

## EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* TERHADAP PERILAKU *SIBLING RIVALRY* SISWA SD NEGERI 3 SILIRAGUNG

Okny Faresa Ayu Kariyany<sup>1a</sup>, Heribertus Wicaksono<sup>2b</sup>, Raup Padillah<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Banyuwangi

[faresaoky01@gmail.com](mailto:faresaoky01@gmail.com)

(\* Corresponding Auth

[faresaoky01@gmail.com](mailto:faresaoky01@gmail.com)

### ARTICLE HISTORY

**Received** : 23-2-2022

**Revised** : 18-3-2022

**Accepted** : 17-8-2022

### KEYWORDS

*Konseling Kelompok, CBT, Sibling Rivalry, Sekolah Dasar.*

### ABSTRACT

The purpose of this research is to measure the effectiveness of using group counseling approach to Cognitive Behavior Therapy to reduce Sibling Rivalry behavior of students at SDN 3 Siliragung. The method in this research is descriptive using a quantitative approach. The variables in this study were group counseling with Cognitive Behavior Therapy and Sibling Rivalry approaches. Respondents in this study were 10 students who indicated experiencing Sibling Rivalry symptoms from the observations that had been made. Methods of data collection using the results of observations, questionnaires and interviews. The data processing technique uses the SPSS application. Based on the results of data analysis of research conducted at the State Elementary School 3 Siliragung on students "Group Counseling with the CBT (Cognitive Behavior Therapy) approach is effective for overcoming sibling rivalry in students of SD Negeri 3 Siliragung" with the results of data calculations ( $22.24 > 2.074$ ) therefore because  $H_0$  is rejected,  $H_a$  is accepted. The results of this study can be a recommendation for counselors when dealing with clients with sibling rivalry problems that are often experienced by elementary school children who are categorized as early childhood, to reduce the potential for sibling rivalry to occur by providing group counseling guidance services with a CBT (Cognitive Behavioral) approach. therapy).

*This is an open access article under the CC-BY-SA license.*



### INTRODUCTION

Perilaku menyimpang menurut Bintari dkk (2014), merupakan sebuah masalah individu yang dilakukan secara berulang-ulangnya suatu perilaku tertentu yang melanggar norma-norma yang ada di masyarakat sehingga perilaku tersebut mengganggu fungsi kehidupan, sehingga perilaku menyimpang ini merupakan perilaku bermasalah. Perilaku bermasalah sebagai suatu bentuk perilaku yang mengganggu kehidupan seseorang, sehingga terjadinya kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungannya. Contoh perilaku menyimpang menurut Turniati dan Nusantoro (2015) adalah bertengkar, mengejek, menggertak, dan mengganggu. Jika perilaku-perilaku tersebut dibiarkan, akan membuat anak tidak diterima dilingkungan luar rumah, salah satunya dilingkungan sekolah.

Perilaku menyimpang sendiri disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal dari dalam diri siswa itu sendiri, dimana dalam diri siswa tersebut menyangkut tentang emosional, frustrasi, kekecewaan, tuntutan sosial atau tekanan sosial, dan karakteristik siswa itu sendiri.

Sedangkan faktor eksternal adalah faktor dari luar diri siswa yang menyangkut dalam lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat sekitar serta dengan pergaulannya dengan teman-teman sebaya atau teman-teman sekolah (Telaumbauna, 2020).

Anak cenderung bersikap lebih nakal karena merasa cemburu dan tersaingi atas kehadiran adiknya, terlebih lagi ketika ia melihat ibunya sedang bersama adiknya (Armini, dkk. 2017). Persaingan antara saudara kandung (*sibling rivalry*) biasanya muncul ketika selisih saudara kandung terlalu dekat, karena kehadiran adik dianggap terlalu banyak menyita waktu dan perhatian orangtua. Menurut Agustin (2013) jarak usia yang memicu munculnya *sibling rivalry* adalah jarak usia antara satu sampai tiga tahun dan muncul pada usia tiga sampai lima tahun kemudian muncul kembali pada usia delapan sampai dua belas tahun, dan pada umumnya, *sibling rivalry* lebih sering terjadi pada anak yang berjenis kelamin sama dan khususnya perempuan, namun persaingan antar saudara cenderung memuncak ketika anak bungsu berusia tiga atau empat tahun.

Perilaku *sibling rivalry* dialami pada anak berusia delapan sampai dua belas tahun, pada usia delapan sampai dua belas tahun merupakan usia anak sekolah dasar. Menurut Suyahman (2019) usia sekolah dasar merupakan masa kanak-kanak akhir dari usia enam tahun hingga kira-kira usia sebelas tahun atau dua belas tahun. Karakteristik siswa Sekolah Dasar adalah mereka menonjolkan perbedaan masing-masing anak dalam banyak segi dan bidang, diantaranya, perbedaan kecerdasan, kemampuan dalam berpikir, dan perkembangan fisik. Pada karakteristik kemampuan dalam berpikir pada siswa Sekolah Dasar masih belum bisa mengontrol emosi dengan baik, belum bisa membedakan benar atau salah dengan baik, karena pada usia tersebut tergolong usia kanak-kanak. Dengan karakteristik tersebut potensi terjadinya *sibling rivalry* sangat tinggi.

Salah satu Sekolah Dasar yang ada di Banyuwangi merupakan Sekolah Dasar Negeri 3 Siliragung. Sekolah Dasar Negeri 3 Siliragung beralamatkan di Jalan Pecemengan, Dusun Krajan, Desa Siliragung, Kecamatan Siliragung, Kabupaten Banyuwangi dengan total jumlah 120 siswa dengan mayoritas orang dari kalangan menengah kebawah.

Masalah yang sering muncul pada sekolah tersebut berdasarkan hasil observasi dari salah satu guru adalah mengejek, bicara tidak sopan (celometan), bertengkar, bandel susah diatur, suka cari perhatian, suka mencoret meja dan kursi, iri dan cemburu dengan teman. Salah satu masalah yang menjadi perhatian pihak sekolah adalah masalah iri dan cemburu. Karena dari beberapa kasus akibat yang ditimbulkan dari pada masalah iri/cemburu adalah pelaku sengaja mengejek bahkan merusak. Berdasarkan permasalahan tersebut jika dibiarkan terus berlarut maka siswa-siswa yang mengalami *sibling rivalry* akan berpotensi merugikan orang lain, diri sendiri, prestasi belajar menurun, menjadi kebiasaan buruk yang berkelanjutan.

Upaya yang sudah dilakukan pihak sekolah dalam menangani masalah tersebut antara lain adalah siswa dipanggil ke kantor diberi wawasan dan pengertian agar tidak diulangi, hukuman berupa membersihkan toilet agar ada efek jera. Akan tetapi cara-cara tersebut dinilai belum efektif, dilihat dari masih terulangnya kasus iri/cemburu (dampak *sibling rivalry*) pada sekolah tersebut. Berdasarkan analisis tersebut peneliti ingin berusaha menyelesaikan masalah *sibling rivalry* dengan menggunakan salah satu layanan pada bimbingan dan konseling yaitu konseling kelompok, konseling kelompok pendekatan *cognitive behavior therapy* (CBT).

## RESEARCH METHODS

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2014) penelitian deskriptif kuantitatif yaitu digunakan untuk mendapatkan data yang terjadi pada masa lampau atau saat ini, tentang keyakinan, pendapat, karakteristik, perilaku, hubungan variabel sosiologis dan psikologis dari sample yang diambil dari populasi tertentu, teknik pengumpulan data dengan pengamatan. Berikut desain yang akan dilaksanakan dalam proses penelitian. Desain penelitian merupakan rencana aksi penelitian (*action plan*) berupa seperangkat kegiatan yang berurutan secara logis yang menghubungkan antara pertanyaan penelitian yang hendak dijawab dan kesimpulan penelitian yang merupakan jawaban terhadap masalah penelitian (Rahardjo, 2017).

## RESULTS AND DISCUSSION

Penelitian dilakukan di SDN 3 Siliragung, adapun pelaksanaan penelitian dilakukan dengan memberikan *pre-test* berupa instrumen angket skala keterangan kemudian dilanjutkan dengan memberi layanan konseling kelompok dengan pendekatan CBT (*Cognitive Behavior Therapy*) terhadap *sibling rivalry* yang terdiri dari empat kali melakukan *treatment*. Adapun rincian secara umum *treatment* konseling kelompok yang peneliti lakukan adalah dengan melakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan CBT

(*Cognitive Behavior Therapy*) kepada seluruh sampel penelitian berdasarkan hasil skor pre-test siswa yang memperoleh skor rendah dengan keterangan rendah.

Tujuan dilakukan layanan konseling kelompok kepada siswa yang menjadi sampel penelitian adalah untuk menggali lebih rinci tentang permasalahan yang dialami, dapat terbuka dalam menceritakan permasalahan dengan anggota kelompok yang lain, memperoleh wawasan, memperoleh saran dan pendapat yang banyak dari anggota lain sehingga banyak solusi dalam mengatasi permasalahan gangguan cemas yang dirasakan. Secara khusus rangkaian pemberian *treatment* yang peneliti lakukan adalah:

*Pre-test* diberikan kepada siswa kelas 5 yang dilaksanakan pada tanggal 19 Agustus 2022 berupa instrumen skala keterangan. Pada hari pemberian kuisioner di lokasi penelitian, peneliti hanya memperoleh 10 orang siswa dari 22 orang populasi dikarenakan laporan siswa yang ada di kepala sekolah yang berperilaku menyimpang berjumlah 10 orang. Hasil yang didapat adalah adanya peningkatan skor dari *pretest* ke *posttest*. Terjadi peningkatan pada hasil *posttest*. Hal ini merupakan indikasi bahwa konseling kelompok dengan pendekatan CBT (*Cognitive Behavior Therapy*) dapat mengurangi terjadinya *sibling rivalry* pada siswa di Sekolah Dasar Negeri 3 Siliragung.

Berdasarkan hasil pengujian normalitas sebaran data variabel *sibling rivalry* pada responden yang telah ditentukan, dapat diketahui dari perhitungan nilai signifikan Kolmogorof-Smirnov menunjukkan bahwa skor signifikan Kolmogorov-Smirnov sebesar 200 dan post-test sebesar 372. Hal ini berarti variabel *sibling rivalry* pada saat pretest dan posttest berdistribusi secara normal.

Secara statistik dengan *correlated data paired sampel t-test* dimaksudkan untuk mengetahui efektifitas atau pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat dilihat dari perbedaan pretest dengan posttest. Untuk memudahkan perhitungan, dibantu dengan Program IBM SPSS (Statistical Package for Social Sentense) versi 22.0. Output analisis SPSS menunjukkan bahwa rata-rata skor kuisioner disiplin belajar pada pretest 687 dan rata-rata skor kuisioner percaya diri pada posttest 900 ini menunjukkan terjadi peningkatan rata-rata hasil kuisioner percaya diri. Oleh karena skor hasil kuisioner percaya diri pada posttest tinggi maka disiplin belajar siswa tersebut semakin tinggi dan ini menunjukkan terjadi peningkatan percaya diri pada kelompok eksperimen. Berikut adalah tabel hasil analisis output IBM SPSS 22.0:

Permasalahan *sibling rivalry* pada siswa yang menjadi subjek pada penelitian ini terlihat mengalami penurunan yang dilihat dari hasil post-test setelah peneliti memberikan perlakuan berupa layanan bimbingan konseling kelompok dengan pendekatan CBT (*Cognitive Behavior Therapy*). Hal ini menandakan bahwa tujuan dari penelitian ini dapat dikatakan berhasil terkait penyelesaian permasalahan *sibling rivalry* pada siswa Sekolah Dasar Negeri 3 Siliragung.

Konseling kelompok behavior dengan teknik CBT (*Cognitive Behavior Therapy*) efektif untuk mengatasi permasalahan *sibling rivalry* pada siswa Sekolah Dasar Negeri 3 Siliragung disebabkan karena: (1) tercapainya tujuan konseling kelompok yaitu: (a) menjadi lebih sadar terhadap potensi-potensi yang tersembunyi, memanfaatkan kekuatan-kekuatan yang belum digunakan, dan mengembangkan kreatifitas; (b) menjadi lebih terbuka dan jujur dengan teman-temannya baik dalam kelompok atau diluar kelompok; (c) mengurangi sikap pura-pura dan mengurangi perasaan-perasaan terasing dan takut untuk bergaul; (d) belajar membedakan antara merasakan dan melakukan suatu tindakan pada orang lain; (e) lebih memperdulikan orang lain dan (f) belajar memberikan sesuatu kepada orang lain. (2) Konseling kelompok mempunyai banyak keunggulan yaitu: (a) konseling kelompok lebih bersifat efektif dan efisien dibanding dengan konseling individu; (b) konseling kelompok dapat memanfaatkan pengaruh-pengaruh seorang atau beberapa individu terhadap anggota lainnya; (c) Dalam kegiatan kelompok dapat terjadi pertukaran pengalaman (*Sharing of Experience*) diantara para anggotanya dan (d) Konseling kelompok merupakan kesempatan untuk menyegarkan watak para anggotanya. Berdasarkan data yang sudah diinterpretasikan, Konseling kelompok behavioral dengan pendekatan CBT (*Cognitive Behavior Therapy*) efektif untuk mengatasi permasalahan *sibling rivalry*.

## CONCLUSION

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 3 Siliragung pada siswa yang terindikasi mengalami *sibling rivalry* yang menjadi subjek pada penelitian ini mulai dari tahap studi pendahuluan sampai pelaksanaan kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan CBT (*Cognitive Behavior Therapy*), maka dapat disimpulkan yang menjadi jawaban dari rumusan masalah serta membuktikan hipotesis awal sebelum dilakukan penelitian. Kesimpulan yang dapat disampaikan yaitu: "Konseling Kelompok dengan pendekatan CBT (*Cognitive Behavior Therapy*) efektif untuk mengatasi *sibling rivalry*

pada siswa Sekolah Dasar Negeri 3 Siliragung” dengan hasil perhitungan data ( $22.24 > 2.074$ ) dengan demikian karena  $H_0$  ditolak maka  $H_a$  diterima.

## REFERENCES

- Agustin. N. (2013). Hubungan Pola Asuh Dominan Orang Tua Dengan *Sibling Rivalry* Anak Usia Pra Sekolah. Program Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Armini. N. W. dkk. (2017). Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi, Balita & Anak Prasekolah. Yogyakarta: CV ANDI OFFSET. 119-126.
- Bintari. N. P. dkk. (2014). Korelasi Konsep Diri Dan Sikap Religiusitas Terhadap Kecenderungan Perilaku Menyimpang Dikalangan Siswa Pada Kelas XI SMA Negeri 4 Singaraja Tahun Ajaran 2013/2014. e-journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling Volume: 2 No 1, Tahun 2014.
- Mulyawahuni. A. M. (2017). Pengaruh Perputaran Modal Kerja Terhadap Tingkat Likuiditas Perusahaan. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Mustadi. dkk. (2020). Landasan Pendidikan Sekolah Dasar. UNY Press, 2020. ISBN 6024980027, 9786024980023.
- Nuridin. I. & Hartati. S. (2019). Metodologi Penelitian Sosial. Media Sahabat Cendekia. 91.
- Padillah. R. (2018). Pengaruh Penggunaan *Pop-Up Book* Terhadap Kemampuan Berbahasa Anak Prasekolah. Jurnal BAJET. 2(2): 130-134.
- Sabrina. A. (2016). Pengaruh Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Dengan Teknik *Self Instruction* Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Kelas XI MIPA MAN 2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020. Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Suciati. A. D. & Srienturi. Y. (2021). Konseling Realitas Untuk Mengatasi *Sibling Rivalry* Pada Anak Usia Dini. Journal of Education and Counseling, Vol. 2, No. 1, 2021.
- Sugiyono. (2014). Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis Dan Disertasi. ISBN:978-602-7825-84-0. Diterbitkan : Alfabeta.
- Supriadi. I. B. T. (2015). Peranan Keluarga Menanamkan Nilai Karakter/Budi Pekerti Pada Anak Di Desa Adat Belayu Kecamatan Marga Kabupaten Tabanan. Jurnal Penelitian Agama, (2) 2015 p-ISSN: 2460-3376, e-ISSN: 2460-4445.
- Suyahman. (2019). Media Belajar PPKn SD. Jawa Tengah: Lakeisha. 55.
- Suciati. A. D. & Srienturi. Y. (2021). Konseling Realitas Untuk Mengatasi *Sibling Rivalry* Pada Anak Usia Dini. Journal of Education and Counseling, Vol. 2, No. 1, 2021.
- Tambunan. E. S. & Ningsih. R. (2018). Tumbuh Kembang Optimal Anak Stimulasi Dan Antisipasi. Malang: Wineka Media. 87.
- Tanjung. H. S. & Nababan. S. A. (2016). Pengaruh Penggunaan Metode Pembelajaran Bermain Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Materi Pokok Pecahan Di Kelas III SD Negeri 200407 Hutangpadang. Jurnal Bina Gogik, Volume 3 No. 1, Maret 2016.
- Telaumbauna. K. (2020). Efektivitas Layanan Informasi Dalam Menanggulangi Perilaku Menyimpang Siswa SMP Negeri 1 Telukdalam. Jurnal Education And Development 8 (3), 256-256, 2020.
- Turniati. E. & Nusantoro. E. (2015). Upaya Mengatasi *Sibling Rivalry* Melalui Layanan Konseling Kelompok. Indonesian Journal of Guidance and Counseling 4 (4) (2015) ISSN 2252-6374.
- Wahidah. F. R. N. & Adam. P. (2019). *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Mengubah Pikiran Negatif Dan Kecemasan Pada Remaja. Jurnal Indigenous Vol. 3 No. 2 2018, ISSN: 254-1450X (online).
- Wahidmurni (2017). Pemaparan Metode Penelitian Kuantitatif. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.