

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PROBLEM-FREE TALK* TERHADAP *PEER PRESSURE* PADA SISWA

Mu'adzah Dinah¹, Syahrinan², Arsyadani Misbahuddin³
¹²³Bimbingan dan Konseling, Universitas Bengkulu, Bengkulu
Korespondensi E-mail: dinahmdzh@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *problem-free talk* terhadap *peer pressure* pada siswa. Metode penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan *one group pretest posttest design*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 34 siswa. Sampel penelitian berjumlah 6 siswa yang memiliki tingkat keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) rendah. Pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dengan skala Likert. Teknik analisis data penelitian menggunakan Uji (*paired sample t-test*). Hasil yang diperoleh dalam penelitian menunjukkan adanya peningkatan keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) siswa setelah diberikannya layanan konseling kelompok menggunakan teknik *problem-free talk*. Hal ini dapat terlihat dari hasil pengujian hipotesis dengan hasil uji t -8,648 artinya terdapat pengaruh yang signifikan terhadap keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) siswa sebelum dan sesudah diberikannya layanan konseling kelompok menggunakan teknik *problem-free talk* siswa.

Kata Kunci : *problem-free talk*, konseling kelompok, *peer pressure*

THE EFFECT OF GROUP COUNSELING SERVICES WITH PROBLEM-FREE TALK TECHNIQUES ON PEER PRESSURE ON STUDENTS

ABSTRACT

This study aims to describe the effect of group counseling services with problem-free talk techniques on peer pressure in class. This research method uses an experimental method with one group pretest posttest design. The population in this study were students of class totaling 34 students. The research sample is 6 students who have a low level of courage to refuse peer pressure. Sampling used is purposive sampling. The data collection technique used a questionnaire with a Likert scale. The research data analysis technique used the test (paired sample t-test). The results obtained in the study showed an increase in students' courage to resist peer pressure after being given group counseling services using the problem-free talk technique. This can be seen from the results of hypothesis testing with t test results of -8.648 meaning that there is a significant effect on the courage to refuse peer pressure before and after being given group counseling services using the problem-free talk technique for students.

Keywords: *problem-free talk*, group counseling, *peer pressure*

PENDAHULUAN

Menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 mendefinisikan pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Kustyarani (dalam Khalilah, 2017: 42) menjelaskan kemampuan menjalin hubungan sosial dan kemampuan menyesuaikan diri akan semakin penting manakala anak sudah menginjak dewasa. Menjalinkan suatu hubungan sosial yang baik bagi siswa sangat diperlukan agar bisa menyesuaikan dengan lingkungan yang ada di sekitarnya, begitu pula dengan hubungan teman sebayanya. Santrock (dalam Hasan dan Handayani, 2014: 130) seorang anak banyak menghabiskan waktu bersama teman-temannya di sekolah, sehingga dapat dilihat peranan teman sebaya dalam kehidupan anak. Pengaruh teman sebaya juga dapat menjadi positif ataupun negatif. Teman yang baik akan memberikan dukungan untuk bertahan terhadap stres, sedangkan tekanan negatif dari teman akan menambah stres yang dialami.

Menurut Kupersmidt & DeRosier (dalam Nathaline dan Silaen, 2020: 206) *peer pressure* negatif merupakan suatu perasaan dorongan atau tekanan dari teman sebaya untuk melakukan perilaku merugikan dirinya dan orang lain, seperti mengajak berperilaku maladaptif, membolos, menggunakan obat-obatan terlarang, minum-minuman beralkohol, menyontek, mencuri, dan berperilaku lainnya yang tidak sesuai norma dan aturan. Perasaan akan tekanan dari teman sebaya secara negatif inilah yang mengharuskan seorang siswa harus memiliki keberanian untuk menolak agar tidak terjadinya perilaku-perilaku yang akan merugikan siswa tersebut. Salah satu upaya untuk menaikkan keberanian melakukan tindakan menolak tekanan teman sebaya yaitu melalui konseling kelompok.

Menurut Rochman Natawidjaja (dalam Herlina, 2016: 101) konseling kelompok adalah salah satu upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan. Tujuan konseling kelompok sendiri untuk memperbaiki sikap serta perilaku anggota kelompok yang tidak efektif atau tidak bermanfaat (Wibowo, 2019: 136). Bimbingan dan konseling yang memanfaatkan dinamika kelompok di dalam pelaksanaannya agar terentaskannya masalah, serta mampu menyusun rencana, membuat keputusan untuk dirinya sendiri, dan memperbaiki sikap serta perilaku yang kurang efektif dan tidak bermanfaat dengan memberikan teknik *problem-free talk*.

Problem-free talk diartikan sebagai percakapan bebas-masalah dimana dari awal kegiatan konseling berlangsung hubungan akan dibangun klien dengan menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang menunjukkan kepedulian terhadap diri klien bukan sekedar keingintahuan akan masalah saja. Menurut George, Iveson, dan Ratner (1990: 28) menetapkan *problem-free talk* (percakapan-bebas masalah) sebagai salah satu teknik terfokus-solusi penting yang berguna untuk membangun hubungan dengan klien. *Problem-free talk* juga digunakan sebagai alat yang digunakan diawal interaksi untuk mengetahui keadaan klien bukan sekedar kondisi medis klien (Bowies, et al., 2001: 33). Menurut Smith (2005: 33) teknik ini juga dapat membantu klien yang pemalu, enggan berbicara, tidak penurut, atau tidak datang secara sukarela.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka penelitian ini penting dilakukan terutama di Universitas Bengkulu khususnya bagi mahasiswa bimbingan dan konseling karena sebagai penambah wawasan dari setiap mahasiswa dan peneliti tertarik untuk melakukan layanan konseling kelompok dalam sebuah penelitian berjudul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Problem-Free Talk* terhadap Keberanian Menolak Tekanan Teman Sebaya (*Peer Pressure*) pada Siswa.

METODE

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan pola *one-group pretest-posttest design*. Populasi pada penelitian ini adalah berjumlah 34 siswa. Sampel yang digunakan adalah siswa yang memiliki tingkat keberanian menolak *peer pressure* yang rendah diperoleh dari hasil kuesioner (angket) berjumlah 6 siswa. Adapun pengambilan sampel ini dengan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2015) *purposive sampling* merupakan sebuah teknik dalam pengambilan sampel penelitian dengan karakteristik tertentu.

Pada penelitian ini, kuesioner yang menggunakan skala pengukuran model skala *Likert* dengan kriteria dan alternatif jawaban SS (sangat setuju), S (setuju), TS (tidak setuju), STS (sangat tidak setuju). Berdasarkan uji validitas diperoleh 33 butir item pernyataan valid dari 45 butir pernyataan pada instrument sebelum instrument tersebut diberikan di kelas sampel. Berdasarkan hasil uji reabilitas diperoleh Cronbach's alpha sebesar $0,936 > 0,7$ berarti instrument tersebut memiliki reabilitas tinggi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perlakuan yang diberikan adalah layanan konseling kelompok dengan teknik *problem-free talk*. Sebelum dilakukan kegiatan layanan konseling kelompok kepada sampel berjumlah 6 orang siswa, peneliti mengklasifikasi skor subjek penelitian dalam pengisian angket instrument angket kepada siswa.

Tabel 1
Penentuan kategori

No	Kategori skor	Skor
1	Sangat Tinggi	>108
2	Tinggi	92-107
3	Sedang	75-91
4	Rendah	59-74
5	Sangat Rendah	< 58

Rentang skor bertujuan untuk mentukan sampel penelitian berdasarkan penentuan kategori sangat tinggi berada di lebih dari 108 dan penentuan skor tinggi berada direntang 92-107, sedangkan penentuan skor sedang berada pada rentang 75-91, penentuan untuk skor rendah berada pada rentang 59-74 dan untuk skor sangat rendah berada di skor kurang dari 58.

Tabel 2
Hasil *pre-test* keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*)

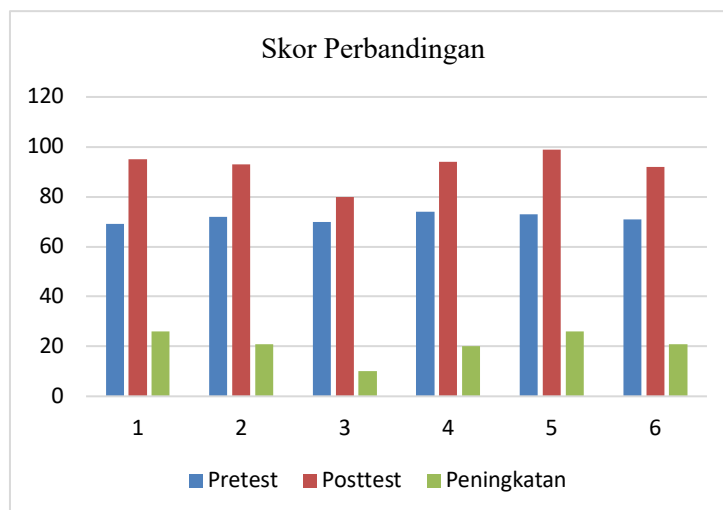
No	Nama	Skor Total	Kategorisasi
1	IR	69	Rendah
2	KPA	72	Rendah
3	FNH	70	Rendah
4	MRMS	74	Rendah
5	FQ	73	Rendah
6	ATG	71	Rendah

Menunjukkan bahwa terdapat 6 orang yang memiliki keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) yang rendah.

Tabel 3
Perbandingan Skor *Pre-test* dan *Post-test* Keberanian Menolak Tekanan Teman Sebaya (*Peer Pressure*)

No	Responden	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>		Peningkatan
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	IR	69	Rendah	95	Tinggi	26
2	KPA	72	Rendah	93	Tinggi	21
3	FNH	70	Rendah	80	Sedang	10
4	MRMS	74	Rendah	94	Tinggi	20
5	FQ	73	Rendah	99	Tinggi	26
6	ATG	71	Rendah	92	Tinggi	21
	JML	429		553		124
	Rata-rata	71,5		92,2		20,7

Peningkatan skor keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) siswa diperoleh dari 6 orang siswa yang sebelum diberikan treatment dan sesudah diberikan treatment. Peningkatan skor diperoleh sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan rata-rata nilai adalah 71,5 yang masuk pada kategori keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) rendah, setelah diberikan layanan konseling kelompok terjadi peningkatan rata-rata menjadi 92,2.



Grafik 1

Perbandingan skor *pre-test* dan *post-test*

Perbandingan tersebut dapat dilihat pada grafik 1 yang menunjukkan bahwa adanya perbedaan dalam skor peningkatan setiap siswa. Hal tersebut terjadi karena adanya perbedaan siswa dalam menerima sesuatu hal yaitu *treatment* yang diberikan kepada siswa tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *problem-free talk* terhadap *peer pressure* pada siswa. Sampel penelitian yaitu berjumlah 6 siswa yang memiliki tingkat keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) rendah. Tekanan teman sebaya (*peer pressure*) negatif merupakan dorongan atau tekanan dari teman sebaya untuk berpikir dan melakukan sesuatu yang menyimpang atau melanggar norma, yang dapat merugikan dirinya atau orang lain agar dapat diterima oleh teman sebaya (Nathaline dan Silaen, 2020: 207). Hal ini selaras dengan kondisi siswa sebelum diberikan treatment. Sampel diambil berdasarkan hasil angket pre-test yang diberikan kepada 34 siswa. Hasil angket menunjukkan ada 6 siswa yang tergolong memiliki tingkat keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) rendah dengan persentase 17,6% .

Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *problem-free talk* terhadap *peer pressure* diberikan kepada siswa sebanyak 6 kali pertemuan. Setelah perlakuan yang diberikan terjadi peningkatan keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) dari rendah menjadi sedang dan tinggi.

Peningkatan keberanian menolak tekanan teman sebaya tidak terlepas dari proses pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *problem-free talk*. Adhiputra (dalam Lubis, 2016: 19) mendefinisikan konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok bersifat pencegahan dan pengembangan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka pengembangan dan pertumbuhannya.

Problem-free talk adalah suatu perkakas yang dimaksudkan untuk membangkitkan percakapan yang mengungkapkan berbagai kekuatan dan sumber daya. *Problem-free talk* menjalankan beberapa tujuan, yaitu teknik ini berguna diawal hubungan yang dimaksudkan untuk membantu mengembangkan *raport* (hubungan yang dekat dan harmonis) dengan individu, pasangan, atau keluarga yang mencari pelayanan konseling karena menunjukkan bahwa konselor tertarik dengan klien sebagai manusia; teknik ini membantu dalam meredakan kegugupan tentang proses konseling, yang bisa dianggap misterius bagi banyak orang yangn masih baru dengan pelayanan konseling; teknik ini memulihkan ketidakseimbangan kekuatan yang diasumsikan ada oleh banyak klien, sehingga konselor profesional akan tampak seperti seorang pribadi (*person*) bukan sebagai orang pakar yang mahatahu, Erford, B. T., (2016: 28).

Selama 6 kali pertemuan yang dilakukan, anggota kelompok semakin akrab dan terbuka dalam berbagi cerita, pengalaman dan informasi. Masing-masing anggota kelompok

sudah berani mengungkapkan masalah dan menyampaikan argumen selama kegiatan konseling kelompok. Anggota kelompok memahami teknik *problem-free talk* yang diberikan pembimbing kelompok.

Hasil *post-test* menunjukkan ada peningkatan skor yang berarti, yaitu meningkatnya *test* keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) siswa yang sebelumnya berada pada kategori rendah meningkat menjadi kategori sedang dan tinggi. Siswa dengan kategori tinggi berjumlah 1 (16,7%), dan siswa kategori sedang berjumlah 5 (83,3%). Perubahan tingkat keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) siswa pada *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat melalui uji hipotesis *T-test* dengan menggunakan *Software Statistical Packages for Social Science (SPSS 24.0)*. Hasil uji *T-test* penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4

Hasil uji T-test angket keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*)

		T	Df	Sig.(2-tailed)
Pair 1	<i>Pre-test post-test</i>	-8,648	5	,000

Berdasarkan hasil perhitungan tabel 4 untuk uji *paired t-test*, dapat dilihat bahwa nilai sig (2-tailed) adalah .000 yang berarti nilai signifikan $0.000 < 0.05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa layanan konseling dengan teknik *problem-free talk* dapat berpengaruh dalam meningkatkan keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) siswa.

SIMPULAN

Tingkat keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *problem-free talk* tergolong kategori rendah. Dilihat dari hasil pretest siswa sebelum diberikan treatment layanan konseling kelompok dengan teknik *problem-free talk* yang memiliki rata-rata 71,5. Setelah diberikan treatment, skor rata-rata angket post-test yaitu 92,2 yang artinya tingkat keberanian menolak tekanan teman sebaya meningkat setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *problem-free talk*. Selanjutnya hasil uji *T-test* menunjukkan bahwa Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 yang berarti nilai signifikan $0.000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan hasil tersebut disimpulkan bahwa ada pengaruh layanan konseling

kelompok dengan teknik *problem-free talk* untuk meningkatkan keberanian menolak tekanan teman sebaya (*peer pressure*) siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Erford, B. T. (2016). *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor. Pustaka Belajar.*
- Hasan, S. A., Handayani, M. M., & Psych, M. (2014). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa tunarungu di sekolah inklusi. *Jurnal Psikologi pendidikan dan perkembangan*, 3(2), 128-135.
- Herlina, U. (2016). Teknik Role Playing Dalam Konseling Kelompok. *Sosial Horizon Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), 94-107.
- Khalilah, E. (2017). Layanan Bimbingan Dan Konseling Pribadi Sosial Dalam Meningkatkan Keterampilan Hubungan Sosial Siswa. *JIGC*, 1(1), 41-57.
- Lubis, L. N., Hasnida. (2016). *Konseling Kelompok*. Jakarta: Kencana
- Nathaline, G., & Silaen, S. M. J. (2020). Kontrol Diri Dan Tekanan Teman Sebaya (Peer Pressure) Dengan Kenakalan Remaja Pada Kalangan Remaja Kelurahan Klender. IKRA-ITH HUMAN
- Sugiyono, (2018). *Metode penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta:Bandung
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta Bandung.