

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Gambaran awal perilaku bullying verbal pada pelaku bullying siswa kelas X MAN 1 Kota Cirebon menunjukkan bahwa tingkat kecenderungan perilaku tersebut berada pada kategori sedang, dengan rata-rata skor pre-test sebesar 110,1. Temuan ini mengindikasikan bahwa perilaku bullying verbal, seperti ejekan, hinaan, penggunaan kata-kata kasar, dan bentuk komunikasi agresif lainnya, telah muncul secara berulang dan menjadi bagian dari pola interaksi sosial siswa di lingkungan sekolah. Kondisi ini tidak dapat dianggap sebagai perilaku insidental semata, melainkan menunjukkan adanya permasalahan psikososial yang memerlukan perhatian dan penanganan melalui layanan bimbingan dan konseling. Tingkat bullying verbal yang berada pada kategori sedang menandakan bahwa tanpa adanya intervensi yang tepat, perilaku tersebut berpotensi terus berkembang dan memberikan dampak negatif terhadap iklim sosial sekolah serta kesehatan psikologis siswa, baik sebagai pelaku maupun sebagai korban.
2. Rancangan konseling kelompok dengan teknik roleplay dalam penelitian ini disusun dan dilaksanakan secara terstruktur dengan memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media pembelajaran sosial. Konseling kelompok dirancang untuk menciptakan suasana yang aman dan kondusif bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan, merefleksikan perilaku, serta memperoleh umpan balik dari konselor dan anggota kelompok lainnya. Penerapan teknik roleplay dilakukan dengan melibatkan siswa dalam simulasi peran sebagai pelaku, korban, maupun pengamat dalam situasi bullying verbal. Melalui proses tersebut, siswa dapat memahami secara langsung dampak emosional dari perilaku verbal agresif yang dilakukan, sehingga kesadaran diri dan empati terhadap orang lain meningkat. Selain itu, rancangan intervensi ini juga memberikan latihan keterampilan komunikasi yang lebih positif dan asertif sebagai alternatif perilaku untuk

menggantikan komunikasi verbal yang agresif. Dengan demikian, rancangan konseling kelompok dengan teknik roleplay tidak hanya bersifat reflektif, tetapi juga edukatif dan aplikatif dalam membentuk pola komunikasi sosial yang lebih sehat di lingkungan sekolah.

3. Konseling kelompok dengan teknik roleplay terbukti efektif dalam mereduksi perilaku bullying verbal pada pelaku bullying siswa kelas X MAN 1 Kota Cirebon. Efektivitas ini ditunjukkan oleh adanya perubahan skor rata-rata pada kelompok eksperimen dari 113,43 pada pre-test menjadi 67,71 pada post-test, yang menunjukkan penurunan kecenderungan perilaku bullying verbal setelah diberikan intervensi. Hasil analisis statistik juga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdasarkan uji independent sample t-test dengan nilai signifikansi 0,006 dan 0,031 ($p < 0,05$). Selain itu, hasil analisis N-Gain pada kelompok eksperimen menunjukkan rata-rata sebesar -45,7 dengan persentase -66,6%, yang mengindikasikan adanya penurunan perilaku bullying verbal yang cukup besar setelah pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik roleplay. Temuan ini menunjukkan bahwa teknik roleplay mampu membantu siswa meningkatkan empati, mengembangkan kontrol diri, serta memperbaiki keterampilan komunikasi interpersonal. Oleh karena itu, konseling kelompok dengan teknik roleplay dapat direkomendasikan sebagai salah satu strategi layanan bimbingan dan konseling yang efektif dalam upaya pencegahan dan penanganan perilaku bullying verbal di lingkungan sekolah.

B. Saran

Berdasarkan hasil temuan dan kesimpulan mengenai efektivitas intervensi, penelitian ini merumuskan beberapa saran yang konstruktif dan ditujukan kepada berbagai pihak yang berkepentingan.

1. Pihak Sekolah dan Guru Bimbingan Konseling (BK) MAN 1 Kota Cirebon disarankan untuk tidak hanya melihat intervensi ini sebagai proyek penelitian semata, tetapi sebagai model program yang telah teruji dan dapat

diintegrasikan ke dalam layanan BK reguler, baik sebagai upaya kuratif maupun preventif. Penting bagi Guru BK untuk meningkatkan sensitivitas terhadap pola *bullying* di sekolah melalui deteksi dini yang lebih intensif, serta mengembangkan dan mengimplementasikan modul berbasis *roleplay* ini secara berkala dan berkelanjutan.

2. Kepada Peserta Didik yang menjadi subjek penelitian ini, sangat disarankan untuk menjaga dan menginternalisasi perubahan positif dalam perilaku dan sikap yang telah mereka capai selama sesi konseling. Kemampuan baru dalam mengelola emosi dan berkomunikasi secara empatik harus terus dipraktikkan dalam interaksi sosial sehari-hari. Dengan demikian, mereka tidak hanya menghentikan perilaku *bullying*, tetapi juga bertransformasi menjadi agen perubahan positif di lingkungan sebaya, secara aktif mempromosikan budaya komunikasi yang saling menghargai
3. Peneliti selanjutnya di bidang Bimbingan dan Konseling Islam (BKI), hasil penelitian ini membuka peluang untuk studi lanjutan. Disarankan untuk melakukan penelitian *follow-up* guna mengukur efektivitas jangka panjang intervensi ini, memastikan bahwa perubahan perilaku subjek bersifat permanen. Selain itu, peneliti dapat mengeksplorasi perbandingan efektivitas teknik *roleplay* dengan metode konseling lain (misalnya *sociodrama* atau terapi kognitif-perilaku) dalam konteks mereduksi *bullying*, atau menguji model *roleplay* ini pada bentuk *bullying* yang berbeda atau jenjang pendidikan lainnya untuk memperkaya khazanah keilmuan dan praktik BK di Indonesia.