

EFEKTIVITAS KONSELING BEHAVIORAL UNTUK MENGURANGI PERILAKU BULLYING PESERTA DIDIK KELAS XI DI SMA NEGERI 1 GIDO

Yatisama Halawa¹, Justin Foera-era Lase², Famahato Lase³,
Hosianna Rodearni Damanik⁴
Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Nias^{1,2,3,4}
e-mail: yatisama97@gmail.com

Diterima: 6/2/2025; Direvisi: 13/2/2026; Diterbitkan: 22/2/2026

ABSTRAK

Perilaku bullying di lingkungan sekolah masih menjadi persoalan serius yang berdampak pada perkembangan sosial dan emosional peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas konseling behavioral dalam menurunkan tingkat bullying pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Gido. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 90 peserta didik kelas XI-1 yang dipilih melalui teknik *cluster random sampling*. Intervensi dilaksanakan dalam enam sesi konseling kelompok, masing-masing berdurasi 60 menit selama tiga minggu. Pengumpulan data menggunakan angket perilaku bullying yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas. Data dianalisis menggunakan *paired sample t-test* dan uji N-Gain untuk mengukur efektivitas perlakuan. Hasil analisis menunjukkan adanya penurunan yang signifikan setelah pemberian layanan, dengan nilai N-Gain sebesar 88,36% (kategori efektif) dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Temuan ini menunjukkan bahwa konseling behavioral efektif sebagai strategi intervensi dalam layanan bimbingan dan konseling untuk menekan kecenderungan perilaku agresif di sekolah. Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan dasar empiris bagi guru BK dalam merancang program konseling yang terstruktur dan berkelanjutan guna membentuk perilaku peserta didik yang lebih adaptif dan positif.

Kata Kunci: *Konseling Behavioral, Bullying, Bimbingan Dan Konseling.*

ABSTRACT

Bullying behavior in the school environment remains a serious issue affecting students' social and emotional development. This study aims to analyze the effectiveness of behavioral counseling in reducing bullying among eleventh-grade students at SMA Negeri 1 Gido. The study employed a quantitative approach using a one-group pretest-posttest experimental design. The sample consisted of 90 students from class XI-1 selected through cluster random sampling. The intervention was conducted in six group counseling sessions, each lasting 60 minutes over three weeks. Data were collected using a bullying behavior questionnaire that had met validity and reliability standards. The data were analyzed using a paired sample t-test and N-Gain analysis to measure the effectiveness of the intervention. The results showed a significant decrease after the intervention, with an N-Gain value of 88.36% (effective category) and a significance value of $0.000 < 0.05$. These findings indicate that behavioral counseling is effective as an intervention strategy in guidance and counseling services to reduce aggressive behavior in schools. Practically, the results provide empirical evidence for school counselors in designing structured and sustainable counseling programs to foster more adaptive and positive student behavior.

Keywords: *Behavioral Counseling, Bullying, Guidance and Counseling.*

PENDAHULUAN

Bullying merupakan bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang terhadap individu yang lebih lemah sehingga berdampak pada kondisi psikologis, sosial, dan perkembangan peserta didik. Fenomena ini dapat muncul dalam bentuk fisik, verbal, maupun psikologis, seperti ejekan, pengucilan, dan intimidasi, baik di lingkungan sekolah maupun sosial (Pradana, 2024). Sejumlah penelitian mutakhir menunjukkan bahwa kasus perundungan di tingkat sekolah menengah atas masih terjadi secara signifikan dan dipengaruhi oleh dinamika relasi sebaya serta tekanan akademik (Febrianti et al., 2024; Sagala & Br Perangin-Angin, 2023). Selain itu, kajian Faujian et al. (2025) menegaskan bahwa fenomena bullying di sekolah tidak hanya berdampak pada korban, tetapi juga memengaruhi iklim pembelajaran dan relasi sosial di kelas sehingga memerlukan intervensi yang terintegrasi dalam sistem pendidikan. Kondisi tersebut menuntut adanya strategi intervensi yang terencana agar lingkungan belajar menjadi lebih aman, suportif, dan inklusif.

Dampak bullying tidak hanya dirasakan oleh korban dalam bentuk menurunnya motivasi belajar dan meningkatnya kecemasan, tetapi juga berpotensi menimbulkan gangguan psikologis jangka panjang (Febrianti et al., 2024). Di Indonesia, berbagai upaya preventif telah dilakukan melalui penguatan pendidikan karakter dan nilai-nilai toleransi. Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa sebagian peserta didik masih terlibat dalam tindakan agresif meskipun telah memperoleh pemahaman normatif tentang empati dan etika sosial. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara nilai yang diajarkan dan praktik perilaku sehari-hari di sekolah. Temuan tersebut selaras dengan Faujian et al. (2025) yang menyatakan bahwa pendekatan pembelajaran perlu dirancang secara kontekstual dan responsif terhadap dinamika sosial peserta didik agar mampu mencegah perilaku agresif secara lebih efektif.

Sejumlah penelitian terdahulu lebih banyak menekankan pendekatan pendidikan karakter dan kewarganegaraan dalam membangun kesadaran moral peserta didik (Yunita et al., 2021). Meskipun demikian, kajian yang secara spesifik menguji efektivitas layanan konseling behavioral melalui desain eksperimen pada konteks sekolah menengah atas di daerah tertentu masih terbatas. Selain itu, pengukuran efektivitas intervensi menggunakan analisis kuantitatif berbasis N-Gain untuk melihat tingkat peningkatan atau penurunan perilaku belum banyak dilaporkan secara komprehensif. Dengan demikian, terdapat kebutuhan untuk menghadirkan penelitian empiris yang mampu menguji secara terukur dampak layanan konseling terhadap penurunan perilaku bullying.

Dalam konteks ini, konseling behavioral dipandang relevan karena berfokus pada perubahan perilaku melalui prinsip pembelajaran, penguatan (*reinforcement*), dan konsekuensi yang terstruktur (Tafonao & Abd Aziz, 2024). Layanan konseling kelompok memungkinkan peserta didik memperoleh pengalaman sosial langsung, umpan balik, serta pembiasaan perilaku adaptif (Gea et al., 2024; Habsy et al., 2024). Pendekatan behavioral menekankan penerapan teknik-teknik spesifik seperti penguatan positif, *modeling*, dan pembentukan perilaku (*shaping*) yang dilaksanakan secara sistematis dalam proses konseling (Alang, 2020). Selain itu, dalam praktik bimbingan dan konseling modern, pendekatan behavioral merupakan bagian dari model layanan yang terstruktur dan berbasis prosedural sehingga memungkinkan evaluasi hasil secara terukur (Andriyani & Muttaqin, 2022). Pengelolaan teknik serta prosedur konseling behavioral yang tepat juga berperan dalam pengembangan kepribadian dan pengendalian perilaku maladaptif peserta didik (Bunda et al., 2024). Pendekatan ini tidak hanya menekankan aspek kognitif, tetapi juga praktik nyata dalam mengelola konflik dan interaksi sosial. Integrasi prinsip Sekolah Ramah HAM dengan pendekatan behavioral menjadi landasan konseptual yang

memperkuat relevansi intervensi dalam membangun budaya sekolah yang aman dan menghargai martabat peserta didik (Dewantara et al., 2021).

Nilai kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan desain eksperimen *one group pretest-posttest* pada konteks lokal SMA Negeri 1 Gido yang sebelumnya belum terdokumentasi secara empiris, serta penggunaan analisis N-Gain untuk mengukur efektivitas intervensi secara kuantitatif dan objektif. Penelitian ini juga mengintegrasikan pendekatan behavioral dengan prinsip Sekolah Ramah HAM sebagai kerangka normatif dalam layanan bimbingan dan konseling. Kombinasi tersebut memberikan perspektif yang lebih komprehensif dalam menangani perilaku agresif di sekolah. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga memberikan bukti empiris berbasis data.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas layanan konseling behavioral dalam mengurangi perilaku bullying peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Gido. Layanan konseling kelompok dipilih karena memberikan ruang interaksi yang memungkinkan peserta didik berbagi pengalaman serta membangun kesadaran kolektif. Intervensi ini diharapkan mampu mendorong perubahan perilaku secara bertahap melalui pembiasaan dan penguatan positif. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan menjadi rujukan strategis bagi guru bimbingan dan konseling dalam merancang program intervensi yang terstruktur, terukur, dan berkelanjutan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen dan desain *one group pretest-posttest* ($O_1 \times O_2$). Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Gido pada semester VIII Tahun Pelajaran 2024/2025 dengan tujuan mengetahui perubahan perilaku bullying sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Prosedur penelitian diawali dengan pemberian pretest untuk mengukur kondisi awal peserta didik, kemudian dilaksanakan konseling behavioral sebagai perlakuan, dan diakhiri dengan pemberian posttest untuk melihat perubahan yang terjadi. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti membandingkan secara langsung kondisi sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok yang sama sehingga perubahan yang terjadi dapat diamati secara lebih terkontrol. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah konseling behavioral, sedangkan variabel terikat adalah perilaku bullying yang diukur melalui perbandingan skor pretest dan posttest.

Populasi penelitian berjumlah 90 siswa kelas XI yang terdiri dari tiga kelas, dan sampel ditentukan menggunakan teknik cluster random sampling dengan kelas XI-1 sebagai sampel penelitian berdasarkan hasil observasi awal dan pertimbangan guru BK. Instrumen penelitian berupa angket tertutup dengan skala Likert lima alternatif jawaban yang disusun berdasarkan indikator perilaku bullying, sedangkan konseling behavioral dilaksanakan melalui beberapa sesi sesuai tahapan layanan. Sebelum digunakan, instrumen terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan kelayakan sebagai alat pengumpul data. Data dikumpulkan melalui angket sebagai instrumen utama serta didukung oleh observasi, dokumentasi, dan wawancara. Uji kelayakan instrumen dilakukan melalui uji validitas dan reliabilitas, sedangkan analisis data menggunakan uji *t* berpasangan untuk menguji perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan serta perhitungan N-Gain untuk menentukan tingkat efektivitas perlakuan. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji hipotesis ditetapkan berdasarkan nilai signifikansi kurang dari 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Uji Kelayakan Instrumen

Sebelum instrumen digunakan dalam penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan kualitas alat ukur yang digunakan. Uji validitas bertujuan untuk mengetahui sejauh mana butir pernyataan mampu mengukur variabel yang diteliti sesuai dengan indikator yang telah ditetapkan. Sementara itu, uji reliabilitas dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang baik sehingga mampu menghasilkan data yang stabil dan dapat dipercaya. Hasil pengujian validitas dan reliabilitas instrumen pada masing-masing variabel penelitian dirangkum dalam Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Ringkasan Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Variabel	Jumlah Butir	Jenis Uji	Hasil	Kriteria	Keterangan
Konseling Behavioral (X)	35	Validitas	$r_{hitung} > 0,361$	$r_{tabel} (5\%)$	Valid
Konseling Behavioral (X)	35	Reliabilitas	Alpha = 0,933	$> 0,60$	Reliabel
Perilaku Bullying (Y)	35	Validitas	$r_{hitung} > 0,361$	$r_{tabel} (5\%)$	Valid
Perilaku Bullying (Y)	35	Reliabilitas	Alpha = 0,919	$> 0,60$	Reliabel

Berdasarkan hasil yang disajikan pada Tabel 1, seluruh butir pernyataan pada variabel konseling behavioral dan perilaku bullying termasuk dalam kategori valid, karena telah memenuhi kriteria pengujian yang ditetapkan. Hal ini menunjukkan bahwa setiap item mampu merepresentasikan indikator variabel yang diukur secara tepat. Selain itu, hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa kedua instrumen berada dalam kategori reliabel dengan tingkat konsistensi internal sangat tinggi, sehingga dapat dipercaya untuk digunakan dalam pengumpulan data penelitian. Dengan demikian, instrumen yang digunakan dalam penelitian ini telah memenuhi persyaratan kualitas alat ukur, baik dari segi ketepatan maupun konsistensi, sehingga layak digunakan dalam tahap pengujian hipotesis.

Deskripsi Data Pretest dan Posttest

Untuk memperoleh gambaran perubahan perilaku peserta didik secara lebih rinci, peneliti membandingkan hasil pengukuran sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling behavioral. Analisis dilakukan dengan mengelompokkan skor ke dalam kategori tertentu agar distribusi perubahan dapat diamati secara sistematis. Pendekatan kategorisasi ini membantu memperjelas pola pergeseran perilaku yang terjadi setelah intervensi. Distribusi skor perilaku bullying sebelum dan sesudah perlakuan disajikan pada Tabel 2.

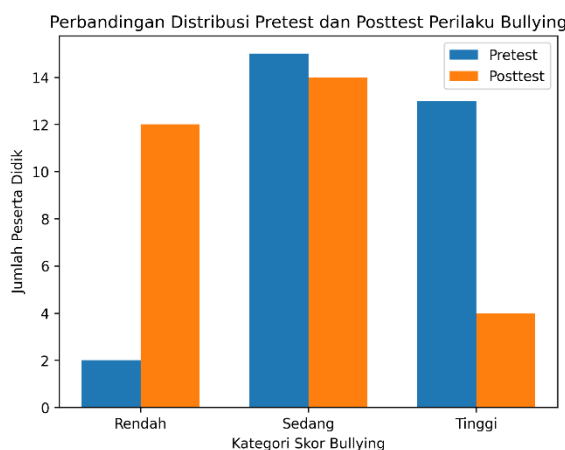
Tabel 2. Distribusi Skor Perilaku Bullying Peserta Didik Sebelum dan Sesudah Konseling Behavioral

Kategori Skor Bullying	Pretest (Sebelum Konseling)	Posttest (Sesudah Konseling)	Persentase Perubahan (%)
Rendah	2	12	+33,3
Sedang	15	14	-3,3

Tabel 2 menunjukkan adanya pergeseran distribusi kategori perilaku bullying setelah intervensi dilaksanakan. Kategori tinggi mengalami penurunan, sementara kategori rendah menunjukkan peningkatan yang mencerminkan perubahan positif dalam pengendalian perilaku peserta didik. Pergeseran ini mengindikasikan bahwa konseling behavioral efektif dalam memodifikasi respons maladaptif menjadi perilaku yang lebih adaptif. Dengan demikian, intervensi yang diberikan tidak hanya berdampak secara individual, tetapi juga berkontribusi terhadap perbaikan dinamika sosial di lingkungan sekolah.

Visualisasi Perubahan Skor

Untuk memperjelas pola perubahan distribusi perilaku bullying sebelum dan sesudah intervensi, data tidak hanya disajikan dalam bentuk tabel tetapi juga divisualisasikan melalui grafik batang. Penyajian grafik bertujuan memberikan gambaran komparatif yang lebih intuitif mengenai pergeseran kategori skor peserta didik. Visualisasi ini membantu pembaca mengidentifikasi kecenderungan perubahan secara lebih cepat dan sistematis. Perbandingan distribusi pretest dan posttest perilaku bullying disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Perbandingan Pretest dan Posttest Perilaku Bullying

Gambar 1 memperlihatkan adanya pergeseran distribusi kategori perilaku bullying setelah pelaksanaan konseling behavioral. Kategori tinggi menunjukkan kecenderungan menurun, sedangkan kategori rendah mengalami peningkatan setelah intervensi diberikan. Pola ini mengindikasikan bahwa pendekatan konseling behavioral berkontribusi terhadap pengurangan perilaku maladaptif dan penguatan perilaku yang lebih positif. Visualisasi grafik tersebut memperkuat temuan sebelumnya bahwa intervensi yang diterapkan efektif dalam membantu peserta didik mengontrol dan memodifikasi perilaku bullying di lingkungan sekolah.

Uji Hipotesis (Paired Sample t-Test)

Untuk menguji hipotesis penelitian mengenai efektivitas konseling behavioral dalam menurunkan perilaku bullying, dilakukan analisis statistik menggunakan *paired sample t-test*. Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest pada kelompok yang sama ($n = 30$). Pengujian dilakukan dengan taraf signifikansi 0,05 (Sig. 2-tailed < 0,05). Hasil uji hipotesis disajikan pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis (Paired Sample t-Test) Perilaku Bullying

Variabel	Mean Pretest	Mean Posttest	Mean Difference	Std. Deviation	t	df	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Perilaku Bullying	98,47	82,13	16,34	6,872	13,02	29	0,000	Signifikan

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh nilai $t(29) = 13,02$ dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Hasil ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest perilaku bullying pada siswa. Rata-rata skor mengalami penurunan sebesar 16,34 poin setelah diberikan intervensi konseling behavioral. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak, sehingga konseling behavioral dinyatakan efektif dalam menurunkan perilaku bullying siswa kelas XI SMA Negeri 1 Gido.

Uji Efektivitas (N-Gain)

Selain menguji signifikansi perbedaan, penelitian ini juga menganalisis tingkat efektivitas intervensi menggunakan uji N-Gain. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui derajat peningkatan perubahan yang terjadi setelah perlakuan diberikan. Perhitungan N-Gain memberikan informasi mengenai seberapa besar efektivitas konseling behavioral dalam menurunkan perilaku bullying. Hasil perhitungan N-Gain disajikan pada Tabel 4 berikut.

Tabel 4. Hasil Uji Efektivitas (N-Gain)

Variabel	N-Gain	Kategori
Perilaku Bullying	88,36%	Efektif (Tinggi)

Berdasarkan Tabel 4, diperoleh nilai N-Gain sebesar 88,36% yang berada pada kategori efektivitas tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa konseling behavioral tidak hanya signifikan secara statistik, tetapi juga memiliki dampak yang kuat secara praktis. Nilai efektivitas yang tinggi mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa mengalami penurunan perilaku bullying setelah mengikuti konseling. Dengan demikian, intervensi yang diberikan dapat dinyatakan efektif dalam membantu siswa mengontrol dan memodifikasi perilaku bullying di lingkungan sekolah.

Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling behavioral efektif dalam menurunkan perilaku bullying pada peserta didik. Temuan ini sejalan dengan kerangka behavior therapy yang menekankan modifikasi perilaku melalui penguatan (reinforcement) dan pembiasaan respons adaptif secara sistematis (Pariani & Putri, 2025; Zola et al., 2021). Dalam perspektif ini, perubahan perilaku tidak terjadi secara instan, tetapi melalui proses penguatan positif yang konsisten dan pengurangan respons maladaptif. Dengan demikian, efektivitas konseling behavioral dalam penelitian ini dapat dimaknai sebagai hasil dari penerapan prinsip modifikasi perilaku yang terstruktur dan terukur.

Lebih lanjut, layanan konseling tidak hanya berfungsi mereduksi perilaku negatif, tetapi juga membangun regulasi diri dan kesadaran sosial peserta didik. Pendekatan behavioral memungkinkan siswa mengenali pola tindakan yang merugikan serta menggantinya dengan respons yang lebih adaptif melalui latihan dan umpan balik berkelanjutan. Temuan ini konsisten dengan penelitian yang menekankan pentingnya intervensi berbasis perilaku dan kognitif-perilaku dalam meningkatkan self-efficacy dan menekan agresivitas (Devi Elvin et al., 2024; Karismawati, 2023; Pariani & Putri, 2025). Dengan demikian, konseling behavioral dalam konteks ini tidak sekadar bersifat kuratif, melainkan juga preventif dan edukatif.

Pendekatan peer counseling dalam penelitian ini terbukti memperkuat efektivitas intervensi, terutama dalam konteks bullying digital. Dukungan sebaya memberikan ruang refleksi sosial yang lebih egaliter dan kontekstual, sehingga siswa lebih terbuka terhadap perubahan perilaku (Aqillah, Suhaemi, & Monalisa, 2025; Azharo & Rusman, 2025). Berbeda dengan pendekatan individual yang bersifat formal, konseling sebaya menghadirkan dinamika interaksi yang lebih natural dalam kehidupan remaja. Kombinasi layanan individual dan peer counseling menunjukkan bahwa intervensi berbasis sekolah akan lebih optimal apabila melibatkan dimensi relasional antar peserta didik.

Selain itu, penggunaan teknik kreatif seperti sosiodrama dan eco art therapy menambah kedalaman kognitif dan emosional dalam proses konseling (Puspita, Hartanti, & Mufidah, 2023; Zuraida, Sulis, & Fikrianto, 2024). Sosiodrama memungkinkan siswa memahami konsekuensi tindakan melalui simulasi peran, sedangkan eco art therapy memberikan ruang ekspresi emosional dan refleksi diri secara simbolik. Integrasi teknik kreatif ini memperluas pendekatan behavioral yang semula berfokus pada perilaku tampak, menjadi lebih menyentuh dimensi afektif dan empatik. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kombinasi pendekatan perilaku dan teknik ekspresif mampu memperkuat internalisasi nilai prososial.

Keterlibatan keluarga dan lingkungan sosial juga berkontribusi terhadap keberhasilan intervensi. Pendidikan emosi di rumah serta konsistensi penguatan perilaku positif menjadi faktor pendukung perubahan yang berkelanjutan (Qomaria & Septiana, 2024; Rachmawati, Sholeh, & Rifqi, 2025; Saputri et al., 2025). Jika intervensi hanya dilakukan di sekolah tanpa dukungan keluarga, perubahan perilaku berpotensi tidak bertahan dalam jangka panjang. Dengan demikian, pendekatan holistik yang melibatkan sekolah dan orang tua memperkuat stabilitas hasil intervensi serta memperluas dampak sosialnya.

Dari sisi kurikulum dan metode, relevansi materi konseling dengan kebutuhan perkembangan remaja menjadi faktor penting efektivitas program. Integrasi literasi sosial-emosional dan pengelolaan konflik dalam kurikulum memungkinkan siswa memahami kompleksitas relasi interpersonal secara lebih kritis (Hidayati, Marianty, & Kamila, 2025). Pendekatan pembelajaran yang adaptif dan kontekstual membantu siswa mengembangkan kontrol diri serta kemampuan pemecahan masalah. Hal ini menunjukkan bahwa efektivitas intervensi tidak hanya bergantung pada teknik konseling, tetapi juga pada kesesuaian desain program dengan karakteristik peserta didik.

Secara keseluruhan, kombinasi konseling behavioral, peer counseling, teknik kreatif, dan kolaborasi lintas pihak memberikan hasil yang optimal dalam menurunkan perilaku bullying (Azharo & Rusman, 2025; Ramli, Pandang, & Aswar, 2025). Kontribusi teoretis penelitian ini terletak pada penguatan model intervensi integratif yang menggabungkan prinsip modifikasi perilaku dengan dukungan relasional dan pendekatan ekspresif dalam konteks pendidikan sekolah. Namun demikian, generalisasi temuan perlu dilakukan secara hati-hati karena penelitian terbatas pada satu konteks sekolah dan karakteristik peserta didik tertentu.

Oleh sebab itu, penelitian lanjutan dengan cakupan sampel yang lebih luas dan desain longitudinal diperlukan untuk menguji keberlanjutan efek intervensi dalam jangka panjang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, layanan konseling behavioral terbukti efektif dalam menurunkan perilaku bullying peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Gido. Efektivitas ini tercermin dari perubahan perilaku yang lebih terkontrol, berkembangnya keterampilan sosial, serta meningkatnya sikap adaptif dalam interaksi sehari-hari. Secara konseptual, temuan ini menegaskan bahwa pendekatan behavioral yang menekankan penguatan (*reinforcement*), pembiasaan, dan latihan respons sosial mampu menghasilkan perubahan perilaku yang terarah dan terukur dalam konteks pendidikan. Dengan demikian, konseling behavioral tidak hanya berfungsi sebagai strategi intervensi praktis, tetapi juga sebagai implementasi nyata prinsip teori belajar dalam pembinaan karakter di sekolah.

Keberhasilan intervensi dipengaruhi oleh pelaksanaan layanan yang terstruktur dan konsisten, sehingga guru BK disarankan mengintegrasikan pendekatan behavioral dalam program rutin dengan dukungan kebijakan sekolah. Secara teoretis, penelitian ini memperkuat relevansi behaviorisme dalam praktik bimbingan dan konseling, sekaligus memperkaya bukti empiris efektivitasnya pada jenjang sekolah menengah. Meskipun memiliki keterbatasan pada konteks dan subjek tertentu, temuan ini membuka peluang pengembangan layanan yang lebih inovatif, termasuk integrasi media digital dan desain eksperimen yang lebih variatif. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan cakupan sampel lebih luas dan pengukuran jangka panjang diperlukan untuk memperkuat validitas eksternal serta keberlanjutan model intervensi dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman dan positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Alang, A. H. (2020). Teknik pelaksanaan terapi perilaku (behaviour). *Al-Irsyad Al-Nafs: Jurnal Bimbingan dan Penyuluhan Islam*, 7(1). https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/Al-Irsyad_Al-Nafs/article/view/14205
- Andriyani, W. D., & Muttaqin, M. Z. (2022). Pendekatan Dan Model Bimbingan Konseling. *Jurnal Pendidikan Indonesia: Teori, Penelitian, dan Inovasi*, 2(5). <https://doi.org/10.59818/jpi.v2i5.264>
- Aqillah, H. N., Suhaemi, K., & Monalisa, M. (2025). The Effectiveness of Peer Counseling in Addressing Cyberbullying Among Students in Islamic Boarding School. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 7(1). <https://doi.org/10.51214/002025071334000>
- Azharo, A., & Rusman, A. A. (2025). The Effectiveness of Group Counseling Services Using Aggression Control Methods to Reduce the Tendency of Bullying Behavior in Junior High School Students. *Counsnesia Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 6(1), 77-86. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v6i1.4835>
- Bunda, T. P., Ardi, Z., Firmansyah, R., & Maulana, P. A. (2024). Management Techniques and Behavioral Counseling Procedures in Developing Human Personality. *Manajia: Journal of Education and Management*, 2(3), 133-139. <https://doi.org/10.58355/manajia.v2i3.58>
- Devi Elvin, S., Sufri, S., Mawarpury, M., & Fithria, F. (2024). Efektivitas penerapan bimbingan konseling islami mengatasi mental korban bullying pada siswa sekolah menengah pertama, *Holistik Jurnal Kesehatan* 18(6), 900-908. <https://repository.unar.ac.id/jspui/handle/123456789/11038>

- Dewantara, J. A., Nurgiansah, T. H., & Rachman, F. (2021). Mengatasi pelanggaran hak asasi manusia dengan model Sekolah Ramah HAM (SR-HAM). *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(2), 261-269. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i2.277>
- Faujian, A., Widiastuti, A., & Sudrajat, S. (2025). The Phenomenon of Bullying in Schools as a Basis for Developing Social Studies Learning Materials. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama*, 17(1), 475-492. <https://doi.org/10.37680/qalamuna.v17i1.6597>
- Febrianti, R., Syaputra, Y. D., & Oktara, T. W. (2024). Dinamika bullying di sekolah: Faktor dan dampak. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(1), 9-24. <https://doi.org/10.30653/001.202481.336>
- Gea, D., Lase, F., Munthe, M., & Damanik, H. R. (2024). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok, Kemampuan Berinteraksi Sosial, Kontrol Diri dan Peningkatan Kualitas Kegiatan Belajar terhadap Motivasi Berprestasi dalam Belajar. *Journal on Education*, 6(3), 16383-16396. <https://jonedu.org/index.php/joe/article/view/5517>
- Habsy, B. A., Salsabila, A., Mareta, D. A., & Krisnandini, S. (2024). Penerapan Konseling Kelompok Behavior pada Peserta Didik di Sekolah. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 4(3), 1997-2011. <https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v4i3.3043>
- Halawa, N., & Lase, F. (2024). Seni mendengar konselor dalam komunikasi konseling. *Journal on Education*, 6(03), 17978-92. <https://jonedu.org/index.php/joe/article/view/5718>
- Hidayati, A., Marianty, D., & Kamila, A. (2025). Effectiveness of School Interventions in Reducing Bullying Behavior: Systematic Literature Review. *Journal of Psychological Perspective*, 7(1), 29-40. <https://doi.org/10.47679/jopp.7110222025>
- Karismawati, B. A. (2023). Efektivitas Konseling Cognitive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Self Efficacy Pada Siswa Korban Bullying. *At-Taujih; Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(1), 46-57. <https://jurnal.iaihpancor.ac.id/index.php/taujih/article/view/1228>
- Pariani, N. N., & Putri, D. A. W. M. (2025). Development of a Behavioral Counseling Model Guide with Live Modeling Techniques to Reduce Bullying Behavior. *Bisma The Journal of Counseling*, 9(1), 221-230. <https://doi.org/10.23887/bisma.v9i1.95372>
- Pradana, C. D. E. (2024). Pengertian tindakan bullying, penyebab, efek, pencegahan dan solusi. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(3), 884-898. <https://doi.org/10.46799/jsa.v5i3.1071>
- Puspita, E. A., Hartanti, J., & Mufidah, E. F. (2023). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Perilaku Cyber Bullying Pada Remaja. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(1), 76-86. <https://ejournal.uinmadura.ac.id/index.php/educons/article/view/7023>
- Rachmawati, D. W., Sholeh, M., & Rifqi, A. (2025). School and Parent Collaboration through the SOBAT Program in Tackling Student Bullying. *Lectura: Jurnal Pendidikan*, 16(2), 725-736. <https://doi.org/10.31849/wlترم54>
- Ramli, N. A. F., Pandang, A., & Aswar, A. (2025). The Implementation of Group Counseling using the Reframing Technique to Reduce Bullying Behavior Tendencies among Madrasah Tsanawiyah Negeri Students. *Quanta: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 9(2), 171-179. <https://doi.org/10.22460/quanta.v9i2.6039>
- Sagala, N., & Br Perangin-Angin, M. (2023). Gambaran Umum Pengalaman Bullying pada Remaja SMA. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(2), 721-734. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i2.1565>

- Saputri, N. M. I., Amri, K., Pulungan, H. R., & Pratiwi, P. (2025). Promoting Safe Education Environments: Effectiveness of Assertiveness-Based Bst Interventions Against Bullying. *EDUCATIONE*, 323-332. <https://doi.org/10.59397/edu.v3i2.100>
- Tafonao, T., & Abd Aziz, M. K. N. (2024). Pendekatan Behavioristik Dalam Analisis Dan Intervensi Perilaku. *Educatum: Jurnal Dunia Pendidikan*, 2(1), 66-80. <https://doi.org/10.62282/je.v2i1.66-80>
- Yunita, T., Rafifah, T., & Anggraeni, D. (2021). Say No to Bullying Behavior: Implementasi Nilai Pendidikan Kewarganegaraan di Sekolah Dasar. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(3), 183-189. <https://doi.org/10.31004/aulad.v4i3.174>
- Zola, N., Suhaili, N., Karneli, Y., & Netrawati, N. (2021). Behavior therapy as a theoretical approach to group counseling. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 6(4), 820-825. <https://doi.org/10.29210/021286jpgi0005>
- Zuraida, D. J., Sulis, K. H., & Fikrianto, M. (2024). Penyuluhan pencegahan dan penanganan bullying di sekolah melalui teknik eco art therapy. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(5), 1722-1728. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i5.1098>