CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

UPAYA MENGURANGI PERILAKU *CYBERBULLYING* MELALUI LAYANAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK DISKUSI PADA SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 3 PALU

Wiwin Indriani[1], Nurwahyuni[2], Dhevy Puswiartika[3], Micha Felayati Silalahi[4]
Universitas Tadulako
e-mail: wiwinindriani969@gmail.com

Diterima: *29/07/2026*; Direvisi: *22/10/2026*; Diterbitkan: *31/10/2026*

ABSTRAK

Perilaku *cyberbullying* pada remaja menjadi persoalan penting dalam dunia pendidikan karena dapat mengganggu kesehatan mental, hubungan sosial, dan kenyamanan belajar siswa. Oleh karena itu, diperlukan layanan bimbingan dan konseling yang dapat membantu siswa memahami dampak perundungan digital dan mengembangkan perilaku sosial yang positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi dalam mengurangi perilaku *cyberbullying* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Palu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *one-group pretest-posttest*. Subjek penelitian berjumlah 12 siswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan hasil survei awal dan rekomendasi guru Bimbingan dan Konseling. Data dikumpulkan menggunakan skala perilaku *cyberbullying* sebelum dan sesudah enam kali pertemuan layanan, kemudian dianalisis secara deskriptif dan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* pada taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, enam siswa berada pada kategori sangat tinggi dan enam siswa pada kategori tinggi. Setelah intervensi, seluruh siswa berada pada kategori sangat rendah. Dengan demikian, layanan konseling kelompok teknik diskusi berpotensi menjadi alternatif untuk mengurangi perilaku *cyberbullying* di sekolah.
Kata Kunci: *cyberbullying*, konseling kelompok, teknik diskusi.

ABSTRACT

Cyberbullying among adolescents is an important concern in education because it can negatively affect mental health, social relationships, and students' learning environments. Therefore, appropriate guidance and counseling services are needed to help students understand the consequences of digital bullying and develop positive social behaviors. This study aimed to determine the effectiveness of group counseling using discussion techniques in reducing *cyberbullying* behavior among eighth-grade students at SMP Negeri 3 Palu. A quantitative approach with a *one-group pretest-posttest* design was employed. The participants were 12 students selected through *purposive sampling* based on preliminary survey results and recommendations from school counselors. Data were collected using a *cyberbullying* behavior scale administered before and after six group counseling sessions. The data were analyzed descriptively and using the *Wilcoxon Signed Rank Test* at a 5% significance level. The results showed that before the intervention, six students were classified in the very high category and six in the high category. Following the intervention, all participants were classified in the very low category. These findings indicate that group counseling using discussion techniques may serve as an alternative counseling strategy for reducing *cyberbullying* behavior in schools.
Keywords: *cyberbullying*, discussion technique, group counseling.

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.14672

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah mengubah pola interaksi sosial remaja, terutama melalui penggunaan media sosial dan berbagai platform komunikasi digital. Kemudahan tersebut memberikan peluang bagi siswa untuk membangun hubungan sosial dan bertukar informasi, tetapi juga menghadirkan risiko berupa *cyberbullying*. Perilaku ini mencakup tindakan menyakiti orang lain melalui media digital, seperti penghinaan, ejekan, ancaman, dan penyebaran pesan atau informasi yang merugikan. Zhu et al. (2021) menjelaskan bahwa *cyberbullying* pada anak dan remaja berkaitan dengan berbagai faktor risiko, termasuk karakteristik individu, penggunaan media sosial, dan lingkungan sosial. Jalal et al. (2021) juga mengkaji faktor-faktor yang berkaitan dengan *cyberbullying* pada remaja. Selain itu, Kim et al. (2024) membahas pengalaman *cyberincivility* pada remaja, yang relevan untuk memahami persoalan perilaku tidak santun dalam interaksi digital. Dengan demikian, *cyberbullying* perlu dipandang sebagai persoalan sosial dan pendidikan yang memerlukan perhatian, bukan sekadar konsekuensi penggunaan teknologi.

Permasalahan *cyberbullying* menjadi penting karena berkaitan dengan kesejahteraan psikologis dan perkembangan sosial peserta didik. Hu et al. (2021), melalui meta-analisis, menemukan hubungan positif antara pengalaman menjadi korban *cyberbullying* dan depresi pada remaja. Kwan et al. (2020) juga memetakan bukti dari berbagai tinjauan sistematis mengenai hubungan *cyberbullying* dengan kesehatan mental anak dan remaja. Santre (2023) menempatkan *cyberbullying* sebagai persoalan yang perlu ditinjau melalui faktor risiko, karakteristik pelaku dan korban, serta dampaknya terhadap remaja. Sementara itu, Fassi et al. (2024) mengkaji hubungan penggunaan media sosial dengan gejala internalisasi pada sampel remaja klinis dan komunitas, sedangkan Sala et al. (2024) menelaah penggunaan media sosial, kesehatan mental, dan kesejahteraan remaja melalui tinjauan *umbrella review*. Kedua kajian tersebut memberikan konteks yang lebih luas mengenai hubungan penggunaan media sosial dengan kondisi psikologis, meskipun tidak seluruh temuannya secara khusus membahas *cyberbullying*. Oleh karena itu, pencegahan *cyberbullying* perlu menjadi bagian dari upaya sekolah dalam membangun lingkungan belajar yang aman dan mendukung perkembangan siswa.

Penanganan *cyberbullying* memerlukan pendekatan yang terencana karena persoalan ini berkaitan dengan perilaku individu, relasi teman sebaya, dan lingkungan sosial. Ng et al. (2022), melalui tinjauan sistematis dan meta-analisis, mengkaji efektivitas intervensi pendidikan terhadap perundungan konvensional dan *cyberbullying* pada remaja. Gaffney et al. (2021) juga menelaah efektivitas program berbasis sekolah dalam mengurangi perilaku perundungan dan pengalaman menjadi korban. Secara lebih khusus, Kamaruddin et al. (2023) menganalisis intervensi untuk mengurangi perilaku *cyberbullying* dan pengalaman menjadi korban di kawasan Asia-Pasifik. Ketiga kajian tersebut menunjukkan pentingnya pengembangan intervensi yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik dan konteks pelaksanaannya. Kutok et al. (2021) turut mengkaji intervensi pencegahan berbasis media yang ditujukan kepada remaja melalui Instagram. Sementara itu, Aizenkot dan Kashy-Rosenbaum (2021) mengevaluasi program *Safe Surfing* untuk mengurangi *cyberbullying* dalam komunikasi kelompok kelas melalui WhatsApp. Berbagai penelitian tersebut memperlihatkan bahwa penanganan *cyberbullying* dapat dilakukan melalui beragam bentuk intervensi, tetapi pemilihan layanan tetap perlu mempertimbangkan karakteristik siswa, tujuan perubahan perilaku, dan situasi sekolah.

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.14672

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

Dalam konteks sekolah, guru Bimbingan dan Konseling memiliki peran penting dalam membantu siswa memahami perilaku sosial yang tepat, mengelola respons ketika menghadapi konflik, dan membangun hubungan yang saling menghargai. Arifyadi et al. (2023) mengkaji peran orang tua dan guru Bimbingan dan Konseling dalam kaitannya dengan perilaku *cyberbullying*, sehingga memperlihatkan pentingnya dukungan lingkungan dalam penanganan persoalan tersebut. Aspek empati dan pengendalian diri juga relevan untuk diperhatikan. Bungge et al. (2026) mengkaji pengaruh empati dan pengendalian diri terhadap perilaku perundungan verbal pada anak sekolah dasar. Walaupun konteks dan bentuk perundungannya berbeda dari *cyberbullying* pada siswa SMP, penelitian tersebut memberikan pertimbangan mengenai pentingnya aspek sosial-emosional dalam memahami perilaku perundungan. Aprianti et al. (2025) mengkaji konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan regulasi emosi pada pelaku perundungan. Hasil kajian yang berfokus pada pendekatan berbeda ini memperkuat relevansi layanan konseling dalam menangani aspek perilaku dan emosi yang berkaitan dengan perundungan, tetapi tidak dapat langsung dijadikan bukti efektivitas teknik diskusi.

Salah satu layanan yang dapat diterapkan untuk membantu siswa mengembangkan perilaku sosial yang lebih positif adalah konseling kelompok. Layanan ini memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk membahas masalah, menyampaikan pendapat, mendengarkan perspektif anggota lain, dan mempertimbangkan alternatif penyelesaian masalah melalui interaksi yang terarah. Dalimunthe et al. (2023) mengkaji penggunaan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) untuk mengurangi perilaku *cyberbullying* pada siswa. Maharani dan Kurniawan (2023) meneliti konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan resiliensi diri korban *cyberbullying*. Selain itu, Yeschisca et al. (2023) mengkaji efektivitas konseling singkat berfokus solusi dalam mengurangi perilaku perundungan. Ketiga penelitian tersebut menunjukkan adanya perhatian terhadap pemanfaatan pendekatan konseling untuk menangani permasalahan perundungan. Namun, pendekatan yang digunakan memiliki karakteristik berbeda dari teknik diskusi, sehingga hasilnya tidak dapat secara langsung digunakan untuk menyimpulkan efektivitas teknik diskusi dalam mengurangi *cyberbullying*.

Teknik diskusi dalam konseling kelompok dapat digunakan untuk mengajak siswa mengidentifikasi bentuk *cyberbullying*, menganalisis dampaknya terhadap korban, mengevaluasi respons ketika menghadapi konflik di media sosial, serta merumuskan tindakan yang lebih bertanggung jawab. Melalui pertukaran pendapat dan pembahasan kasus, siswa memperoleh kesempatan untuk mempertimbangkan sudut pandang orang lain, mengenali konsekuensi perilakunya, dan memikirkan cara berkomunikasi yang tidak merugikan teman. Pendekatan diskusi juga relevan dengan kebutuhan siswa untuk memahami persoalan yang dekat dengan pengalaman sehari-hari di ruang digital. Meskipun Aizenkot dan Kashy-Rosenbaum (2021) menunjukkan relevansi intervensi yang memanfaatkan komunikasi kelompok dalam pencegahan *cyberbullying*, program tersebut berbeda dari layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi. Demikian pula, penelitian Chicote-Beato et al. (2024) meninjau program intervensi dan pencegahan *cyberbullying* pada pendidikan dasar, sehingga memberikan landasan mengenai pentingnya intervensi yang dirancang sesuai karakteristik peserta didik. Dengan demikian, penerapan teknik diskusi perlu diuji secara khusus untuk mengetahui perubahan perilaku *cyberbullying* pada siswa dalam konteks penelitian ini.

Berdasarkan observasi awal dan informasi dari guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 3 Palu, masih ditemukan siswa yang melakukan tindakan *cyberbullying*, seperti mengirim komentar yang menghina, mengejek teman melalui media sosial, dan menyebarkan pesan yang berpotensi menyakiti orang lain. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya upaya

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.14672

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

penanganan yang tidak hanya menekankan larangan, tetapi juga membantu siswa memahami dampak perilakunya dan mengembangkan cara berinteraksi yang lebih positif. Hasil pengukuran awal terhadap 12 siswa yang menjadi subjek penelitian menunjukkan bahwa enam siswa berada pada kategori sangat tinggi dan enam siswa pada kategori tinggi. Temuan tersebut menjadi dasar pemilihan subjek dan pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi. Layanan ini diarahkan untuk memberikan ruang bagi siswa dalam membahas permasalahan, mempertimbangkan dampak tindakan terhadap orang lain, dan mengevaluasi perilaku mereka selama berinteraksi di ruang digital.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian terdahulu telah membahas faktor-faktor *cyberbullying*, dampaknya terhadap kesehatan mental, serta berbagai intervensi pendidikan dan konseling untuk menangani perundungan. Namun, perbedaan pendekatan intervensi dan konteks penelitian menunjukkan perlunya evaluasi terhadap penerapan konseling kelompok dengan teknik diskusi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Palu. Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan teknik diskusi dalam layanan konseling kelompok untuk mengurangi perilaku *cyberbullying* pada konteks sekolah tersebut, dengan membandingkan tingkat perilaku siswa sebelum dan sesudah pemberian layanan. Penelitian ini menggunakan desain *one-group pretest-posttest* untuk mengetahui perubahan perilaku setelah enam kali pertemuan konseling kelompok. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat penurunan perilaku *cyberbullying* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Palu setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *pre-experimental* dan desain *one-group pretest-posttest*. Desain ini digunakan untuk mengetahui perubahan perilaku *cyberbullying* siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 3 Palu pada tanggal 6–12 Juni 2024.

Subjek penelitian berjumlah 12 siswa kelas VIII yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pemilihan subjek didasarkan pada hasil survei awal melalui penyebaran skala perilaku *cyberbullying* serta rekomendasi guru Bimbingan dan Konseling. Berdasarkan hasil pengukuran awal, enam siswa berada pada kategori sangat tinggi dan enam siswa berada pada kategori tinggi. Oleh karena itu, kedua belas siswa tersebut dipilih sebagai subjek penelitian untuk memperoleh layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala perilaku *cyberbullying* yang diberikan sebanyak dua kali, yaitu sebelum pemberian layanan (*pretest*) dan setelah seluruh rangkaian layanan selesai (*posttest*). Skala tersebut digunakan untuk memperoleh gambaran tingkat perilaku *cyberbullying* siswa berdasarkan skor yang diperoleh pada setiap pengukuran. Intervensi dilakukan melalui layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi sebanyak enam kali pertemuan. Pelaksanaan layanan diarahkan untuk membantu siswa memahami bentuk dan dampak *cyberbullying*, mempertimbangkan sudut pandang orang lain, serta mengembangkan perilaku komunikasi yang lebih positif dan bertanggung jawab. Teknik diskusi memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertukar pendapat dan membahas permasalahan yang berkaitan dengan perilaku *cyberbullying* dalam dinamika kelompok.

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan perubahan skor, persentase, dan kategori perilaku *cyberbullying* siswa sebelum dan sesudah pemberian layanan. Selanjutnya, analisis inferensial dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test*

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.14672

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

dengan taraf signifikansi 5% untuk menguji perbedaan skor *pretest* dan *posttest* pada subjek yang sama. Hasil pengujian digunakan untuk menentukan apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah intervensi. Penurunan skor dan perubahan kategori setelah layanan selanjutnya diinterpretasikan sebagai indikasi berkurangnya perilaku *cyberbullying* pada subjek penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil Pretest Perilaku *Cyberbullying*

Hasil pretest digunakan untuk mengetahui kondisi awal perilaku *cyberbullying* siswa kelas VIII sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi. Pengukuran dilakukan terhadap 12 siswa yang dipilih secara purposif berdasarkan hasil skala awal dan rekomendasi guru bimbingan dan konseling. Hasil pengukuran pretest disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pretest Perilaku *Cyberbullying*

No.	Inisial Siswa	Skor	Persentase	Kategori
1	GJ	63	84,0%	Sangat Tinggi
2	RI	63	84,0%	Sangat Tinggi
3	FA	62	82,7%	Sangat Tinggi
4	FA	61	81,3%	Sangat Tinggi
5	ATS	60	80,0%	Sangat Tinggi
6	DRP	60	80,0%	Sangat Tinggi
7	NF	57	76,0%	Tinggi
8	AA	52	69,3%	Tinggi
9	JD	51	68,0%	Tinggi
10	FD	50	66,7%	Tinggi
11	MZA	48	64,0%	Tinggi
12	AA	45	60,0%	Tinggi
Jumlah		672		
Rata-rata		56,00		

Berdasarkan Tabel 1, enam siswa berada pada kategori perilaku *cyberbullying* sangat tinggi dan enam siswa lainnya berada pada kategori tinggi. Skor pretest tertinggi adalah 63, sedangkan skor terendah adalah 45. Rata-rata skor seluruh siswa mencapai 56,00. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi, seluruh siswa yang menjadi subjek penelitian berada pada kategori perilaku *cyberbullying* tinggi hingga sangat tinggi.

Hasil Posttest Perilaku *Cyberbullying*

Setelah mengikuti enam sesi layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi, seluruh siswa kembali diberikan skala perilaku *cyberbullying* sebagai posttest. Pengukuran ini bertujuan untuk mengetahui kondisi perilaku *cyberbullying* siswa setelah pelaksanaan layanan. Hasil posttest disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Posttest Perilaku *Cyberbullying*

No.	Inisial Siswa	Skor	Persentase	Kategori
1	GJ	21	28,0%	Sangat Rendah
2	RI	21	28,0%	Sangat Rendah
3	FA	24	32,0%	Sangat Rendah
4	FA	18	24,0%	Sangat Rendah
5	ATS	24	32,0%	Sangat Rendah

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.14672

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

No.	Inisial Siswa	Skor	Persentase	Kategori
6	DRP	17	22,7%	Sangat Rendah
7	NF	23	30,7%	Sangat Rendah
8	AA	25	33,3%	Sangat Rendah
9	JD	23	30,7%	Sangat Rendah
10	FD	22	29,3%	Sangat Rendah
11	MZA	26	34,7%	Sangat Rendah
12	AA	18	24,0%	Sangat Rendah
Jumlah		262		
Rata-rata		21,83		

Berdasarkan Tabel 2, seluruh siswa, yaitu 12 orang (100%), berada pada kategori perilaku *cyberbullying* sangat rendah setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi. Skor posttest tertinggi adalah 26, sedangkan skor terendah adalah 17. Rata-rata skor posttest sebesar 21,83. Jika dibandingkan dengan hasil pretest, skor posttest menunjukkan penurunan pada seluruh siswa. Secara deskriptif, hasil ini memperlihatkan adanya perubahan kondisi perilaku *cyberbullying* setelah layanan diberikan.

Perbandingan Skor Pretest dan Posttest

Perbandingan skor pretest dan posttest dilakukan untuk mengetahui perubahan skor perilaku *cyberbullying* pada setiap siswa setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi. Selisih skor dihitung dengan mengurangi skor posttest dari skor pretest. Hasil perbandingan tersebut disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Perbandingan Skor Pretest dan Posttest Perilaku *Cyberbullying*

No.	Inisial Siswa	Skor Pretest	Skor Posttest	Penurunan Skor
1	GJ	63	21	42
2	RI	63	21	42
3	FA	62	24	38
4	FA	61	18	43
5	ATS	60	24	36
6	DRP	60	17	43
7	NF	57	23	34
8	AA	52	25	27
9	JD	51	23	28
10	FD	50	22	28
11	MZA	48	26	22
12	AA	45	18	27
Jumlah		672	262	410
Rata-rata		56,00	21,83	34,17

Berdasarkan Tabel 3, seluruh siswa mengalami penurunan skor perilaku *cyberbullying* setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi. Jumlah skor keseluruhan menurun dari 672 pada pretest menjadi 262 pada posttest. Rata-rata skor juga menurun dari 56,00 menjadi 21,83, dengan rata-rata penurunan sebesar 34,17 poin per siswa. Penurunan terbesar adalah 43 poin, sedangkan penurunan terkecil adalah 22 poin. Temuan deskriptif tersebut menunjukkan bahwa skor perilaku *cyberbullying* seluruh siswa lebih rendah setelah pemberian layanan. Selanjutnya, uji statistik diperlukan untuk mengetahui apakah perbedaan skor sebelum dan sesudah layanan tersebut signifikan secara statistik.

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.14672

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

Hasil Uji Wilcoxon Signed-Rank

Uji Wilcoxon Signed-Rank dilakukan untuk mengetahui perbedaan skor perilaku *cyberbullying* siswa sebelum dan sesudah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi. Pengujian dilakukan terhadap 12 siswa pada taraf signifikansi 0,05. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa seluruh siswa mengalami penurunan skor, dengan 12 peringkat negatif pada perbandingan skor *posttest* terhadap *pretest* dan tidak terdapat peringkat positif maupun skor yang tetap. Jumlah peringkat untuk perubahan skor adalah 78 pada arah penurunan.

Berdasarkan perhitungan uji Wilcoxon dengan pendekatan asimtotik dan koreksi kontinuitas, diperoleh nilai Z sekitar -3,061 dengan nilai signifikansi dua arah (*p-value*) sebesar 0,002. Karena nilai signifikansi 0,002 lebih kecil daripada 0,05, terdapat perbedaan yang signifikan antara skor perilaku *cyberbullying* sebelum dan sesudah pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi.

Hasil tersebut sejalan dengan temuan deskriptif yang menunjukkan bahwa rata-rata skor perilaku *cyberbullying* menurun dari 56,00 pada *pretest* menjadi 21,83 pada *posttest*. Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor perilaku *cyberbullying* setelah siswa mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi. Namun, karena penelitian ini menggunakan desain *one-group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol, hasil tersebut perlu ditafsirkan secara hati-hati dan belum cukup untuk memastikan bahwa penurunan hanya disebabkan oleh intervensi.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan perilaku *cyberbullying* setelah siswa mengikuti enam kali pertemuan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi. Sebelum intervensi, enam dari 12 siswa berada pada kategori sangat tinggi dan enam siswa lainnya pada kategori tinggi, dengan rata-rata skor sebesar 56,00. Setelah intervensi, seluruh siswa berada pada kategori sangat rendah, dengan rata-rata skor menurun menjadi 21,83. Penurunan rata-rata sebesar 34,17 poin menunjukkan perubahan skor yang konsisten pada seluruh subjek penelitian. Hasil uji *Wilcoxon Signed-Rank* juga menunjukkan perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah layanan ((Z=-3,061); (p=0,002)). Temuan ini mengindikasikan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi berkaitan dengan penurunan perilaku *cyberbullying* pada siswa yang diteliti.

Penurunan tersebut perlu dipahami dalam konteks permasalahan awal yang ditemukan di sekolah. Perilaku *cyberbullying*, seperti menghina, mengejek, dan menyebarkan pesan yang menyakiti orang lain melalui media digital, tidak hanya berkaitan dengan penggunaan teknologi, tetapi juga dengan karakteristik individu dan lingkungan sosial remaja. Zhu et al. (2021) menjelaskan bahwa perilaku *cyberbullying* berkaitan dengan beragam faktor risiko pada tingkat individu, penggunaan media sosial, dan lingkungan sosial. Sementara itu, Jalal et al. (2021) membahas faktor-faktor yang berkaitan dengan *cyberbullying* pada remaja. Dalam konteks penelitian ini, tingginya skor awal menunjukkan bahwa siswa yang menjadi subjek penelitian memerlukan penanganan yang tidak berhenti pada pemberian larangan, tetapi juga perlu diarahkan pada pemahaman terhadap konsekuensi perilaku dan tanggung jawab dalam berkomunikasi secara digital.

Perubahan skor setelah layanan menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik diskusi berpotensi menjadi sarana untuk membantu siswa mengevaluasi perilakunya. Melalui diskusi yang terarah, siswa memperoleh kesempatan untuk menyampaikan pendapat, membahas situasi yang berkaitan dengan *cyberbullying*, dan mempertimbangkan dampak

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.14672

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

tindakan terhadap orang lain. Proses tersebut dapat membantu siswa melihat bahwa komentar atau pesan yang dianggap sebagai candaan oleh pengirimnya dapat menimbulkan dampak negatif bagi penerimanya. Penafsiran ini sejalan dengan pentingnya memperhatikan dimensi sosial dan psikologis dalam persoalan *cyberbullying*. Hu et al. (2021), melalui meta-analisis, menemukan hubungan antara pengalaman menjadi korban *cyberbullying* dan depresi pada remaja. Temuan tersebut menegaskan pentingnya mencegah perilaku yang berpotensi merugikan kesejahteraan psikologis orang lain, meskipun penelitian ini sendiri tidak mengukur perubahan kondisi kesehatan mental siswa.

Hasil penelitian ini juga relevan dengan kajian mengenai intervensi pendidikan dan konseling untuk menangani perundungan. Ng et al. (2022) mengkaji efektivitas intervensi pendidikan terhadap perundungan konvensional dan *cyberbullying* pada remaja, sedangkan Kamaruddin et al. (2023) menelaah intervensi untuk mengurangi perilaku *cyberbullying* dan pengalaman menjadi korban di kawasan Asia-Pasifik. Kedua kajian tersebut memberikan landasan bahwa intervensi yang dirancang secara terarah merupakan salah satu pendekatan yang perlu dipertimbangkan dalam penanganan *cyberbullying*. Secara lebih khusus, Dalimunthe et al. (2023) mengkaji penggunaan *Solution Focused Brief Therapy* untuk mengurangi perilaku *cyberbullying*, sementara Maharani dan Kurniawan (2023) meneliti konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan resiliensi korban *cyberbullying*. Penelitian-penelitian tersebut memiliki pendekatan dan sasaran yang berbeda, tetapi memperlihatkan relevansi layanan konseling dalam menangani permasalahan yang berkaitan dengan perundungan. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menambah bukti kontekstual mengenai penerapan konseling kelompok dengan teknik diskusi, bukan membuktikan bahwa teknik tersebut lebih unggul daripada pendekatan konseling lainnya.

Dalam pelaksanaannya, diskusi kelompok berpotensi membantu siswa mempertimbangkan sudut pandang orang lain dan menilai kembali respons yang mereka berikan ketika menghadapi persoalan di media sosial. Kesempatan untuk mendengarkan pendapat anggota lain dapat digunakan untuk membahas konsekuensi perilaku, membedakan komunikasi yang wajar dari tindakan yang merugikan, serta merumuskan cara berinteraksi yang lebih bertanggung jawab. Relevansi intervensi yang menyasar perilaku komunikasi digital juga terlihat dalam penelitian Aizenkot dan Kashy-Rosenbaum (2021), yang mengevaluasi program *Safe Surfing* untuk mengurangi *cyberbullying* melalui komunikasi kelompok kelas di WhatsApp. Namun, program tersebut berbeda dari layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi yang digunakan dalam penelitian ini. Selain itu, penelitian Bungge et al. (2026) membahas keterkaitan empati dan pengendalian diri dengan perilaku perundungan verbal pada anak sekolah dasar. Temuan tersebut dapat menjadi konteks untuk memahami pentingnya aspek sosial-emosional, tetapi tidak dapat digunakan sebagai bukti langsung bahwa empati dan pengendalian diri siswa dalam penelitian ini meningkat karena kedua aspek tersebut tidak dilaporkan sebagai variabel yang diukur.

Meskipun hasil penelitian menunjukkan penurunan skor yang signifikan, interpretasinya perlu mempertimbangkan keterbatasan desain *one-group pretest-posttest*. Penelitian ini melibatkan 12 siswa yang dipilih secara *purposive* berdasarkan hasil pengukuran awal dan rekomendasi guru Bimbingan dan Konseling, tanpa kelompok kontrol. Dengan demikian, hasil uji Wilcoxon membuktikan adanya perbedaan skor sebelum dan sesudah layanan pada kelompok yang diteliti, tetapi belum dapat memastikan bahwa seluruh perubahan tersebut semata-mata disebabkan oleh intervensi. Jumlah subjek yang terbatas dan pemilihan subjek berdasarkan skor awal juga membatasi generalisasi hasil ke seluruh siswa. Penelitian lanjutan perlu melibatkan jumlah peserta yang lebih besar, kelompok pembanding, dan

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.14672

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

pengukuran tindak lanjut untuk mengetahui apakah penurunan perilaku dapat dipertahankan setelah layanan berakhir.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi merupakan alternatif yang potensial untuk membantu mengurangi perilaku *cyberbullying* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Palu. Penurunan rata-rata skor dan hasil uji Wilcoxon memperkuat temuan bahwa kondisi perilaku siswa setelah layanan berbeda secara signifikan dari kondisi sebelum layanan. Secara praktis, guru Bimbingan dan Konseling dapat mempertimbangkan teknik diskusi sebagai bagian dari upaya penanganan *cyberbullying*, dengan pembahasan yang berfokus pada dampak perilaku digital, tanggung jawab komunikasi, dan penghargaan terhadap orang lain. Namun, penerapannya tetap perlu disertai evaluasi berkala agar perubahan perilaku dapat dipantau secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi menunjukkan potensi dalam mengurangi perilaku *cyberbullying* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Palu. Rata-rata skor perilaku *cyberbullying* menurun dari 56,00 pada pretest menjadi 21,83 pada posttest, dengan rata-rata penurunan sebesar 34,17 poin. Hasil uji *Wilcoxon Signed-Rank* menunjukkan perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah layanan ((Z=-3,061); (p=0,002)). Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat perilaku *cyberbullying* siswa setelah mengikuti enam kali pertemuan konseling kelompok dengan teknik diskusi lebih rendah dibandingkan sebelum layanan diberikan.

Secara praktis, teknik diskusi dapat dipertimbangkan sebagai alternatif layanan Bimbingan dan Konseling untuk membantu siswa mengevaluasi perilaku, memahami dampak *cyberbullying*, dan mengembangkan komunikasi digital yang lebih bertanggung jawab. Namun, karena penelitian ini melibatkan 12 siswa tanpa kelompok kontrol, hasilnya belum dapat memastikan bahwa penurunan tersebut sepenuhnya disebabkan oleh intervensi dan belum dapat digeneralisasikan secara luas. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan lebih banyak peserta, menggunakan kelompok pembanding, dan melakukan pengukuran tindak lanjut untuk mengetahui keberlanjutan perubahan perilaku siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Aizenkot, D., & Kashy-Rosenbaum, G. (2021). The effectiveness of Safe Surfing intervention program in reducing WhatsApp *cyberbullying* and improving classroom climate and student sense of class belonging in elementary school. *Journal of Youth and Adolescence, 50*(7), 1335–1349. https://doi.org/10.1177/0272431620931203

Aprianti, A., Hasan, H., Syahran, R., & Munifah, M. (2025). Konseling kelompok Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk meningkatkan regulasi emosi pada pelaku bullying. *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah, 5*(1), 228–236. https://al-haramjournal.co.id/index.php/J-CEKI/article/view/11154

Arifyadi, A., Lestari, M., Riyadi, N. E. W., & Hasan, H. (2023). Pengaruh orang tua dan guru bimbingan dan konseling terhadap perilaku *cyberbullying*. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam dan Kemasyarakatan, 7*(1), 97–104. https://doi.org/10.19109/ghaidan.v7i1.17819

Bungge, T. R., Hasan, H., Nurwahyuni, N., Riyadi, N. E. W., & Rasido, I. (2026). The influence of empathy and self-control on verbal bullying behavior in elementary school children. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal), 13*(1), 47–56. https://doi.org/10.24042/tzn6c161

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.14672

Chicote-Beato, M., González-Víllora, S., Bodoque-Osma, A. R., & Navarro, R. (2024). *Cyberbullying* intervention and prevention programmes in primary education (6 to 12 years): A systematic review. *Aggression and Violent Behavior, 77*, Article 101938. https://doi.org/10.1016/j.avb.2024.101938

Dalimunthe, L., Daulay, N., & Manurung, P. (2023). Solution focused brief therapy (SFBT): Strategies to reduce *cyberbullying* behavior student. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal), 10*(1). https://doi.org/10.24042/kons.v10i1.16468

Fassi, L., Thomas, K., Parry, D. A., Leyland-Craggs, A., Ford, T. J., & Orben, A. (2024). Social media use and internalizing symptoms in clinical and community adolescent samples: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatrics, 178*(8), 814–822. https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2024.2078

Gaffney, H., Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2021). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying perpetration and victimization: An updated systematic review and meta-analysis. *Campbell Systematic Reviews, 17*(2), Article e1143. https://doi.org/10.1002/cl2.1143

Hu, Y., Bai, Y., Pan, Y., & Li, S. (2021). *Cyberbullying* victimization and depression among adolescents: A meta-analysis. *Psychiatry Research, 305*, Article 114198. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114198

Jalal, N. M., Idris, M., & Muliana, M. (2021). Faktor-faktor *cyberbullying* pada remaja. *IKRA-ITH Humaniora: Jurnal Sosial dan Humaniora, 5*(2), 1–9. https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/965

Kamaruddin, I. K., Ma'rof, A. M., Mohd Nazan, A. I. N., & Ab Jalil, H. (2023). A systematic review and meta-analysis of interventions to decrease *cyberbullying* perpetration and victimization: An in-depth analysis within the Asia Pacific region. *Frontiers in Psychiatry, 14*, Article 1014258. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1014258

Kim, J., Kim Scroggins, J., Ledbetter, L., & Chang De Gagne, J. (2024). Cyberincivility among adolescents: A systematic review of qualitative evidence. *Journal of School Health, 94*(8), 754–767. https://doi.org/10.1111/josh.13484

Kwan, I., Dickson, K., Richardson, M., MacDowall, W., Burchett, H., Stansfield, C., Brunton, G., Sutcliffe, K., & Thomas, J. (2020). *Cyberbullying* and children and young people's mental health: A systematic map of systematic reviews. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 23*(2), 72–82. https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0370

Kutok, E. R., Dunsiger, S., Patena, J. V., Nugent, N. R., Riese, A., Rosen, R. K., & Ranney, M. L. (2021). A *cyberbullying* media-based prevention intervention for adolescents on Instagram: Pilot randomized controlled trial. *JMIR Mental Health, 8*(9), Article e26029. https://doi.org/10.2196/26029

Maharani, N., & Kurniawan, U. T. (2023). Efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik assertive training untuk meningkatkan resiliensi diri korban *cyberbullying* di SMA Negeri 3 Baubau. *Frame (Jurnal Ilmiah Mahasiswa), 2*(2), 158–163. https://doi.org/10.35326/frame.v2i02.4991

Ng, E. D., Chua, J. Y. X., & Shorey, S. (2022). The effectiveness of educational interventions on traditional bullying and *cyberbullying* among adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse, 23*(1), 132–151. https://doi.org/10.1177/1524838020933867

Sala, A., Porcaro, L., & Gómez, E. (2024). Social media use and adolescents' mental health and well-being: An umbrella review. *Computers in Human Behavior Reports, 14*, Article 100404. https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100404

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.14672

CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026
e-ISSN : 2774-4183 | p-ISSN : 2774-8030
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/cendekia

Santre, S. (2023). *Cyberbullying* in adolescents: A literature review. *International Journal of Adolescent Medicine and Health, 35*(1), 1–7. https://doi.org/10.1515/ijamh-2021-0133

Yeschisca, B. Z., Suardiman, S. P., & Supriyanto, A. (2023). The effectiveness of solution-focused brief counseling in reducing bullying behavior. *Journal of Professional Teacher Education, 1*(1), 32–40. https://doi.org/10.12928/jprotect.v1i1.494

Zhu, C., Huang, S., Evans, R., & Zhang, W. (2021). *Cyberbullying* among adolescents and children: A comprehensive review of the global situation, risk factors, and preventive measures. *Frontiers in Public Health, 9*, Article 634909. https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.634909

Copyright (c) 2026 CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan
https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i4.14672