

EFEKTIVITAS KONSELING *BEHAVIORAL* TEKNIK *SYMBOLIC MODELLING* UNTUK MEREDUKSI HUBUNGAN *TOXIC RELATIONSHIP* SISWA MENENGAH KEJURUAN

Anggi Ernita Putri¹, Syska Purnama Sari², Endang Surtiyoni³

^{1,2,3}Universitas PGRI Palembang, Indonesia

anggiernitap@gmail.com¹, syskapurnamasari@gmail.com², surtiyoniendang@gmail.com³

ABSTRACT; *In the current phenomenon, toxic relationships often occur among teenagers, including in the school environment, such as being possessive of each other, shouting at each other, and even one party in the relationship has dared to play a hand with their partner. School students who should be focused on school work are instead trapped in unhealthy relationships that interfere with their academic performance, but they still maintain that relationship. This research aims to determine the effectiveness of behavioral counseling with symbolic modeling techniques to reduce toxic relationships among secondary vocational students. This research uses a quantitative experimental method with a pre-test post-test design. Data collection techniques used observation, questionnaires and documentation with data analysis using the Wilcoxon test to determine changes in toxic relationship behavior before and after being given treatment in the form of behavioral counseling. This can be concluded before being given behavioral counseling treatment using symbolic modeling techniques, pre-test results were obtained with a total score of 295 with an average value of 59 in the medium category. Then Behavioral Counseling using the Symbolic Modeling post-test technique was carried out with a total score of 211 with an average value of 42.2 in the low category. The Wilcoxon test results show that the Z count is -2.032 with a significance value of 0.042. Because the Asymp.Sig (2-tailed) value of 0.042 is smaller than 0.05, it can be concluded that the alternative hypothesis (Ha) is accepted and the null hypothesis (Ho) is rejected. This means that there is a significant effect after being given behavioral counseling using symbolic modeling techniques, which shows that this method is effective in reducing toxic relationships among vocational high school students.*

Keywords: *Toxic Relationship, Behavioral Counseling, Symbolic Modeling.*

ABSTRAK; Pada fenomena saat ini hubungan *toxic relationship* banyak terjadi kalangan remaja termasuk dilingkungan sekolah, seperti saling posesif, saling membentak, bahkan salah satu pihak dalam hubungan itu sudah berani main tangan dengan pasangannya. Para siswa sekolah yang seharusnya fokus pada tugas sekolah, mereka malah terjebak dalam hubungan yang tidak sehat sehingga mengganggu prestasi akademiknya, namun mereka tetap mempertahankan hubungan itu. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

keefektifan konseling *behavioral* Teknik *symbolic modelling* untuk mereduksi hubungan *toxic relationship* siswa menengah kejuruan. Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif eksperimen dengan *pre-test post-test design*. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, angket dan dokumentasi dengan analisis data menggunakan uji *wilcoxon* untuk mengetahui perubahan perilaku *toxic relationship* sebelum dan sesudah diberikan treatment berupa konseling *behavioral*. Hal ini dapat disimpulkan sebelum diberikan perlakuan konseling *behavioral* teknik *symbolic modelling* diperoleh hasil *pre-test* dengan jumlah skor 295 dengan nilai rata-rata sebesar 59 masuk dengan kategori sedang. Kemudian dilakukan Konseling *Behavioral* teknik *Symbolic Modelling post-test* dengan jumlah skor 211 dengan nilai rata-rata sebesar 42,2 masuk kategori rendah. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan Z hitung sebesar -2,032 dengan nilai signifikansi 0,042. Karena nilai Asymp.Sig (2-tailed) 0,042 lebih kecil dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak. Hal ini berarti ada pengaruh signifikan setelah diberikan konseling *behavioral* dengan teknik *symbolic modelling*, yang menunjukkan bahwa metode ini efektif untuk mereduksi hubungan *toxic relationship* siswa menengah kejuruan.

Kata Kunci: *Toxic Relationship, Konseling Behavioral, Symbolic Modelling.*

PENDAHULUAN

Menjalin hubungan yang harmonis dengan seseorang memerlukan keterlibatan dan empati yang mendalam dari kedua belah pihak. Konflik atau perbedaan pendapat dalam hubungan adalah hal yang wajar dan alami. Namun, situasi ini bisa menyebabkan salah satu pihak merasa tertekan, terancam, atau terpaksa. Keadaan seperti ini bisa menjadi indikasi hubungan yang tidak sehat, atau yang sering dikenal sebagai hubungan *toxic relationship*.

Toxic relationship dapat diartikan sebagai hubungan yang tidak mendukung antara kedua individu karena dominasi salah satu pihak, yang membuat pihak lain merasa tertekan dan tidak nyaman (Nadia Nurul Saskia, 2023).

Hal ini menyebabkan munculnya pemikiran berlebihan (*overthinking*) yang mengendalikan situasi dan berdampak pada saling menyakiti. Dalam hubungan yang sehat, yang ditandai dengan kasih sayang, saling menghargai, dan minat yang kuat terhadap kebahagiaan pasangan, kedua pihak dapat menjaga privasi mereka, mempertahankan kemandirian, dan menikmati manfaat dari interaksi yang saling menguntungkan. Devi, dkk dalam (Laily Mufarrikhatul Fauziah, 2023) menyatakan bahwa penyebab terjadinya toxic

relationship dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. 1) Faktor internal mencakup aspek kepribadian, ketergantungan yang dirasakan oleh korban, dan dorongan seksual. 2) Faktor eksternal mencakup pengaruh lingkungan sosial, kejadian selingkuh, tingkat kejujuran dalam hubungan, dan perasaan cemburu.

Menurut (Ady, 2022) Dampak dari *Toxic Relationship* dapat merusak kesejahteraan korban karena korban akan merasa tekanan dan kehilangan rasa bahagia dalam hubungan dan kehidupan sehari-harinya. *Toxic Relationship* berdampak buruk pada siswa, termasuk penurunan prestasi akademis dalam belajarnya. Siswa yang terperangkap dalam hubungan semacam ini sering kesulitan berkonsentrasi dan tidak fokus pada tugas-tugas sekolah. Selain itu, hubungan beracun juga bisa menyebabkan gangguan emosional seperti stres, kecemasan, dan depresi. Perasaan tidak nyaman dan selalu terkekang dalam hubungan ini sering menjadi penyebab utama munculnya stres tersebut.

Menurut (Very Julianto, 2020) menunjukkan bahwa hubungan beracun bisa memicu konflik internal yang mengarah pada perasaan marah, depresi, atau kecemasan. Dampak ini membuat individu yang terlibat sulit untuk menjalani kehidupan yang produktif dan sehat.

Menurut direktur eksekutif Women's Crisis Center (WCC) Palembang, kasus kekerasan terhadap perempuan di Palembang didominasi oleh kekerasan seksual seperti pelecehan seksual dan pemerkosaan. Eksploitasi seksual dan paksaan untuk melakukan aborsi juga menjadi kasus yang paling sering ditangani oleh WCC Palembang (Alwi, 2018).

Berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti peroleh dari salah satu siswi SMK Negeri 1 Mesuji Raya di Kabupaten Ogan Komering Ilir, tepatnya di Desa Kemang Indah, ditemukan bahwa hubungan yang beracun ini memiliki dampak yang sangat negatif bagi pasangan yang mengalaminya, diantaranya: 1) Salah satu pihak merasa terkekang dalam keinginannya untuk bepergian karena tidak mendapat izin dari pasangannya dan menimbulkan perasaan yang tidak nyaman, 2) Bentakan terjadi ketika salah satu pihak meluapkan emosinya kepada pasangannya, 3) Salah satu pihak membatasi atau mengontrol komunikasi dengan orang lain seperti melalui ponsel, media sosial, atau cara komunikasi lainnya. Peneliti memilih untuk menyelidiki kasus *Toxic Relationship* dikalangan remaja khususnya dilingkungan sekolah untuk menunjukkan bahwa perlakuan buruk mulai dari kekangan bahkan kekerasan (main tangan) terhadap perempuan maupun laki-laki dapat terjadi di manapun.

Upaya Bimbingan Konseling dalam menangani hubungan yang tidak sehat dalam pacaran dikalangan remaja ini salah satunya ialah menilai tingkat keparahan hubungan *toxic* dan dampaknya terhadap kesejahteraan emosional dan mental siswa, sampai mana *toxic* itu muncul, jika tingkat keparahannya masih rendah atau tinggi yaitu hanya kekangan / larangan bahkan sampai main tangan, disitulah tingkat *toxic* nya masih rendah, sebagai konselor/guru Bimbingan Konseling bisa memberi arahan mengenai hubungan itu, dengan contoh menyelenggarakan layanan informasi kepada siswa tentang ciri-ciri / aspek hubungan sehat dan toksik, bisa juga mengadakan sesi diskusi kelompok yang aman, di mana siswa dapat berbagi pengalaman mereka dan mendiskusikan topik terkait hubungan serta mendorong siswa untuk saling mendukung dan memberikan perspektif positif.

Dalam penelitian ini, para peneliti menggunakan Konseling Kelompok, menurut Sodik dalam (Rizai, 2021) Setiap anggota kelompok memberikan dukungan untuk memecahkan masalah yang dihadapi oleh setiap anggota kelompok. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan konseling *Behavioral*.

Konseling *behavioral* merupakan jenis terapi tingkah laku yang menggunakan berbagai macam teknik dan prosedur untuk membantu klien mengatasi masalah-masalah interpersonal, emosional, dan pengambilan keputusan, sehingga membentuk kebiasaan-kebiasaan baru yang bermanfaat bagi kehidupan individu (Siti Aisyah Br Purba, 2023).

Corey dalam (Artika Setiawati, 2021) Pendekatan *behavioral* bertujuan untuk mendapatkan perilaku baru, menghilangkan perilaku yang tidak sesuai, dan memperkuat serta menjaga perilaku yang diinginkan.

Adapun langkah-langkah konseling *behavioral* menurut Gantina dan eka dalam (Kadek Lastrini, 2019) adalah sebagai berikut:

- 1) Melakukan penilaian (*assessment*). Langkah ini bertujuan untuk menentukan aktivitas yang sedang dilakukan oleh konseli pada saat ini.
- 2) Menetapkan sasaran (*goal setting*). Konselor dan konseli bersama-sama menetapkan tujuan konseling berdasarkan kesepakatan yang telah disusun dan dianalisis.
- 3) Pelaksanaan teknik (*technique implementation*). Setelah tujuan konseling ditetapkan, konselor dan konseli mengembangkan strategi pembelajaran terbaik untuk membantu konseli mencapai perubahan perilaku yang diinginkan.

- 4) Evaluasi dan penutupan (evaluation-termination). Evaluasi konseling behavioral adalah proses berkelanjutan. Evaluasi didasarkan pada tindakan yang dilakukan oleh konseli. Perilaku konseli menjadi dasar untuk mengevaluasi keefektifan konselor dan efektivitas teknik yang digunakan.

Menurut (Erfan Ramadhani, 2021) Teknik modeling simbolis adalah metode yang dapat dimanfaatkan oleh guru bimbingan dan konseling untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada siswa melalui penggunaan film/video dan gambar.

Sedangkan Menurut (Irvan Usman, 2017) Teknik modeling simbolis adalah metode yang bisa diterapkan oleh guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada siswa. Tujuannya adalah untuk membantu siswa mengoptimalkan potensi mereka dan mengatasi masalah yang mereka hadapi. Tujuannya adalah untuk mendorong konseli meniru perilaku yang ditunjukkan oleh model yang disajikan, baik melalui media film/video maupun gambar. Film pendek dengan judul *Toxic Relationship* dengan durasi 10 menit, alasan menggunakan teknik *symbolic modelling* menggunakan film pendek ini karena dengan menonton film pendek tersebut peserta didik dapat mengamati kemudian merubah tingkah laku dan pikirannya untuk keluar dari hubungan *Toxic Relationship* tersebut.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah serangkaian kegiatan yang meliputi pengumpulan data, analisis data, dan interpretasi yang berkaitan dengan tujuan penelitian, seperti yang dijelaskan oleh Sugiyono. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode Pre Eksperimen dengan one group *pre-test pos-test* dengan tujuan untuk mengetahui keefektifan hubungan *Toxic Relationship* sebelum diberikan konseling *behavioral* dengan teknik *symbolic modelling* dan sesudah diberikan konseling *behavioral* dengan teknik *symbolic modelling*. Pada penelitian ini menggunakan *Purposive Sampling* dengan menunjukkan kriteria Siswa yang sedang menjalin hubungan pacaran dan Subjek yang diambil adalah subjek yang paling banyak memiliki ciri-ciri hubungan *Toxic Relationship*.

Hasil analisis data menggunakan uji *Wilcoxon* untuk mengamati dan mengukur peningkatan skor setelah diberikan perlakuan berupa layanan konseling *behavioral* dengan

teknik *symbolic modelling* untuk mengurangi hubungan *toxic relationship* pada siswa sekolah menengah kejuruan Negeri 1 Mesuji Raya. Dari hasil perhitungan tersebut diperoleh Z hitung yang diperoleh yaitu -2,032 dan nilai signifikansinya diperoleh nilai sebesar 0,042.

Diketahui bahwa Asymp.Sig (2-tailed) sebesar 0,042 lebih kecil dari nilai 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Ini berarti terdapat pengaruh signifikan setelah diberikan perlakuan berupa konseling *behavioral* dengan teknik *symbolic modelling*. Dengan kata lain, konseling *behavioral* dengan teknik *symbolic modelling* efektif dalam mereduksi hubungan *toxic relationship* pada siswa sekolah menengah kejuruan. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan midel skala likert

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 1 Mesuji Raya, yang berada didesa Kemang Indah Blok b Kecamatan Mesuji Raya Kabupaten Ogan Komering Ilir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan konseling *behavioral* Teknik *symbolic modelling* untuk mereduksi hubungan *toxic relationship* siswa menengah kejuruan. Peneliti menggunakan angket yang diberikan kepada siswa yang menjadi sampel sebanyak 5 orang siswa, yang terdiri dari 3 siswi OTKP2 dan 2 orang siswi OTKP1 kelas X.

Pada penelitian ini memberikan treatment berupa konseling kelompok, Menurut (Nasrina Nur fahmi, 2016) Pada dasarnya, layanan konseling kelompok adalah bentuk konseling individu yang diadakan dalam konteks kelompok. Sedangkan menurut Menurut Sukardi dalam (Syska Purnama Sari, 2020) Layanan konseling kelompok adalah suatu jenis layanan dalam bidang bimbingan dan konseling di mana peserta didik diberikan kesempatan untuk mengatasi masalah pribadi mereka dengan berinteraksi dalam kelompok.

Konseling kelompok dilakukan dengan 3 sesi pertemuan dimana membahas macam-macam permasalahan *toxic relationship* yang dialami oleh siswi-siswi SMKN1 Mesuji Raya. Sebelum peneliti melakukan treatment berupa konseling kelompok, peneliti menyebarkan angket (*Pre-test*) kepada siswi sebanyak 16 item pertanyaan mengenai hubungan *Toxic Relationship*, setelah itu peneliti memberikan treatment kepada 5 sampel siswi berupa konseling kelompok selama 3 sesi, setelah treatment selesai peneliti menyebarkan angket yang sama (*pos-tes*) kepada 5 sampel siswi untuk membandingkan hasil pengukuran sebelum dan sesudah pemberian treatment.

Data yang terkumpul kemudian dianalisis dengan menghitung skor rata-rata *toxic relationship*, yang kemudian dideskripsikan menggunakan kategori rendah, sedang dan tinggi sebagai berikut:

Table 1 Kategori Interval Toxic Relationship

Rendah	$X < 55$
Sedang	$55 \leq X < 61$
Tinggi	$X \geq 61$

Dari tabel kategori interval diatas, didapati keterangan mengenai tingkatan hubungan *toxic relationship* siswa menengah kejuruan sebagai berikut:

Table 2 Keterangan Kategori Toxic Relationship

Kategori	Keterangan kategori Hubungan <i>Toxic Relationship</i>
Tinggi	1) Pacarnya melarang berkomunikasi dengan orang lain 2) pacarnya melarang chattingan/membalas pesan dari orang lain 3) Pacarnya sering memeriksa pesan/telepon sehingga melanggar privasi yang membuat rasa tidak nyaman 4) Pacarnya suka mementingkan diri sendiri tanpa memikirkan pihak lainnya 5) Pacarnya hanya ingin didengarkan tanpa mendengarkan pihak lainnya 6) Pacarnya sering sekali melontarkan kata kotor / kata yang tidak mengenakan sehingga membuat rasa sakit hati
Sedang	1) Pacarnya sudah tidak melarang jika berkomunikasi dengan orang lain asalkan tidak berlebihan 2) Pacarnya terkadang masih suka melarang jika chattingan dengan lawan jenis tapi tidak setiap saat. 3) Pacarnya masih suka memeriksa privasi 4) Pacarnya terkadang suka mementingkan diri sendiri 5) Pacarnya terkadang mau mendengarkan dan tanpa mementingkan diri sendiri lagi 6) Pacarnya sudah tidak pernah melontarkan kata kata yang membuat sakit hati lagi
Rendah	1) Pacarnya sudah tidak melarang berkomunikasi dengan orang lain 2) pacarnya sudah tidak melarang chattingan/membalas pesan dari orang lain 3) Pacarnya sudah tidak memeriksa pesan/telepon sehingga melanggar privasi yang membuat rasa tidak nyaman

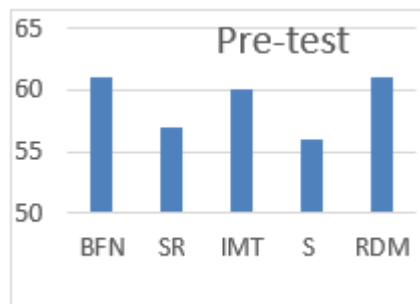
	4) Pacarnya sudah tidak melarang mementingkan diri sendiri tanpa memikirkan pihak lainnya 5) Pacarnya mau mendengarkan pihak lainya tanpa mementingkan diri sendiri lagi 6) Pacarnya tidak pernah melontarkan kata kata yang membuat sakit hati lagi
--	--

Kemudian mendapatkan hasil *pre-tes* sebagai berikut:

Table 3 Tabel Hasil *Pre-Test*

No	Responden	Jenis Kelamin L/P (Kelas)	Jumlah Skor	Kategori
1	BFN	P X.OTKP.1	61	Tinggi
2	SR	P X.OTKP.2	57	Sedang
3	IMT	P X.OTKP.2	60	Sedang
4	S	P X.OTKP.1	56	Sedang
5	RDM	P X.OTKP.2	61	Tinggi
Skor minimum			56	
Skor maksimum			61	
Jumlah			295	
Rata-rata			59	

Dari data hasil *pretest* tersebut diatas diketahui bahwa nilai tertinggi dalam tes tersebut 61 dan nilai terendah 56. Dengan jumlah skor akhir total 295 sehingga diperoleh nilai rata-rata sebesar 59 sehingga berdasarkan hasil *pretest* tersebut diatas diketahui hubungan *toxic relationship* cenderung sedang. Kategorikan sedang dapat diartikan dalam menjalani hubungan *toxic relationship* Pacarnya terkadang suka mementingkan diri sendiri, kadang-kadang mengontrol handphone pihak yang mengalami *toxic* tersebut. Kemudian peneliti memberikan perlakuan berupa konseling kelompok menggunakan Pendekatan *Behaviora* dengan Teknik *Symbolic Modelling* dengan *modelling* nya yaitu video-vidio pendek yang menyangkut hubungan *toxic relationship*.

Gambar 1. Hasil *Pre-test*

Sumber: Anggi Ernita Putri (2024)

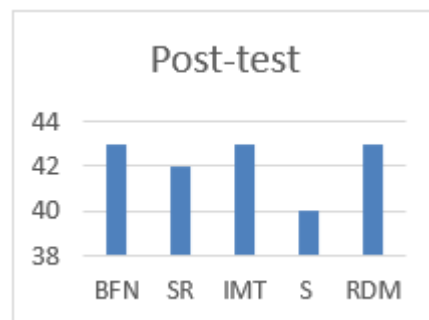
Setelah dilakukan tiga sesi perlakuan konseling kelompok menggunakan pendekatan *behavioral* dengan Teknik *symbolic modelling*, peneliti memberikan kembali angket tentang hubungan *toxic relationship* kepada lima responden yang memiliki tingkat hubungan *toxic relationship* sedang. Selanjutnya, perubahan atau perbandingan skor nilai responden dari sebelum dan sesudah perlakuan diamati. Hasil *post-test* setelah perlakuan dapat dilihat pada tabel berikut:

Table 4 Hasil Post-Test

No	Responden	Jenis Kelamin L/P (Kelas)	Jumlah Skor	Kategori
1	BFN	P X.OTKP.1	43	Rendah
2	SR	P X.OTKP.2	42	Rendah
3	IMT	P X.OTKP.2	43	Rendah
4	S	P X.OTKP.1	40	Rendah
5	RDM	P X.OTKP.2	43	Rendah
Skor Minimum			40	
Skor Maksimum			43	
Jumlah			211	
Rata-rata			42,2	

Dari data hasil *post-test* tersebut diatas diketahui bahwa nilai tertinggi dalam tes tersebut 43 dan nilai terendah 40. Dengan jumlah skor akhir total 211 sehingga diperoleh nilai rata-rata sebesar 42,2 sehingga berdasarkan hasil *post-test* tersebut diatas diketahui hubungan *toxic relationship* cenderung rendah. Kategori rendah dapat diartikan pihak yang

toxic sudah tidak pernah mengontrol hp dari pihak yang mengalami *toxic* tersebut, bisa dikatakan pihak yang mengalami hubungan *toxic* itu sudah bisa mengakhiri hubungan *toxic relationship* tersebut. Kemudian peneliti memberikan perlakuan berupa konseling kelompok menggunakan Pendekatan *Behaviora* dengan Teknik *Symbolic Modelling* dengan *modelling* nya yaitu video-vidio pendek tentang hubungan *toxic relationship*



Gambar 1. Hasil *Postt-test*

Sumber: Anggi Ernita Putri (2024)

Berdasarkan gambar tabel diatas menunjukkan hasil pre-test dan post-test hubungan *toxic relationship* siswa mengalami peningkatan skor secara seignifikan setelah diberikan perlakuan, hasil ini juga dengan adanya perubahan dari tingkah laku kemudian menstimulus pola pikir responden yang memiliki hubungan *toxic relationship* yang sedang ke rendah setelah diberikan perlakuan berupa konseling kelompok menggunakan pendekatan *behavioral* dengan Teknik *symbolic modelling* dengan modelingnya video-vidio pendek.

Sebelum konseling kelompok berlangsung, peneliti menemukan dalam pelaksanaan *pre-test* bahwa tingkah *toxic relationship* di SMKN1 mesuji Raya masuk dalam kategori sedang. Kemudian peneliti melakukan 3 sesi untuk melakukan konseling kelompok diantaranya: Seisi peirtama, masih tahap peingeinalan konseiling keilompok dan 5 siswi sebagai sampel menceritakan pengalaman *toxic relationship* mereka kemudian peneliti menayangkan vidio pendek yang berjudul “apa itu *toxic relationship*” dan meminta 5 sampel siswi untuk menjelaskan kembali apa yang mereka dapat dari vidio pendek tersebut. Lanjut sesi kedua dimana 5 sampel siswi ditanya oleh peneliti alasan kenapa mereka masih bertahan dalam *toxic relationship* tersebut dan para 5 sampel menjawab karena faktor keluarga, karena hubunganya sudah lama, karena masih sayang dll kemudian peneliti menayangkan

film pendek yang berjudul “Toxic Relationship” dan meminta 5 sampel siswi kembali menjelaskan apa yang mereka dapat dari film pendek tersebut. Terakhir sesi ketiga peneliti menanyakan bagaimana kelanjutan hubungan mereka dan ada beberapa siswi sudah mengakhiri hubungan beracun itu karena sadar bahwa dia sudah berada di hubungan yang sangat *toxic*, tak lupa peneliti kembali menayangkan video pendek berjudul “ dari perspektif nini, penyintas *toxic relationship*” dan meminta 5 sampel siswi untuk mengamati dan menjelaskan kembali apa makna yang terkandung dalam video pendek tersebut.

Kegiatan diawali dengan meminta anggota kelompok duduk melingkar dan berdoa bersama, lalu dilanjutkan dengan pengenalan masing-masing anggota kelompok untuk menjalin hubungan hangat sesama anggota kelompok, kemudian dilanjutkan dengan penjelasan mengenai konseling kelompok beserta prosedurnya, anggota kelompok memulai membahas topik permasalahan *Toxic Relationship* yang dialami, sekaligus peneliti menayangkan video sebagai media modellingnya dan anggota kelompok menyimak lalu menjelaskan kembali apa yang didapat dari video tersebut, Sesi kedua, pada sesi ini mulai menayangkan film pendek yang berjudul *toxic relationship* dan anggota kelompok diminta mengamati hasil dari film pendek tersebut dan menjelaskan kembali apa yang mereka dapat dari film yang telah mereka tonton, Sesi ketiga. Pada sesi ini Kembali menayangkan video pendek tentang *toxic relationship* dan meminta para anggota kelompok untuk menjelaskan kembali kemudian membahas perubahan sikap terhadap peserta didik selama mengalami proses konseling.

Dalam penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon*

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, hasilnya menunjukkan bahwa Konseling *Behavioral* dengan teknik *Symbolic Modelling* terbukti efektif dalam mengurangi hubungan *toxic relationship* pada siswa menengah kejuruan. Sebelum menjalani perlakuan konseling, siswa-siswa tersebut memiliki hasil *pre-test* dengan total skor 295 dan rata-rata 59 yang masuk dalam kategori sedang. Namun, setelah mengikuti Konseling *Behavioral* dengan teknik *Symbolic Modelling*, hasil *post-test* menunjukkan total skor 211 dan rata-rata 42,2 yang masuk dalam kategori rendah.

Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan Z hitung sebesar -2,032 dengan signifikansi 0,042. Karena nilai signifikansi (2-tailed) 0,042 lebih kecil dari 0,05, hipotesis alternatif (H_a) diterima sementara hipotesis nol (H_o) ditolak. Ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan setelah penerapan konseling *behavioral* dengan teknik *symbolic modelling*, menandakan bahwa metode ini efektif dalam mengurangi hubungan *toxic relationship* pada siswa menengah kejuruan.

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian di SMK Negeri 1 Mesuji Raya yang telah peneliti lakukan, maka dapat direkomendasikan beberapa saran yaitu, untuk guru bk, diharapkan dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling terutama perlakuan konseling *behavioral* dengan teknik *symbolic modelling* sebagai upaya dalam mereduksi hubungan *toxic relationship* siswa. bagi siswa, hendaknya meninggalkan hubungan *toxic relationship* jika siswa sudah masuk kedalam hubungan tersebut, agar siswa juga bisa fokus sekolah tanpa merasa tertekan jika sudah masuk kedalam hubungan beracun tersebut, karena jika sudah masuk ke hubungan *Toxic Relationship* siswa akan merasa tidak nyaman karena adanya posesif dari pacarnya. bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi acuan mengenai rangkaian penelitian yang dilakukan yang gunanya untuk penelitian selanjutnya peneliti merekomendasikan topik permasalahan mengenai efektivitas konseling *behavioral* dengan Teknik sosiodrama untuk mengurangi hubungan *toxic relationship* mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- ady, D. A. (2022). *Self Esteem* Sebagai Prediktor Terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* Pada Dewasa Awal Yang Berpacaran. 31.
- Alwi, A. (2018). WCC Palembang Catat 10 Kasus Kekerasan Dalam Pacaran. Jawapos.Com. Diakses pada 3 Maret 2024 pukul 10.00 <http://www.jawapos.com/jpg-today/06/11/2018/wcc-palembang-catat-10-kasus-kekerasan-dalam-pacaran/>
- Artika Setiawati, T. S. (2021). Layanan Konseling Kelompok Berbasis Daring Dengan Pendekatan *Behavioral* Terhadap Kedisiplinan Pada Siswa Mts Kelas Vii. *Fokus*, 487.
- Erfan Ramadhani, E. S. (2021). Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas Xi Smk. *Quanta*, 59.

- Irvan Usman, M. P. (2017). Teknik Modeling Simbolis Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling. *Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Revitalisasi Laboratorium Dan Jurnal Ilmiah Dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan Dan Konseling*, 85.
- Kadek Lastrini, I. W. (2019). Pengaruh Konseling *Behavioral* Dengan Teknik Modeling Melalui Lesson Study Terhadap *Self Exhibition*. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 34.
- Laily Mufarrikhatul Fauziah, E. K. (2023). Pengaruh Harga Diri Terhadap *Toxic Relationship* Mahasiswa, Staima Al-Hikam, Malang. *Afeksi Jurnal Psikologi*, 41.
- Nadia Nurul Saskia, ,. F. (2023). Perilaku *Toxic Relationship* Terhadap Kesehatan Remaja. *Window Of Public Health Journal*, 526.
- Nasrina Nur Fahmi, S. (2016). Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Smk Negeri 1 Depok Sleman. *Jurnal Hisbah*, 71.
- Nasrina Nur Fahmi, S. (2016). Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Smk Negeri 1 Depok Sleman. 70.
- Rizai, M. (2021). Konseling Kelompok Dengan Teknik *Biblioterapi* Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Anak Sebuah Kajian Literatur. 109.
- Siti Aisyah Br Purba, Y. A. (2023). Pendekatan *Behavioral* Dengan Teknik Modeling. *Jurnal Pendidikan Tambusai*.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Kedua Ed.). (S. M. Dr.Ir. Sutopo, Ed.) Bandung: Alfabeta.
- Syska Purnama Sari, M. I. (2020). Konseling Kelompok Singkat Berorientasi Solusi Menggunakan Media Boneka Untuk Mengurangi Agresivitas Siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 149.
- Very Julianto, R. A. (2020). Hubungan Antara Harapan Dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan Pada Orang Yang Mengalami *Toxic Relationship* Dengan Kesehatan Psikologis.