

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di UPT SMP Negeri 12 Medan yang berlokasi di Jl.M.H. Thamrin No.52, Kec. Medan Kota, Kota Medan, Prov. Sumatera Utara. Sekolah yang di pimpin oleh Pulungan Parnab Nababan, S.Pd sebagai kepala sekolah UPT SMP Negeri 12 Medan merupakan sekolah yang bersih, rapi, tertata serta sejuk. Kondisi lingkungan sekolah baik karena sudah di dukung dengan fasilitas yang memadai semacam kamar mandi, air yang bersih, serta tempat sampah. Lokasi sekolah di dekat pasar serta permukiman warga, namun kegiatan belajar mengajar di sekolah ini tetap berjalan dengan lancar karena lokasi sekolah sudah dipagari dari depan sampai belakang. Populasi pada kajian ini ialah semua angkatan kelas VIII dengan jumlah 216 siswa serta yang menjadi sampel dalam kajian ini ialah 10 orang siswa dari angkatan kelas VIII yang punya kecemasan sosial pada korban *bullying* dengan klasifikasi tinggi. Pada bab ini akan menjelaskan permasalahan penelitian pengaruh konseling kelompok dengan teknik *Social Skill Training* pada kecemasan sosial pada korban *bullying* di SMP kelas VIII di UPT SMP Negeri 12 Medan.

Tabel 4.1 Identitas Sekolah

No.	Identitas Sekolah	
1.	Nama Sekolah	UPT SMP Negeri 12 Medan
2.	NPSN	10210961
3.	Status	Negeri
4.	Bentuk Pendidikan	SMP
5.	Status Kepemilikan	Pemerintah
6.	SK Pendirian Sekolah	I.7317/B2/WILSU/75

No.	Identitas Sekolah	
7.	SK Izin Operasional	21 Tahun 2018
8.	Akreditasi Sekolah	A
9.	Jumlah Guru	46 Guru
10.	Jumlah Guru BK	2 Guru
11.	Jumlah Keseluruhan Siswa	771 Siswa Laki laki : 382 Perempuan : 389

4.1.2 Visi serta Misi UPT SMP Negeri 12 Medan

A. Visi

Terwujudnya peserta didik yang religius, berprestasi, berkarakter mulia, serta peduli lingkungan berlandaskan iman serta takwa.

B. Misi

1. Religius : menumbuh kembangkan perilaku religius serta mengamalkan ajaran agama pada keseharian
2. Karakter : membudayakan disiplin, toleransi, santun, serta berbudi pekerti luhur
3. Prestasi : mengikuti kegiatan ekstrakurikuler serta intrakurikuler untuk meningkatkan prestasi sekolah
4. Kreativitas : meningkatkan potensi di bidang seni serta olahraga

4.1.3 Sarana serta Prasarana Penunjang Proses Pembelajaran

Dalam pendidikan, adanya kelengkapan sarana serta prasarana punya peranan yang sangat penting serta diperlukan. Keberhasilan proses belajar mengajar di suatu institusi dalam mencapai tujuan pendidikan bisa didukung oleh kelengkapan sarana serta prasarana, baik langsung ataupun tidak langsung. Sebagai sumber daya sekolah, sarana serta prasarana pendidikan harus terus ditingkatkan seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan serta teknologi.

Adapun sarana prasarana sekolah yang ada di SMKS 1 Pelita Aek Kanopan diantaranya:

Tabel 4.2 Sarana serta Prasarana UPT SMP Negeri 12 Medan

No	Jenis Sarpras	Jumlah	Keterangan
1	Ruang Kepala Sekolah	1	Baik
2	Ruang Guru	1	Baik
3	Ruang Kelas	26	Baik
4	Perpustakaan	1	Baik
5	Ruang tata usaha	1	Baik
6	Ruang PKS	1	Baik
7	Lab komputer	1	Baik
8	Lab ipa	1	Baik
9	Kamar mandi guru	2	Baik
10	Kamar mandi siswa	2	Baik
11	Ruang UKS	1	Baik
12	Ruang Aula	1	Baik
13	Ruang BK	1	Baik
14	Gudang	1	Baik
	Total	41	

4.2 Persiapan Penelitian

4.2.1. Persiapan Administrasi

Peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada bagian administrasi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan pada tanggal 19 Februari 2026. Surat tersebut berfungsi sebagai surat pengantar yang ditandatangani oleh Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Ilmu Pendidikan untuk keperluan pengumpulan data penelitian dan ditujukan kepada Kepala UPT SMP Negeri 12 Medan.

4.2.2 Persiapan Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yang disusun berdasarkan aspek-aspek kecemasan sosial menurut La Greca dan Lopez (1998) sebagai indikatornya, yaitu: (1) Fear of Negative Evaluation (perasaan takut dinilai negatif), (2) Social Avoidance and Distress in New Situations

(penghindaran sosial serta rasa tertekan pada situasi baru), dan (3) Social Avoidance and Distress-General (penghindaran sosial serta rasa tertekan secara umum). Jumlah butir kuesioner sebanyak 40 item. Dengan rincian sebagai berikut: aspek Fear of Negative Evaluation terdiri atas 11 item, aspek Social Avoidance and Distress in New Situations terdiri atas 17 item, dan aspek Social Avoidance and Distress-General terdiri atas 12 item.

4.2.3 Hasil Uji Coba Alat Ukur

Uji coba yang mencakup pengujian validitas dan reliabilitas dilaksanakan di UPT SMP Negeri 12 Medan dengan melibatkan 30 siswa yang bukan merupakan sampel penelitian. Peneliti meminta siswa untuk mengisi kuesioner yang disediakan secara jujur, terbuka, dan sesuai dengan kondisi yang mereka alami, karena kuesioner tersebut tidak memiliki jawaban yang benar atau salah.

Setelah seluruh kuesioner dikumpulkan, peneliti melakukan pengolahan data dengan menyusun format penilaian berdasarkan skor dari setiap butir pernyataan. Selanjutnya, skor yang dipilih oleh responden ditabulasi dan dianalisis menggunakan aplikasi SPSS versi 25.

4.2.3.1 Hasil Uji Validitas Angket

Uji coba angket berfungsi untuk mengetahui kelayakan instrumen dalam mengumpulkan data mengenai kecemasan sosial pada korban bullying dengan menggunakan rumus Product Moment. Berdasarkan hasil perhitungan koefisien korelasi, pada taraf signifikansi $\alpha = 5\%$ dan jumlah responden ($N = 30$), diketahui bahwa nilai r tabel adalah 0,361. Berdasarkan hasil uji validitas yang dilakukan menggunakan program SPSS versi 25, diperoleh bahwa seluruh butir pernyataan

memiliki r hitung lebih besar daripada r tabel, sehingga seluruh butir pernyataan dinyatakan valid.

Secara keseluruhan, dari 40 butir angket yang diuji cobakan kepada 30 siswa, diperoleh bahwa seluruh butir angket dinyatakan valid sehingga dapat digunakan sebagai instrumen pengumpulan data penelitian. Dengan demikian, seluruh item angket yang berjumlah 40 butir dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Hasil uji validitas instrumen kecemasan sosial pada korban bullying disajikan pada tabel berikut :

Tabel 4.3 Kisi-Kisi Kuesioner Kemandirian Belajar Siswa Setelah Uji Coba

Variabel	Aspek	Deskripsi	Item				Jumlah
			Positif		Negatif		
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
Kecemasan Sosial pada Korban Bullying	1. Fear of Negative Evaluation	Ketakutan kuat terhadap evaluasi, kritik, penolakan, atau ejekan dari orang lain	1,3,7,13	-	10,11	-	6
		Kekhawatiran terhadap ejekan, penolakan, atau kritik teman sebaya	2,4,5,8	-	6	-	5
	2. Social Avoidance and Distress in New Situations	Rasa cemas, gugup atau tegang dalam situasi sosial atau ketika berbicara di	9,12,14,15	-	17	-	5

		depan umum					
		Menghindari interaksi dengan teman baru atau orang yang belum dikenal	16,18,20,21	-	19,22	-	6
		Menghindari situasi atau lingkungan sosial baru karena rasa tidak nyaman atau cemas	23,24,26,27	-	25,28	-	6
	3. Social Avoidance and Distress-General	Menarik diri dari kegiatan sosial, sulit berpartisipasi, atau menghindari interaksi sosial umum	30,31,32,33	-	29,34	-	6
		Kekhawatiran terhadap pengalaman bullying sebelumnya atau takut dinilai buruk oleh orang lain	35,36,37,39	-	38,40	-	6
Jumlah			28	0	12	0	40

4.2.3.2 Hasil Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian dalam mengukur kecemasan sosial pada korban bullying. Pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan rumus Cronbach's Alpha melalui bantuan program SPSS versi 25.

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan rumus Alpha, diperoleh nilai $r_{11} = 0,983$. Karena nilai $r_{11} (0,983) > r \text{ tabel } (0,361)$, maka instrumen penelitian dinyatakan reliabel. Jika dibandingkan dengan indeks korelasi, nilai tersebut termasuk dalam kategori sangat reliabel. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa angket kecemasan sosial pada korban bullying telah memenuhi kriteria reliabilitas dan layak digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian ini.

4.3 Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan langsung di UPT SMP Negeri 12 Medan Tahun 2025/2026 selama 2 bulan semenjak tanggal 19 Februari 2026 sampai dengan 6 April 2026. Pada hari senin 24 Februari 2026 diadakan pengumpulan data untuk Uji Validitas serta reliabilitas kepada 30 orang siswa kelas XI-1. Pada hari Senin, tanggal 9 Maret 2026 *pre-test* dilaksanakan pada 48 siswa (dari hasil pra-penelitian) untuk mengukur tingkat kecemasan sosial pada korban *bullying* sebelum menerima layanan konseling kelompok dengan teknik *Social Skill Training*.

Pelaksanaan konseling kelompok menggunakan Teknik *Social Skill Training* dalam penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 12 Maret 2026 kepada 10 orang siswa yang memiliki kriteria kecemasan sosial tinggi terhadap korban *bullying* dari hasil *pre-test* yang mana pertemuan pertama ini dengan topik perasaan takut dinilai negative. Pertemuan kedua pada tanggal 16 Maret 2026 dilaksanakan konseling kelompok Teknik *Social Skill Training* dengan topik keberanian berbicara dalam kelompok. Pertemuan ketiga pada tanggal 27 Maret 2026 dilaksanakan konseling kelompok Teknik *Social Skill Training* dengan topik penghindaran sosial serta tertekan pada situasi baru. Pertemuan keempat pada

tanggal 30 Maret 2026 dilaksanakan konseling kelompok Teknik *Social Skill Training* dengan topik ketidaknyamanan dalam interaksi sosial. Pertemuan kelima pada tanggal 1 April 2026 dilaksanakan konseling kelompok Teknik *Social Skill Training* dengan topik penghindaran sosial serta tertekan secara umum. Pada tanggal 6 April 2026 diberikan *post-test* dengan menyebarkan kuesioner kecemasan sosial pada korban *bullying* setelah siswa mendapatkan layanan konseling kelompok dengan Teknik *Social Skill Training*.

Tabel 4.4 Hasil Screening serta Penentuan Subjek Kajian

Keterangan	Jumlah
Jumlah siswa	216
Korban <i>Bullying</i>	48

4.4 Deskripsi Data Hasil Penelitian

Penelitian ini merupakan Penelitian pre-eksperimental yang digunakan untuk mengetahui adakah pengaruh konseling kelompok Teknik *Social Skill Training* terhadap kecemasan sosial pada korban *bullying* siswa kelas VIII di UPT SMP Negeri 12 Medan. Pengambilan data kajian dilaksanakan dengan cara penyebaran angket secara langsung kepada 48 siswa kelas VIII yang memiliki klasifikasi Tinggi dari hasil (pra-kajian) kemudian diambil 10 orang siswa Tertinggi untuk dijadikan subjek kajian.

4.4.1 Pengkategorian/ Kriteria Nilai Kecemasan Sosial Korban *Bullying*

Setelah dilaksanakan penyebaran angket, maka selanjutnya ialah memberikan skor pada angket dengan menjumlahkan nilai-nilai yang diperoleh setiap siswa. Setelah diketahui jumlah skor angket kecemasan sosial korban *bullying* maka dilaksanakan pengkategorian:

Skor Maksimal = 160; Skor Min: 40

$$\text{Rentang (R)} = \text{Skor maksimal} - \text{skor minimal}$$

$$\text{Rentang} = 160 - 40 = 120 : 3 = 40$$

Maka klasifikasi angket kecemasan sosial korban *bullying* bisa dilihat pada tabel:

Tabel 4.5 Kriteria Kecemasan Sosial Pada Korban Bullying

Interval	Jumlah	Kriteria
40 - 79	15	Rendah
80 - 119	20	Sedang
120 - 160	13	Tinggi
Jumlah	48	

Setelah dilaksanakan perhitungan skor maksimal serta skor minimal, diperoleh rentang skor sebesar 40. Selanjutnya rentang ini dibagi jadi tiga kategori, yaitu rendah, sedang, serta tinggi. Pembagian klasifikasi ini bertujuan untuk memudahkan dalam mengetahui tingkat kecemasan sosial yang dirasakan siswa korban *bullying*. Dengan demikian, klasifikasi rendah berada pada interval skor 40 – 79, klasifikasi sedang pada interval skor 80 – 119, serta klasifikasi tinggi pada interval skor 120 – 160. Pengkategorian ini digunakan untuk mengelompokkan tingkat kecemasan sosial siswa sehingga bisa diketahui distribusi tingkat kecemasan sosial yang dialami responden dalam kajian ini.

4.4.2 Hasil Pre-test Kecemasan Sosial pada Korban Bullying

Perhitungan pre-test yang didapatkan dari 10 orang responden tertinggi sebelum diberikan konseling kelompok dengan teknik SST bisa dilihat pada tabel dibawah ini ;

Tabel 4.6 Hasil Pre-Test Kecemasan Sosial pada Korban Bullying

No.	Responden	Skor	Kategori
1.	AZ	132	Tinggi
2.	MNS	131	Tinggi
3.	KA	131	Tinggi
4.	UAY	130	Tinggi
5.	SA	126	Tinggi
6.	NA	126	Tinggi

7.	WK	126	Tinggi
8.	LZ	125	Tinggi
9.	DA	125	Tinggi
10.	TS	125	Tinggi
Jumlah		1277	
Nilai Tertinggi		132	
Nilai Terendah		125	
Rata-Rata		127,7	

Berdasarkan tabel diatas, hasil data pre-test sebelum mendapat konseling kelompok hasilnya sebagai berikut AZ mendapatkan skor 132 dengan klasifikasi (Tinggi), MSN mendapatkan skor 131 dengan klasifikasi (Tinggi), KA mendapatkan skor 131 dengan klasifikasi (Tinggi), UAY mendapatkan skor 130 dengan klasifikasi (Tinggi), SA mendapatkan skor 126 dengan klasifikasi (Tinggi), NA mendapatkan skor 126 dengan klasifikasi (Tinggi), WK mendapatkan skor 126 dengan klasifikasi (Tinggi), LZ mendapatkan skor 125 dengan klasifikasi (Tinggi), DA mendapatkan skor 125 dengan klasifikasi (Tinggi), TS mendapatkan skor 125 dengan klasifikasi (Tinggi). Hasil yang diperoleh secara keseluruhan dari 10 orang responden ialah 1277, skor tertinggi sebesar 132 serta skor terendah sebesar 125, sedangkn rata- rata 127,7. Hal ini memperlihatkan bahwasanya Sebagian besar subjek kajian memiliki tingkat kecemasan sosial tinggi sebelum diberikan perlakuan.

Dari uraian tersebut, persentase kecemasan sosial pada korban *bullying* sebelum diberikan perlakuan ialah sebagai berikut :

Tabel 4.7 Persentase Tingkat klasifikasi pre-test kecemasan sosial pada korban bullying

Kategori	Jumah N	%
Rendah	0	0 %
Sedang	0	0%
Tinggi	10	100%

Hasil persentase klasifikasi Kecemasan Sosial pada Korban *Bullying* dari tabel sebelumnya memperlihatkan pada klasifikasi rendah terdapat 0 responden atau sama dengan (0%), dalam klasifikasi sedang terdapat 0 responden atau sama dengan (0%), serta klasifikasi tinggi terdapat 10 responden atau sama dengan (100%).

4.4.3 Hasil Post-test Kecemasan Sosial pada korban Bullying

Tabel berikut memperlihatkan hasil perhitungan data *post-test* dari 10 responden sesudah mereka mengikuti konseling kelompok dengan teknik *Social Skill Training*.

Tabel 4.8 Hasil Post-Test Kecemasan Sosial pada Korban Bullying

No.	Responden	Skor	Kategori
1.	AZ	70	Rendah
2.	MNS	73	Rendah
3.	KA	69	Rendah
4.	UAY	60	Rendah
5.	SA	59	Rendah
6.	NA	76	Rendah
7.	WK	68	Rendah
8.	LZ	66	Rendah
9.	DA	58	Rendah
10.	TS	74	Rendah
Jumlah		673	
Nilai Tertinggi		76	
Nilai Terendah		58	
Rata-Rata		67,3	

Berdasarkan tabel diatas, hasil data post-test sebelum mendapat konseling kelompok hasilnya sebagai berikut ; AZ mendapatkan skor 70 dengan klasifikasi (Rendah), MNS mendapatkan skor 73 dengan klasifikasi (Rendah), KA mendapatkan skor 69 dengan klasifikasi (Rendah), UAY mendapatkan skor 60 dengan klasifikasi (Rendah), SA mendapatkan skor 59 dengan klasifikasi (Rendah), NA mendapatkan skor 76 dengan

klasifikasi (Rendah), WK mendapatkan skor 68 dengan klasifikasi (Rendah), LZ mendapatkan skor 66 dengan klasifikasi (Rendah), DA mendapatkan skor 58 dengan klasifikasi (Rendah), TS mendapatkan skor 74 dengan klasifikasi (Rendah). Hasil yang diperoleh secara keseluruhan dari 10 orang responden ialah 673, skor tertinggi sebesar 76 serta skor terendah sebesar 58, sedangkan skor rata-rata 67,3

Dari uraian tersebut bisa dilihat persentase tiap klasifikasi tingkat kecemasan sosial pada korban *bullying* setelah diberikan perlakuan:

Tabel 4.9 Persentase Tingkat klasifikasi post-test kecemasan sosial pada korban bullying

Kategori	Jumah N	%
Rendah	10	100%
Sedang	0	0%
Tinggi	0	0 %

Hasil persentase klasifikasi kecemasan sosial pada korban *bullying* dari tabel Diatas terdapat 10 responden dalam klasifikasi rendah atau sama dengan (100%), terdapat 0 responden dalam klasifikasi sedang atau sama dengan (0%), terdapat 0 responden dalam klasifikasi tinggi atau sama dengan (0%).

4.4.4 Data Hasil Analisis Pre-Test serta Post- Test Kecemasan Sosial pada Korban Bullying

Hasil perhitungan *Pre-test* serta *Post-test* sebelum tindakan layanan konseling kelompok serta sesudah layanan konseling kelompok yang diberikan kepada 10 siswa bisa dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.10 Analisis Hasil Data Pre-test serta Post-test

No.	Responden	Skor Pre-Test	Skor Post-Test	Skor Perubahan	
				Skor	%
1.	AZ	132	70	-62	-46,97%
2.	MNS	131	73	-58	-44,27%
3.	KA	131	69	-62	-47,33%

4.	UAY	130	60	-70	-53,85%
5.	SA	126	59	-67	-53,17%
6.	NA	126	76	-50	-39,68%
7.	WK	126	68	-58	-46,03%
8.	LZ	125	66	-59	-47,20%
9.	DA	125	58	-67	-53,60%
10.	TS	125	74	-51	-40,80%
Jumlah		1277	673	-604	-47,30%
Nilai Tertinggi		132	76	-56	-42,42%
Nilai Terendah		125	58	-67	-53,6%
Rata-Rata		127,7	67,3	-60,4	47,30%

Berdasarkan tabel diatas bisa diketahui hasil analisis *per-test* serta *post-test* kecemasan sosial pada korban *bullying* hasil dari masing-masing responden sebagai berikut;

1. Kecemasan sosial pada korban *bullying* AZ pre-test sebelum dibe layanan konseling kelompok (132) serta skor post-test sesudah diberi layanan konseling kelompok (70). Dengan demikian siswa AZ mengalami selisih perubahan skor kecemasan sosial pada korban bulllyng sebesar (-62), artinya bahwasanya AZ mengalami penurunan kecemasan sosial korban *bullying* sebesar (-46,97%).
2. Kecemasan sosial pada korban *bullying* MNS pre-test sebelum diberi layanan konseling kelompok (131) serta skor post-test setelah diberi layanan konseling kelompok (73). Dengan demikian siswa MNS mengalami selisih perubahan skor kecemasan sosial pada korban bulllyng sebesar (-58), artinya bahwasanya MNS mengalami penurunan kecemasan sosial korban *bullying* sebesar (-44,27%)
3. Kecemasan sosial pada korban *bullying* KA *pre-test* sebelum diberi layanan konseling kelompok (131) serta skor *post-test* sesudah diberi layanan konseling kelompok (69). Dengan demikian siswa KA mengalami

selisih perubahan skor kecemasan sosial pada korban bullying (-62), artinya bahwasanya KA mengalami penurunan kecemasan sosial korban bullying sebesar (-47,33%).

4. Kecemasan sosial pada korban bullying UAY *pre-test* sebelum diberi layanan konseling kelompok (130) serta skor *post-test* sesudah diberi layanan konseling kelompok (60). Dengan demikian siswa UAY mengalami selisih perubahan skor kecemasan sosial pada korban bullying sebesar (-70), artinya bahwasanya UAY mengalami penurunan kecemasan sosial korban bullying sebesar (-52,17%).
5. Kecemasan sosial pada korban bullying SA *pre-test* sebelum diberi layanan konseling kelompok (126) serta skor *post-test* sesudah diberi layanan konseling kelompok (59). Dengan demikian siswa SA mengalami selisih perubahan skor kecemasan sosial pada korban bullying (-67), artinya bahwasanya SA mengalami penurunan kecemasan sosial korban bullying sebesar (-53,17%).
6. Kecemasan sosial pada korban bullying NA *pre-test* sebelum diberi layanan konseling kelompok (126) serta skor *post-test* sesudah diberi layanan konseling kelompok (76). Dengan demikian siswa NA mengalami selisih perubahan skor kecemasan sosial pada korban bullying sebesar (-50), artinya bahwasanya NA mengalami penurunan kecemasan sosial korban bullying sebesar (-39,68%).
7. Kecemasan sosial pada korban bullying WK *pre-test* sebelum diberi layanan konseling kelompok (126) serta skor *post-test* setelah diberi layanan konseling kelompok (68). Dengan demikian siswa WK mengalami selisih perubahan skor kecemasan sosial pada korban bullying (-58),

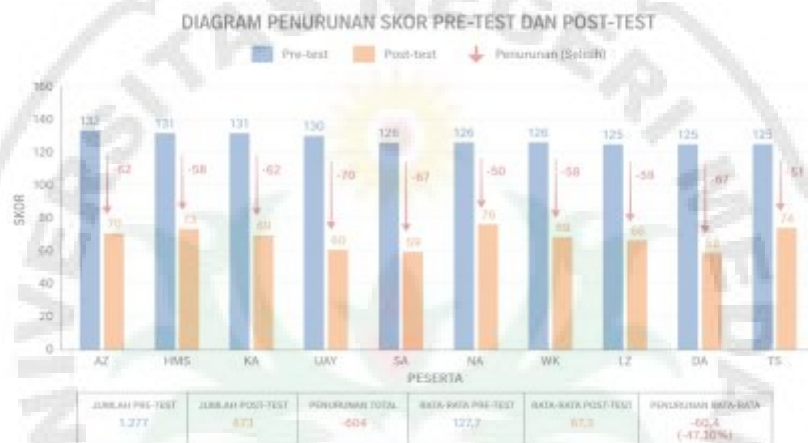
artinya bahwasanya WK mengalami penurunan kecemasan sosial korban *bullying* sebesar (-46,03%).

8. Kecemasan sosial pada korban *bullying* LZ *pre-test* sebelum diberi layanan konseling kelompok (125) serta skor *post-test* sesudah diberi layanan konseling kelompok (66). Dengan demikian siswa LZ mengalami selisih perubahan skor kecemasan sosial pada korban *bullying* (-59), artinya bahwasanya FF mengalami penurunan kecemasan sosial korban *bullying* sebesar (-47,20%).
9. Kecemasan sosial pada korban *bullying* DA *pre-test* sebelum diberi layanan konseling kelompok (125) serta skor *post-test* sesudah diberi layanan konseling kelompok (58). Dengan demikian siswa DA mengalami selisih perubahan skor kecemasan sosial pada korban *bullying* (-67), artinya bahwasanya DA mengalami penurunan kecemasan sosial korban *bullying* sebesar (-53,60%).
10. Kecemasan sosial pada korban *bullying* TS *pre-test* sebelum diberi layanan konseling kelompok (125) serta skor *post-test* sesudah diberi layanan konseling kelompok (74). Dengan demikian siswa TS mengalami selisih perubahan skor kecemasan sosial pada korban *bullying* sebesar (-51), artinya bahwasanya FT mengalami penurunan kecemasan sosial korban *bullying* sebesar (-40,80%).

Berdasarkan uraian diatas, terlihat adanya Penurunan kecemasan sosial pada korban *bullying* sebelum serta sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan *Teknik Social Skill Training*, secara keseluruhan 10 responden didapatkan skor total *pre-test* sebesar 1277 serta skor *post-test* sebesar 673 maka dengan

selisih skor total *pre-test* serta *post-test* diperoleh skor sebesar (-604), dalam artian terdapat penurunan kecemasan sosial pada korban *bullying* sebesar (-47,30%).

Hasil analisis *pre-test* serta *post-test* kecemasan sosial pada korban *bullying* yang di lakukan kepada 10 orang berdasarkan tabel di atas ialah sebagai berikut :



Gambar 4.1 Penurunan Pre-test serta Post-test Kecemasan Sosial pada korban *Bullying*

Berdasarkan data diatas disimpulkan persentase perbandingan klasifikasi kecemasan sosial pada korban *bullying pre-test* serta *post-test* bisa dilihat pada tabel berikut ;

Tabel 4.11 Persentase klasifikasi Pre-test serta Post-Test

Kategori	Pre-Test		Post-Test	
	Jumlah N	%	Jumlah N	%
Rendah	0	0 %	10	100 %
Sedang	0	0%	0	0%
Tinggi	10	100 %	0	0%

Berdasarkan Tabel diatas bisa diketahui bahwasanya tingkat kecemasan sosial pada korban *bullying* sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *Social Skills Training* (SST) memperlihatkan bahwasanya dari 10 responden terdapat 10 responden (100%) berada pada klasifikasi tinggi, 0

responden (0%) berada pada klasifikasi sedang, serta tidak terdapat responden (0%) pada klasifikasi rendah.

Setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *Social Skills Training* (SST), hasil post-test memperlihatkan adanya perubahan tingkat kecemasan sosial pada responden. Dari 10 responden terdapat 10 responden (0%) berada pada klasifikasi rendah, 0 responden (0%) berada pada klasifikasi sedang, serta 10 responden (100%) pada klasifikasi tinggi.

4.5 Pengujian Hipotesis

Dilaksanakan dengan perhitungan uji jenjang bertanda *Wilcoxon*. Hasil uji jenjang bertanda *Wilcoxon* bisa diketahui di tabel dibawah ini:

Tabel 4.12 Tabel Uji Wilcoxon

No.	Inisial	Pretest (XA)	Posttest (XB)	XB – XA (D)	D - MD	Peringkat	Tanda Peringkat	
							+	-
1	AZ	132	70	-62	-1,6	6,5		6,5
2	MNS	131	73	-58	2,4	3,5		3,5
3	KA	131	69	-62	-1,6	6,5		6,5
4	UAY	130	60	-70	-9,6	10		10
5	SA	126	59	-67	-6,6	6,5		6,5
6	NA	126	76	-50	10,4	1		1
7	WK	126	68	-58	2,4	3,5		3,5
8	LZ	125	66	-59	1,4	5		5
9	DA	125	58	-67	-6,6	8,5		8,5
10	TS	125	74	-51	9,4	2		2
Jumlah		1277	673	-604		55		55
Rata rata		127,7	67,3					

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	10 ^a	5.50	55.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	10		
a. Posttest < Pretest				
b. Posttest > Pretest				
c. Posttest = Pretest				

Test Statistics^a

	Posttest - Pretest
Z	-2.809 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* pada kajian yang berjudul Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Social Skills Training* (SST) terhadap Kecemasan Sosial pada Korban *Bullying* di Kelas VIII SMP Negeri 12 Medan, diketahui bahwasanya seluruh selisih antara skor *pre-test* (sebelum perlakuan) serta *post-test* (sesudah perlakuan) memperlihatkan tanda negatif.

Dari hasil perhitungan, diperoleh bahwa jumlah Negative Ranks sebanyak 10 dengan Mean Rank sebesar 5,50 dan Sum of Ranks sebesar 55,00, sedangkan Positive Ranks sebanyak 0 dan Ties sebanyak 0. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami penurunan skor kecemasan sosial setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik Social Skill Training (SST).

Berdasarkan hasil perhitungan manual uji Wilcoxon, diperoleh Jhitung = 0. Menurut tabel nilai kritis Wilcoxon Signed-Rank Test dengan jumlah sampel $n = 10$ pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$, diperoleh Jtabel = 8. Karena Jhitung < Jtabel, yaitu $0 < 8$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh konseling kelompok dengan teknik Social Skill Training (SST) terhadap kecemasan sosial pada korban bullying kelas VIII di UPT SMP Negeri 12 Medan. Hal ini

menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik Social Skill Training (SST) efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan sosial pada korban bullying.

4.6 Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik Social Skill Training (SST) memberikan pengaruh terhadap penurunan kecemasan sosial pada peserta didik korban bullying kelas VIII di UPT SMP Negeri 12 Medan. Hal ini terlihat dari adanya penurunan rata-rata skor kecemasan sosial dari 127,7 pada saat pre-test menjadi 67,3 pada saat post-test. Secara umum, tingkat kecemasan sosial peserta didik mengalami penurunan sebesar 47,30% setelah mengikuti lima kali layanan konseling kelompok dengan teknik Social Skill Training (SST).

Penurunan sebesar 47,30% menunjukkan bahwa hampir setengah dari tingkat kecemasan sosial yang dialami peserta didik berhasil dikurangi melalui layanan konseling kelompok yang diberikan. Meskipun demikian, masih terdapat 52,70% kecemasan sosial yang belum mengalami perubahan secara optimal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kecemasan sosial tidak dapat dihilangkan sepenuhnya hanya melalui lima kali pertemuan layanan konseling kelompok. Bullying memberikan dampak psikologis berupa rasa takut, cemas, rendahnya kepercayaan diri, serta kekhawatiran terhadap penilaian negatif dari orang lain. Selain itu, bullying juga menimbulkan dampak sosial, seperti kecenderungan menarik diri, menghindari interaksi dengan teman sebaya, dan kesulitan menjalin hubungan sosial. Dampak psikologis dan sosial tersebut tidak terbentuk dalam

waktu singkat sehingga memerlukan proses yang berkelanjutan agar dapat berkurang secara optimal.

Selain itu, setiap peserta didik memiliki karakteristik, pengalaman menjadi korban bullying, tingkat kecemasan sosial, kemampuan menerima materi, motivasi mengikuti layanan, serta kemampuan menerapkan keterampilan sosial yang berbeda-beda. Perbedaan karakteristik tersebut menyebabkan besarnya penurunan kecemasan sosial pada setiap peserta didik tidak sama.

Berdasarkan hasil penelitian secara individual, seluruh peserta didik mengalami penurunan skor kecemasan sosial setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik Social Skill Training (SST). Akan tetapi, besarnya penurunan yang diperoleh setiap peserta didik berbeda. Penurunan tertinggi terjadi pada Subjek 4, yaitu sebesar 70 poin atau 53,85%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa Subjek 4 mampu mengikuti seluruh proses layanan dengan baik sehingga keterampilan sosial yang dilatihkan melalui teknik Social Skill Training dapat diterapkan secara optimal. Selama proses konseling kelompok, subjek aktif mengikuti kegiatan modeling, role playing, feedback, reinforcement, serta generalisasi. Melalui latihan tersebut, subjek mulai berani menyampaikan pendapat, berkomunikasi dengan anggota kelompok, serta lebih percaya diri ketika menghadapi situasi sosial. Kondisi tersebut menyebabkan rasa takut terhadap penilaian negatif dan kecenderungan menghindari interaksi sosial semakin berkurang.

Sementara itu, penurunan terendah terjadi pada Subjek 6, yaitu sebesar 50 poin atau 39,68%. Meskipun demikian, hasil tersebut tetap menunjukkan adanya penurunan kecemasan sosial setelah mengikuti layanan konseling kelompok

dengan teknik Social Skill Training (SST). Penurunan yang lebih rendah dibandingkan peserta didik lainnya diduga dipengaruhi oleh dampak psikologis akibat pengalaman menjadi korban bullying, seperti rasa takut terhadap penilaian negatif, rendahnya kepercayaan diri, dan perasaan cemas yang masih dialami peserta didik. Selain itu, dampak sosial berupa kecenderungan menghindari interaksi sosial dan kesulitan menjalin hubungan dengan teman sebaya juga menyebabkan peserta didik memerlukan waktu yang lebih lama untuk menerapkan keterampilan sosial yang telah dilatihkan. Oleh karena itu, penurunan kecemasan sosial pada Subjek 6 tidak sebesar peserta didik lainnya, meskipun telah menunjukkan perubahan ke arah yang lebih baik setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik Social Skill Training (SST).

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori La Greca dan Lopez (1998) yang menjelaskan bahwa kecemasan sosial terdiri atas tiga aspek, yaitu Fear of Negative Evaluation, Social Avoidance and Distress in New Situations, serta Social Avoidance and Distress in General. Setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik Social Skill Training, ketiga aspek tersebut menunjukkan perubahan. Peserta didik mulai mengurangi rasa takut terhadap penilaian negatif dari orang lain, lebih berani menghadapi situasi sosial yang baru, serta mulai mampu berinteraksi dengan teman sebaya tanpa rasa cemas yang berlebihan. Hal tersebut terlihat dari perubahan perilaku peserta didik selama proses layanan maupun dari penurunan skor post-test yang diperoleh.

Penurunan kecemasan sosial tersebut juga dapat dijelaskan melalui teori Social Skill Training yang dikemukakan oleh Goldstein, Sprafkin, Gershaw, dan Klein (1980). Menurut Goldstein, Social Skill Training merupakan proses

pembelajaran yang dilakukan melalui tahapan modeling, role playing, feedback, reinforcement, dan generalisasi untuk meningkatkan keterampilan sosial individu.

Dalam penelitian ini, peserta didik memperoleh kesempatan untuk mempelajari cara berkomunikasi yang baik, menyampaikan pendapat, bekerja sama dengan anggota kelompok, serta menghadapi situasi sosial secara bertahap. Latihan yang dilakukan secara berulang membantu peserta didik meningkatkan keterampilan sosial sehingga rasa cemas dalam berinteraksi dengan orang lain semakin berkurang.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh teori belajar sosial Bandura (1977) yang menyatakan bahwa individu mempelajari perilaku baru melalui proses mengamati, meniru, dan mempraktikkan perilaku tersebut. Selama pelaksanaan layanan konseling kelompok, peserta didik mengamati contoh perilaku sosial yang diberikan oleh konselor maupun anggota kelompok lainnya, kemudian mempraktikkannya melalui kegiatan role playing. Pengalaman belajar tersebut meningkatkan keyakinan diri (self-efficacy) peserta didik untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial sehingga kecemasan sosial yang dialami berangsur-angsur menurun.

Hasil penelitian ini juga memperkuat pendapat Corey (2016) yang menjelaskan bahwa konseling kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk saling berbagi pengalaman, memperoleh dukungan sosial, belajar dari pengalaman anggota lain, serta mengembangkan perilaku yang lebih adaptif melalui dinamika kelompok. Suasana kelompok yang aman dan saling mendukung membuat peserta didik merasa diterima sehingga keberanian mereka dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain semakin meningkat.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Putri dan Lestari (2022) yang menyatakan bahwa penerapan Social Skill Training mampu menurunkan kecemasan sosial pada remaja melalui peningkatan kemampuan komunikasi, empati, dan penyesuaian sosial. Selain itu, penelitian Nurhayati dan Rahmawati (2020) juga menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok efektif menurunkan kecemasan sosial siswa karena memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berlatih berinteraksi secara langsung dalam suasana kelompok yang mendukung.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik Social Skill Training terbukti memberikan pengaruh terhadap penurunan kecemasan sosial pada peserta didik korban bullying. Meskipun penurunan yang diperoleh belum mencapai 100%, hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan ini mampu membantu peserta didik mengurangi rasa takut terhadap penilaian negatif, meningkatkan keberanian dalam berinteraksi, serta mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik sehingga kecemasan sosial yang dialami menjadi lebih rendah.

THE
Character Building
UNIVERSITY