwa ada beragam jenis masalah yang terjadi di sekolah dan beragam cara yang telah dilakukan pihak sekolah untuk meminimalisir masalah yang terjadi dan salah satunya adalah perilaku bullying. Pada metode assesment berlangsung dengan teknik wawancara penullis melakukan wawancara bersama guru BP/BK SMP Negeri Alok dan mengetahui bahwa para pelaku pembullying rata-rata merupakan anak-anak dengan latar belakang orang tua yang sudah berpisah (broken home), merantau, dan single parents bukan hanya itu tetapi perilaku bullying yang terjadi juga di karenakan dukungan dari teman sebaya yaitu teman sekelas.

Dalam hal ini alasan utama terjadinya bullying yang dilakukan oleh para pelaku bullying yang berlatar belakang keluarga broken home adalah hanya untuk ingin diakui, mencari muka, dan kurang adanya perhatian. Kemudian bentuk-bentuk terjadinya bullying juga berbeda antara siswa perempuan dan siswa laki-laki. Para siswa perempuan lebih banyak melakukan pembullying melalui media sosial (*cyberbullying*) seperti pemfitnahan dan sindiran serta gestur tubuh yang menunjukkan ketidaksukaan. Selanjutnya untuk para siswa laki-laki lebih banyak melakukan pembullying secara langsung berupa tindakan verbal seperti mengeluarkan kata-kata kasar dan lebih banyak melakukan kekerasan fisik.

Kemudian wawancara juga dilakukan pada teman sebaya dari para pelaku terjadinya bullying bahwa para pelaku bullying lebih sering dengan menunjukkan perilaku kasar berupa kekerasan fisik, mengeluarkan kata-kata yang tidak pantas, serta perilaku yang ditimbulkan hanya untuk mencari perhatian dari teman-teman sekelas, jika tidak diberikan perhatian maka para pelaku akan mencari perhatian dengan melakukan tindakan lain seperti memukul meja atau menendang pintu. Kemudian dalam kurun waktu tertentu peneiti melakukan observasi dan dapat diketahui perilaku yang ditunjukkan sesuai dengan hasil wawancara yaitu kekerasan fisik, mengeluarkan kata-kata kasar, mengganggu teman dengan nama orang tua, dst.

Berdasarkan hasil pengujian tentang tingkat perilaku bullying dan tingkat empati di SMP Negeri Alok, maka peneliti melakukan intervensi berupa konseling kelompok dengan pendekatan clinet centered kepada para siswa berperilaku bullying di SMP Negeri Alok, selama kurun waktu 3 hari dengan hasil sebagai berikut:

Dari intervensi yang dilakukan berupa konseling dengan pendekatan client center yang mana pendekatan ini lebih berfokus pada tanggung jawab kesanggupan konseli agar menemukan cara dalam menghadapi kenyataan pada dirinya dan juga yang paling mengetahui keadaannya. Seiring proses konseling berlangsung dapat diketahui bahwa para klien melakukan bullying dengan alasan memiliki kebosanan dalam kelas, hasrat untuk mencari perhatian dikarenakan latar belakang keluarga merupakan anak-anak broken home, seperti sering dimarahi, diberikan kata-kata kasar, kemudian

beberapa dari mereka yang orang tuanya berpisah dan lebih banyak hidup bersama kakek atau nenek dan di tinggalkan oleh kedua orang tua. Seiring waktu hasrat membully sangat besar sehingga memunculkan beberapa tindakan bullying seperti bullying secara verbal (berkata kasar, mengeluarkan kata-kata yang tidak pantas, mengganggu nama-nama orang tua) dan secara fisik tetapi lebih sering terjadi yaitu bullying secara fisik (memukul, mencubit, dan menendang).

Pada intervensi kedua ini konselor menemukan pada klien Perilaku ini juga didukung dengan teman sebaya lebih tepatnya yaitu teman sekelas dengan cara mengadu domba atau hanya sekedar memanas-manasi. Dari sisi lain ketika konselor memberikan pertanyaan berupa “apa yang akan kalian rasakan ketika berada di posisi korban” dan para pelaku lebih banyak menjawab bahwa mereka merasakan ketidakterimaan, khawatir, tidak suka, dan juga malu. Tetapi dengan konsekuensi yang sudah mereka tahu akan terjadi adalah diri korban para pelaku tidak berhenti melakukan bullying hanya dengan alasan sedang bosan di dalam kelas sehingga mereka tetap melakukan bullying. Ditambah dengan teman-teman yang lebih suka untuk membanggakan perilaku para pelaku bullying. Tetapi perasaan ketakutan juga tetap ada dalam diri pelaku ketika melakukan bullying yang terlalu berlebihan seperti konsekuensi yang diberikan dari sekolah kepada para pelaku pembullyingan.

Para klien juga menemukan titik balik bahwa apa yang telah mereka lakukan adalah perbuatan yang salah dan hasil intervensi juga menunjukkan perilaku perubahan yang signifikan seperti

menjauhi teman-teman yang memiliki sindikat sebagai pelaku bullying dan tetap berteman baik dengan seluruh anggota kelas, dengan komitmen yang kuat para siswa memiliki sikap empati pada para siswa lainnya ketika melakukan bullying dengan membayangkan apabila para pelaku berada pada posisi sebagai korban.

Melalui hasil intervensi yang dilakukan dapat dikatakan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan client center terbukti efektif untuk pencegahan perilaku membullying, hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Abdi et al. (2024) implikasi dari penelitian ini bahwa sekolah-sekolah harus mempertimbangkan untuk menerapkan konseling kelompok dengan pendekatan client centered sebagai bagian dalam strategi untuk mengatasi bullying. Bukan hanya itu menurut penelitian Andiny, dkk (2024) kelompok siswa yang diberikan layanan konseling kelompok model SPICC (*Sequentially Planned Integrative Counselling for Children*) dengan pendekatan client centered dengan teknik bermain peran dapat membantu meningkatkan perilaku asertif siswa yang menjadi korban bullying dibandingkan dengan kelompok siswa yang tidak mendapatkan perlakuan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa perilaku membully dapat ditekan dan diminimalisir dengan menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan client centered. Hal ini dapat ditunjukkan dengan perilaku konseli yang adalah para murid SMP Negeri Alok yang telah menemukan jalan keluarnya sendiri

yaitu kemauan untuk berkomitmen dalam mengurangi perilaku bullying dan ingin berteman baik dengan seluruh anggota kelas dikarenakan para konseli sudah mengetahui konsekuensi yang akan mereka terima ketika mereka melakukan bullying, dan dengan adanya konseling kelompok para siswa dapat diharapkan memiliki sikap empati yang besar bagi teman-teman korban pembullying dan dapat menyelesaikan masalah mereka sendiri dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, S., Solihah, N. R., Hasna, A., Khassanah, N., Khaerani, I., & Hidayat, M. S. (2024). Penanganan Korban Bullying: Intervensi Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Client Centered. *Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Penerapan*, 5(4), 108–114.
- Baston, C. D. (2008). *Empathy-Induced Altruistic Motivation*. Department of Psychology, University of Kansas.
- Fatimatuzzahroh, S., & Muhid, A. (2022). Pentingnya Pendidikan Client Centered Therapi Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Pada Masa Pandemi Covid-19. *Literature Review*, 7(1), 1–10.
- Gulo, D. (2024). Dampak Bullying Dalam Psikososial Siswa Smp Negeri 3 Mandrehe Tahun Pelajaran 2023/2024 Dan Implikasinya Dalam Pelayanan Bimbingan Dan Konseling. *Counseling For All: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 61–77.
- Harahap, S. H., Siregar, A., & Hasibuan, A. D. (2024). Pengaruh Pendekatan Client Centered Terhadap Konsep Diri Siswa di Sekolah SMP Islam Al-Ulum Terhadap Medan. *Sosio Simbiosis: Jurnal Integritas Ilmu Sosial Dan Politik*, 1(4), 1–22.
- Hartati, A., & Astriningsih, N. (2020). Hubungan Antara Sikap Kemandirian Belajar Dengan Empati Siswa. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5 (1).
- Isabela, M., & Anggraini, S. (2023). Gambaran Perilaku Bullying Verbal pada Remaja. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)*, 6(4), 2962–2967.
- Oktavia, R., & Dewi, S. F. (2021). Upaya Guru Dalam Mengatasi Perilaku Bullying Siswa di SMA N 7 Padang. *Journal of Civic Education*, 4(1), 81–86.
- Permata, J. T., & Nasution, F. Z. (2022). Perilaku Bullying Terhadap Teman Sebaya Pada Remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 614–620.
- Rais, M. R. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 12(1), 40–47.
- Rismi, R., Suhaili, N., Marjohan, M., Afdal, A., & Ifdil, I. (2022). Bimbingan Kelompok Dalam Pemahaman Nilai Empati Untuk Meningkatkan Sikap Prososial Siswa. *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 8(1), 14–19.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.
- Sutanto, T. P., & Purwoko, B. (2024). Studi Kasus: Konseling Kelompok Client-Centered Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Ekstrakurikuler Pramuka Pada Siswa Kelas IX MTsN 2 Surabaya. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, 7(2), 341–352.
- Visty, S. A. (2021). Dampak Bullying Terhadap Perilaku Remaja Masa Kini The Impact Of Bullying On Youth Behavior Today. *Jurnal Intervensi Sosial Dan Pembangunan (JISP)*, 2(1), 50–58.