

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Profil Sekolah

SMK Kesehatan Nusantara terletak di Desa Nyalaran KM 03 Pamekasan, Kecamatan Larangan, Kabupaten Pamekasan. SMK Kesehatan Nusantara di dirikan pada tanggal 9 Maret 2011. Kondisi lingkungan di SMK Kesehatan Nusantara dalam proses inovasi karena baru melakukan pemindahan tempat yang awalnya bertempat di desa Kolpajung dan saat ini sudah berada di Desa Nyalaran KM 03 Pamekasan. SMK Kesehatan Nusantara memiliki dua bidang keahlian yaitu Jurusan Keperawatan dan Jurusan Farmasi dan terdiri dari 5 kelas yaitu: kelas X Keperawatan, X Farmasi, XI Keperawatan, XI Farmasi, XII Keperawatan.

Dari pertama kali berdiri, SMK Kesehatan Nusantara hanya berganti 2 kali masa kepemimpinan. Kepala sekolah yang pertama yaitu Bapak Mudiran, kemudian pada tahun 2013 digantikan oleh Bapak Ahmad Mahfud, S. Pd. Yang sampai saat ini menjabat sebagai kepala sekolah SMK Kesehatan Nusantara.

a. Visi dan Misi BK SMK Kesehatan Nusantara

Visi BK:

Terwujudnya perkembangan diri dan kemandirian secara optimal dengan hakikat kemanusiaan sebagai hamba tuhan YME, sebagai makhluk individu dan makhluk social dalam berhubungan dengan manusia dan alam semesta.

Misi BK:

Menunjang perkembangan diri dan kemandirian siswa untuk dapat menjalani kehidupannya sehari-hari sebagai siswa secara efektif, kreatif dan dinamis serta memiliki kecakapan hidup untuk masa depan karir dalam:

- 1) Beriman dan bertakwa kepada tuhan YME
- 2) Pemahaman perkembangan diri dan lingkungannya
- 3) Pengarahan diri kearah dimensi spiritual
- 4) Pengambilan keputusan berdasarkan IQ, EQ, dan AQ.
- 5) Pengaktualisasian diri secara optimal

b. Tujuan Umum

Membantu siswa mencapai perkembangan optimal sesuai dengan nilai Pancasila, kemampuan, bakat, minat, cita-cita, perasaan, dan nilai-nilai

c. Tujuan Khusus

- 1) Agar siswa mengenal dirinya sendiri, kekuatan, kelemahan, kemampuan, bakat, minat, cita-cita, perasaan, dan nilai-nilai yang dianutnya.
- 2) Mengetahui lingkungan meliputi lingkungan pendidikan, pekerjaan, social, atau kemasyarakatan dan alam.

- 3) Mampu merumuskan rencana pribadi yang berkaitan dengan karir, pendidikan, dan rencana kehidupan.
- 4) Mampu mengembangkan potensi, minat, dan cita-citanya.

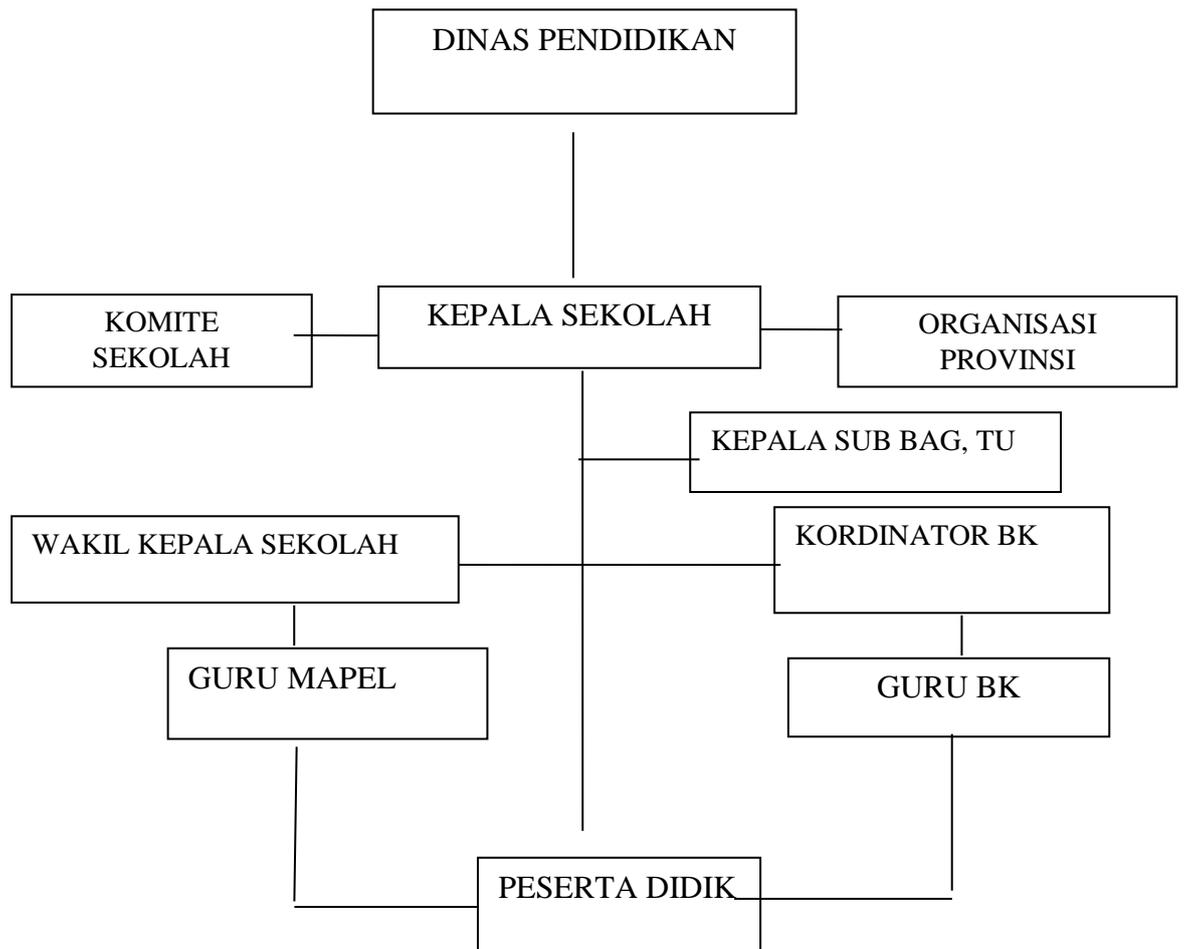
d. Komponen Program

Tabel 4.1 Komponen Program BK

No	Komponen Layanan	Tujuan Khusus	Sasaran Layanan	Strategi Layanan
1.	Layanan Bimbingan Dasar	Membantu Perkembangan Siswa: <ul style="list-style-type: none"> • Keterampilan • Pengetahuan • Sikap akademik • Karier 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa • harga diri • motivasi • pembuatan keputusan • kemampuan komunikasi 	Bimbingan Kelompok
2.	Perencanaan Individual Siswa	Membantu siswa membuat dan mengimplementasikan rencana pribadi, social, pendidikan, dan karir	<ul style="list-style-type: none"> • siswa • rencana BK • karir pribadi • social 	<ul style="list-style-type: none"> • kelompok-kelompok kecil • asesment individual • pertimbangan induk keluarga • konsultasi

3.	Layanan Responsif	Membantu siswa dalam layanan intervensi	<ul style="list-style-type: none"> • siswa • lambat • bolos • penanganan putus sekolah • hubungan social • narkoba • keluarga • peserta didik 	<ul style="list-style-type: none"> • konsultasi • konseling individu dan kelompok kecil • konseling krisis • layanan rujukan • layanan mediasi • teman sebaya
4.	Dukungan Sistem	Mendukung dan meningkatkan pelaksanaan program sekolah	<ul style="list-style-type: none"> • sifat bimbingan • pengelolaan dana • fasilitas • SDM 	<ul style="list-style-type: none"> • Kerjasama dan konsultasi

e. Struktur Konselor



Gambar 4.1 Struktur Organisasi

2. Penerapan Konseling Individual Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis untuk Mengatasi Korban *Bullying* di SMK Kesehatan Nusantara Pamekasan

Dalam Penelitian ini, peneliti menyampaikan hasil wawancara yang telah dilaksanakan oleh peneliti tentang korban *bullying*. Sebagaimana hasil wawancara dengan Guru BK yaitu Ibu Uslah Roshidatul Hikmah sebagai berikut:

“Dalam Permasalahan *bullying* di SMK Kesehatan Nusantara ada beberapa siswa yang sering melakukan *bullying* kepada temannya sehingga menjadi korban *bullying*, pertama kalinya menjadi Guru BK disini saya langsung diberi permasalahan siswa yang dibenci oleh teman sekelasnya bahkan tidak satupun siswa yang mau berteman atau sekelompok tugas dengannya, dari beberapa laporan teman kelasnya ini sebut saja si A, si A ini sering sekali membolak-balikkan perkataan temannya sehingga hal tersebut membuat pertengkaran antara siswa lain, si A memiliki sifat yang berbeda dengan teman-temannya yang lain yaitu tidak mau bergaul dengan teman yang miskin atau tidak mau bergaul jika tidak sama dengannya, sering membeda-bedakan barang yang dia miliki dengan temannya karena merasa dia yang paling kaya di sekolah, maka dari itu siswa tersebut di jauhi oleh teman-temannya, siswa sering mengucapkan kata-kata atau kalimat kotor kepada temannya atau bahkan menjuluki temannya dengan julukan kotor, ada juga siswa yang berperilaku kurang sopan kepada gurunya terutama kelas XII karena mereka merasa sudah setara dengan guru dan hampir lulus, siswa yang kesulitan bergaul di kelas X karena baru masuk sekolah dengan teman baru dan karena kesulitan bergaul siswa ini menjadi bahan cemooh atau *bully* oleh siswa lain. Untuk kelas XI dan XII kesulitan bergaul atau berinteraksi kepada temannya dikarenakan oleh sifat introvert yang siswa miliki atau karena interaksi sosialnya kurang dan itu menjadi bahan *bully* oleh teman-temannya dan merasa siswa tersebut adalah siswa lemah yang membuat pelaku *bullying* ini menjadi leluasa membully yang lemah. Banyak sekali siswa yang tidak mematuhi peraturan sekolah seperti terlambat, tidak memakai salah satu atau beberapa perlengkapan sekolah, memakai *makeup* berlebihan seperti *lipstick*,

eyeshadow, mascara dan lain sebagainya, bahkan ada siswa yang ketahuan merokok di sekolah dan dilihat oleh Waka Kurikulum dan Ibu sendiri (Guru BK), untuk siswa yang lalai beribadah kurang tahu dikarenakan sekolah pulang jam 11.00 WIB jadi tidak ada waktu beribadah di sekolah, siswa yang tidak memiliki sifat tolong menolong di SMK Kesehatan Nusantara sepengetahuan saya selama saya menjadi Guru BK disini saya belum pernah menemukan siswa yang kurang memiliki sifat tolong menolong jadi siswa di SMK Kesehatan Nusantara ini masih memiliki sifat empati kepada sesama temannya, untuk siswa yang tidak menerima kritikan dari orang lain di sekolah ini pasti ada dikarenakan ada siswa yang memiliki sifat egois karena merasa dirinya benar tetapi tidak sedikit pula siswa yang lebih memilih mengalah demi pertemanan.”¹

Wawancara dengan Wali kelas XI Farmasi Moh. Ainol Yakin sebagai berikut:

“Pada siswa yang mengalami *bullying* dan siswa yang mengalami gangguan kecemasan penyebabnya banyak dan satu sama lain penyebabnya tidak sama, ada yang di *bully* karena fisik, tingkah laku, kebiasaan. Sehingga anak korban *bully* ini mengalami trauma yang berbeda-beda, ada yang memiliki trauma takut bergaul dengan teman baru, ada yang menjadi tidak konsentrasi dalam belajar, ada juga yang menyebabkan gangguan kecemasan dan berbagai trauma lainnya. Dari sekian banyak nya siswa disini banyak yang menjadi korban *bullying* dikarenakan kebanyakan siswa tidak ingin sekolah disini karena keterpaksaan dari orang tua yang mengharuskan mereka sekolah disini, ada juga yang karena ingin jauh dari orang tua, atau bahkan karena kebanyakan siswa dari

¹ Wawancara Usrah Roshidatul Hikmah selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMK Kesehatan Nusantara, Tanggal 22 September 2021

broken home. Ya sebagai guru saya harus paham dengan karakter siswa saya, dan ketika menemukan siswa yang tingkatan masalahnya tinggi saya pasrahkan ke guru yang lebih profesional atau guru BK. Cara guru BK mengatasi permasalahan tersebut dengan cara melakukan konseling atau sekedar bertanya-tanya siswa memiliki masalah apa untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi siswa.”²

Dari hasil wawancara dengan Guru BK dan Guru Wali Kelas dapat disimpulkan bahwa masih terdapat siswa yang melakukan *bullying*, ada beberapa siswa yang menjadi korban *bully* dan ada beberapa siswa yang menjadi trauma karena *bullying* di SMK Kesehatan Nusantara. Jadi siswa yang menjadi korban *bullying* yang menyebabkan trauma perlu diberikan penanganan agar siswa tersebut bisa berkurang tingkatan traumanya dan bisa melakukan aktivitas yang sebelum korban menjadi trauma.

Pra Siklus

Korban *bullying* harus bisa beraktivitas normal kembali, maka dari itu peneliti melakukan pra siklus sebelum melaksanakan siklus 1 dengan menyebarkan angket untuk mengetahui siswa yang menjadi korban *bullying* yang tingkatannya tinggi dan mengalami trauma gangguan kecemasan untuk diberikan layanan konseling individu.

Berikut hasil angket *bullying* pra siklus siswa kelas XI Farmasi:

² Wawancara Moh. Ainol Yakin selaku Wali kelas XI Perawat di SMK Kesehatan Nusantara, Tanggal 24 September 2021

Tabel 4.2 Hasil Angket *Bullying* Kelas XI SMK Kesehatan Nusantara Pamekasan

No	Nama	Total	Kategori
1	Achmad Royhan Firmansyah	24%	Rendah
2	Agus Mulyono	27%	Rendah
3	Aminatus Sa'diyah	33%	Rendah
4	Desiana Dwi Wulandari	62%	Tinggi
5	Dina Annaliya Sholehah	25%	Rendah
6	Firda Maufiratus Zalbi	26%	Rendah
7	Henny Kurniawati	30%	Rendah
8	Intan Jailani	61%	Tinggi
9	Irmawati	32%	Rendah
10	Maulidatus Sholihah	38%	Rendah
11	Maulidatur Rohmah	31%	Rendah
12	Mukhtarinul Umam	25%	Rendah
13	Nasti Kartika Dewi	38%	Rendah
14	Nur Laily Mauluna	38%	Rendah
15	Pratami Sugarnisa Putri	28%	Rendah
16	Putu Ulin Nuha Hariyadi	34%	Rendah
17	Ulis Hasanatul F.	27%	Rendah
18	Uzlivatil Jannah	23%	Rendah
19	M. Hamdani Maulana Riando	25%	Rendah
20	Zakaria	26%	Rendah
21	Zilva Jazilah	25%	Rendah

Dari tabel tersebut bisa diketahui bahwa pada angket korban *bullying* terdapat 19 siswa yang memiliki skor rendah pada korban *bullying* dan terdapat 2 siswa yang memiliki skor tinggi. Untuk langkah selanjutnya yaitu memberikan angket kecemasan kepada dua orang siswa yang memiliki skor tinggi untuk mengetahui tingkat kecemasan dengan memberikan angket kecemasan.

Berikut hasil angket kecemasan pra siklus siswa kelas XI Farmasi:

Tabel 4.3 Hasil Angket Kecemasan Siswa Korban *Bullying* XI Farmasi SMK

Kesehatan Nusantara Pamekasan

No	Nama	Total	Kategori
1	Desiana Dwi Wulandari	70%	Tinggi
2	Intan Jailani	68%	Tinggi

Dari hasil angket gangguan kecemasan terdapat 2 siswa yang memiliki skor tinggi. Untuk itu, Peneliti focus kepada korban *bullying* yang menimbulkan gangguan kecemasan dan peneliti memberikan layanan konseling kepada kedua siswa tersebut agar gangguan kecemasannya berkurang. Berikut merupakan penjelasan dari proses pemberian layanan konseling individual untuk mengatasi korban *bullying* yang mengalami gangguan kecemasan:

a. Siklus I

1) Perencanaan

Kegiatan yang dilakukan pada siklus perencanaan adalah sebagai berikut:

- a) Mengatur waktu pemberian layanan
- b) Menyiapkan instrumen yang akan digunakan (angket)
- c) Menyiapkan alat dokumentasi

2) Pelaksanaan Tindakan

Pada siklus pertama dilakukan dengan dua kali pertemuan yaitu dua hari yang berbeda. Pada pertemuan pertama memberikan penjelasan mengenai bahaya *bullying* dan trauma kecemasan. Dilanjutkan dengan pemberian treatment (layanan) kepada siswa.

a) Pertemuan 1

Siklus I pertemuan ke 1 dilakukan pada hari sabtu tanggal 02 Oktober 2021. Kegiatan konseling individu pada pertemuan pertama dimulai pukul 09.05-10.05 WIB. Proses konseling diawali dengan pengenalan, pendekatan guru BK kepada peserta didik. Hal ini dilakukan agar siswa merasa nyaman dan tidak kaku untuk menyampaikan permasalahan selama proses konseling. Pelaksanaan tindakan dilakukan oleh peneliti sebagai guru BK dan siswa sebagai konseli.

Sebelum memasuki pada tahap inti peneliti memberi penjelasan singkat tentang bimbingan dan konseling agar konseli dapat memahami maksud dan tujuan dilaksanakannya konseling individu. Kemudian guru BK menyampaikan alasan konseli diberikan layanan konseling individu. Selama proses konseling berlangsung guru BK mencatat hal yang disampaikan oleh siswa yang berkaitan dengan permasalahannya. Guru BK menganalisis perilaku yang menimbulkan kecemasan/ketakutan. Guru BK membantu konseli dalam memberikan arahan agar konseli dapat menemukan solusi dari permasalahan yang dialaminya.

Pada proses konseling pertama yang berinisial DD diketahui merupakan korban *bullying* yang tinggi dan memiliki trauma gangguan kecemasan yaitu takut berada didepan umum dikarenakan DD sering menjadi bahan cemooh teman-temannya sehingga membuatnya tidak percaya diri. Proses konseling yang kedua dengan klien berinisial IJ merupakan korban *bullying* yang juga menyebabkan

gangguan kecemasan yaitu takut saat presentasi di depan kelas dikarenakan teman-temannya melakukan *bullying* ketika IJ berada didepan kelas. Semua masalah siswa merupakan korban *bullying* dan mengalami trauma gangguan kecemasan. Lalu peneliti menyusun hierarki atau jenjang-jenjang situasi yang menimbulkan masalah (ketakutan/kecemasan) dari yang kurang hingga yang mencemaskan klien. Setelah itu peneliti memberikan latihan-latihan rileksasi otot-otot.

Pada tahap akhir, guru BK meminta konseli untuk mengungkapkan kesan yang dirasakan oleh konseli saat proses konseling berlangsung sebagai bahan evaluasi guru BK pada pertemuan selanjutnya. Guru BK juga memberikan motivasi agar konseli memiliki semangat untuk mengurangi trauma yang dimiliki.

b) Pertemuan 2

Pertemuan ke 2 pada siklus I pada hari selasa tanggal 05 Oktober 2021, Kegiatan konseling individu pada pertemuan kedua dimulai pukul 09.15-10.15 WIB. Pada pertemuan kedua ini guru BK memulai kegiatan proses konseling dengan menanyakan kabar konseling dan pencapaian apa yang telah konseli lakukan dari setelah proses konseling sebelumnya hingga sebelum proses konseling pada pertemuan kedua ini.

Guru BK juga menjelaskan kembali mengenai tujuan konseling asas-asas konseling dan fungsi dari konseling untuk merangsang ingatan siswa mengenai kegiatan konseling dan maksud serta tujuan dari pelaksanaan konseling individu. Konselor memberikan rileksasi terlebih dahulu setelah itu melanjutkan proses konseling. Selama proses konseling konseli diminta untuk menyampaikan hal-hal yang berkaitan dengan masalahnya dan guru BK mencatat hal yang ingin

disampaikan oleh konseli. Konseli diarahkan oleh guru BK agar dapat mengambil keputusan untuk menyelesaikan permasalahannya.

Pertemuan kedua ini kedua klien sudah mulai mengetahui kecemasan utama yang harus dikurangi klien agar kecemasannya berkurang. Mulai berani melakukan hal-hal yang sebelumnya takut untuk dilakukan, dengan begitu ada peningkatan siswa untuk mengurangi tingkat kecemasannya.

Pada tahap akhir guru BK bertanya pada konseli kesan yang dirasakan oleh konseli saat kegiatan konseling berlangsung dan memberikan motivasi kepada konseli agar dapat mengurangi kecemasannya dengan baik. Setelah proses konseling berakhir guru BK memberikan angket kecemasan seperti yang telah diberikan pada tahap pra siklus.

3) Pengamatan / Observasi

Tahap observasi dilakukan pada saat pelaksanaan konseling berlangsung. Tujuannya untuk mengetahui kecemasan siswa saat berada di kelas. Pengamatan pada penelitian ini dilakukan langsung oleh guru BK yang berpedoman pada lembar pengamatan yang berisi 6 aspek yang diamati oleh guru BK. Untuk skor tertinggi dengan memberikan skor 4 dan untuk skor terendah dengan memberikan skor 1. Berikut ini merupakan hasil observasi pada siklus 1:

Tabel 4.4 Aktivitas Siswa Siklus I

No.	Aspek yang diamati	Skor
1.	Siswa berani bertanya di kelas	2
2.	Siswa tidak gemetar/gugup saat presentasi	1
3.	Siswa presentasi di depan kelas dengan percaya diri	1
4.	Siswa berani memberikan pendapat	1
5.	Siswa tidak menunduk saat berbicara dengan teman	2
6.	Siswa percaya diri saat menjawab soal di depan kelas	2
Skor Total		9
Skor Minimum		6
Skor Maksimum		24
Persentase Keseluruhan		37,5%

Berdasarkan tabel observasi di atas dapat dihitung menggunakan persentase sebagai berikut: persentase keseluruhan aktivitas siswa yaitu perhitungan dari skor total dibagi dengan skor maksimum dikalikan 100%. Dari perhitungan tersebut dapat diketahui bahwa persentase keseluruhan aktivitas siswa pada siklus 1 adalah 37,5%.

Tabel 4.5 Hasil Angket Kecemasan Kelas XI SMK Kesehatan

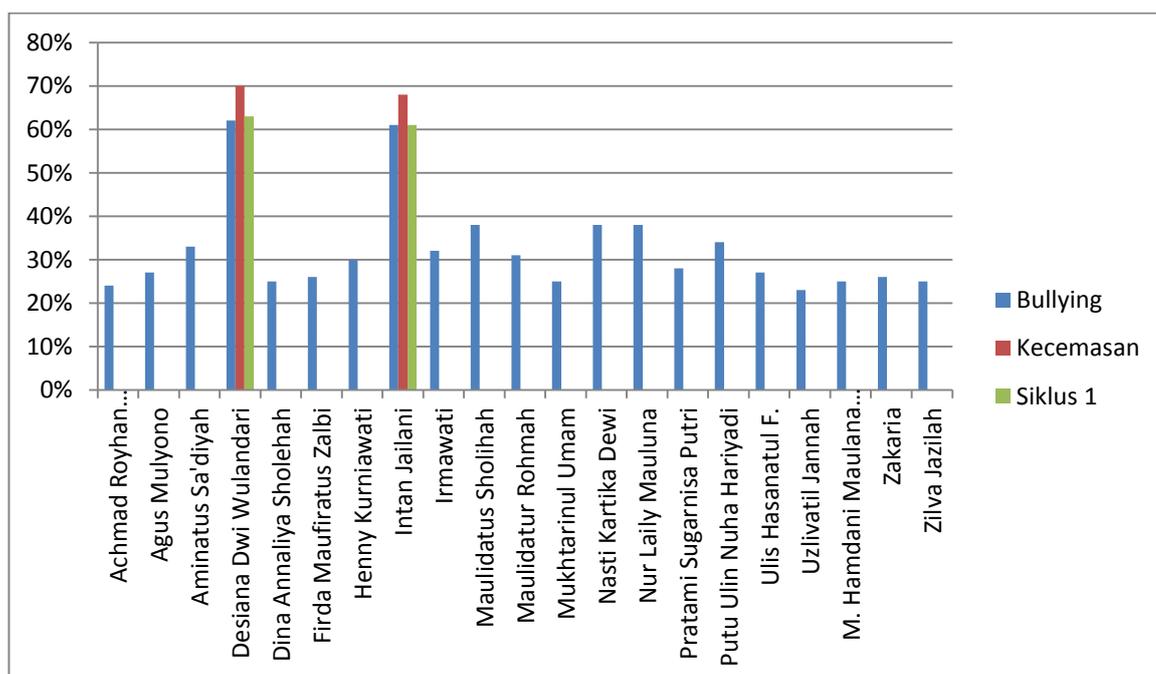
Nusantara Pamekasan

NO	Nama Konseli/Siswa	Konsentrasi Belajar	
		Siklus I	Kategori
1.	Desiana Dwi Wulandari	63%	Tinggi
2.	Intan Jailani	61%	Tinggi

4) Refleksi

Kegiatan refleksi dilakukan peneliti setelah pemberian siklus I berakhir. Hasil refleksi dijadikan sebagai acuan pada proses pemberian layanan selanjutnya. Pada pelaksanaan layanan konseling individu yang sudah dilakukan pada siklus I masih terdapat beberapa aspek yang harus diperbaiki dikarenakan perolehan hasil observasi aktivitas siswa yang masih rendah khususnya untuk 2 siswa yang berinisial DD dan IJ. Dan dilihat dari hasil angket yang masih belum mencapai hasil maksimal untuk itu peneliti melanjutkan pemberian layanan pada siklus II.

Berikut grafik dari hasil angket siswa:



Grafik 4.1 Hasil Angket *Bullying* dan Kecemasan Siswa

b. Siklus II

1) Perencanaan

Kegiatan yang dilakukan pada siklus perencanaan adalah sebagai berikut:

a) Mengatur waktu pemberian layanan

- b) Menyiapkan instrument yang akan digunakan (Angket, Pedoman Observasi siswa)

2) Pelaksanaan Tindakan

Pada siklus II dilakukan dengan dua kali pertemuan dengan dua hari yang berbeda. Pada pertemuan pertama guru BK melanjutkan konseling yang sebelumnya dilaksanakan pada siklus I.

a. Pertemuan 1

Pertemuan pertama pada siklus II dilakukan pada hari jum'at tanggal 08 Oktober 2021. Kegiatan konseling individu pada pertemuan pertama dimulai pukul 08:00-09:00 WIB. Proses konseling diawali dengan menanyakan kabar dan pencapaian perilaku dalam gangguan kecemasan. Guru BK memberikan topik netral sebelum ke tahap inti. Sebelum memasuki pada tahap inti peneliti memberikan penjelasan singkat tentang bimbingan dan konseling. Selanjutnya peneliti menjelaskan tujuan dari adanya proses konseling, asas-asas konseling serta fungsi konseling agar konseli dapat memahami maksud dan tujuan dilaksanakannya konseling individu. Kemudian guru BK menyampaikan alasan konseli diberikan layanan konseling individu. Lalu memberikan relaksasi sebelum konseli menceritakan keemasannya kepada konselor. Selama proses konseling berlangsung guru BK mencatat hal yang disampaikan oleh siswa yang berkaitan dengan permasalahannya. guru BK juga menyampaikan motivasi pada peserta didik agar dapat menyelesaikan masalahnya.

Pada proses konseling pertemuan pertama pada klien yang berinisial DD. Klien dapat mengurangi tidak percaya dirinya sehingga klien sudah mulai berani bertanya dan menatap ketika berbicara kepada temannya. Pada klien yang

berinisial IJ. Klien mulai memfokuskan perhatiannya pada teman-temannya saat menjelaskan dan tidak menghiraukan teman yang mengejeknya saat presentasi.

Pada tahap akhir, guru BK memberi kesempatan untuk menyampaikan kesan kepada konseli apa yang dirasakan pada saat proses konseling berlangsung juga sebagai bahan evaluasi guru BK untuk pertemuan selanjutnya.

b. Pertemuan 2

Selanjutnya pertemuan ke kedua pada siklus 2 dilakukan pada hari selasa tanggal 12 Oktober 2021. Kegiatan konseling individu pada pertemuan kedua dimulai pukul 10:00-11:00 WIB. Pada pertemuan kedua ini guru BK memulai kegiatan konseling individu dengan menanyakan kabar dan membahas topik netral. Guru BK memberikan penjelasan tentang konseling seperti pada penjelasan yang sebelumnya. Sebelum melanjutkan ke tahap selanjutnya konselor memberikan relaksasi kepada konseli. Pada tahap inti siswa diminta untuk menjelaskan dan menceritakan permasalahan yang dialami dan perubahan sejak setelah konseling pada siklus 1 pertemuan 1 hingga saat ini. Guru BK mencatat hal penting yang dijelaskan oleh konseli.

Pada pertemuan kedua, kedua klien sudah menampakkan peningkatan pada saat presentasi dan percaya diri mereka pada saat berada di kelas dan mereka tetap meningkatkan perilaku percaya diri yang telah mereka rancang pada sesi konseling siklus I pertemuan pertama.

Pada tahap akhir, guru BK menanyakan kepada konseli kesan yang dirasakan selama proses konseling berlangsung dari mulai siklus I pertemuan pertama hingga siklus II pertemuan kedua. Sebelum guru BK mengakhiri proses konseling guru BK memberikan motivasi kepada konseli agar dapat

menyelesaikan masalahnya dengan baik. Setelah proses konseling berakhir guru BK memberikan angket seperti yang telah diberikan pada tahap siklus I pertemuan kedua.

3) Pengamatan / Observasi

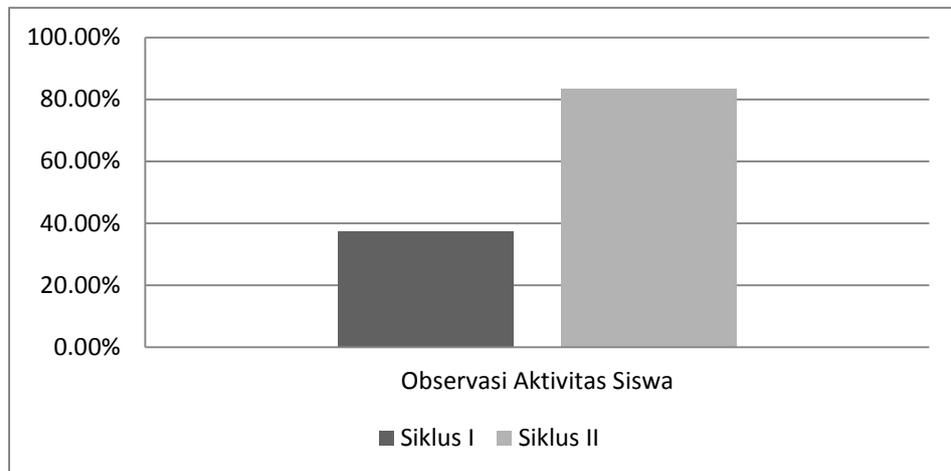
Tahap observasi dilakukan pada saat pelaksanaan konseling berlangsung. Tujuannya untuk mengetahui kecemasan siswa saat berada di kelas. Pengamatan pada penelitian ini dilakukan langsung oleh guru BK yang berpedoman pada lembar pengamatan yang berisi 6 aspek yang diamati oleh guru BK. Untuk skor tertinggi dengan memberikan skor 4 dan untuk skor terendah dengan memberikan skor 1. Berikut ini merupakan hasil observasi pada siklus II:

Tabel 4.6 Aktivitas Siswa Siklus II

No.	Aspek yang diamati	Skor
1.	Siswa berani bertanya di kelas	4
2.	Siswa tidak gemetar/gugup saat presentasi	3
3.	Siswa presentasi di depan kelas dengan percaya diri	3
4.	Siswa berani memberikan pendapat	2
5.	Siswa tidak menunduk saat berbicara dengan teman	4
6.	Siswa percaya diri saat menjawab soal di depan kelas	4
Skor Total		20
Skor Minimum		6
Skor Maksimum		24
Persentase Keseluruhan		83,3%

Berdasarkan tabel observasi di atas dapat dihitung menggunakan presentase sebagai berikut: presentase keseluruhan aktivitas siswa yaitu perhitungan dari skor total dibagi dengan skor maksimum dikalikan 100%. Dari

perhitungan tersebut dapat diketahui bahwa persentase keseluruhan aktivitas siswa pada siklus II adalah 83,3 %. Hal tersebut dapat diamati dari grafik berikut:



Grafik 4.2 Hasil observasi siswa.

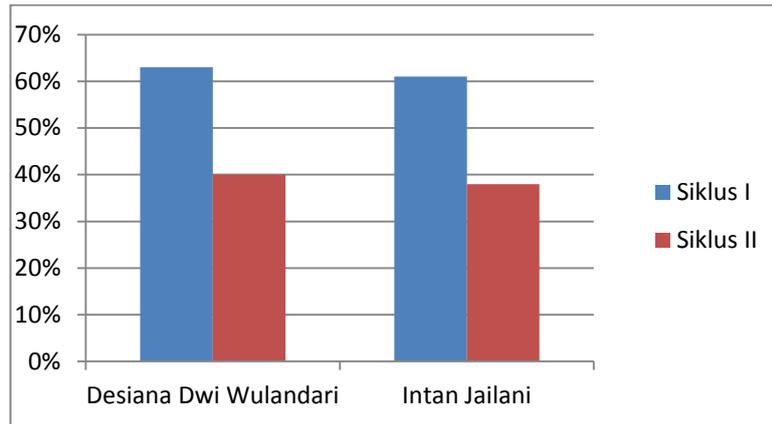
Tabel 4.7 Hasil Angket Kecemasan Siswa kelas XI Farmasi SMK Kesehatan Nusantara Pamekasan

NO	Nama Konseli/Siswa	Konsentrasi Belajar	
		Siklus II	Kategori
1.	Desiana Dwi Wulandari	40%	Rendah
2.	Intan Jailani	38%	Rendah

4) Refleksi

Kegiatan refleksi dilakukan peneliti setelah pemberian siklus II berakhir. Hasil observasi aktivitas siswa pada siklus II meningkat dan dari hasil angket siswa di siklus II juga mengalami penurunan. Dari kedua hasil tersebut dapat dikatakan layanan konseling individual berhasil mengurangi kecemasan siswa.

Berikut hasil angket kecemasan siswa:



Grafik 4.3 Hasil angket kecemasan siswa

B. Pembahasan

Layanan Konseling Individual dengan Teknik Desensitisasi Sistematis untuk Mengatasi Korban *Bullying*

Dengan penerapan layanan konseling individual pada proses pelayanan dapat memberikan hasil peningkatan dalam kecemasan yang rendah kepada siswa kelas XI Farmasi SMK Kesehatan Nusantara Pamekasan. Hal ini dapat dilihat dari hasil angket dan observasi yang dilakukan oleh peneliti.

Pada hasil angket terdapat penurunan skor mulai dari pra siklus, siklus I maupun siklus II yang turun secara bertahap. Hal ini dapat tercapai dikarenakan beberapa hal antara lain seperti siswa berani bertanya dan tidak gemetar/gugup saat presentasi, siswa juga lebih percaya diri saat presentasi di dalam kelas, siswa berani menatap teman saat presentasi, siswa tidak menunduk saat berbicara dengan teman, dan siswa percaya diri saat menjawab soal di depan kelas. Dan motivasi dari peneliti sebagai upaya agar siswa termotivasi untuk lebih meningkatkan lagi percaya diri dan berani untuk tampil di depan halayak ramai.

Temuan pada penelitian ini sama apa yang telah peneliti temukan pada penelitian sebelumnya, yaitu Ni Luh Putu Santi Aryani, Budi Sugiantoro.

Ni Luh putu Santi Aryani, layanan konseling behavioural dengan teknik desensitisasi untuk meminimalisir kecemasan siswa dalam menyampaikan pendapat. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan adanya penurunan pada siswa mengenai kecemasan siswa.

Budi Sugiantoro, teknik desensitisasi sistematis dalam mereduksi gangguan kecemasan social. Dalam penelitian tersebut mengungkapkan bahwa layanan konseling dengan teknik desensitisasi sistematis dapat mengurangi kecemasan pada siswa.

Temuan dalam penelitian ini dan juga penelitian-penelitian sejenis mengungkapkan bahwa layanan konseling individual dengan teknik desensitisasi sistematis dapat mengatasi korban *bullying* yang mengalami gangguan kecemasan pada siswa kelas XI Farmasi di SMK Kesehatan Nusantara Pamekasan.

Bimbingan dan konseling memiliki tindakan preventif maupun kuratif dalam membantu mengatasi permasalahan yang sedang siswa alami. Salah satu layanan yang efektif dalam membantu menangani permasalahan siswa secara individu yakni dengan menggunakan layanan konseling individual.

Menurut Sofyan Willis, Konseling individual mempunyai makna spesifik dalam arti pertemuan konselor dengan klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.³

Menurut Hellen di dalam jurnal Al-Azhar Indonesia, Konseling Individual yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta

³ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2017),

didik atau konseli mendapatkan layanan langsung tatap muka dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang diderita konseli.⁴

Menurut Sudrahad di dalam jurnal yang berjudul *Problematik Pelaksanaan Konseling Individual*, konseling individual yaitu layanan yang membantu peserta didik dalam mengentaskan masalah pribadinya. Layanan konseling individual merupakan layanan yang diselenggarakan oleh seorang guru BK terhadap konseli dalam rangka pengentasan masalah pribadi konseli.⁵

Penerapan konseling individual untuk mengatasi korban *bullying* gangguan kecemasan pada siklus I masih belum mencapai hasil maksimum. Dari hasil yang belum tercapai maka perlu untuk adanya perbaikan dalam pemberian layanan konseling individu. Pada pra siklus angket *bullying* terdapat dua siswa yang memiliki nilai tinggi. Selanjutnya di berikan angket kecemasan kepada dua siswa tersebut untuk mengetahui gangguan kecemasan mereka, setelah di ketahui hasil angket kecemasan dua siswa yang memiliki nilai tinggi. Selanjutnya diberikan layanan konseling individual. Dan pada siklus ke I, dua siswa mengalami penurunan pada hasil angketnya. Tetapi penurunan tersebut belum sempurna, sehingga peneliti melanjutkan pada siklus ke II dengan memberikan layanan konseling individu dan angket siswa setelah siklus ke II dapat dikatakan turun drastis.

Pada pelaksanaan layanan konseling individual yang telah dilaksanakan pada siklus I masih terdapat beberapa aspek yang harus diperbaiki dikarenakan

⁴ Radhiya Bustan, dkk, "Pengabdian Kepada Masyarakat Pelayanan Konseling Individu dan Kelompok pada Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Tangerang", *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, Vol. 4, No. 4, September 2018,

⁵ M. Fatchurahman, "Problematik Pelaksanaan Konseling Individual", *jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, Volume 3, Nomor 2, 2017,

perolehan hasil observasi aktivitas siswa yang masih rendah khususnya untuk dua siswa yang memiliki nilai tinggi. Dan dilihat dari hasil angket yang masih belum mencapai hasil maksimal untuk itu peneliti melanjutkan pemberian layanan pada siklus II.

Dari hasil observasi aktivitas siswa pada siklus II meningkat dan dari hasil angket siswa di siklus II juga mengalami peningkatan. Dari kedua hasil tersebut dapat dikatakan layanan konseling individual dengan teknik desensitisasi sistematis untuk mengatasi korban *bullying* yang menimbulkan gangguan kecemasan berhasil mengurangi gangguan kecemasan. Hal tersebut membuktikan bahwa perilaku siswa dapat berubah sejak dilaksanakannya siklus I hingga turun drastis pada siklus II.

Dapat diartikan bahwa layanan konseling individual dengan teknik desensitisasi sistematis sangat efektif dan sangat membantu korban *bullying* dalam mengurangi kecemasan pada siswa. Seperti yang telah dilaksanakan oleh peneliti terhadap siswa kelas XI Farmasi di SMK Kesehatan Nusantara Pamekasan.