

PROPOSAL
PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMOK DENGAN TEKNIK
***MODELLING* TERHADAP PERILAKU *TOXIC RELATIONSHIP* SISWA**
KELAS V111 MTS 2 LENEK LAUK TAHUN 2023



OLEH:

NISA ATUL UYUN
NPM. 190101024

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS HAMZANWADI
2023

LEMBAR PERSETUJUAN

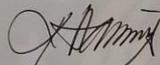
**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
MODELLING TERHADAP PERILAKU TOXIC RELATIONSHIP SISWA
KELAS VIII MTS 2 LENEK LAUK TAHUN 2023**

**NISA ATUL UYUN
190101024**

Proposal ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk
melaksanakan penelitian di Madrasah Tsanawiah
Program Studi Bimbingan Dan Konseling

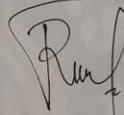
Menyetujui untuk diajukan pada ujian proposal

Pembimbing I,



Dr. Baiq Mahyatun, Mpd,Kons.
NIDN.0807056702

Pembimbing II,



Ade Irma Hariani, M.Ed.
NIDN.3302812476

Mengetahui:
Koordinator Program Studi
Bimbingan Dan Konseling



Fitri Aulia, M. Pd.I
NIDN. 0821028901

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
DAFTAR ISI.....	i
BAB 1 PENDAHULUAN.....	ii
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Kajian Teori.....	11
1. Layanan Bimbingan Kelompok	11
a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	11
b. Tahapan-tahapan Bimbingan Kelompok.....	12
c. Tujuan Bimbingan Kelompok	19
d. Asas-asas Bimbingan Kelompok.....	20
2. Perilaku toxic relationship	21
a. Pengertian perilaku toxic relationship	21
b. Ciri-ciri perilaku toxic relationship	22
c. Perilaku toxic relationship dalam al-qur'an dan hadis	23
d. Bentuk-bentuk Toxic Relationship.....	27
e. Faktor Toxic Relationship.....	28
f. Dampak Toxic Relationship.....	30
g. Aspek-aspek Toxic Relationship	31
3. Teknik Modelling	33
a. Pengertian Teknik Modelling	33
b. Tujuan Dan Manfaat Teknik Modelling	34
c. Macam-macam Teknik Modelling.....	35
d. Prinsip-prinsip Teknik Modelling	35
e. Langkah-langkah Teknik Modelling.....	36

B. Penelitian Yang Relevan	37
C. Kerangka Berfikir	38
D. Hipotesis Penelitian	40
BAB III METODE PENELITIAN	40
A. Jenis Penelitian	41
B. Desain Penelitian	42
C. Tempat Dan Waktu Penelitian	42
D. Populasi Dan Sampel Penelitian	43
E. Variabel Penelitian	44
F. Teknik Dan Instrumen Pengumpulan Data.....	45
G. Validitas dan Reabilitas instrument.....	50
H. Analisis Data	51

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 populasi kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk	43
Tabel 3.2 Pedoman Wawancara	46
Tabel 3.3 kisi-kisi angket perilaku toxic relationship	49
Tabel 3.3 skor alternative jawaban angket	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berfikir	39
-------------------------------------	----

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa dimana terjadinya gejala yang meningkat. Masa ini juga dikenal sebagai masa transisi, ketika terjadi perubahan baik secara fisik, perubahan mental atau juga fisik, emosional, sosial dan pribadi, itu terjadi perubahan perilaku remaja terkait dengan tantangan yang mereka hadapi. Papalia dan Olds, (2021), menyebutkan bahwa pada masa remaja, remaja masih cenderung labil dan lingkungan mulai mempengaruhi mereka.

Masa remaja disebut juga masa yang sangat rentan. Proses pengendalian diri, kemandirian, kedewasaan muda dan kontrol emosi tidak optimal. Kondisi ini dapat memudahkan remaja masuk kedalam *toxic relationship* (Praptiningsih & Putra, 2021). Masa remaja adalah periode dimana kaum muda membentuk jaringan antarpribadi yang berpusat dikelompok teman sebaya. Remaja menciptakan hubungan emosional yang lebih dalam dan keterikatan pada kelompok. Hubungan yang baik menciptakan kondisi emosional yang baik, sebaliknya konflik interpersonal memicu masalah kesehatan mental (Susanti Niman, 2022).

Remaja membutuhkan penyesuaian untuk berintraksi dengan teman sebayanya. Lingkungan yang berperilaku tidak sehat seperti menahan diri, membully, melampiaskan amarah, hinaan dan kekerasan fisik merupakan hubungan yang tidak sehat. Lingkungan yang tidak sehat bagi remaja dapat

meningkatkan resiko penggunaan obat-obatan terlarang dan kehidupan malam yang penuh dengan kekerasan (Racionero-Plaza, 2020). Lingkungan keluarga yang perlindungan berlebihan, kontrol, penindasan, persaingan dan manipulasi dan viktimisasi (Do Carmo, 2021). Tentu saja itu patut mendapat perhatian semua pihak terutama orang tua karena anak mengalami gangguan depresi sejak usia remaja. Anak-anak remaja aktif mencari komunikasi dengan teman sebaya. Tetapi masa remaja juga merupakan awal bagi seorang anak mengalami gangguan depresi (Nihaya et al, 2021).

Remaja yang telah terjerat dengan *toxic relationship* sulit untuk meningkatkan kepercayaan dirinya ditengah lingkungan teman sebayanya. Ini biasanya terjadi karena semua yang ingin dikatakan selalu dikomentari negatif atau bahkan hampir setiap keputusan yang dipilih selalu dianggap aneh atau tidak sesuai dengan apa yang dipikirkan secara mendalam oleh kelompok teman sebayanya. Penyimpangan yang mengalami penolakan ini sebenarnya perlahan-lahan membunuh kepercayaan anak muda pada teman sebayanya. Komunikasi interpersonal yang mapan juga negative bagi remaja tidak hanya mengalami penolakan di lingkungan, tetapi juga mengalami kesalahpahaman dalam berkomunikasi. Jalinan komunikasi yang terlanjur negatif, penolakan yang sering menimbulkan hubungan yang toxic yang mengancam kesehatan pola pikir anak remaja Indonesia (Praptiningsih & putra 2021). Hal ini perlu ditindak lanjuti menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Modelling*.

Menurut Prayitno (dalam Baiq Mahyatun at al, 2023) salah satu bentuk layanan yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling adalah layanan

bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Maksudnya semua anggota kelompok saling berintraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain sebagainya.

Jadi, dari penjelasan layanan bimbingan kelompok diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan kepada siswa yang membentuk suatu kelompok dengan membahas satu topik masalah yang dapat mengembangkan potensi diri sekaligus memperoleh manfaat. Dengan memanfaatkan dinamika kelompok menciptakan komunikasi antara anggota dan satu sama lain, serta pemimpin kelompok yang memberikan informasi-informasi yang terkait dengan masalah pribadi, sosial, pendidikan dan juga karier dapat tercapai. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti perilaku *toxic relationship* pada siswa menggunakan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *modelling*.

Modelling menunjukkan bahwa perilaku orang lain yang diamati, ditiru, lebih merupakan peniruan terhadap apa yang dilihat, diamati dan bukan mengenai perilaku secara umum sebagai model dengan dasar perilakunya (Rina, 2016). Menurut Gunarsa (dalam Rina 2016) pada proses belajar melalui pengamatan menunjukkan terjadinya proses belajar setelah mengamati perilaku orang lain. Sementara menurut Erfordt (2015) *modeling* adalah proses belajar melalui kegiatan observasi atau tindakan mengamati orang lain dan meniru apa yang diamati apa yang dilakukan objek atau model agar terlihat seperti perilaku baru dari individu.

Sebelum memulai penelitian, langkah awal yang dilakukan peneliti adalah wawancara langsung dengan guru bimbingan konseling. Tujuan dari wawancara

adalah peneliti dapat memperoleh informasi lebih lanjut tentang siswa melalui wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di MTS 2 Lenek Lauk. Pernyataan dari guru bimbingan dan konseling terkait dengan perilaku *toxic relationship* belum diberikan pemahaman secara menyeluruh, karena perilaku *toxic relationship* kurang diperhatikan oleh pihak sekolah dan belum mengetahui adanya dampak baik atau buruk dari perilaku tersebut. Maka hal ini perlu diteliti dan siswa butuh untuk dibimbing dan diberi pemahaman.

Berdasarkan data hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling dan hasil observasi pada siswa, maka peneliti ingin memfokuskan dengan memberikan bimbingan untuk mencegah perilaku *toxic relationship*, peneliti dapat menyimpulkan dari data hasil wawancara dan observasi dan penjelasan diatas bahwa, bimbingan kelompok dapat membantu siswa dalam mencegah perilaku *toxic relationship*, karena perilaku tersebut akan berdampak negative dalam kehidupan siswa.

Permasalahan di atas perlu untuk diteliti karena jika dibiarkan akan berdampak negatif terhadap kesehatan mental siswa, masalah tersebut menarik untuk diteliti karena perlu diungkap lebih jauh cara mencegah perilaku *toxic relationship*. Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada siswa mengenai perilaku *toxic relationship* supaya siswa dapat terhindar dari perilaku *toxic relationship* melalui bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti berupaya untuk memberikan solusi dengan melakukan penelitian yang berjudul “pengaruh layanan bimbingan

kelompok dengan teknik *modelling* terhadap perilaku *toxic relationship* siswa kelas VIII Mts 2 Lenek Lauk”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi berdasarkan faktor internal dan eksternal.

1. Faktor internal

- a. Tidak ada hasrat dan keinginan yang kuat untuk merubah perilaku *toxic relationship* pada dirinya.
- b. Tidak ada keinginan mengubah diri untuk menjadi pribadi yang lebih baik.
- c. Kurangnya pemahaman tentang kesadaran diri mengenai perilaku *toxic relationship*

2. Faktor eksternal

- a. Kurangnya perhatian dari wali kelas dalam menyikapi permasalahan siswa.
- b. Gura Bimbingan Dan Konseling kurang tegas dalam menyikapi perilaku *toxic relationship*
- c. Faktor teman sebaya (teman kelas/bermain).
- d. Faktor orang tua yang tidak memperhatikan perilaku anaknya.

C. Batasan Masalah

Dari beberapa masalah yang telah diidentifikasi, maka perlu dilakukan pembatasan masalah dalam penelitian tersebut, yaitu:

1. Pembatasan objek penelitian

Objek penelitian ini dibatasi pada perilaku *toxic relationship* pada siswa yang diupayakan dengan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*.

2. Pembatasan subjek penelitian

Subjek penelitian dibatasi pada 6 siswa yang berada di kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk untuk mencegah perilaku *toxic relationship*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka dalam penelitian ini dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut

1. Bagaimana pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *modelling* terhadap perilaku *toxic relationship* pada siswa kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk mencegah perilaku *toxic relationship* siswa kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk

F. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis, khususnya bagi peneliti maupun guru. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan di bidang bimbingan dan konseling dan dapat dipergunakan sebagai referensi bagi peneliti berikutnya yang akan meneliti lebih dalam mengenai pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* terhadap perilaku *Toxic Relationship*.

2. Manfaat praktis

a. Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi siswa supaya mencegah perilaku *toxic relationship* dan dapat berteman dengan normal dengan teman sebayanya.

b. Bagi guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan berguna bagi peneliti selanjutnya dan menjadi bahan pertimbangan bagi guru untuk selalu memberikan perhatian lebih kepada siswa.

c. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan pada pihak sekolah, yang bisa digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam mengurangi perilaku *toxic relationship* melalui bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*.

d. Bagi peneliti

Dapat menambah pengalaman dan keterampilan cara mengurangi perilaku *toxic relationship* melalui bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*

e. Bagi orang tua

Diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang cara, membangun hubungan baik dengan teman sebaya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian teori

1. Layanan Bimbingan Kelompok

a. Pengertian Layanan Bimbingan kelompok

Menurt Wingkel (2021) bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan kepada lebih dari satu orang pada waktu yang bersama. Menurut Prayitno (1995: 61) bimbingan kelompok yakni memanfaatkan suatu dinamika yang berbentuk kelompok untuk upaya mencapai tujuan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan- tujuan bersama. Bimbingan kelompok berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan pribadi dan sosial (Hartanti, (2022:12)

Sedangkan menurut Fadilah (2019) bimbingan kelompok adalah usaha kegiatan yang memanfaatkan dinamika kelompok atau kumpulan sekelompok individu yang membentuk suatu kelompok sebagai upaya bimbingan yang dilakukan dan dilaksanakan seseorang (fasilitator dengan tujuan-tujuan mengembangkan suatu aspek yang terdapat dalam diri

individu berupa sikap, keterampilan, dan keberanian yang bersangkutan paut dengan orang lain yang bersifat sosial.

Dari pemaparan teori diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah pemberian bantuan kepada individu dalam dinamika kelompok dengan tujuan mencegah timbulnya suatu masalah yang menghambat pengembangan potensi individu.

b. Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Syamsul Yusuf & Juantika Nurihsan, (2010) fungsi dari layanan bimbingan kelompok sebagai berikut:

1. Pemahaman

Membantu siswa agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya.

2. Preventif

Upaya konselor untuk sentiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya mencegahnya, supaya tidak terjadi pada siswa.

3. Pengembangan

Konselor berupaya untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan siswa.

4. Penyembuhan

Fungsi bimbingan yang bersifat kuratif. Fungsi ini berkaitan erat dengan upaya pemberian bantuan kepada siswa yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karir

5. Penyaluran

Fungsi bimbingan dalam membantu individu memilih kegiatan ekstrakurikuler jurusan atau program studi, dan memantapkan penguasaan karir atau jabatan yang sesuai dengan minat, bakat dan keahlian dan ciri-ciri kepribadian lainnya.

6. Adaptasi

Fungsi untuk membantu para pelaksana pendidikan khususnya konselor, guru atau dosen untuk mengadaptasikan program pendidikan terhadap latar belakang pendidikan, minat, kemampuan dan kebutuhan siswa.

7. Penyesuaian

Fungsi bimbingan dalam membantu siswa agar dapat menyesuaikan diri secara dinamis dan konstruktif terhadap program pendidikan, peraturan sekolah atau norma agama.

Berdasarkan teori diatas dapat disimpulkan bahwa fungsi layanan bimbingan kelompok yaitu memberi kesempatan yang luas untuk berpendapat sehingga mempunyai pemahaman yang luas dan dapat menumbuhkan sikap yang positif terhadap keadaan diri sendiri dan lingkungan sekitar

c. Tahapan-tahapan bimbingan kelompok

Dalam supervise bimbingan kelompok, pelaksanaan kegiatan cukup dipersiapkan dan dipraktikkan mulai dari tahap awal hingga evaluasi dan pemantauan (Prayitno 1995: 76-82), dengan penjelasannya sebagai berikut:

1. Langkah awal

Langkah atau tahapan awal diselenggarakan dalam rangka pembentukan kelompok sampai dengan mengumpulkan para peserta yang siap melaksanakan kegiatan kelompok. Langkah tahapan awal diawali dengan menjelaskan ketersediaan layanan bimbingan kelompok ditujukan

untuk siswa secara lebih rinci dengan penjelasan tentang arti, tujuan dan kegunaan umum dari layanan tersebut. Setelah penjelasan ini, alangkah lebih baiknya jika bisa langsung menghasilkan tim desain waktu dan tempat penyelenggaraan kegiatan bimbingan kelompok belajar yang sebenarnya

2. Perencanaan kegiatan

Bagi guru pembimbing disekolah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok meliputi 5 langkah kegiatan yaitu:

- (1) Perencanaan
- (2) Pelaksanaan
- (3) Evaluasi
- (4) Analisis hasil evaluasi
- (5) Tindak lanjut

Perencanaan kegiatan layanan meliputi penetapan sebagai berikut:

- a) Materi layanan
- b) Tujuan yang ingin dicapai, yaitu tujuan bimbingan kelompok
- c) Sasaran kegiatan, yaitu kelompok yang dimaksudkan
- d) Bahan atau sumber bahan untuk kelompok tugas, mungkin ada bahan-bahan tertentu yang perlu disiapkan oleh guru pembimbing
- e) Rencana penilaian
- f) Waktu dan tempat

Jika guru pembimbing sudah mengenal siswa yang berprestasi dalam kelompok, guru pembimbing terlebih dahulu mendalami pengenalan itu melalui kumpulan data yang tersedia.

3. Pelaksanaan kegiatan

Setelah perencanaan kegiatan yang sudah direncanakan maka selanjutnya pelaksanaan kegiatan akan dilaksanakan melalui :

- a) Persiapan pelaksanaa
- b) Persiapan penuh

Persiapan untuk kegiatan pelaksanaan bimbingan kelompok meliputi:

1. Persiapan fisik, lokasi dan kelengkapannya
 2. Persiapan bahan khusus untuk “kelompok tugas”
 3. Keterampilan persiapan
 4. Persiapan administrasi.
- c) Persiapan keterampilan

Mengenai pelatihan keterampilan bagi penyelenggara kapasitas yang diharapkan oleh pengawas kelompok guru pembimbing menggunakan teknik-teknik sebagai berikut:

- a. Tehnik umum
 1. “Tiga M” yaitu, mendengarkan dengan baik-baik, memahami dengan baik, dan merespon secara cepat, tepat dan positif
 2. Daya dorong minimum
 3. Konfirmasi
 4. Keruntutan

b. Keterampilan memberikan tanggapan

1. Ketahui perasaan peserta
2. Ekspresikan perasaan diri sendiri
3. Renungkan

c. Kemampuan memberikan intruksi antara lain:

1. Memasukkan informasi
2. Memberikan saran
3. Bertanya secara langsung dan terbuka
4. Membujuk dan mengajak
5. Menggunakan contoh pribadi
6. Membagikan penafsiran
7. Sebaliknya
8. Mengupas masalah
9. Meringkas

d. Pelaksanaan tahap kegiatan

Mulailah kegiatan pada waktu, tempat dan dengan para peserta seperti yang telah direncanakan, dimulailah kegiatan bimbingan kelompok yang sebenarnya, pada pertemuan kelompok yang pertama kalinya, tahap I biasanya diperlukan pada pertemuan kelompok pertama yang cukup lama. Saat ini para peserta yang pertama kali bertemu betul-betul terbentuk kelompok yang kuat untuk menggunakan dinamika kelompok yang berkembang diantara mereka untuk mencapai tujuan bimbingan dan konseling.

Seperti yang dikatakan sebelumnya, tingkatan II adalah perantara antara tahap I dengan tahap III, berapa lama tahap II berlangsung sangat tergantung pada keberhasilan tahap I. jika tahap I berhasil, tahap II seringkali hanya pengulangan dan konsolidasi penjelasan beberapa karakteristik pokok pada tahap III

Tahapan III adalah inti dari keseluruhan kegiatan dalam layanan bimbingan kelompok, tahapan ini sering disebut tahap kerja dari mana diperoleh hasil yang diharapkan. Tahapan IV merupakan puncak dari semua kegiatan, pada tahap ini kegiatan ditarik kembali. Antusiasme yang menggebu-gebu ditahap III kini berada ditahap semangat kendor.semuanya mengarah penghentian aktivitas.

e. Evaluasi kegiatan

Evaluasi fungsi kontrol kelompok bisa secara tertulis baik melalui esai, daftar cek, maupun daftar isian sederhana, para peserta mengungkapkan secara tertulis perasaan, pendapat keinginan, minat dan sikap mereka terhadap berbagai masalah, baik yang dilakukan pada saat itu. Kegiatan kelompok (baik isi maupun proses) dan kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan serupa lainnya. Evaluasi layanan ini lebih merupakan evaluasi “dalam proses” yang dapat diselesaikan melalui:

1. Memantau partisipasi dan kinerja peserta selama kegiatan berlangsung.
2. Mendapatkan pemahaman peserta tentang materi yang dibahas.

3. Memberitahukan mereka tentang kegunaan layanan pendapat dari partisipasi
 4. Mengungkap minat dan sikap mereka tentang kemungkinan tindakan lanjut.
 5. Mengungkapkan kelancaran proses dan susunan penyelenggaraan layanan.
- f. Analisis dan tindak lanjut

Menurut Prayitno (2004: 82) evaluasi kinerja layanan harus dianalisis untuk menemukan poin yang lebih baik seluk beluk perkembangan pelaksanaan pelayanan perlu dikaji apakah hasil diskusi atau pemecahan masalah menjadi sedalam atau mendalam mungkin, atau sebenarnya masih ada aspek penting yang tidak dibahas dalam diskusi. Pemantauan berupa kegiatan pengabdian atau kegiatan lainnya juga memerlukan perencanaan dan persiapan tersendiri secara aktif melibatkan siswa yang bersangkutan dan sumber lain yang diperlukan.

Arah bentuk dan isi kegiatan pemantauan tidak lain adalah memberikan pelayanan yang sempurna bagi siswa/guru. Dengan tindak lanjut maka melayani siswa tidak secara setengah-setengah, berhenti ditengah jalan atau tidak lengkap dan selesai benar-benar acak.

Dari beberapa pemaparan teori diatas dapat penulis simpulkan bahwa langkah-langkah dalam layanan bimbingan kelompok supaya

pelaksanaan layanan bimbingan kelompok bisa terstruktur dengan baik, berjalan dengan lancar dan sesuai dengan harapan konseli.

Dari pemaparan pendapat diatas juga dapat penulis simpulkan bahwa kegiatan analisis dan tindak lanjut perlu supaya dapat mengetahui apakah kegiatan telah selesai dan mengetahui hasil atau proses yang telah dilakukan.

d. Tujuan bimbingan kelompok

Dalam melakukan tindakan, tujuannya adalah untuk mencapai kehendak selalu ada beberapa layanan bimbingan kelompok juga pendapat tentang tujuan bimbingan kelompok yaitu: "Crow and Crow dalam Chasyah at al, (2001: 26) berpendapat bahwa tujuan bimbingan kelompok yaitu (1) bimbingan kelompok ditujukan untuk memberikan dan memberikan dan meperoleh informasi-informasi dari individu (2) mengadakan usaha analisi dan pemahaman bersama tentang sikap, minat dan pandangan yang berbeda-beda dari tiap-tiap individu (3) membantu memecahkan masalah dengan bersama-sama (4) untuk menemukan masalah pribadi yang ada pada tiap individu (5) membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.

Sementara menurut Hartanti, (2022:13) memaparkan bahwa tujuan dari bimbingan kelompok dibagi menjadi dua kelompok yaitu: tujuan bimbingan kelompok umum dan tujuan bimbingan kelompok khusus. Bimbingan kelompok secara khusus. Tujuan bimbingan kelompok secara umum yaitu untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi khususnya

kemampuan berkomunikasi dalam anggota kelompok. Sedangkan secara khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal pada anggota kelompok.

Dari beberapa pendapat diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah untuk mengembangkan pribadi dan pembahasan topik masalah umum secara luas dan mendalam sehingga terhindar dari permasalahan. Pengembangan pribadi meliputi pengembangan potensi dan keterampilan sosial yang dimiliki.

e. Asas-asas bimbingan kelompok

Adapun asas-asas yang ada dalam layanan bimbingan kelompok menurut Syamsul Yusuf & juantika Nuruhsan, (2010) antara lain sebagai berikut:

1. Asas kerahasiaan yaitu: menuntut dirahasiakannya segenap data dan keterangan tentang siswa yang menjadi sasaran layanan yaitu data atau keterangan yang tidak boleh dan tidak layak diketahui .oleh orang lain, dalam hal ini guru bimbingan dan konseling berkewajiban penuh untuk memelihara dan menjaga semua data dan keterangan iitu sehingga kerahasiaan itu benar-benar terjamin.
2. Asas kesukarelaan yaitu: menghendaki adanya kesukaan dan kesukarelaan siswa mengikuti atau menjalin layanan atau kegiatan yang diperlukan baginya. Hal ini guru bimbingan dan konseling

berkewajiban dan membina dan mengembangkan kesukarelaan tersebut

3. Asas keterbukaan yaitu, asas keterbukaan sangat dibutuhkan suasana keterbukaan dari konselor maupun klien.

2. Tehnik *Modeling*

a. Pengertian Teknik *Modelling*

Teknik modelling adalah perilaku yang didemostrasikan (dibuktikan). Merupakan penggerak pembelajaran. Teknik yang menggunakan pemodelan sebagai sarana memfasilitasi perubahan dapat meningkatkan rangsangan belajar siswa. Keteladanan mengacu pada proses mengamati pikiran, keyakinan, dan perilaku mereka setelah diwakilkan oleh satu atau lebih model. Dapat disimpulkan bahwa teknik modelling adalah proses pengamatan tingkah laku manusia yang dijadikan model, sebagai perangsang belajar (Endang Ragil at al, 2021)

Teknik *modeling* tidak hanya meniru atau mengulangi apa yang dilakukan orang (model) tetapi modelling melibatkan peningkatan atau penurunan perilaku yang diamati, menggeneralisirkan beberapa pengamatan secara bersamaan dan melibatkan proses kognitif. Desi at al, (2020), Teknik *modelling* dapat mengurangi perilaku bulliying siswa apabila dilihat dari hasil perbandingan sebelum dan sesudah berikan perlakuan (treatmen). Kesimpulan ini mengidentifikasi bahwa adanya perbedaan atau perubahan rata-rata skor perilaku bulliying sebelum dan sesudah diberikan treatment yang sangat bermakna serta

menunjukkan bahwa hipotesis ini berhasil dapat menurunkan perilaku bullying siswa.

Menurut Bandura dalam Erfort (2016:340) teknik *modeling* adalah proses dimana individu belajar dari mengamati orang lain. Dalam mengembangkan budaya sopan santun, teknik modeling dianggap cocok untuk menerapkan kembali budaya kesusilaan beberapa teknik *modelling*.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa teknik *modeling* adalah kegiatan individu dalam meniru perilaku individu yang dipelajari melalui observasi dengan tujuan untuk mencegah sikap atau perilaku individu menjadi lebih baik.

b. Tujuan dan Manfaat Teknik *Modelling*

Menurut Sofyan Adiputra (2015) Menggunakan teknik yang disesuaikan dengan kebutuhan atau masalah pelanggan tujuan penggunaan teknik ini antara lain:

1. Membantu orang mengatasi fobia, kecanduan narkoba atau alkohol.
2. Membantu orang dengan gangguan keperibadian berat seperti psikosis.
3. Memperoleh perilaku sosial yang lebih adaptif.
4. Sehingga konseli dapat belajar untuk menunjukkan tindakan yang diinginkan tanpa harus belajar dengan cara coba-coba
5. Membantu konseli menanggapi hal-hal baru.
6. Mengurangi respon-respon yang tidak layak.

Manfaat dari teknik *modelling* ini adalah orang memperoleh keterampilan untuk beradaptasi dengan lingkungan mereka, memberikan pengalaman belajar yang patut diteladani, mengatasi hasil belajar yang maladaptive dan mencapai perilaku yang lebih efektif, dan mengatasi gangguan dalam keterampilan sosial, reaksi emosional, dan pengendalian diri.

c. Prinsip-Prinsip Teknik *Modelling*

Menurut Gantina Komalasari et al (2011) terdapat beberapa prinsip-prinsip teknik *modelling* antara lain:

1. Belajar melalui pengalaman langsung dan tidak langsung dengan mengamati perilaku orang lain berikut konsekuensinya
2. Keterampilan sosial tertentu dapat diperoleh dengan mengamati dan meniru perilaku model yang ada.
3. Respon emosional yang terganggu dapat dihilangkan dengan mengamati orang lain mendekati suatu objek atau situasi takut kehilangan konsekuensinya mengerikan dari tindakan seseorang.
4. Kontrol diri dipelajari dengan mengamati model dapat diukur.
5. Menghormati seorang model sangat berarti
6. Individu mengamati model dan didorong untuk meniru perilaku model
7. Pemodelan dapat dilakukan dengan model simbolis dari keseluruhan film

8. Bimbingan kelompok ada dua model, karena pesertanya bebas menirukan perilaku ketua kelompok atau peserta lainnya.
9. Beberapa teknik dasar dapat digunakan dalam prosedur pemodelan mengubah perilaku.

d. Langkah-Langkah dalam teknik *Modelling*

Menurut Gantina Komalasari et al (2011) terdapat langkah-langkah dalam teknik modelling:

1. Menentukan bentuk penokohan (model kehidupan, model simbolik, beberapa model)
2. Dalam model live, pilih model teman mentoring atau teman sebaya yang memiliki kesamaan seperti umur, status ekonomi dan penampilan fisik ini sangat penting untuk anak-anak.
3. Menggunakan lebih dari satu model jika memungkinkan.
4. Kompleksitas perilaku yang akan dimodelkan harus sama dengan tingkat perilaku yang akan dikendalikan.
5. Menggambarkan pemodelan dengan aturan, intruksi, dan penguatan.
6. Saat subjek memperhatikan penampilan tokoh, berikan penguatan yang natural.
7. Jika memungkinkan, buat rencana pelatihan untuk konseli menirukan model secara dekat sehingga mengarahkan konseli ke penguatan alami. Jika tidak, buatlah rencana hadiah penguatan untuk setiap perilaku yang sesuai.

8. Jika perilakunya konfleks fase pemodelan diterapkan mulai dari yang termudah sampai yang tersulit.
9. Skenario *modelling* dimana karakter berperilaku dengan cara yang sama menanamkan rasa takut pada konselor (dengan sikap manis, perhatian, bahasa yang lembut dan perilaku yang menyenangkan).

3. Perilaku *Toxic relationship*

a. Perilaku *Toxic Reelationship*

Perilaku *toxic relationship* adalah hubungan yang didalamnya adalah perilaku “berbahaya” yang telah disalahgunakan, cara-cara berperilaku bisa memperlambat kesejahteraan fisik dan mental seseorang (Reaty Wulandari, 2021).

Toxic relationship merupakan suatu hubungan pertemanan atau relasi yang dapat menyebabkan seseorang merasakan tekanan demi tekanan batin sehingga dapat menyebabkan individu tersebut merasakan luapan emosi yang tidak dapat dikontrol dan juga mengalami kesulitan dalam menjalani kehidupan yang produktif dan juga sehat. Hubungan pertemanan yang meliputi kekerasan fisik, kekerasan emosional dan juga kekerasan seksual (Julianto at al, 2020)

Menurut Rinaldy Raka Wicaksana & Nova Kristiana (2021), *Toxic Relationship* adalah suatu hubungan yang mengakibatkan salah satu pihak merasakan tindakan negatif, tidak disuport, direndahkan atau diserang. Bentuk-bentuk tindakan negatif yang bisa mempengaruhi kesehatan mental seseorang ini bisa berbentuk serangan terhadap fisik, psikis atau emosionalnya. *Toxic Relationship* juga dapat diartikan sebagai gangguan emosional yang diakibatkan oleh ketidaknyamanan diri sendiri terhadap lingkungan. Dalam hal ini mengacu kepada beberapa masalah diantaranya, masalah

pribadi, masalah keluarga, ekonomi, sosial, percintaan, gejalak batin Meskipun sebuah hubungan pastinya mengala bmi pasang surut, akan tetapi *toxic relationship* secara terus menerus menguras tenaga bagi orang yang menjalaninya sehingga akan mengakibatkan keburukan pada kesehatan mentalnya (Mahardini, 2020)

Sementara menurut Indah Amelia (2021) *toxic relationship* adalah sebuah hubungan yang dapat merugikan sebelah pihak saja, baik itu dalam hubungan persahabatan, percintaan, ataupun hubungan dengan keluarga. *Toxic relationship* bisa saja menghalangi seseorang untuk hidup secara mandiri karena akan berdampak buruk terhadap kesehatan, fisik, emosional, dan material.

Toxic relationship adalah jalinan pertemanan yang tidak menguntungkan salah satu pihak, tidak sehat, yang memunculkan emosi negatif dari dalam, yang mencoba mengendalikan teman-temannya sedemikian rupa sehingga pasangannya merasa tertekan. Emosi tidak bahagia yang membuat orang yang mengalami *toxic relationship* merasa bermasalah dan tidak mampu menjalani kehidupan yang produktif. Beberapa hal yang dapat memicu terjadinya *toxic relationship* adalah hubungan pertemanan yang merugikan kurangnya kepercayaan pada teman, teman yang emosional dan agresif, manipulasi diri, berbohong kepada pasangan dan kekerasan yang memaksa teman untuk selalu bersama mereka. (Intervensi and Jisp, 2021).

Dari pemaparan teori diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa *toxic relationship* merupakan sebuah hubungan yang tidak sehat yang tidak lagi menyatukan sebuah hubungan yang menyebabkan timbulnya

rasa ketidak nyamanan dan memunculkan adanya dampak negatif yang tidak dapat mengontrol setiap tindakan. *Toxic relationship* memberikan dampak negatif bagi kesehatan seseorang yang mengalaminya, karena adanya tekanan dan rasa tidak bahagia dalam menjalani kehidupan yang sehat, produktif dan bahagia. Perilaku toxic relationship ini adalah sebuah perilaku yang negative yang didalamnya merupakan perilaku berbahaya. Dengan adanya pencegahan setidaknya memberikan dampak baik terhadap perilaku *toxic relationship*

b. Ciri-ciri Prilaku *Toxic Relationship*

Selain memahami apa itu *toxic relationship* kita juga perlu mempelajari beberapa ciri dari perilaku *Toxic relationship* disebabkan hubungan beracun ini berada dalam lingkungan sehari-hari tanpa kita sadari. Lalu apa ciri-ciri perilaku Toxic Relationship?. Riani, (2021) menyebutkan ada beberapa pola perilaku *toxic relationship* yang dikelompokkan Thomas L. Cory menjadi delapan jenis, yaitu sebagai berikut:

1. *Depredator-belinttler* (meremehkan), pelaku ingin mengontrol, pemaarah, gampang kehilangan kesabaran dan hobin menyalahkan.
2. *The guilt-inducer* (menciptakan rasa bersalah), pelaku gemar mengintimidasi dan mendoktrin agar seseorang merasa bersalah setiap kali melakukan setiap kali melakukan hal yang tidak disukainya.

3. *The overreactor/deflector* (reaktif), pelaku bersikap berlebihan dan membuat seseorang harus menjaga perasaannya demi mempertahankan hubungan.
4. *The over-dependen partner* (bergantung penuh), pelaku sangat pasif dan bergantung pada seseorang dalam membuat keputusan. Hal ini membuat seseorang harus bertanggung jawab atas hasil keputusan tersebut.
5. *The independent toxic controller* (pengaturan), pelaku mengatur hubungan namun tidak menepati komitmen. ia akan melarang seseorang untuk membuat rencana sendiri.
6. *The user* (pengambilan keputusan), pelaku harus mendapatkan apa yang dia inginkan dan harus menggantungkannya.
7. *The possessive toxic controller* (paranoid), pelaku akan cemburu berlebihan, curiga dan mengontrol bahkan berusaha memutus hubungan seseorang dengan lingkaran pertemanan bahkan keluarganya.

c. Aspek-aspek Perilaku *Toxic Relationship*

Menurut Riani (2021), bahwa terdapat aspek-aspek *Toxic Relationship* diantaranya sebagai berikut:

a. Perilaku posesif

Perilaku posesif ini berupaya untuk selalu mengetahui secara rinci semua tindakan yang dilakukan pasangan, bukan itu tindakan posesif lebih mengarah kepada upaya pengaturan aktivitas pasangan yang

mengakibatkan salah satu pasangan merasa tidak memiliki kebebasan untuk melakukan aktivitas yang diinginkan.

b. Tindakan kekerasan

Tindakan kekerasan ini bisaberupa kekerasan verbal atau non-verbal, tindakan initalak diperbolehkan dalam sebuah hubungan. Kekerasan verbal lebih buruk dari kekerasan fisik. Efek dari pelecehan verbal yang tidak terlihat, tetapi mampu memberi efek psikologis adalah efek samping yang sangat luar biasa seperti harga diri yang rusak dan pengalaman traumatis yang mempengaruhi masa depan seseorang (Wiwit Puspitasari Dewi, 2020)

c. Dominasi satu pihak

Dominasi tidak hanya dalam bentuk fisik, tetapi dalam komunikasi, juga pengalaman yang disebut komunikasi satu arah. Harus ada hubungan keseluruhan ditandai dengan persamaan dimana kedua belah pihak saling me

ngormati. Namun ketika salah satu pihak mendominasi hubungan sendiri, maka hubungan tersebut biasanya merupakan hubungan yang tidak sehat.

d. Tidak memberikan kesempatan untuk berkembang

Saat menjalankan suatu hubungan, seharusnya ada rasa saling mensupport dan peluang untuk mengembangkan diri kearah yang lebih

positif. Memberi ruang untuk pengembangan kekuatan diri sangat penting untuk kesinambungan kontak, jika tidak ada yang memberi kesempatan berkembang, maka hubungannya sudah ada menyebabkan perilaku *toxic relationship*, (Riani, 2021)

d. Faktor *toxic relationship*

Menurut Riani, (2021: 20-22) Ada beberapa faktor yang dapat menjadi penyebab seseorang menjadi *toxic* dalam menjalin sebuah hubungan diantaranya adalah:

1. Latar belakang

Faktor latar belakang seorang individu yang menjadikan dirinya *toxic* dan itu akan terbawa dalam menjalin sebuah hubungan sering kali disebabkan oleh keadaan keluarga, masa lalunya yang dibesarkan dalam lingkungan yang kurang mendapat perhatian dan kasih sayang. Hal seperti ini dapat mengakibatkan individu mencari apa yang dia belum dapatkan dengan memaksa pasangannya untuk memberikan perhatian dan kasih sayang secara penuh yang justru membuat hubungan menjadi tidak sehat.

2. Pengalaman yang buruk

Dilihar darisisi lain latar belakang individu, pengalaman bentuk menjadi penyebab individu untuk berperilaku *toxic* memberikan efek trauma yang tidak bisa hilang dalam pikirannya yang menyebabkan emosional individu terguncang. Misalkan pengalaman mendapatkan kekerasan *bullying*.

3. Memiliki gangguan mental

Kesehatan mental setiap individu tentunya berbeda, maka dari itu kesehatan mental menjadi salah satu faktor yang memicu seseorang menjadi *toxic* dalam suatu hubungan, misalnya memiliki gangguan kecemasan yang menyebabkan individu tersebut bertindak secara berlebihan terhadap pasangannya akibat dari rasa cemas yang tidak terkontrol.

Dari pemaparan teori diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa, timbulnya faktor *toxic relationship* ini adalah karena keadaan keluarga, efek trauma dimasa lalunya, dan juga kemasn yang berlebihan.

e. Dampak *Toxic Relationship*

Dampak *Toxic Relationship* meliputi aspek fisik, aspek psikis, aspek kenonomu/finansial dan aspek sosial.

1. Dampak fisik

Dampak fisik yang dialami seseorang dimulai dari luka ringan sampai luka berat. Bahkan hubungan yang beracunpun bisa menyebabkan seseorang meninggal. *Toxic relationship* yang dialami seseorang untuk dirinya sendiri melakukan tindakan menyakiti diri sendiri atau kekerasan secara langsung terhadap pasangan dalam bentuk kekerasan fisik (Skarlina & Margaretha, 2020)

2. Dampak psikis

Toxic relationship bisa berdampak pada psikis seseorang yaitu distorsi kognitif, sulit konsentrasi, kecemasan tinggi, depresi, kurang motivasi tindakan. Misalnya, apabila seseorang memiliki kecemasan yang berlebihan kepada pasangannya, kemudian dia menyakiti dirinya sendiri dan meminta maaf atas sesuatu yang tidak dia lakukan berbagai cara untuk memaafkan pasangannya. Contoh lain apabila seseorang mempercayai yang tidak masuk akal pasangannya berubah karena kesalahan yang ia perbuat, sehingga dia tetap mempertahankan hubungan tersebut meskipun dia memiliki banyak penderitaan dan hal yang menyakitkan dibandingkan dengan mendapatkan kebahagiaan. Karena tidak ada yang tahu apakah pasangan bisa berubah atau tidak (Khairani, 2020)

3. Dampak ekonomi/finansial

Toxic relationship mempengaruhi pengeluaran untuk hal-hal yang tidak dibutuhkan, yang tidak penting. Karena tidak ada kuasa untuk mengontrol peran dalam hubungan kumpul kebo, maka kemauan pasangan diikuti, termasuk penghilangan materi (Otnie *et al.*, 2021).

4. Dampak sosial

Dampak dari *toxic relationship* juga berdampak pada kehidupan sosial seseorang adanya perilaku posesif dalam suatu hubungan menciptakan batasan pada pergaulan yang lebih luas. Toxic

relationship juga juga dapat menciptakan depensi atau ketergantungan padaseseorang. Akibatnya seseorang menjadi terbatas pergerakannya dan menghambat kesempatannya untuk berkembang (Huda, 2021).

f. Klasifikasi tingkatan perilaku toxic relationship

Berikut adalah klasifikasi tingkatan perilaku dalam hubungan toxic relationship

1. Tingkat ringan

- (perilaku kontrol kecil) Ada tanda-tanda atau kontrol atau kecemburuan yang sesekali muncul, tetapi tidak terlalu dominan dalam hubungan.

2. Tingkat sedang

- a. (Perilaku kontrol yang lebih jelas) kontrol manipulasi semakin sering muncul dalam hubungan.
- b. (Konflik lebih frekuensi) konflik dalam hubungan menjadi lebih sering dan intens.
- c. (Isolasi sosial mulai terjadi) salah satu mencoba untuk memisahkan pasangan dari teman dan keluarga mereka.

3. Tingkat berat

- a. (Perilaku kontrol dan manipulasi yang mendalam) kontrol dan manipulasi menjadi sangat dominan dalam hubungan.
- b. Kekerasan fisik atau verbal yang teratur) terjadi kekerasan fisik atau verbal yang terus-menerus.

- c. Isolasi sosial yang ekstrim) pasangan terisolasi sepenuhnya dari lingkaran sosial mereka.
- d. (Tingkat penghinaan tinggi) pasangan mungkin menghina atau merendahkan satu sama lain secara sistematis

Berdasarkan hasil klasifikasi data perilaku toxic relationship diatas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa tingkat rentang klasifikasi pada perilaku toxic relationship ini adalah tingkat tinggi yang dimana berkata kasar, saling membully, saling menjatuhkan dan bahkan juga saling menggosipkan dengan teman sebayanya tergolong dalam tingkatan tinggi.

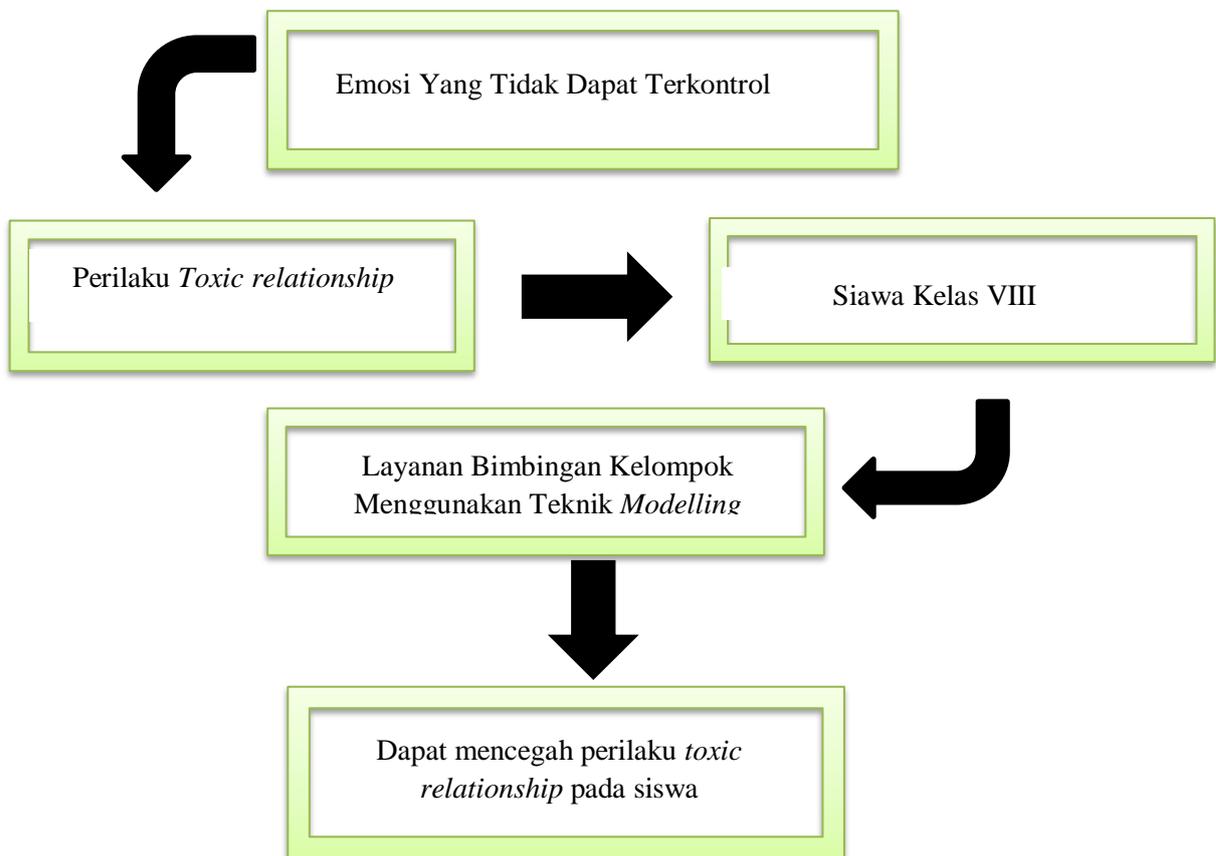
B. Penelitian yang relevan

1. Yuyun Lestari 2022, judul penelitian pengaruh layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *Modelling* dalam meningkatkan minat belajar pada peserta didik di SMP Negeri 1 Belitung Madang Raya Ogan Komering Ulu Timur Sumatera Selatan tahun pelajaran 2022/2023. Menyimpulkan bahwa bahwa layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *modelling* berpengaruh meningkatkan minat belajar peserta didik di SMP Negeri 1 Belitung madang Raya.
2. Nelly Afriani 2021, Toxic relationship sebagai pemicu terjadinya kekerasan terhadap perempuan menyimpulkan bahwa faktor penyebab terjadinya toxic relationship yakni berasal dari faktor internal (berasal dalam diri) dan eksternal (faktor yang berasal dari luar), faktor internal contohnya, terlalu penurut (*overdevendent*), terlalu posesif, mem

ilikitempramen yang buruk (*bad temper*) sedangkan faktor internal yakni, pengaruh dari lingkungan, serta tidak mampu melakukan komunikasi dengan baik.

C. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir dalam penelitian ini terkait dengan Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Modelling* Terhadap Perilaku *Toxic Relationship* siswa kelas VIII di MTS 2 Lenek Lauk sebagai berikut:



Gambar 2.2 Kerangka Fikir

Berdasarkan kerangka berfikir diatas, bahwa dampak dari emosi yang tidak dapat terkontrol dapat mengakibatkan perilaku *toxic relationship* dikelas VIII MTS 2 Lenek Lauk dan peneliti menggunakan layanan bimbingan

kelompok dengan teknik *modelling* merupakan layanan yang akan diberikan kepada siswa kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk untuk mencegah perilaku *toxic relationship*. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dengan adanya pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Modelling* terhadap perilaku *Toxic relationship*, maka diharapkan siswa kelas VIII di MTS 2 Lenek Lauk dapat mencegah perilaku *Toxic relationship*. Jadi kerangka berfikir diatas yang penulis maksud adalah “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Modelling* Terhadap Prilaku *Toxic relationship* siswa kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk”.

D. Hipotesis penelitian

Berdasarkan kerangka berfikir yang telah dikemukakan bahwa dapat dirumuskan hipotesis penelitian yaitu “layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* maka dapat mencegah perilaku *toxic relationship* pada siswa kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk tahun Tahun Pelajaran 2022/2023”.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

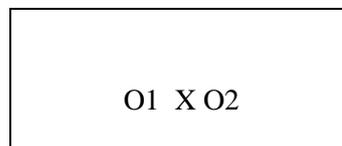
Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif, penelitian kuantitatif merupakan suatu jenis penelitian yang bertujuan untuk menarik kesimpulan dengan menggunakan data berupa angka-angka sebagai alat untuk menganalisis kesimpulan yang ditarik (Nursalam, 2020)

Menurut sugiyono, (2019:23) metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menggambarkan data menguji dan hipotesis yang telah ditentukan. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen, yang mana dalam penelitian ini menurut Sugiyono, (2019:127) penelitian eksperimen merupakan metode yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (*treatment*/perlakuan) terhadap variabel *dependen* (hasil) dalam kondisi yang terkendalikan

Tujuan dari pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini adalah untuk mendapatkan hasil penelitian yang dinyatakan dalam bentuk angka didalamnya dijelaskan menggunakan rumus-rumus statistik. Jadi metode penelitian eksperimen merupakan suatu penelitian kuantitatif untuk mencari hubungan sebab dan akibat terhadap variabel terikat. Pada penelitian eksperimen penelitian mengamati perubahan yang terjadi terhadap variabel terikat.

B. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian *Quasi eksperimental* dengan rancangan *One Group Pre-test and post-test design*, yaitu untuk mencegah perilaku *toxic relationship* dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *Modelling*. Desain penelitian ini menggunakan 1 kelompok yang diberikan perlakuan. Rencana yang akan digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*.



Sumber: (sugiyono, 2019:131).

Keterangan:

O₁ : Nilai pretest (sebelum diberikan perlakuan mengurangi perilaku *Toxic Relationship*).

X : Treatment (perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*)

O₂ : Nilai post-test (setelah diberikan perlakuan mengurangi perilaku *Toxic Relationship*)

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti melaksanakan penelitian ini pada tahun pelajaran 2023/2024 penelitian ini dilakukan MTS 2 Lenek Lauk, penelitian ini dilakukan pada bulan juli 2023.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2014:117) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Berdasarkan pendapat diatas maka dapat ditarik kesimpulannya bahwa populasi adalah obyek/subyek yang berada pada suatu wilayah atau lokasi tempat peneliti yang memenuhi ketentuan-ketentuan tertentu terkait dengan masalah penelitian. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII di MTS 2 Lenek Lauk.

Tabel 3.1 populasi kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk

Karakteristik populasi	Kelas	
	VIII A	VIII B
Laki-laki	10	12
Perempuan	14	13
Jumlah total	24	25
Total populasi	49	

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2016) Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan tehnik sampel yang digunakan adalah *random sampling*. Random sampling adalah pengambilan anggota sampel dan

populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Adapun sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 6 orang siswa kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk.

E. Variable Penelitian

Variabel penelitian ini dibagi menjadi 2 yaitu variabel independen (variabel bebas) dan variabel dependen (variabel terikat)

1. Variabel *independen* (bebas)

Variabel *independen* (bebas) adalah variabel yang mempengaruhi atau menentukan variabel lainnya. Aktivitas stimulus yang dimanipulasi oleh peneliti memiliki efek pada variabel *dependen*, biasanya variabel bebas dimanipulasi, diamati dan diukur untuk mengetahui hubungan atau pengaruhnya terhadap variabel lain (Nursalam, 2020) variabel bebas dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*.

2. Variabel *dependen* (terikat)

Variabel *dependen* merupakan variabel yang nilainya ditentukan oleh variabel lain, variabel respon muncul sebagai hasil dari manipulasi variabel lain menentukan apakah variabel *independen* memiliki hubungan atau efek (Nursalam, 2020). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah perilaku *toxic relationship*, *toxic relationship* atau hubungan beracun merupakan sebuah hubungan yang tidak sehat yang membuat seseorang merasa disalahpahami, tidak didukung, atau dihina. Hubungan ini tidak hanya dapat terjalin pada kekasih, tetapi juga dalam pertemanan dan bahkan dilingkungan keluarga.

F. Teknik dan instrument pengumpulan data

1. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode angket dan wawancara untuk mengidentifikasi karakteristik demograf, responden, (usia, tingkatan). Dalam melakukan penelitian, penelitian ini menggunakan padoman wawancara yang disusun dengan tujuan mempermudah saat melakukan penelitian.

Survey/kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner tertutup, menurut sugiyonon (2019:234), kuesioner bersifat tertutup pertanyaan yang mengharapkan jawaban singkat atau meminta responden untuk memilih satu alternative jawaban dari setiap pertanyaan yang tersedia. Berikut merupakan langkah-langkah atau teknik pengumpulan data untuk penelitian ini dijelaskan sebagai berikut:

- a. Peneliti menentukan dimana data akan dikumpulkan.
- b. Peneliti mengajukan permohonan izin penelitian dari fakultas.
- c. Peneliti menyiapkan/mempersiapkan survey atau kuesioner sesuaidengan kuesionerjumlah siswa yang belajar.
- d. Peneliti secara sistematis menebarkan kuisisioner atau kuisisioner kepada respondensecara langsung
- e. Para peneliti mengumpulkan hasil survey
- f. Peneliti menganalisis hasilpenelitan tersebut.

Metode obsevasi atau teknik pengumpulan data melalui observasi digunakan ketika penelitian menyangkut perilaku manusia, proses kerja,

fenomena alam dan ketika pengamatan tidak terlalu luas (Sugiyono, 2019). Dan pembuatan angket, angket adalah suatu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi sebuah pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden.

2. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data merupakan metode yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data tentang “pengaruh layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *modelling* terhadap perilaku *toxic relationship* pada siswa kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk Tahun Pelajaran 2022/2-2023.

Suharismi Aritiko, (2013) mengemukakan kusioner atau angket merupakan serangkaian pertanyaan tertulis yang digunakan untuk menemukan informasi dari responden. Instrument yang digunakan pada penelitian ini yaitu angket tertutup karena responden harus memilih salah satu jawaban yang diberikan peneliti. Yakni teknik pengumpulan data responden harus memilih salah satu pilihan jawaban atau tempat yang sesuai menurut survey langsung pada skala likert. Sugiyon, (2019:194) berpendapat bahwa skala likers menggunakan 4 skala yakni sangat setuju (SS), setuju (S), kurang setuju (KS), tidak setuju (TS)

- a. Titik tolak persiapan instrumen adalah bahwa variabel-variabel ini diberi definisi operasional dan kemungkinan ditemukan indikator terukur. Berdasarkan indikator tersebut, poin-poin pertanyaan

dijelaskan untuk memudahkan instrument (Sugiyono, 2019). Untuk mempermudah instrument dibutuhkan kisi-kisi instrument.

Tabel 3.3 Kisi-Kisi Angket Perilaku Toxic Relationship

Variabel	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			(+)	(-)	
Perilaku =toxic relationship	perilaku posesif	1. Mengatur aktivitas teman 2. Cemburu kepada teman	1,3	2,4,5	5
	Tindakan kekerasan	1. Kekerasan verbal 2. Kekerasan non verbal	6,9,11,13	7,8,10,12	8
	Dominasi satu pihak	1. Tidak menghormati pendapat orang lain 2. Mengambil keputusan sebelah pihak	15,17	14,16	4
	Tidak diberikan untuk berkembang	Saling mensupport untuk mengembangkan diri kearah yang lebih positif	19,20	18,21	4
Jumlah soal			10	11	21

Keterangan:

Indikator = patokan bunyi soal

No item = nomer soal

Jumlah = jumlah butiran soal dari masing-masing indikator

Jumlah item = jumlah semua soal Keseluruhan

b. Penyusunan butiran angket

Jumlah keseluruhan item berdasarkan kisi-kisi angket tidak kurang dari 20 pertanyaan pada skala likert. Jika ditawarkan 4 alternatif jawaban untuk dipilih sesuai dengan kondisi yang alami siswa yaitu: sangat setuju, setuju, kurang setuju, sangat tidak setuju (Sugioyono, 2019:168).

Tabel 3.4 skor alternative jawaban angket

Alternatif jawaban	Skor untuk pernyataan
Sangat setuju (SS)	4
Setuju (S)	3
Kurang setuju (KS)	2
Tidak setuju (S)	1

G. Validitas Dan Reabilitas instrument

Menurut Sugiyono (2014) pengumpulan data dilakukan menggunakan instrument yang valid dan riabel, maka diharapkan hasil penelitian akan menjadi akurat dan dapat dipercaya. Instrument yang valid realibel merupakan syarat mutlak dalam mendapatkan hasil penelitian yang kreadibel, namun perlu dicatat bahwa penggunaan instrument yang telah teruji validitas dan reabilitasnya tidak menjamin secara otomatis bahwa hasil data akan selalu valid dan realibel.

1. Uji validitas

Menurut Sugiyono (2016) pengujian validitas tiap butir digunakan, analisis item adalah mengkorelaksasikan skor tiap butir dengan skor total yang merupakan jumlah tiap skor butir.

2. Uji Reabilitas

Instrument yang telah diuji validitasnya kemungkinan diuji reabilitasnya, Reabilitas menunjukkan pemahaman bahwa suatu instrument dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrument tersebut sudah baik.

H. Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah didata dari seluruh responden atau sumber data lainnya (Sugiyono, 2019: 241). Dalam penelitian ini menggunakan uji *t-test* yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling untuk mencegah perilaku *toxic relationship* siswa di MTS 2 Lenek Lauk. Dengan rumusan sebagai berikut:

Maka digunakan analisis statistic dengan rumus sebagai berikut (Lalu Hulfian, 2014: 71).

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{N \cdot \sum D^2 - (\sum D)^2}{(N-1)}}$$

Keterangan:

D = perbedaan setiap pasangan skor (*post test-pre test*)

N = jumlah sampel yang digunakan

Adapun langkah-langkah menganalisis data adalah sebagai berikut:

1. Merumuskan hipotesis
2. Menyusun tabel kerja (tabel persiapan)
3. Mendistribusikan data ke dalam rumus
4. Menguji nilai t

5. Menarik kesimpulan

$$\text{Peningkatannya} = \frac{Md}{Mpre} \times 10$$

DAFTAR PUSTAKA

- Álvarez, *et al.* (2020) 'Toxic friends in your network: Breaking the Bluetooth mesh friendship concept, *Proceedings of the ACM Conference on Computer and Communications Security*,
- Baiq Mahyatun *et al.* (2023) keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik asertif untuk mencegah kecanduan game online pada siswa
- Barometernews, (2021), <https://barometernews.id/a-toxic-relationship-islamic-perspective> Abd Misno, *A Toxic Relationship: Islamic Perspective*, Bogor:
- Bastian Kordyaka, *et al.* Towards a Unified Theory of Toxic behavior in video gamers, *internet research*, 30
- Crow and Crow. (2021). *Layanan Bimbingan Dan Konseling kelompok*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dewa Ketut Sukardi (2010), *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Disekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Do Carmo, (2021). Promosi kesehatan Jiwa Online *Toxic Relationship* pada remaja, *Promosi kesehatan*. 11
- Endang Ragil *et al.* (2021), keefektifan teknik modelling berbasis sinema edukasi untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa SMP
- Erfordt, (2015). Bimbingan Kelompok teknik modelling untuk mengurangi perilaku *bullying* siswa. *Ristekdik (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*. 25
- Huda, (2021) proses komunikasi interpersonal untuk meningkatkan self worth setelah mengalami toxic relationship pada perempuan dewasa
- Indah Amelia, (2021) Toxic di media sosial dalam pandangan al-qur'an (studi terhadap surah an-nisa : 148 dan surah al-mumtahanah:02
- Indah Amelia, (2021). Toxic Di media sosial dalam pandangan al-qur'an. *Studi Terhadap Surah An-Nisa' :148 Dan Surah Al-Mumtahanah: 02*. 15
- Intervensi & Jisp, 2021), dampak *bullying* terhadap perilaku remaja masa kini, *jurnal intervensi sosial dan pembangunan (JISP)*
- Julianto, (2020). *Hubungan Toxic Relationship Terhadap Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja Di Pondok Pesantren Mathlabul Ulum Desa Jambu Kecamatan Lenteng Kabupaten Sumenep*. 14

- Ketut sukardi, (2007). Pengantar pelaksanaan program bimbingan dan konseli. Semarang: UNNES PRES
- Khairani, H.D. (2020) ‘Hubungan Antara Self Esteem Dengan Kekerasan Dalam Pacaran Pada Remaja SMA Satria Dharma Perbaungan’, *Fakultas Psikologi* (Preprint)
- Mahardini,(2020) kenali apa itu toxic relationship, tanda hubungan tidak sehat.
- Nelly Afriani, (2021) *Toxic Relationship Sebagai Pemicu Terjadinya Kekerasan Terhadap Perempuan*.
- Nihaya et al. Pentingnya Edukasi Dampak *Toxic Relationship* pada Mahasiswa, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*. 2163
- Nursalam, (2020) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Pendekatan Praktis*.
- Otnie, B.M. *et al.* (2021) ‘Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Kinerja Pegawai Pada’, 10, pp. 167–172.
- Papalia & Olds, (2021). layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resilensi diri siswa korban *bullying*. *Pusat kajian penelitian dan pengembangan bimbingan dan konseling*, 136
- Paraptiningsih & putra, (2021) Toxic Relationship Dalam Komunikasi Interpersonal Dikalangan Remaja. *Communication*12. 132-142
- Paraptiningsih, (2022). Promosi kesehatan jiwa online *Toxic Relationship* pada remaja, *Promosi kesehatan*. 11
- Prayitno, (1995), *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok Dan Profil*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno, (2000). *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Prayitno, (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putri, (2022) Edukasi membangun kesadaran anti-bulliyng disekolah pada siswa SMP Muhammadiyah 2 kalasan
- Putri, (2022), *Pengaruh layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik modelling untuk meningkatkan pemahaman perilaku seks pranikah siswa kelas IX NKPI (Nautika Kapal Penangkap Ikan) 1 SMK Negri 4 Kota Bengkulu*. 4
- Racionero-Plaza, (2020). Promosi kesehatan Jiwa Onlime *Toxic Relationship* pada remaja, *Promosi kesehatan*. 11

- Recionero-plaza, (2020), promosi kesehatan jiwa online *toxic relationship* pada remaja. Promosi kesehatan jiwa online *toxic relationship* pada remaja. *Promosi kesehatan*.
- Riani, (2021). *Stop Toxic Relationship*. Gowa: Pustaka Taman Ilmu.
- Rinaldy Raka Wicaksana & Nova Kristiana, (2021) kampanye sosial stop toxic sebagai
- Romlah Tatiek, (2021) *Teori dan praktik Bimbingan Kelompok*. Jakarta: Penerbit UM
- Sekarlina & Margharetha, (2020) jurnal psikologi klinis dan kesehatan mental
- Sugiyono, (2016), Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D, Bandung: Alfabeta,
- Sugiyono, (2011). Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling. *Jurnal Penelitian Tindakan Kelas*. 47
- Sugiyono, (2014), Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, (2019), Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono,(2012). *Metode Penelitian Dengan Subjek Tunggal, kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suharsimi Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suhesti, (2012), Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling Simbolik Terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas !X SMA 1 Bae Kudus. *MEDIkons: Jurnal Bimbingan Kelompok*
- Susanti Niman, (2022). Promosi kesehatan Jiwa Onlime *Toxic Relationship* pada remaja, *Promosi kesehatan*. 11
- Syafira et al. (2022), Pentingnya Edukasi Dampak *Toxic Relationship* pada Mahasiswa, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*. 2163
- Tohirin, (2013) layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk meningkatkan resiliensi diri siswa korban *bullying*. *Pusat kajian penelitian dan pengembangan bimbingan dan konseling*, 138

Wahidar & Shafira Zrdhana Reswari, (2021), Pentingnya Edukasi Dampak *Toxic Relationship* pada Mahasiswa, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*. 2163

Wibowo (2005).*Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling disekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.

Wiwit Puspitasari Dewi, (2020) intervensi kelompok pada remaja korban kekerasan dalam hubungan pacaran yang mengalami reaksi stress pascatrauma

Yuyun Lestari, (2022), *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Modelling Dalam Meningkatkan Minat Belajar Pada Peserta Didik Di SMP Negeri 1 Belitung Madang Raya Ulu Timur Sumatera Selatan*.