

## Pengembangan Modul Layanan Konseling Individu Berbasis Art Therapy Untuk Mereduksi Kecemasan Sosial Siswa Korban Bullying

Nurul Fathia<sup>1\*)</sup>, Alfiandy Warih Handoyo<sup>2</sup>, Putri Dian Dia Conia<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

\*Corresponding author, e-mail: [nurulfathiaaaa@gmail.com](mailto:nurulfathiaaaa@gmail.com)

Received Oktober 10, 2022;

Revised November 20, 2022;

Accepted November, 2022;

Published Online Desember, 2022

### Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.  
©2022 by author

**Abstract:** *This study aims to develop a media module for individual counseling services and art therapy to reduce the social anxiety of students who are victims of bullying. In this study using the ADDIE development model, which includes several stages, namely Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation. The instrument used to measure social anxiety is the questionnaire measuring social anxiety (SAS-A). The data obtained were then analyzed using qualitative and quantitative data analysis. Based on the results of the study, the following results were obtained, 1) the results of the validation test from media & material experts, language, and practitioners got an average score of 91% which means the module is feasible to use because it meets the module eligibility criteria 2) get a decrease in the average score of the pretest & posttest results from 44% to 26%. Based on these results, it can be concluded that the development of individual counseling service module media and art therapy to reduce social anxiety of students who are victims of bullying can be accepted to be implemented into guidance and counseling services.*

**Keywords:** *victims of bullying, social anxiety, art therapy*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media modul layanan konseling individu dan *art therapy* untuk mereduksi kecemasan sosial siswa korban *bullying*. Dalam penelitian ini menggunakan model pengembangan ADDIE, yang meliputi beberapa tahap yaitu Analisis (*Analysis*), perancangan (*Design*), pengembangan (*Development*), implementasi (*Implementation*), evaluasi (*Evaluation*). Instrumen yang digunakan untuk mengukur kecemasan sosial ialah angket alat ukur kecemasan sosial (SAS-A). Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis data kualitatif dan kuantitatif. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh hasil sebagai berikut, 1) hasil uji validasi dari ahli media&materi, bahasa, serta praktisi mendapatkan rata-rata nilai 91% yang berarti modul layak untuk digunakan karena memenuhi kriteria kelayakan modul 2) mendapatkan penurunan rata-rata skor hasil pretest & posttest dari 44% ke 26%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pengembangan media modul layanan konseling individu dan *art therapy* untuk mereduksi kecemasan sosial siswa korban *bullying* dapat diterima untuk diimplementasikan kedalam layanan bimbingan dan konseling.

**Kata kunci:** *korban penindasan, kecemasan sosial, Art Therapy*

---

**How to Cite:** Nurul Fathia<sup>1\*</sup>, Alfiandy Warih Handoyo<sup>2</sup>, Putri Dian Dia Conia<sup>3</sup>. 2022. Pengembangan Modul Layanan Konseling Individu Berbasis Art Therapy Untuk Mereduksi Kecemasan Sosial Siswa Korban Bullying. JBKI, 7 (3): pp. 00-00, [https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal\\_bk](https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk)

---

## Pendahuluan

Terdapat beberapa tugas perkembangan dalam fase remaja yang dirasa cukup sulit untuk dilalui, salah satunya ialah mengenai hal apapun yang berkaitan mengenai penyesuaian sosial, remaja tersebut harus mejalani tugas tersebut dengan menyesuaikan diri dengan orang-orang baru disekitarnya, baik perempuan ataupun laki-laki, baik dalam lingkup sekolah ataupun keluarga. (Hurlock, 2017). Dalam situasi lingkungan tentu akan berpengaruh pada interaksi sosial dan juga perkembangan sosialnya, dampak tersebut dapat terjadi ketika permasalahannya masih berlangsung ataupun sudah mereda, banyak dari remaja yang menanggung resiko sosial dari permasalahannya (Lating, 2016). Salah satu penyebab konflik yang dialami oleh seorang remaja ialah lingkungan sekolah, yaitu adanya tradisi tindak *bullying*, Gardner dalam (Argiati, 2010).

*Bullying* ialah suatu bentuk perilaku tindak kekerasan yang dilakukan baik secara fisik maupun psikis terhadap seorang atau sekelompok yang dianggap lebih lemah, pelaku *bullying* dijuluki dengan sebutan *bully*. *Bully* menganggap diri mereka lebih memiliki kekuatan dan keuasaan dibandingkan dengan korbannya. (Zakiyah, Humaedi, & Santoso, 2017). Menurut (Hakim, 2019) terdapat dampak yang muncul akibat tindak *bullying*, dampak tersebut cukup luas, seorang remaja korban dari tindak *bullying* akan mengalami resiko yang lebih besar untuk mengalami permasalahan kesehatan baik dari segi psikis maupun fisik, yaitu dengan mengalami *low psychological well-being* atau biasa disebut dengan memiliki kesejahteraan yang rendah dalam aspek psikis, tidak hanya itu korban tindak *bullying* juga akan terancam mengalami kecemasan sosial yang ditandai dengan kurangnya kepercayaan diri, anti terhadap sosial sehingga mengalami penyesuaian sosial yang buruk. Dalam kecemasan sosial terdapat beberapa tanda, yang paling berpengaruh ialah pengalaman masa lalu yang buruk. (Radhiah, 2020).

*American Psychiatric Association* mengatakan bahwasannya kecemasan sosial ialah suatu ketakutan yang tidak berpindah atau menetap didalam situasi sosial yang berpengaruh terhadap kualitas diri seseorang, seorang yang mengalami kecemasan sosial tentu tetap akan banyak berhadapan dengan halayak ramai, disitu ia akan merasa takut akan pribadinya dipermalukan oleh orang-orang tersebut (Suryaningrum, 2016). Terdapat dampak negatif yang muncul akibat kecemasan sosial, diantaranya ialah fungsi peran sosial yang menurun, menurunnya perkembangan karir, serta menurunnya kualitas hidup juga kesejahteraan subjektif, Wittchen dan Fehm dalam (Jatmiko, 2016). Menurut La Greca dan Lopez, seseorang bisa dikatakan mengalami kecemasan sosial ketika seorang tersebut mengalami hal-hal seperti berikut : merasa takut akan evaluasi negatif, melakukan penghindaran sosial dan merasa tertekan jika berada pada situasi yang menurutnya awam atau ketika ia berada dalam situasi yang asing, serta melakukan penghindaran sosial dan merasa tertekan bahkan dengan orang yang ia kanali (Mulyati, Fitri, & Akbar, 2020)

Huss dalam (Hakim, 2019) menyatakan bawasannya dari berbagai macam intervensi, peneliti terdahulu mengatakan bahwa *Art Therapy* bernilai tepat jika diperuntukan untuk menurunkan suatu kecemasan pada korban *bullying*. Menurut Malchiodi dalam (Sulistiyanti, 2017) *Art* ialah media yang dapat digunakan secara bertuah untuk digunakan sebagai sarana berkomunikasi. Saat ini, telah dibenarkan secara luas bahwasannya ekspresi *art* ialah salah satu cara berkomunikasi secara visual tentang pikiran juga perasaan yang disara terlalu sakit jika diutarakan dengan kata-kata. Kegiatan kreatif dengan *art* ini sudah dipakai di dalam psikoterapi juga konseling. Menurut Fastari dalam (Sholihah, 2017) disebutkan bahwasannya *art therapy* ialah proses yang bersifat verbal-nonverbal yang pada prosesnya terdiri dari dua kegiatan yaitu kegiatan menggambar dan dilanjutkan dengan kegiatan konseling, lalu kegiatan menggambar akan dilaksanakan dalam sesi kedua sampai dengan sesi ke enam, dalam setiap sesi menggambar akan dilaksanakan berdasarkan instruksi juga tujuan dari masing-masing sesi, sarana-prasarana yang di gunakan pada setiap sesinya akan berbeda, peneliti/terapis berperan menjadi fasilitator yang akan mengarahkan konseli dalam proses menggambar tersebut.

## Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah *Research and Development* dengan menggunakan model ADDIE yang terdiri dari lima tahapan didalamnya, yaitu *analysis, design, development, implementation, and evaluation*. (Hanafi, 2017) Menyatakan bahwa teknik *Research and Development* (R&D) didalam pendidikan ialah suatu teknik yang dipergunakan untuk pengembangan produk serta untuk memvalidasi suatu produk yang nantinya akan digunakan didalam pembelajaran serta pendidikan. Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 1 Cibadak. Populasi pada penelitian ini ialah sebanyak 205 siswa kelas X MIPA dan X IPS. Sample dalam penelitian ini ialah Purposive Sampling yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan atau kriteria-kriteria tertentu. Menurut Sugiyono dalam (Komala & Nellyaningsih, 2017), Sampling Purposive merupakan sebuah teknik untuk menentukan suatu sampel dengan pertimbangan tertentu. Dalam penelitian ini terdapat 3 kategori mengenai tingkat kecemasan sosial, yaitu rendah, sedang dan tinggi. Maka dari itu penentuan jumlah sample dalam peneliti ini ialah sebanyak 3 responden. Responden dipilih 1 dari setiap kategori, responden merupakan peserta didik kelas X SMAN 1 Cibadak tahun pelajaran 2022/2023, responden ialah peserta didik yang merupakan siswa korban *bullying*. Dalam penelitian ini menggunakan angket alat ukur kecemasan sosial (SAS-A) untuk mengukur seberapa besar kecemasan yang dialami oleh siswa korban *bullying*. Skala yang digunakan dalam penelitian ini ialah skala *likert* dengan 5 alternatif jawaban yang digunakan untuk menguji validasi produk dengan tiga validator ahli, yaitu ahli media&materi, ahli bahasa, serta ahli praktisi.

## Hasil dan Pembahasan

### Analisis Validitas Produk

No.	Jenis	Skor penilaian	Kategori
1	Materi&media	92%	Sangat layak
2	Materi&media	80%	Layak
3	Bahasa	94%	Sangat layak
4	Praktisi	98%	Sangat layak
Total skor rata-rata		91%	Sangat layak

Table 1

### Hasil Uji Kelayakan Produk

Merujuk pada data yang diperoleh dari hasil uji kelayakan produk pada media modul konseling individu dan teknik *art therapy* untuk mereduksi kecemasan sosial siswa korban *bullying* mempunyai tingkat kelayakan yang sangat baik atau dengan kata lain sangat layak untuk dipakai dengan data yang diperoleh yaitu 91% dibuktikan menurut tabel produk (Arikunto, 2013) jika 85%-100% dikategorikan sangat baik.

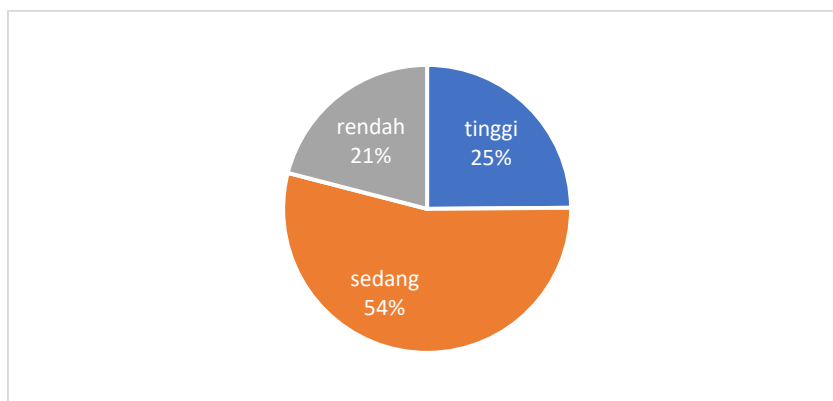
Penilaian yang dilakukan oleh ahli media&materi, bahasa, serta praktisi juga berupa data kualitatif yang diberikan dalam bentuk lembar masukan dan saran perbaikan terhadap media modul konseling individu dan teknik *art therapy* untuk mereduksi kecemasan sosial siswa korban *bullying* dianggap "sangat layak" untuk selanjutnya diimplementasikan atau dipraktikkan kepada siswa kelas X di SMAN 1 Cibadak tahun ajaran 2022/2023, karena memenuhi kategori dalam pembuatan modul, seperti *self intructional, self contained, stand alone, adaptif, dan user friendly*.

### Pembahasan Hasil Penelitian

Prosedur penelitian yang digunakan dalam pengembangan media ini menggunakan model ADDIE yang terdiri dari lima tahapan, yaitu *Analysis, Design, Development, Implementation, dan Evaluation*.

#### a. *Analysis*

Tahap analisis adalah proses studi pendahuluan untuk mengumpulkan suatu informasi yang dapat digunakan sebagai bahan untuk merancang dan membuat produk yang berupa media modul layanan konseling individu dan teknik *art therapy* untuk mereduksi kecemasan sosial siswa korban *bullying*. Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti menggunakan angket alat ukur kecemasan sosial (SAS-A) yang disebarakan melalui *gform* menyatakan bahwasannya terdapat 51 siswa memiliki kategori kecemasan sosial tinggi dengan presentase 25%, 111 siswa memiliki kategori kecemasan sosial sedang dengan presentase 54%, serta 43 siswa memiliki kategori kecemasan sosial rendah dengan presentase 21%.



Gambar 1 Hasil Studi Pendahuluan

#### b. *Design*

Modul yang dibuat oleh peneliti bertujuan untuk memudahkan guru bimbingan dan konseling ketika akan melakukan proses konseling. Didalam nya terdapat 3 bab pembahasan, yaitu pendahuluan, materi serta tahapan-tahapan dalam melakukan *art therapy*. Design pembuatan modul ini dibuat melalui aplikasi *canva* yang dibuat sendiri oleh peneliti. Modul ini dicetak dengan ukuran A5 sesuai dengan ukuran modul pada umumnya.

#### c. *Development*

Produk yang dihasilkan pada penelitian ini ialah media modul layanan konseling individu dan teknik *art therapy* untuk mereduksi kecemasan sosial siswa korban *bullying* yang telah divalidasi oleh empat orang ahli yaitu dua ahli media&materi, satu ahli bahasa dan satu ahli praktisi dengan hasil skor yang telah tertera pada table.1. Adapun hasil dari media modul layanan konseling individu dan teknik *art therapy* untuk mereduksi kecemasan sosial siswa korban *bullying* tertera pada gambar berikut :



Gambar 2. Cover Depan dan Belakang Modul

d. *Implementation*

Dalam tahapan ini produk telah selesai & dapat di ujicobakan kelapangan kepada siswa/siswi kelas X di SMAN 1 Cibadak. Dalam tahapan ini produk diujicoba dengan system terbatas karna kondisi sekolah yang tidak memungkinkan dengan di uji cobakan kepada 3 orang siswa yang diambil dari setiap tingkatan dalam kategori kecemasan sosial. Dihasilkan penurunan skor rata-rata 44% menjadi 26% pada *pretest&posttest* setelah dilakukannya *treatment* menggunakan media modul layanan konseling individu dan teknik *art therapy* untuk mereduksi kecemasan sosial siswa korban *bullying* tersebut.

e. *Evaluation*

Table 2. hasil penilaian siswa

Aspek penilaian	X	Xi	%	Kategori
Media	29	30	96%	Sangat layak
Materi	42	45	93%	Sangat layak
Bahasa	15	15	100%	Sangat layak
Jumlah	86	90	95%	Sangat layak

Merujuk pada tabel 2 , mengenai hasil penilaian yang dimana mencakup tiga aspek yaitu media,materi dan bahasa. Pengisian penilaian uji produk ini dilakukan oleh siswa dengan jumlah 3 orang responden dimana aspek penilaian media mendapatkan nilai 96% dibuktikan menurut table produk (Arikunto, 2013) jika 85%-100% dikategorikan sangat baik, aspek penilaian materi mendapatkan nilai 93% dibuktikan menurut table produk (Arikunto, 2013) jika 85%-100% dikategorikan sangat baik dan aspek penilaian bahasa mendapatkan nilai 100%dibuktikan menurut table produk (Arikunto, 2013) jika 85%-100% dikategorikan sangat baik. Total keseluruhan dari penilaian uji produk ini adalah 95% dengan perolehan skor 86 dari 90.

Serta dilakukan kembali uji kelayakan oleh ahli praktisi yaitu Ibu Erna Hervina Ahmad, M.Pd selaku guru bimbingan dan konseling di SMAN 1 Cibadak. Uji kelayakan kembali oleh ahli praktisi ini dilakukan untuk menilai keefektifan media dalam segi produk, materi, dan bahasa. Saran dan komentar yang didapat dari ahli praktisi atau guru bimbingan dan konselangnya ialah, secara keseluruhan sudah sangat baik, hanya ada beberapa kata yang harus diperbaiki.

**Simpulan**

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti di SMAN 1 Cibadak, peneliti menyimpulkan bahwasannya media modul layanan konseling individu dan teknik *art therapy* untuk mereduksi kecemasan sosial

siswa korban *bullying* mendapatkan kategori sangat layak karena memenuhi kriteria pembuatan modul, seperti *self intructional, self contained, stand alone, adaptif, dan user friendly* serta dapat bermanfaat bagi guru bimbingan dan konseling di SMAN 1 Cibadak karena berhasil mereduksi kecemasan sosial siswa korban *bullying*.

## Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih peneliti sampaikan kepada Allah Subhanahu Wata'ala karena berkat rahmat dan karunia-Nya peneliti senantiasa diberikan kesabaran dan kekuatan sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini. Serta tidak lupa kepada baginda nabi besar Muhammad Shalallahu'alaihi Wasallam yang senantiasa mendo'akan umatnya hingga akhir zaman. Terimakasih kepada bapak Alfiandy Warih Handoyo, M.Pd. dan ibu Putri Dian Dia Conia, M.Psi, Psikolog. selaku pembimbing skripsi yang telah membimbing peneliti hingga dapat menyelesaikan penelitian ini. Selanjutnya terimakasih kepada ibu Iva Havidania, M.Pd selaku kepala sekolah SMAN 1 Cibadak beserta jajarannya karena telah menerima dengan sangat baik dan mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian. Tidak akan pernah lupa ucapan terimakasih kepada bapak Yadi Heryadi, S.Pd dan ibu Diah Nahdiah, S.Pd selaku kedua orang tua yang selalu memanjatkan do'a untuk peneliti disetiap sujud dan waktunya. Serta terimakasih kepada ABK karena telah menjadi sahabat yang selalu memberikan semangat dan *reward* disetiap proses perjalanan.

## Referensi

- Argiati. (2010). Studi Kasus Perilaku Bullying Pada Siswa Sma Di Kota Yogyakarta. *Jurnal Penelitian Bappeda Yogyakarta, 05*.
- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hakim, L. (2019). Pengaruh Art Thetapy Untuk Menurunkan Kecemasan Sosial Korban Bullying Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam (Jppi), 16(02)*.
- Hanafi. (2017). Konsep Penelitian R&D Dalam Bidang Pendidikan. *Jurnal Kajian Keislaman, 04(02)*.
- Hurlock, E. B. (2017). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Pt Gelora Aksara Pratama.
- Jatmiko, A. (2016). Sense Of Place Dan Social Anxiety Bagi Mahasiswa Baru Pendetang. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 03(02), 225*.
- Komala, R. D., & Nellyaningsih. (2017). Tinjauan Implementasi Personal Selling Pada Pt. Astra Internasional Daihatsu Astra Biz Center Bandung Pada Tahun 2017. *Jurnal Fakultas Ilmu Terapan Universitas Telkom, 03(02)*.
- Lating, A. D. (2016). Konflik Sosial Remaja Akhir (Studi Psikologi Perkembangan Masyarakat Negeri Mamala Dan Morella Kecamatan Leihitu Kabupaten Maluku Tengah). *Jurnal Al-Iltizam, 01(02)*.
- Mulyati, H., Fitri, S., & Akbar, Z. (2020). Pelatihan Keterampilan Sosial Untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Pada Anak Menjelang Bebas Di Lpka. *Jurnal Edukasi, 06(01)*.
- Pujiati, I., & Noviandari, H. (2018). Pengaruh Konseling Cognitive Behavior Teknik Restructuring Untuk Mereduksi Kecemasan Sosial Siswa. *Open Since Journal, 07(01), 41*.
- Radhiah, C. A. (2020). Hubungan Antara Bullying Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Smp Korban Bullying Di Kota Sabang. *Skripsi, 1*.
- Sholihah, I. N. (2017). Kajian Teoritis Penggunaan Art Therapy Dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Smk. *International Conference*.
- Sulistiyanti, E. (2017). Layanan Konseling Art Therapy Untuk Mengatasi Trauma Anak Korban Bullying Disekolah. *International Conference, 27-30*.
- Suryaningrum, C. (2016). Efikasi Diri Dan Kecemasan Sosial: Studi Meta Analisis. *Jurnal Ilmiah Dan Psikologi Terapan, 04(02)*.
- Zakiah, E. Z., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Jurnal Penelitian & Ppm, 04(02)*.

**Article Information (Supplementary)**

---

**Conflict of Interest Disclosures:**

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

**Copyrights Holder:** < Fathia > <2022>

**First Publication Right:** JBKI Undiksha

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Word Count:

