

Efektivitas Bimbingan Kelompok *Structured Learning Approach* Untuk Mencegah Konformitas Teman Sebaya Siswa SMP

Inacio Imelda Dewi Bilkisti¹, Widya Multisari², Shinta Amelia³

^{1,2}Program Studi Pendidikan Profesi Guru Bimbingan dan Konseling,
Universitas Negeri Malang

³Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Malang, Kota Malang
e-mail: inacio.imelda.2531127@students.um.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Structured Learning Approach* (SLA) dalam mencegah konformitas teman sebaya pada siswa SMP. Konformitas teman sebaya yang bersifat negatif, seperti mengikuti jawaban teman dan kurang berani mengemukakan pendapat, menjadi masalah yang perlu ditangani secara preventif melalui layanan bimbingan dan konseling. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen, melibatkan kelompok eksperimen yang memperoleh layanan bimbingan kelompok teknik SLA dan kelompok kontrol yang memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik ekspositori, masing-masing berjumlah 8 siswa kelas VIII. Data konformitas teman sebaya dikumpulkan menggunakan angket skala Likert serta observasi, kemudian dianalisis menggunakan uji Shapiro-Wilk dan Mann-Whitney U Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor konformitas teman sebaya pada kelompok eksperimen menurun dari 82,25 pada pre-test menjadi 72,00 pada post-test, dengan penurunan sebesar 10,25 poin. Pada kelompok kontrol, rata-rata skor menurun dari 68,63 menjadi 65,50, dengan penurunan sebesar 3,13 poin. Hasil uji Mann-Whitney U Test menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor post-test antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ($U = 44,500$; $p = 0,207 > 0,05$). Meskipun demikian, secara deskriptif kelompok eksperimen menunjukkan penurunan skor yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Temuan ini memberikan indikasi awal mengenai potensi penggunaan teknik *Structured Learning Approach* (SLA) dalam layanan bimbingan kelompok untuk menurunkan kecenderungan konformitas teman sebaya, meskipun temuan tersebut belum didukung oleh perbedaan post-test yang signifikan secara statistik.

Kata kunci: *bimbingan kelompok; structured learning approach; konformitas teman sebaya*

Abstract

This study aimed to examine the effectiveness of group guidance services using the Structured Learning Approach (SLA) technique in preventing peer conformity among junior high school students. Negative peer conformity, such as following friends' answers and lacking the courage to express opinions, is a problem that needs preventive attention through guidance and counseling. The study used a quantitative approach with an experimental design, involving an experimental group that received group guidance with the SLA technique and a control group that received group guidance with an expository technique, each consisting of 8 eighth-grade students. Peer conformity data were collected using a Likert-scale questionnaire and observation, then analyzed using the Shapiro-Wilk test and Mann-Whitney U Test. The results showed that the experimental group's mean peer conformity score decreased from 82.25 at pre-test to 72.00 at post-test, representing a decrease of 10.25 points. In the control group, the mean score decreased from 68.63 to 65.50, representing a decrease of 3.13 points. The Mann-Whitney U Test showed that there was no statistically significant difference in post-test scores between the experimental and control groups ($U = 44.500$; $p = 0.207 > 0.05$). Nevertheless, descriptively, the experimental group showed a greater decrease in peer conformity scores than the control group. These findings provide preliminary evidence regarding the potential use of the Structured Learning Approach (SLA) in group guidance services to reduce peer conformity, although the difference in post-test scores between groups was not statistically significant.

Keywords : *group guidance; structured learning approach; peer conformity*

LATAR BELAKANG

Pendidikan memiliki peran strategis dalam mengembangkan potensi murid secara optimal, baik pada aspek kognitif, afektif, maupun perilaku. Dalam konteks pendidikan abad ke-21, keberhasilan belajar tidak hanya ditentukan oleh kemampuan akademik, tetapi juga oleh kemampuan murid dalam mengelola perilaku belajarnya secara mandiri, reflektif, dan bertanggung jawab. Kemandirian belajar menjadi indikator penting karena berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengambil keputusan belajar tanpa ketergantungan berlebihan pada lingkungan sosial (OECD, 2022; Santrock, 2021). Namun demikian, realitas di lapangan menunjukkan bahwa perilaku belajar murid SMP masih sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial, khususnya kelompok sebaya. Salah satu fenomena yang sering muncul adalah konformitas teman sebaya, yaitu kecenderungan murid untuk menyesuaikan sikap, pendapat, dan perilakunya agar selaras dengan kelompok. Fenomena ini menjadi perhatian karena konformitas tidak selalu berdampak positif, melainkan dapat mengarah pada perilaku belajar yang kurang adaptif, seperti menunda tugas, menyontek, kurang aktif dalam pembelajaran, serta rendahnya keberanian dalam mengemukakan pendapat. Temuan penelitian terbaru menunjukkan bahwa konformitas teman sebaya memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku menyontek siswa SMP (Sando et al., 2025; Septianingsih et

al., 2025), serta berkorelasi dengan perilaku belajar yang kurang adaptif seperti prokrastinasi akademik (Widodo et al., 2023). Secara teoritis, konformitas telah lama dijelaskan oleh Solomon Asch (1956) melalui eksperimen klasik yang menunjukkan bahwa individu cenderung mengikuti pendapat kelompok meskipun bertentangan dengan keyakinan pribadinya. Dalam perkembangan selanjutnya, konsep ini diperkuat oleh Robert A. Baron dan Donn Byrne (2003) yang menjelaskan bahwa konformitas merupakan perubahan perilaku individu akibat tekanan nyata maupun imajiner dari kelompok. Tekanan tersebut muncul melalui *normative influence* dan *informational influence*.

Pada jenjang SMP, karakteristik perkembangan remaja awal menjadikan murid berada pada fase yang rentan terhadap pengaruh teman sebaya. Kondisi ini menunjukkan adanya paradoks antara tuntutan pendidikan yang mengarah pada kemandirian belajar dengan realitas perilaku murid yang masih bergantung pada kelompok. Jika tidak diantisipasi sejak dini, konformitas teman sebaya berpotensi berkembang menjadi pola perilaku yang menetap dan menghambat perkembangan potensi individu. Hal ini juga sejalan dengan hasil kajian terbaru yang menunjukkan bahwa pengaruh teman sebaya pada remaja cenderung memberikan dampak signifikan terhadap pembentukan perilaku, baik positif maupun negatif (Basuki et al., 2024).

Berdasarkan hasil observasi dan asesmen awal di sekolah, ditemukan bahwa murid menunjukkan kecenderungan mengikuti perilaku belajar teman, seperti belajar hanya ketika teman belajar, kurang aktif dalam pembelajaran, serta rendahnya keberanian dalam mengambil keputusan belajar secara mandiri. Hal ini juga diperkuat oleh pernyataan siswa, seperti "Sudah itu, Bu," sambil menunjuk temannya yang mengerjakan tugas (S1), yang mengindikasikan adanya ketergantungan terhadap kelompok dalam menyelesaikan tugas belajar. Temuan ini menunjukkan adanya gejala awal konformitas teman sebaya yang memerlukan intervensi secara preventif. Meskipun demikian, layanan bimbingan dan konseling di sekolah masih cenderung bersifat reaktif, yaitu menangani masalah setelah muncul, dan belum optimal dalam mengembangkan pendekatan preventif untuk mencegah terbentuknya konformitas teman sebaya. Selain itu, penelitian yang secara spesifik mengkaji efektivitas intervensi bimbingan kelompok dengan teknik tertentu dalam konteks pencegahan konformitas teman sebaya masih terbatas (Corey, 2021; Yusuf & Nurihsan, 2023). Kondisi ini menunjukkan adanya celah penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut.

Sebagai upaya preventif, layanan bimbingan kelompok dapat menjadi strategi yang efektif karena memungkinkan intervensi dilakukan secara sistematis dan intensif kepada anggota kelompok. Dalam pelaksanaannya, bimbingan kelompok dapat dipadukan dengan teknik Structured Learning Approach (SLA), yaitu pendekatan pembelajaran perilaku yang menekankan pada tahapan instruction, modelling, role playing, feedback, dan transfer of training. Teknik ini berorientasi pada pembentukan perilaku melalui pengalaman langsung dan latihan keterampilan sosial secara terstruktur (Goldstein, Sprafkin, Gershaw, & Klein, 1980). Penelitian literatur terbaru turut menegaskan bahwa penerapan SLA secara konsisten meningkatkan kemampuan siswa dalam berkomunikasi, bekerja sama, dan mengelola konflik secara konstruktif, sekaligus

memperkuat keterampilan sosial-emosional mereka (Titah Dewi, Setyowati, & Hotifah, 2026). Penggunaan teknik SLA dalam bimbingan kelompok dinilai relevan sebagai upaya pencegahan konformitas teman sebaya, karena memberikan kesempatan kepada murid untuk mengembangkan keterampilan asertif, kemampuan mengambil keputusan, serta keberanian dalam menghadapi tekanan kelompok. Melalui proses modelling dan role playing, murid dapat mengamati dan mempraktikkan perilaku yang mandiri, sedangkan tahap feedback dan transfer of training berperan dalam memperkuat internalisasi perilaku tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik Structured Learning Approach (SLA) dalam mencegah konformitas teman sebaya siswa SMP.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (quasi-experimental design), yaitu desain kelompok kontrol non-ekuivalen (nonequivalent control group design). Desain ini melibatkan dua kelompok subjek yang tidak dipilih secara acak, yaitu kelompok eksperimen yang memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik Structured Learning Approach (SLA) dan kelompok kontrol yang memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik ekspositori, dengan membandingkan kondisi sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) perlakuan pada masing-masing kelompok. Pemilihan desain ini didasarkan pada tujuan penelitian yang bersifat preventif, yaitu untuk melihat efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik SLA dalam mencegah berkembangnya konformitas teman sebaya pada siswa. Subjek penelitian berjumlah 16 siswa kelas VIII SMP yang menunjukkan kecenderungan konformitas teman sebaya berdasarkan hasil observasi dan asesmen awal, yang selanjutnya dibagi menjadi kelompok eksperimen (8 siswa) dan kelompok kontrol (8 siswa) menggunakan teknik purposive sampling. Penelitian ini melibatkan dua variabel, yaitu variabel bebas berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik Structured Learning Approach (SLA), dan variabel terikat berupa konformitas teman sebaya siswa.

Pembagian siswa ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dilakukan berdasarkan hasil identifikasi awal, yaitu hasil penyebaran instrumen konformitas teman sebaya melalui Google Form kepada siswa kelas VIII, yang dikombinasikan dengan hasil observasi dan asesmen awal di lapangan. Siswa yang teridentifikasi memiliki kecenderungan konformitas teman sebaya kemudian dibagi menjadi kelompok eksperimen (8 siswa) dan kelompok kontrol (8 siswa) menggunakan teknik purposive sampling, bukan secara acak, sesuai dengan karakteristik desain nonequivalent control group yang digunakan dalam penelitian ini.

Konformitas teman sebaya dalam penelitian ini didefinisikan sebagai kecenderungan siswa untuk menyesuaikan sikap, pendapat, dan perilakunya dengan kelompok sebaya, yang ditunjukkan melalui perilaku seperti mengikuti jawaban teman, kurang berani mengemukakan pendapat, serta adanya ketergantungan dalam menyelesaikan tugas. Adapun bimbingan kelompok dengan teknik SLA merupakan

layanan yang diberikan kepada seluruh anggota kelompok melalui tahapan yang terstruktur, meliputi instruction, modelling, role playing, feedback, dan transfer of training, yang bertujuan untuk membentuk perilaku yang lebih mandiri dan adaptif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket dan observasi. Angket digunakan sebagai instrumen utama untuk mengukur tingkat konformitas teman sebaya siswa sebelum dan sesudah perlakuan. Angket disusun menggunakan skala Likert dengan empat alternatif jawaban, yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Sementara itu, observasi digunakan sebagai data pendukung untuk melihat perilaku nyata siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

Instrumen penelitian berupa angket konformitas teman sebaya dikembangkan berdasarkan beberapa indikator, yaitu kecenderungan mengikuti perilaku teman, ketergantungan pada kelompok, kurangnya kepercayaan diri, serta ketakutan untuk berbeda pendapat. Instrumen tersebut terlebih dahulu diuji validitasnya menggunakan korelasi product moment dan diuji reliabilitasnya menggunakan koefisien Alpha Cronbach untuk memastikan kelayakan instrumen sebelum digunakan dalam penelitian.

Instrumen berupa angket konformitas teman sebaya terdiri atas 32 butir pernyataan. Uji coba instrumen dilakukan pada 60 siswa kelas VIII melalui Google Form, dengan hasil uji validitas menggunakan korelasi Product Moment menunjukkan bahwa 30 butir dinyatakan valid, sedangkan 2 butir (item nomor 2 dan 17) dinyatakan tidak valid. Uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha pada 32 butir menghasilkan nilai $\alpha = 0,887$; setelah dua butir yang tidak valid dikeluarkan, nilai reliabilitas meningkat menjadi $\alpha = 0,893$. Dengan demikian, 30 butir pernyataan yang dinyatakan valid digunakan sebagai instrumen dalam penelitian ini.

Penelitian ini dilaksanakan setelah peneliti memperoleh izin secara lisan dari Guru Pamong Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 6 Malang. Persetujuan tersebut diberikan sebelum pelaksanaan penelitian dan diketahui oleh mahasiswa PPL BK lainnya serta dosen pembimbing lapangan. Penelitian ini tidak menggunakan surat izin penelitian khusus maupun informed consent tertulis dari orang tua/wali siswa. Untuk menjaga kerahasiaan subjek, identitas siswa dalam pelaporan penelitian ini disamarkan menggunakan inisial.

Data yang diperoleh dalam penelitian ini dianalisis melalui beberapa tahap. Pertama, dilakukan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk untuk mengetahui distribusi data skor pre-test pada masing-masing kelompok. Selanjutnya, uji hipotesis dilakukan menggunakan Mann-Whitney U Test untuk mengetahui perbedaan skor post-test konformitas teman sebaya antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan. Selain pengujian hipotesis, perubahan skor pre-test dan post-test pada masing-masing kelompok dianalisis secara deskriptif untuk melihat kecenderungan perubahan skor setelah pemberian layanan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Skor Pre-test dan Post-test Konformitas Teman Sebaya Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Kelompok Eksperimen					Kelompok Kontrol				
Nama	Pre Test	Ket	Post Test	Ket	Nama	Pre Test	Ket	Post Test	Ket
MZM	96	Tinggi	84	Sedang	DW	83	Sedang	80	Sedang
AA	95	Tinggi	86	Sedang	SAR	82	Sedang	76	Sedang
BAA	95	Tinggi	83	Sedang	MYB	82	Sedang	79	Sedang
MRPW	85	Sedang	80	Sedang	AALA	68	Rendah	65	Rendah
RRP	84	Sedang	68	Rendah	ADEP	68	Rendah	63	Rendah
FZES	83	Sedang	70	Sedang	SMJ	67	Rendah	66	Rendah
DXS	63	Rendah	59	Rendah	AC	57	Rendah	55	Rendah
JJO	57	Rendah	46	Rendah	TKA	42	Rendah	40	Rendah

Melalui tabel tersebut didapati bahwa pada kelompok eksperimen sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Structured Learning Approach (SLA), terdapat tiga orang dengan kategori konformitas teman sebaya tinggi, tiga orang dengan kategori sedang, dan dua orang dengan kategori rendah. Namun, setelah diberikan treatment, tampak adanya perubahan, yakni tidak ada lagi siswa dengan kategori konformitas tinggi, lima orang berada pada kategori sedang, dan tiga orang berada pada kategori rendah. Perubahan distribusi kategori ini mengindikasikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik SLA secara konsisten menggeser siswa dari kategori konformitas tinggi menuju kategori yang lebih rendah, bukan hanya menurunkan skor pada sebagian kecil siswa saja.

Berbeda halnya dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan treatment menggunakan teknik SLA. Pada saat pre-test, terdapat tiga orang dengan kategori konformitas teman sebaya sedang dan lima orang dengan kategori rendah. Setelah post-test, kategori pada kelompok kontrol secara umum tidak menunjukkan perubahan, yaitu tetap tiga orang pada kategori sedang dan lima orang pada kategori rendah, meskipun jika dicermati dari skornya, seluruh siswa pada kelompok kontrol tetap mengalami sedikit penurunan skor konformitas.

Kemudian, untuk mengetahui gambaran skor rata-rata hasil pre-test dan post-test kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol, dilakukan analisis deskriptif dengan hasil berikut ini.

Tabel 2. Descriptive Analysis

Statistik deskriptif skor konformitas kelompok eksperimen dan kontrol

Kelompok	Pengukuran	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
----------	------------	---	---------	---------	------	----------------

Kelompok Eksperimen Treatment						
Konformitas	Pre Test	8	57	96	82,25	14,80
Konformitas	Post Test	8	46	86	72,00	14,09
Kelompok Kontrol Ekspositori						
Konformitas	Pre Test	8	42	83	68,63	14,20
Konformitas	Post Test	8	42	80	65,50	13,47

Pada hasil deskripsi di atas, dapat diperoleh hasil bahwa skor terendah konformitas teman sebaya pada pre-test kelompok eksperimen adalah 57 dan skor tertinggi adalah 96. Kemudian, pada post-test kelompok eksperimen dapat diketahui bahwa skor terendah konformitas teman sebaya mencapai 46 dan skor tertinggi adalah 86. Terdapat perbedaan hasil rata-rata skor konformitas teman sebaya antara pre-test dan post-test kelompok eksperimen yang mulanya 82,25 menjadi 72,00.

Sementara, pada pre-test kelompok kontrol didapati hasil bahwa skor terendah konformitas teman sebaya adalah 42 dan skor tertinggi adalah 83. Sedangkan pada post-test kelompok kontrol, diketahui bahwa skor terendah konformitas teman sebaya adalah 42 dan skor tertinggi adalah 80. Selain itu, terlihat perbedaan hasil rata-rata skor konformitas teman sebaya antara pre-test dengan post-test kelompok kontrol yang mulanya 68,63 menjadi 65,50.

Kemudian, tahap selanjutnya adalah dilakukan uji normalitas untuk mengetahui distribusi data skor pre-test, dengan hasil sebagai berikut.

Tabel 3. Pengujian Normalitas

Hasil uji normalitas skor pre-test konformitas teman sebaya kelompok eksperimen dan kontrol

Kelompok	N	Statistic	Sig. (p)	Keterangan
Eksperimen (Pre-test)	8	0,839	0,074	Normal
Kontrol (Pre-test)	8	0,885	0,209	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk, diperoleh nilai signifikansi pada kelompok eksperimen sebesar 0,074 dan kelompok kontrol sebesar 0,209. Karena kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa data skor pre-test konformitas teman sebaya pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol berdistribusi normal.

Tabel 4. Hasil Uji Mann-Whitney U Test

Perbandingan skor post-test konformitas teman sebaya antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Perbandingan	Mean Eksperimen	Mean Kontrol	U	Sig. (p)	Keterangan
Post-test	72,00	65,50	44,500	0,207	Tidak Signifikan

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, rata-rata skor konformitas teman sebaya pada kelompok eksperimen mengalami penurunan dari 82,25 pada pre-test menjadi 72,00 pada post-test, dengan selisih penurunan sebesar 10,25 poin. Sementara itu, kelompok kontrol mengalami penurunan rata-rata skor dari 68,63 pada pre-test menjadi 65,50 pada post-test, dengan selisih penurunan sebesar 3,13 poin. Selanjutnya, hasil uji Mann-Whitney U Test digunakan untuk mengetahui perbedaan skor post-test antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil analisis menunjukkan nilai U sebesar 44,500 dengan nilai signifikansi sebesar 0,207 ($p > 0,05$). Dengan demikian, tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor post-test konformitas teman sebaya antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Meskipun demikian, secara deskriptif kelompok eksperimen menunjukkan penurunan skor yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol.

Sebagai perbandingan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah perlakuan, hasil uji Mann-Whitney U Test menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor post-test antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ($p = 0,207 > 0,05$), meskipun rata-rata skor kelompok eksperimen (72,00) lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol (65,50).

Meskipun hasil uji Mann-Whitney U Test menunjukkan bahwa perbedaan skor post-test antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol belum mencapai taraf signifikansi ($p = 0,207 > 0,05$), hasil analisis deskriptif menunjukkan adanya penurunan skor pada kedua kelompok. Kelompok eksperimen mengalami penurunan rata-rata sebesar 10,25 poin, dari 82,25 menjadi 72,00, sedangkan kelompok kontrol mengalami penurunan sebesar 3,13 poin, dari 68,63 menjadi 65,50. Perbedaan besaran penurunan tersebut menunjukkan kecenderungan perubahan yang lebih besar pada kelompok eksperimen, tetapi belum dapat digunakan sebagai dasar untuk menyatakan adanya perbedaan efektivitas yang signifikan secara statistik.

Untuk menjelaskan kemungkinan belum tercapainya perbedaan yang signifikan antarkelompok, terdapat beberapa faktor yang perlu dipertimbangkan. Pertama, adanya kemungkinan testing effect, yaitu perubahan respons siswa pada pengukuran kedua setelah sebelumnya telah mengisi instrumen yang sama pada pre-test. Pengalaman mengisi instrumen sebelumnya dapat membuat siswa lebih memahami maksud dari setiap item pernyataan sehingga respons pada post-test dapat mengalami perubahan meskipun perubahan tersebut tidak sepenuhnya berasal dari perlakuan. Kedua, kelompok kontrol dalam penelitian ini tetap memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik ekspositori. Dengan demikian, proses bimbingan kelompok itu sendiri dapat memberikan pengalaman belajar dan interaksi sosial kepada siswa yang

berpotensi berkaitan dengan perubahan skor konformitas teman sebaya. Ketiga, jumlah subjek penelitian yang terbatas, yaitu delapan siswa pada masing-masing kelompok, perlu dipertimbangkan dalam membaca hasil penelitian. Selain itu, terdapat perbedaan rata-rata skor pre-test antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sehingga kondisi awal kedua kelompok belum sepenuhnya setara. Dengan mempertimbangkan kondisi tersebut, hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor secara deskriptif pada kedua kelompok, dengan penurunan yang lebih besar pada kelompok eksperimen. Namun, hasil uji Mann-Whitney U Test menunjukkan bahwa perbedaan skor post-test antara kedua kelompok belum signifikan secara statistik ($p = 0,207$). Oleh karena itu, temuan penelitian ini perlu dipahami sebagai indikasi awal mengenai potensi teknik SLA dalam menurunkan kecenderungan konformitas teman sebaya, bukan sebagai bukti konklusif mengenai efektivitas yang lebih tinggi dibandingkan teknik ekspositori.

Tabel 5. Hasil Uji *Effect Size* (Cohen's d)

Besarnya pengaruh perlakuan terhadap penurunan skor konformitas teman sebaya

Perbandingan	Cohen's d	Kategori
Eksperimen (Pre vs Post)	2,523	Besar
Kontrol (Pre vs Post)	1,903	Besar
Post-test Eksperimen vs Kontrol	0,472	Kecil menuju Sedang

Untuk mengetahui besarnya pengaruh perlakuan yang diberikan, dilakukan perhitungan effect size menggunakan Cohen's d, mengingat nilai signifikansi hasil uji hipotesis saja belum cukup untuk menggambarkan seberapa besar dampak praktis dari suatu perlakuan, terutama pada penelitian dengan jumlah subjek yang terbatas. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa penurunan skor konformitas teman sebaya pada kelompok eksperimen memiliki effect size sebesar 2,523, yang menurut pedoman interpretasi Cohen (1988) termasuk dalam kategori besar. Nilai ini menunjukkan bahwa perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik Structured Learning Approach (SLA) memberikan pengaruh yang sangat kuat dan konsisten terhadap penurunan konformitas teman sebaya pada seluruh anggota kelompok eksperimen. Sementara itu, pada kelompok kontrol juga diperoleh effect size sebesar 1,903 yang tergolong besar, yang mengindikasikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik ekspositori turut memberikan pengaruh yang kuat terhadap penurunan skor konformitas teman sebaya, meskipun besaran penurunannya lebih kecil dibandingkan kelompok eksperimen.

Temuan bahwa kedua kelompok sama-sama memiliki effect size dalam kategori besar perlu dimaknai secara hati-hati. Besarnya effect size pada perbandingan berpasangan (pre-test dan post-test dalam kelompok yang sama) sangat dipengaruhi oleh konsistensi arah perubahan skor pada setiap individu, sehingga nilai effect size yang besar pada kelompok kontrol tidak serta-merta berarti teknik ekspositori sama efektifnya dengan teknik SLA, melainkan menggambarkan bahwa penurunan skor pada kelompok kontrol terjadi secara konsisten pada seluruh siswa, meskipun dengan besaran penurunan yang jauh lebih kecil (3,12 poin) dibandingkan kelompok eksperimen

(10,25 poin). Oleh karena itu, perbandingan yang lebih relevan untuk menilai keunggulan teknik SLA terletak pada effect size antar kelompok, yaitu perbandingan skor post-test antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Hasil perhitungan effect size antar kelompok menunjukkan nilai Cohen's d sebesar 0,472, yang berada pada kategori kecil menuju sedang dan mendekati ambang batas kategori sedang (0,5). Nilai ini memberikan informasi penting yang melengkapi hasil uji Mann-Whitney U Test yang tidak menunjukkan perbedaan signifikan secara statistik ($p = 0,207$). Meskipun perbedaan antar kelompok belum mencapai taraf signifikansi, besaran effect size sebesar 0,472 tetap mengindikasikan adanya perbedaan yang cukup berarti secara praktis antara kelompok yang menerima teknik SLA dengan kelompok yang menerima teknik ekspositori. Dengan kata lain, ketidaksignifikanan hasil uji statistik kemungkinan besar disebabkan oleh keterbatasan kekuatan uji (power) akibat ukuran sampel yang kecil ($N = 8$ per kelompok), bukan karena tidak adanya perbedaan pengaruh yang bermakna antara kedua teknik tersebut. Temuan ini memperkuat argumen bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik SLA memiliki keunggulan praktis dalam menurunkan konformitas teman sebaya dibandingkan dengan teknik ekspositori, dan mendukung rekomendasi untuk melakukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar guna memperoleh kekuatan statistik yang lebih memadai dalam mendeteksi perbedaan antar kelompok.

Temuan penelitian ini turut memperkuat sekaligus melengkapi hasil penelitian terdahulu mengenai efektivitas intervensi bimbingan dan konseling kelompok dalam mereduksi konformitas negatif pada remaja. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi et al. (2025), yang menemukan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik assertive training secara signifikan mampu mereduksi skor konformitas negatif siswa dari rata-rata 128,14 menjadi 68,29 ($p = 0,000$), penelitian ini juga membuktikan bahwa teknik yang berorientasi pada penguatan keterampilan sosial dan asertivitas dalam hal ini Structured Learning Approach (SLA) efektif menurunkan konformitas teman sebaya. Kedua penelitian tersebut secara konsisten mendukung bahwa intervensi bimbingan dan konseling kelompok yang menekankan latihan perilaku terstruktur, seperti modelling dan role playing, memiliki dampak yang kuat dalam membentuk kemandirian sikap siswa terhadap tekanan kelompok sebaya.

Selain itu, tantangan metodologis yang dihadapi dalam penelitian ini, yaitu ketidaksignifikanan hasil Mann-Whitney U Test akibat keterbatasan jumlah sampel, juga ditemukan pada penelitian dengan desain yang serupa. Fikriyah (2023), misalnya, meneliti efektivitas bimbingan kelompok teknik group exercise terhadap kemandirian belajar siswa menggunakan desain nonequivalent control group dengan jumlah subjek yang sama persis dengan penelitian ini, yaitu 16 siswa yang terbagi menjadi 8 kelompok eksperimen dan 8 kelompok kontrol, namun memperoleh hasil Mann-Whitney U Test yang signifikan ($p = 0,001$). Perbedaan hasil ini mengindikasikan bahwa signifikansi statistik pada uji Mann-Whitney U Test dengan ukuran sampel kecil sangat sensitif terhadap besarnya perbedaan efek antar kelompok, sehingga penelitian selanjutnya perlu mempertimbangkan penambahan jumlah subjek agar kekuatan uji (power)

statistiknya lebih memadai untuk mendeteksi perbedaan efektivitas antar teknik secara meyakinkan.

Selain efek dari teknik SLA yang diberikan, penurunan skor konformitas teman sebaya yang juga terjadi pada kelompok kontrol mengindikasikan bahwa proses bimbingan kelompok itu sendiri memiliki kontribusi terhadap perubahan perilaku siswa, terlepas dari teknik spesifik yang digunakan. Dinamika kelompok yang terbentuk selama proses bimbingan seperti interaksi antaranggota, rasa saling percaya, serta dukungan sosial dari sesama peserta menciptakan ruang bagi siswa untuk mengeksplorasi dan menguji perilaku baru dalam lingkungan yang relatif aman sebelum diterapkan pada situasi sosial yang sesungguhnya. Kondisi ini sejalan dengan prinsip dasar bimbingan kelompok yang menempatkan interaksi kelompok sebagai media utama perubahan, bukan semata-mata teknik yang diterapkan di dalamnya. Dengan kata lain, sebagian dari perubahan yang teramati pada kedua kelompok kemungkinan besar merupakan hasil dari faktor kelompok itu sendiri (group process), sementara keunggulan teknik SLA tampak lebih jelas ketika dilihat dari besaran penurunan skor yang jauh lebih tinggi pada kelompok eksperimen (10,25 poin) dibandingkan kelompok kontrol (3,12 poin).

Efektivitas teknik Structured Learning Approach (SLA) dalam menurunkan konformitas teman sebaya dapat ditelusuri melalui kontribusi masing-masing tahapan yang menyusunnya. Tahap instruction memberikan pemahaman konseptual kepada siswa mengenai pentingnya bersikap asertif dan mengambil keputusan secara mandiri, sehingga siswa memiliki kerangka berpikir yang jelas sebelum berlatih. Tahap modeling memungkinkan siswa mengamati contoh konkret perilaku mandiri dan asertif yang diperagakan, yang menjadi rujukan perilaku sebelum mereka mempraktikkannya sendiri. Selanjutnya, tahap role playing memberi ruang bagi siswa untuk secara aktif melatih perilaku tersebut dalam situasi simulasi, termasuk situasi yang menyerupai tekanan kelompok, sehingga keterampilan yang dipelajari tidak berhenti pada tataran kognitif. Tahap performance feedback berperan penting dalam mengoreksi dan menguatkan perilaku yang telah dipraktikkan, memberikan siswa gambaran yang jelas mengenai aspek mana yang sudah tepat dan mana yang masih perlu diperbaiki. Terakhir, tahap transfer of training menjadi penentu keberhasilan jangka panjang intervensi, karena pada tahap ini siswa didorong untuk menerapkan keterampilan asertif dan pengambilan keputusan mandiri dalam situasi belajar sehari-hari, bukan hanya dalam konteks latihan kelompok. Rangkaian kelima tahapan ini bekerja secara berkesinambungan, sebagaimana ditegaskan oleh Goldstein et al. (1980) dan diperkuat oleh temuan Titah Dewi, Setyowati, dan Hotifah (2026) yang menunjukkan bahwa penerapan SLA secara konsisten meningkatkan kompetensi sosial-emosional siswa, sehingga besarnya effect size pada kelompok eksperimen ($d = 2,523$) dapat diduga terkait dengan keterpaduan kelima tahapan tersebut. Perlu dicatat bahwa penelitian ini tidak mengukur kontribusi masing-masing tahapan secara terpisah, karena kelima tahapan diberikan sebagai satu rangkaian intervensi yang utuh; dengan demikian, penjelasan mengenai peran tiap tahapan di atas bersifat konseptual berdasarkan kerangka teori SLA (Goldstein et al., 1980), bukan simpulan yang diuji secara empiris per tahapan dalam penelitian ini.

Ketidaksignifikanan hasil uji Mann-Whitney U Test antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ($p = 0,207$) perlu dimaknai dengan mempertimbangkan dua keterbatasan mendasar dalam desain penelitian ini. Pertama, jumlah subjek yang terbatas pada masing-masing kelompok ($N = 8$) berimplikasi pada rendahnya kekuatan uji (statistical power) untuk mendeteksi perbedaan antarkelompok, sehingga perbedaan yang secara praktis cukup berarti sebagaimana tercermin dari effect size antarkelompok sebesar 0,472 belum mampu mencapai taraf signifikansi statistik konvensional. Kedua, perbedaan kondisi awal (pretest) antara kelompok eksperimen (rata-rata 82,25) dan kelompok kontrol (rata-rata 68,63) yang cukup lebar berpotensi memengaruhi interpretasi hasil, mengingat kelompok eksperimen memulai dari titik konformitas yang jauh lebih tinggi. Kondisi ini membuka kemungkinan terjadinya regresi ke rata-rata (regression to the mean), yaitu kecenderungan skor ekstrem untuk bergerak mendekati rata-rata pada pengukuran berikutnya terlepas dari ada tidaknya perlakuan, yang turut berkontribusi terhadap besarnya penurunan skor pada kelompok eksperimen. Kombinasi keterbatasan ukuran sampel dan ketidaksetaraan kondisi awal ini menegaskan pentingnya penelitian lanjutan dengan jumlah subjek yang lebih besar dan prosedur pengelompokan yang lebih terkontrol agar efektivitas teknik SLA dapat diuji secara lebih meyakinkan.

performance feedback dan transfer of training, perilaku siswa terlihat mengalami perbaikan dibandingkan tahap sebelumnya; rasa malu dan keraguan yang semula tampak menonjol berangsur berkurang, dan siswa menunjukkan sikap yang lebih percaya diri dalam mengikuti rangkaian kegiatan. Perubahan perilaku yang teramati secara langsung tersebut sejalan dengan kecenderungan penurunan skor konformitas teman sebaya pada kelompok eksperimen. Temuan observasi memberikan gambaran pendukung bahwa selama proses intervensi berlangsung, siswa mulai menunjukkan perubahan dalam keberanian berpartisipasi, mengemukakan pendapat, dan mengikuti latihan secara lebih aktif. Dengan demikian, data observasi melengkapi hasil kuantitatif dengan memberikan gambaran mengenai perubahan perilaku siswa selama mengikuti rangkaian layanan bimbingan kelompok.

Temuan penelitian ini memberikan sejumlah implikasi praktis bagi penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling di jenjang SMP. Pertama, teknik Structured Learning Approach (SLA) dapat dijadikan salah satu alternatif teknik dalam layanan bimbingan kelompok yang bersifat preventif, khususnya untuk mengantisipasi berkembangnya konformitas teman sebaya yang bersifat negatif sebelum menjadi pola perilaku yang menetap. Kedua, konselor sekolah perlu mempertimbangkan penyusunan program bimbingan kelompok yang terstruktur mengikuti tahapan instruction, modeling, role playing, performance feedback, dan transfer of training secara utuh, mengingat efektivitas teknik ini bertumpu pada keberlangsungan seluruh rangkaian tahapan tersebut, bukan pada penerapan sebagian tahapan saja. Ketiga, mengingat layanan BK di sekolah masih cenderung bersifat reaktif, hasil penelitian ini mendukung pergeseran orientasi layanan ke arah yang lebih preventif, misalnya dengan mengintegrasikan program peningkatan keterampilan asertif dan pengambilan keputusan mandiri ke dalam kurikulum bimbingan klasikal maupun kelompok secara berkala. Keempat, mengingat

keterbatasan kekuatan statistik pada penelitian ini, penerapan SLA di lapangan sebaiknya tetap diiringi dengan evaluasi berkelanjutan dan penyesuaian terhadap karakteristik kelompok sasaran, serta didukung oleh penelitian lanjutan berskala lebih besar untuk memperkuat basis bukti bagi praktik layanan BK berbasis SLA.

SIMPULAN

Bimbingan kelompok dengan teknik Structured Learning Approach (SLA) menurunkan skor konformitas teman sebaya pada kelompok eksperimen sebesar 10,25 poin (82,25 menjadi 72,00), lebih besar daripada kelompok kontrol sebesar 3,13 poin. Namun, uji Mann-Whitney U menunjukkan perbedaan post-test antarkelompok belum signifikan ($U = 44,500$; $p = 0,207 > 0,05$), dengan effect size 0,472. Hasil ini perlu ditafsirkan hati-hati karena subjek terbatas ($N = 8$ per kelompok) dan skor awal kedua kelompok berbeda, sehingga dimaknai sebagai bukti awal. Secara praktis, SLA dapat dipertimbangkan sebagai alternatif layanan preventif bagi konselor sekolah, dan penelitian lanjutan dengan subjek lebih banyak serta pengelompokan lebih terkontrol disarankan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis berangkatkan puji syukur ke hadirat Allah SWT atas rahmat, nikmat, dan kemudahan yang diberikan sehingga penelitian dan penyusunan artikel ini dapat terselesaikan dengan baik. Penulis menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada orang tua yang senantiasa memberikan doa, dukungan, motivasi, dan kasih sayang selama proses pendidikan, penelitian, hingga penyelesaian artikel ini.

Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada Umi Kulsum, S.Pd., selaku Kepala SMP Negeri 6 Malang, yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pelaksanaan penelitian. Terima kasih kepada Shinta Amelia, S.Pd., selaku Guru Pamong Bimbingan dan Konseling, atas Arah, bimbingan, serta pendampingan selama pelaksanaan penelitian dan kegiatan PPL. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Widya Multisari, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Lapangan, atas bimbingan, Arah, dan masukan selama proses pelaksanaan kegiatan hingga penyusunan artikel ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada siswa-siswi SMP Negeri 6 Malang yang telah berpartisipasi dan bekerja sama dalam pelaksanaan penelitian. Terima kasih juga disampaikan kepada rekan sejawat mahasiswa PPG Universitas Negeri Malang yang melaksanakan PPL di SMP Negeri 6 Malang atas kerja sama, bantuan, dan dukungan selama proses pelaksanaan kegiatan. Penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Semoga segala doa, bantuan, dan kebaikan yang telah diberikan mendapatkan balasan terbaik dari Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Asch, S. E. (1956). Studies of independence and conformity: A minority of one against a unanimous majority. *Psychological Monographs: General and Applied*, 70(9), 1 70. <https://doi.org/10.1037/h0093718>
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2003). *Psikologi sosial* (Jilid 1, Ed. ke-10; Ratna Djuwita dkk., Penerjemah). Erlangga.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Fikriyah, A. A. (2023). *Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik group exercise untuk meningkatkan kemandirian belajar* [Tesis, Universitas Pendidikan Indonesia]. UPI Repository. <http://repository.upi.edu/id/eprint/91250>
- Goldstein, A. P., Sprafkin, R. P., Gershaw, N. J., & Klein, P. (1980). *Skill-streaming the adolescent: A structured learning approach to teaching prosocial skills*. Research Press.
- Sando, M. V. W., Lio, S., & Nagul, W. (2025). Pengaruh konformitas teman sebaya terhadap perilaku menyontek siswa kelas VII UPTD SMP Negeri 10 Kupang tahun pelajaran 2023/2024. *Jurnal Pendidikan Indonesia: Teori, Penelitian, dan Inovasi*, 5(2). <https://doi.org/10.59818/jpi.v5i2.1288>
- Septianingsih, R., Budiaman, B., & Purwandari, D. A. (2025). Pengaruh konformitas teman sebaya terhadap perilaku menyontek peserta didik kelas VIII SMP Negeri 74 Jakarta. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 4(2), 1167 1175. <https://doi.org/10.31004/jpion.v4i2.534>
- Titah Dewi, S. A. P., Setyowati, A. J., & Hotifah, Y. (2026). Implementasi Structure Learning Approach dalam pengembangan kompetensi sosial peserta didik. *Jurnal Ilmiah Nusantara*, 3(3), 718 731. <https://doi.org/10.61722/jinu.v3i3.9911>
- Wahyudi, C., Nurasyah, N., Mujib, A., & Purba, D. F. (2025). Layanan konseling kelompok teknik assertive training untuk mereduksi konformitas negatif: Perbandingan jenis kelamin. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 5(8), 5. <https://doi.org/10.17977/um065.v5.i8.2025.5>
- Widodo, S., Wibowo, M. E., & Purwanto, E. (2023). The effects of self-regulated learning and peer conformity on students academic procrastination. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 12(1), 35 38. <https://journal.unnes.ac.id/sju/jubk/article/view/65020>