

**LAYANAN KONSELING INDIVIDU  
DALAM MENINGKATKAN *SELF ESTEEM*  
PADA KORBAN BULLIYING DI SMPN 1  
BUMIA YU BREBES**



**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri  
Prof.K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto Untuk  
Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Sosial (S.sos)

**DISUSUN OLEH  
RISKA ANJALAENI  
1917101038**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT  
FAKULTAS DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PROF.K.H. SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO  
2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Riska Anjalaeni  
Jenjang : S1  
Fakultas : Dakwah  
Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat  
Program Studi : Bimbingan dan KOnseling Islam  
Judul : **Layanan Konseling Individu Dalam Meningkatkan  
Self Esteem Pada Korban Bulliyng Di SMPN `1  
Bumiayu**

Menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil aau karya sendiri kecuali bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Purwokerto, 12 Juni 2023



Riska Anjalaeni  
NIM. 1917101038



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK  
INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO  
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

**PENGESAHAN**

**Skripsi Berjudul**

**LAYANAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN  
SELF ESTEEM PADA KORBAN BULLIYING DI SMPN 1  
BUMIAYU BREBES**

Yang disusun oleh Riska Anjalaeni NIM. 1917101038 Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada hari Kamis tanggal **22 Juni 2023** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial (S,Sos)** dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Sekretaris Sidang/Penguji II

Lutfi Faishol M.Pd  
NIP. 199210282019031013

Iif Alfiatul Mukaromah, M.Kom  
NIDN. 0616049501

Penguji Utama

Dr. Aris Saefuloh, M.A  
NIP. 19790125200501001



Mengesahkan,

Purwokerto, ... 27-7-2023 ...  
Dekan,

Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag  
NIP. 19691219 199803 1 001

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah  
UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri  
Di Purwokerto

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

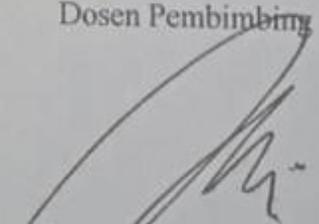
Setelah melaksanakan bimbingan, arahan, dan perbaikan terhadap penulisan skripsi dengan :

Nama : Riska Anjalaeni  
NIM : 1917101038  
Jenjang : S-1  
Fakultas/Jurusan : Dakwah/Bimbingan dan Konseling Islam  
Judul : **Layanan Konseling Individu Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Pada Korban Bulliying Di SMPN ` Bumiayu**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk di ajukan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos).

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dosen Pembimbing



Lutfi Faishol M.Pd

NIP. 199210282019031013

## MOTTO

*“ Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu. Lebarakan lagi rasa sabar ini. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi, gelombang-gelombang itu yang nanti bisa kau ceritakan ”*

**( Boy Candra )**



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini akan penulis persembahkan untuk :

1. Untuk diri sendiri, Riska Anjalaeni yang senantiasa berjuang dan bersemangat dalam menghadapi berbagai kendala dalam penelitian dan penulisan
2. Untuk kedua orang tua saya tercinta dan tersayang, Bapak Prayitno dan Ibu Siti Sari Musdalifah yang selalu mendukung dan memberikan doa, kasih sayang juga selalu memberikan yang terbaik untuk kedua anak-anaknya hingga sekarang salah satu anaknya akan menyanggah gelar sarjana.
3. Adik saya tercinta, Jihan Pramustia Ningsih yang selalu memberikan dukungan dan semangat untuk bisa menyelesaikan perkuliahan dan mempunyai gelar sarjana
4. Teman-teman yang saya cintai, yang turut membantu, mendoakan dan mendukung berjalannya skripsi ini dibuat
5. Skripsi ini saya persembahkan untuk kampus tercinta Universitas Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto dan Prodi Bimbingan Konseling Islam yang saya banggakan.

# LAYANAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN SELF ESTEEM PADA KORBAN BULLIYING DI SMPN 1 BUMIAYU BREBES

Riska Anjalaeni

1917101038

E-mail : [riskanj67@gmail.com](mailto:riskanj67@gmail.com)

Program Studi Bimbingan DAN Konseling islam  
Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

## ABSTRAK

*Self esteem* adalah sesuatu hal melandasi dari pada yang berhubungan dengan naik turunnya suatu perubahan perilaku pada remaja. Lalu dengan naik turun perasaan seseorang tentang dirinya sendiri akan menyebabkan kestabilan bersifat kondisional. Karena itu perlu adanya peningkatan *self esteem* pada siswa, salah satu upaya untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa adalah dengan konseling individu.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui layanan konseling individu dalam meningkatkan *self esteem* Pada korban bulliying di SMPN 1 Bumiayu Brebes. Bulliying akan mengakibatkan rendahnya *self esteem* bagi pertumbuhan kembangan anak. Siswa yang mempunyai *self esteem* rendah akan berpengaruh pada ketidak adanya percaya diri, tidak berani mengungkapkan ide-ide yang dimiliki, serta ragu-ragu dalam membuat keputusan untuk bisa menerima dirinya sendiri dan selalu merasa dirinya rendah dibandingkan orang lain. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kualitatif dengan metode deskriptif dan jenis penelitian lapangan. Sumber data penelitian ini adalah primer dan sekunder. Pada pengumpulan data menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian ini terdiri dari 6 subjek yang terdiri dari 2 guru BK dan 4 siswa yang memiliki *self esteem* rendah.

Faktor yang mendukung keberhasilan program bimbingan konseling untuk meningkatkan *self esteem* pada korban bulliying menggunakan pendekatan rasional emotive behaviour therapy. Setelah dilakukan konseling individu menghasilkan siswa yang lebih percaya diri, mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya dan lebih mempunyai banyak teman.

***Kata kunci : Konseling Individu, Self Esteem, Bulliying.***

# INDIVIDUAL COUNSELING SERVICES IN IMPROVING SELF ESTEEM IN VICTIMS OF BULLYING AT SMPN 1 BUMIAYU BREBES

**Riska Anjalaeni**  
**1917101038**

Email : [riskanj67@gmail.co](mailto:riskanj67@gmail.co)

**Islamic Guidance and Counseling Study Program**  
**State Islamic University Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto**

## ABSTRACT

*Self esteem is something underlying rather than related to the ups and downs of a change in behavior in adolescents. Then the ups and downs of one's feelings about oneself will cause conditional stability. Because it is necessary to increase self-esteem in students, one effort to increase self-esteem in students is by individual counseling.*

*This study aims to determine individual counseling services in increasing self-esteem in victims of bullying at SMPN 1 Bumiayu Brebes. Bullying will result in low self-esteem for the growth and development of children. Students who have low self-esteem will have an effect on lack of self-confidence, do not dare to express their ideas, and are hesitant in making decisions to be able to accept themselves and always feel they are inferior to others. The method used in this research is qualitative descriptive method and type of field research. The data sources of this research are primary and secondary. In collecting data using the method of observation, interviews, and documentation. This study consisted of 6 subjects consisting of 2 counseling teachers and 4 students who had low self-esteem.*

*Factors that support the success of the guidance and counseling program to increase self-esteem in victims of bullying use a rational emotive behavior therapy approach. After individual counseling, it produces students who are more confident, able to interact with the surrounding environment and have more friends*

**Keywords:** *Individual Counseling, Self Esteem, Bullying.*

## KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Dengan rasa syukur dan segala rahmat taufik dan hidayahnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “ Layanan Konseling Individu Dalam Meningkatkan Self Esteem Pada Korban Bulliying SMPN 1 Bumiayu Brebes “ . Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Sosial ( S.Sos ).

Dalam penyusunan dan penelitian skripsi ini tidak lepas dari doa, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak yang membantu dalam menyelesaikan penyusunan skripsi. Oleh karena itu dengan setulus hati, penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Moh. Roqib , M.Ag Rektor UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
2. Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
3. Nur Azizah, M.Si. Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan MAsyarakat UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
4. Luthfi Faisol, M.Pd . Dosen Pembimbing yang telah meluangkan banyak waktu dean memberikan arahan dengan sabar dalam menyusun skripsi ini
5. Seluruh dosen Fakultas Dakwah dan staf serta civitas UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokertoyang telah memberikan pelayanan terbaik kepada mahasiswa
6. SMPN 1 Bumiayu yaitu kepada Kepala Sekolah, Guru serta siswa-siswi yang memiliki self esteem rendah akibat bulliying telah memberikan bantuan dan dukungan serta mau meluangkan waktu untuk penyusunan skripsi ini
7. Kepada kedua Orang tua saya tercinta dan tersayang, Bapak Prayitno dan Ibu Siti sari Musdalifah yang selalu mendoakan dan memberikan semangat serta dukungan penuh serta adik saya Jihan Pramustia Ningsih dan seluruh keluarga yang memberikan doa agar mendapatkan kelancaran dalam mengerjakan skripsi ini

8. Teruntuk teman-temanku Defania Ardhaneswari, Rofa Inti Mileniar, Putri Nur Yuliani . Terima kasih karena sudah dan selalu ada dalam memberikan semangat, doa dan dukungan yang diberikan
9. Segenap teman seperjuangan dalam mengejar gelar sarjana, Heni Amara Saputri, Khumdatul Hikmah, Monika Fatmawati
10. Semua pihak yang terlibat langsung ataupun tidak langsung yang telah membantu dan mendukung penulisan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Tidak lupa penulis sampaikan terimakasih banyak kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi dan do'a yang tulus dari semua pihak. Kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan, demi karya yang lebih baik lagi kedepannya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis selanjutnya mapupun pembaca.

Purwokerto, 12 Juni 2023

Riska Anjalaeni  
NIM .1917101038

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR KEASLIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTO .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Penegasan Istilah.....	6
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. Manfaat Penelitian.....	9
F. Kajian Pustaka.....	10
G. Sistematika Penulisan.....	14
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Konseling Individu.....	15
B. Self Esteem.....	19
C. Bulliying.....	22
D. Kerangka Berfikir.....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	27
C. Subjek dan Objek Penelitian .....	27
D. Sumber Data.....	28
E. Metode Pengumpulan Data .....	29

F. Metode Analisis Data .....	31
<b>BAB IV PEMBAHASAN</b>	
A. Pembahasan .....	33
B. Impelementasi Layanan Konseling Individu .....	36
C. Analisis Data .....	51
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	67
B. Saran.....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>	



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Bullying merupakan suatu perilaku negatif yang dilakukan oleh seseorang secara berulang yang menyebabkan ketidaksenangan atau menyakitkan orang lain, baik dilakukan secara perorangan maupun kelompok. Coloroso mengatakan bahwa bullying merupakan tindakan kekerasan yang dilakukan secara terus-menerus oleh pihak yang lebih kuat terhadap pihak yang lebih lemah, dilakukan secara sengaja dan bertujuan untuk melukai korbannya secara fisik maupun verbal.<sup>1</sup>

Faktor penyebab terjadinya bullying menurut Oshaka menyebutkan bahwa ada beberapa faktor seseorang melakukan tindakan bullying yang dapat merugikan orang lain yaitu dari faktor ekonomi, keluarga, sosial, sekolah, maupun permasalahan yang ada pada dirinya. Tindakan bullying yang terjadi di sekolah menjadi salah satu peristiwa yang sering terjadi dan sangat menyentuh bagi guru, orang tua bahkan masyarakat. Sekolah adalah tempatnya para siswa untuk menimba ilmu yang sebanyak-banyaknya bukan malah menghina seseorang dengan perkataan atau perlakuan yang buruk kepada orang lain. Maka dari itu untuk mengurangi adanya perilaku bullying yang terjadi, guru harus menerapkan sistem untuk tidak saling menyela dan dapat menghargai satu sama lain. Jika sudah diterapkan rasa menghargai dengan yang lainnya maka akan terciptanya rasa aman,nyaman dan damai dari segi apa saja.<sup>2</sup>

Korban yang dibully terjadi pada anak-anak yang mempunyai sifat pendiam dan anak yang kurang dalam bergaul. Faktor yang menjadi penyebab

---

<sup>1</sup> Janitra, Preciosa Alnashava, and Ditha Prasanti. "Komunikasi keluarga dalam pencegahan perilaku bullying bagi anak." *Jurnal Ilmu Sosial Mamangan* .6.1 (2017): 23-33.

<sup>2</sup> Stefani Sebayang, Jafar Sembiyng. " Pengaruh Self Esteem Dan Self Efficacy Terhadap Kinerja Karyawan Studi Kasus di PT. Finnet Indonesia ". *Procoedings Of Management*. 2017. vol.4.no.1.

terjadi bullying adalah adanya perbedaan dari jenis kelamin, ekonomi yang tidak setara, jenis kelamin yang berbeda, agama, dan rasa senioritas seseorang pada tempat tertentu seperti di sekolah kepada juniornya. Karena perilaku tersebut senior merasa bahwa dirinya dapat menguasai korban dengan kekuatan fisik dan daya tariknya terhadap seksual. Sudah menjadi tradisi bahwa senior adalah raja yang harus dituruti jika memerintahkan juniornya.<sup>3</sup>

Tindakan bullying yang dialami oleh anak-anak biasanya mempunyai dampak yang panjang yang dapat merusak masa depannya dan tidak akan hilang dari ingatan anak tersebut bahkan bisa menjadi rasa trauma yang didapatkan. Pinky Saptandari dalam buku Bagong Suyanto berpendapat bahwa anak-anak yang menjadi korban bullying biasanya menjadi anak yang tidak percaya diri, mempunyai permasalahan dengan mentalnya, memiliki rasa takut yang besar terhadap sesuatu yang berhubungan dengan kejadian yang pernah terjadi pada dirinya. Hal ini dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis korban bullying tersebut dan termasuk menjadi seseorang mempunyai *self esteem* yang rendah.<sup>4</sup>

*Self esteem* yang rendah menyebabkan seseorang merasa kehilangan penyesuaian dalam hidupnya, yang mana seseorang tersebut tidak bisa melihat kenyataan yang terjadi pada dirinya sendiri. Oleh karena itu mudah merasa sedih, murung, gelisah, lalu tidak mau mengenali potensi dan kemampuannya lagi yang ada pada dirinya. Mereka sebenarnya sadar bahwa mempunyai potensi dan kemampuan bagus untuk bisa berkembang, namun sedang mempunyai rasa *self esteem* yang rendah maknanya tidak dapat di capai demi kebahagiaan masa depan dan kebahagiaannya.<sup>5</sup>

---

<sup>3</sup> Novalia, Rica, Andayani S. “ *Dampak Bullying Terhadap Kondisi Psikososial Anak Di Perkampungan Sosial Pingit*” ( Skripsi :Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta ,2016)

<sup>4</sup> Bagong Suyanto. “ *Masalah Sosial Anak* ”. ( Jakarta : Kencana Prenanda Media Grup, 2010). Hlm. 102.

<sup>5</sup> Armita, Pipin. “*Meningkatkan Kesejahteraan Sosial Anak Jalanan dengan Teori Self Esteem Improving Street Children Welfare with Self Esteem Theory.*” Jurnal PKS Vol 15.4 (2016): 377-386.

Selain itu dengan adanya faktor penyebab *self esteem* rendah, Lingren berpendapat yaitu dari keluarga, teman sebaya dan lingkungan. Suryani juga mengatakan bahwa masalah remaja masih banyak yang dipermasalahkan yang terkait dengan *self esteem*, perkembangan perubahan *self esteem* cenderung naik turun dan biasanya dilakukan oleh para remaja.<sup>6</sup>

Ayat dan penjelasannya sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ  
عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْأِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ  
الْإِيمَانِ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ( ١١ ) الحجرات (11-11):49/

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan orang yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan yang lainnya.. boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barang siapa yang tidak bertaubat, maka mereka itulah orang-orang yang dzalim.” ( QS.Al-Hujurat : 11 ).<sup>7</sup>

Pada observasi awal yang dilakukan di SMPN 1 Bumiayu. Dengan mewawancarai guru bimbingan dan konseling terdapat siswa-siswinya yang menjadi korban bulliying yang terjadi di sekolah. Jenis bulliying yang sering dilakukan yaitu julukan nama, main tangan, mengomentari bentuk fisik.

Seluruh siswa SMPN 1 Bumiayu berjumlah 944 siswa. Bulliying yang terjadi di SMPN 1 Bumiayu tidak terhitung, karena guru BK tidak mendata anak-anak yang bermasalah pada kasus bulliying, pihak guru BK menganggap bahwa kasus yang sudah terjadi dinyatakan sudah selesai saja. Namun ada beberapa anak yang masih ada dalam pantauan guru BK yang berjumlah 4 korban, 2 korban kelas 8 dan 2 korban kelas 9. Walaupun menjadi pantauan guru BK terkait kasus bulliying, anak yang menjadi korban

<sup>6</sup> Aziz, Raka Fadli Nur. Efektifitas Konseling Kelompok. “*Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Self Esteem Terhadap Siswa Korban Bulliying Di SMK Bina Nusantara Jatirogo*”. Diss. Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, 2022.

<sup>7</sup> Al- Qur’an Terjemahan, 2016, Departemen Agama RI, Jakarta CV. Alfatih Berkah Cipta

terus diperlakukan tidak baik, namun ada yang sudah jarang dibulli oleh temannya. Sebab itu, sebagai guru BK sering mendatangi siswa yang menjadi pantauan tersebut dan sering menanyakan perihal bulliying yang terjadi pada anak didiknya. Ada dari salah satu siswanya yang sudah sangat parah mengalami bulliying, tidak hanya verbal tapi non verbal juga yang menyebabkan anak tersebut mengalami trauma berat.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMPN 1 Bumiayu sebagai berikut.<sup>8</sup> Bulliying di sekolah sekarang menjadi salah satu faktor terjadi perkelahian dan ketidaknyamanan siswa dalam belajar. Karena siswa yang menjadi korban bulliying akan merasa bahwa dirinya tidak pantas yang mengakibatkan kurangnya kepercayaan yang ada di dalam diri. Itu sebabnya siswa akan mengurangi kegiatan dengan teman yang lainnya dan lebih baik menyendiri. Bulliying yang sering terjadi yaitu mengejek fisik seseorang, memanggil nama dengan sebutan yang aneh. Mungkin bagi pelaku pembulliyan sendiri hal itu hanya candaan, namun bagi korban tentu bukan hal yang menganggap bahwa itu hanya candaan, itu termasuk bulliying verbal. Dengan adanya kejadian tersebut sebagai guru BK tentunya menindak lanjuti perilaku tersebut dengan memanggil korban dan pelaku untuk melakukan konseling individu secara bergantian dengan tujuan untuk tau penyebab utama dari seseorang melakukan bulliying dengan temannya.

Peneliti juga mewawancarai korban bulliying yang dilakukan oleh temannya di SMPN 1 Bumiayu.<sup>9</sup> Dibawah ini merupakan hasil kutipan dari wawancara yang telah dilakukan. Pada beberapa waktu lalu, korban yang berinisial R.S,K mendapat bulliyan yang berbenbentuk ejekan dengan julukan “ si pendiam” , lalu anak tersebut juga mendapat bulliyan berupa kekerasan fisik yaitu dengan dilempari barang-barang seperti kertas, pulpen, menggeser kursi pada saat R.S.K duduk. Respon R.S.K yang menjadi korban yaitu dengan diam, namun R.S.K merasa bahwa sangat mengganggu kegiatan R.S.K di sekolah pada saat pembelajaran. R.S.K juga menjadi tidak percaya

---

<sup>8</sup> Wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling SMPN 1 Bumiayu (2 Maret 2023)

<sup>9</sup> Wawancara dengan korban bulliying kelas VIII SMPN 1 Bumiayu (2 Maret 2023)

diri karena adanya pembullyingan yang dilakukan teman-temannya tersebut. Dulu pernah pembullyingan berhenti karena sudah ada tindak lanjut dari guru BK, namun selang beberapa waktu pembullyingan terus terjadi lagi.

Peneliti mewawancarai teman korban bulliying di SMPN 1 Bumiayu.<sup>10</sup> Dibawah ini merupakan hasil kutipan dari wawancara yang telah di lakukan bersamaan dengan korban bulliying. Sebagai teman korban I.W.Z menganggap bahwa R.S.K adalah anak pendiem dikelasnya namun R.S.K adalah siswa yang pintar . R.S.K sering diejek teman-teman kelasnya karena R.S.K terlalu pendiem dan kurang aktif. Namun disisi lain I.W.Z sebagai temannya merasa kasian dengan-nya yang terus-menerus menjadi korban bulliyan teman-temannya. Tidak sekali dua kali I.W.Z memarahi pelaku, namun karena pelaku keras kepala dan bersikap seenaknya maka pembullyingan terus berlanjut.

Kasus bulliying biasanya kejadian di lingkungan sekitar sekolah ataupun di luar sekolah, akibatnya menjadi hal yang wajar dikalangan umum. Namun dengan adanya bulliying yang terjadi tentunya tidak boleh dianggap sepele dan diwajarkan, karena mempunyai dampak yang sangat fatal. Bulliying jika tidak di selesaikan maka akan merugikan dirinya sendiri juga orang lain. Maka sebab itu hasil dari wawancara yang telah dilakukan peneliti memperoleh data-data yang memperkuat dengan adanya bulliying yaitu dokumentasi buku kasus, peneliti melakukan wawancara bersama guru BK juga dengan siswa yang menjadi korban bulliying yang terjadi di sekolah. Dan penyelesaian kasus bulliying biasanya dilakukan dengan teknik konseling individu.

Pengertian layanan konseling individu itu sendiri adalah proses konseling yang dilakukan oleh guru BK pada peserta didik, yang bertujuan untuk memecahkan suatu permasalahan yang dialami oleh siswa dan siswinya. Dilakukan secara intensif dengan bertemu secara langsung oleh guru BK dan siswa yang sedang memiliki permasalahan yang dialaminya. Permasalahan yang dialami siswa bersifat holistic yang mengarah pada permasalahan

---

<sup>10</sup> Wawancara dengan teman korban Bulliying kelas VIII SMPN 1 Bumiayu ( 2 Maret 2023 )

penting peserta didik dan juga permasalahan yang dialami oleh siswa-siswinya.<sup>11</sup>

Penanganan yang dilakukan guru BK biasanya dengan melakukan konseling individu kepada korban dan menanyakan masalah apa yang terjadi dan kenapa bisa menjadi korban bullying yang dilakukan oleh teman-temannya. Guru BK juga dalam menyelesaikan masalah bullying sekolah biasanya dilakukan dengan mencegah terjadinya bullying dengan berbagai cara seperti, bimbingan konseling kelompok teknik *asertive training*, teknik *self intruction dan though stopping*, *rasionsl emotiv behavior*, teknik *empati chair*, dan lain sebagainya.<sup>12</sup>

Hal ini yang menjadi dasar penulis untuk melakukan penelitian mengenai cara yang dilakukan oleh guru BK untuk membimbing para peserta didiknya menuju ke arah yang lebih baik lagi. Berawal dari paparan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Layanan Konseling Individu Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Pada Korban Bulliyng Di SMPN 1 Bumiayu Brebes “**

## B. Penegasan Istilah

### 1. Konseling Individu

Layanan konseling individual adalah proses konseling yang dilakukan oleh guru BK pada peserta didik, yang bertujuan untuk memecahkan suatu permasalahan yang dialami oleh siswa dan siswinya. Dilakukan secara intensif dengan bertemu secara langsung oleh guru BK dan siswa yang sedang memiliki permasalahan yang di alaminya. Permasalahan yang dialami siswa bersifat holistic yang mengarah pada permasalahan penting peserta didik dan juga permasalahan yang dialami oleh siswa-siswinya.<sup>13</sup> Pengertian konseling individu menurut Smith

<sup>11</sup> M. Arif Budiman S.Sukoco KW “*Konsep Diri Peserta Didik “* Bikoetik, Vol.3 No. 1 (2019)

<sup>12</sup> Ariyanti, Faujiah. “*Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Untuk Mengatasi Cyberbullying (Studi Kasus Pada SMP Negeri 10 Tarakan).*” (2022).

<sup>13</sup> M. Arif Budiman S.Sukoco KW “*Konsep Diri Peserta Didik “*Jurnal Bikoetik, Vol.3 No. 1 (2019)

adalah proses konseling yang dilakukan oleh perorangan untuk mengetahui suatu permasalahan yang sedang terjadi pada pengetahuan dan ketrampilan dalam membuat rencana dan pilihan yang dibutuhkan pada proses pendewasaan.<sup>14</sup> Sedangkan menurut Prayitno adalah proses yang dilakukan guru BK di sekolah untuk menyelesaikan masalah siswa-siswinya dengan wawancara secara langsung pada siswa yang bermasalah tersebut.<sup>15</sup>

Konseling individu yang dimaksud adalah suatu proses yang dilakukan secara face to face dengan tujuan untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada siswa-siswi yang bermasalah, dilakukan oleh perorangan.

## 2. *Self Esteem*

*Self esteem* adalah sesuatu hal yang melandasi dari pada yang berhubungan dengan naik turunnya suatu perubahan perilaku pada remaja. Lalu dengan naik turun perasaan seseorang tentang dirinya sendiri akan menyebabkan kestabilan bersifat kondisional, namun hanya berlangsung pada batas waktu terkhusus. Kebalikannya, bagi sebagian orang yang kurang terhadap *self esteem* pada dirinya, lebih cenderung naik turunnya secara mencolok mempengaruhi cara mereka memandang diri mereka sendiri.<sup>16</sup>

*Self esteem* merupakan salah satu peristiwa yang menyebabkan kemajuan seseorang bagi hidupnya, karena kemajuan *self esteem* akan menentukan berhasil atau tidaknya seseorang pada waktu akan datang. Menjadi pertimbangan untuk individu tersebut, maka dari itu, kemajuan

---

<sup>14</sup> Erman Amti Prayitno, "Dasar - dasar Bimbingan dan Konseling" ( Jakarta : Rineka Cipta,1994) ,hlm. 94

<sup>15</sup> M. Arif Budiman S Sukoco KW "Konsep Dori Peserta Didik " Jurnal Bikoetik, Vol .3 ,No. 1 ( 2019)

<sup>16</sup> Utami, Riadini Wahyu, and Andina Vita Sutanto. "Edukasi Pentingnya *Self Esteem* pada Remaja SMA Ali Maksum, Kecamatan Sewon, Kabupaten Bantul." Jurnal Masyarakat Berdaya dan Bermitra (MATRA) 1.1 (2022): 18-23.

*self esteem* bagian penting pada pendidikan anak-anak maupun remaja karena dapat memproses menemukan jati diri yang positif pada remaja.<sup>17</sup>

Branden mengatakan *self esteem* merupakan :<sup>18</sup>

- a. Adanya rasa yakin dan mampu untuk melakukan dan menghadapi tantangan hidup yang dijalani, untuk sekarang maupun ke depannya
- b. Keyakinan dalam diri untuk rasa bahagia, memiliki rasa berharga pada diri, yakin layak bahwa mengharuskan diri untuk bisa mengolah kebutuhan dan keinginan.

Smith Castro mengartikan bahwa *self esteem* ialah evaluasi diri kita sendiri yang dilakukan oleh seorang individu, penilaian tersebut menggambarkan sikap untuk menerima atau bisa dengan menolak dan bisa meyakinkan seseorang seberapa jauh bisa percaya dirinya bahwa dirinya mampu melakukannya.<sup>19</sup>

*Self esteem* yang dimaksud adalah suatu tingkah laku seseorang yang mengalami kepercayaan diri dan ketidakpercayaan diri pada suatu hal yang menjadi penyebabnya.

### 3. Bulliying

Bulliying berasal dari kata “bully” berarti mengancam dan mengganggu orang lain yang menurutnya lemah. Arti bulliying sendiri adalah pengucilan, pemalakan, penindasan, dan lain sebagainya. Menurut Komisi Nasional Perlindungan Anak (KNPA) bulliying merupakan suatu perbuatan kekerasan yang dilakukan perorangan atau kelompok yang dapat menghancurkan fisik dan mentalnya. Bulliying dilakukan pada orang dengan adanya suatu keinginan untuk melukai, menekan,

---

<sup>17</sup> Nikmarijal, and Ifdil. "Urgensi peranan keluarga bagi perkembangan *self-esteem* remaja." *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 2.2 (2014): 19-24.

<sup>18</sup> Ibid, hlm 19-24.

<sup>19</sup> tami, Riadini Wahyu, and Andina Vita Sutanto. "Edukasi Pentingnya *Self Esteem* pada Remaja SMA Ali Maksum, Kecamatan Sewon, Kabupaten Bantul." *Jurnal Masyarakat Berdaya dan Bermitra (MATRA)* 1.1 (2022): 18-23

merendahkan supaya orang tersebut merasa trauma, dan depresi pada suatu kejadian.<sup>20</sup>

Menurut Smith dan Thompson menyatakan bahwa bullying adalah suatu tingkah laku seseorang yang dilakukan secara sadar dan adanya kesengajaan yang menyebabkan luka ringan atau berat dalam fisik atau psikis yang akan diterimanya seseorang. Olweus juga menyatakan bahwa bullying adalah suatu perbuatan negatif yang dilakukan secara berulang-ulang menyebabkan ketidaksengajaan terhadap seseorang melalui perorangan maupun kelompok secara terang terangan dan langsung.<sup>21</sup>

Bullying yang dimaksud adalah suatu tindakan yang berupa kekerasan fisik atau psikis seseorang yang dilakukan perorangan maupun kelompok dengan tujuan untuk menjatuhkan orang lain.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, yang menjadi rumusan dalam masalah penelitian ini adalah sebagai berikut : Bagaimana Layanan Konseling Individu Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Pada Korban Bullying Di SMPN 1 Bumiayu Brebes?

### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penulisan penelitian ini adalah sebagai berikut : Untuk mengetahui Layanan Konseling Individu dalam meningkatkan *Self Esteem* Pada Korban Bullying di SMPN 1 Bumiayu Brebes

### **E. Manfaat Penelitian**

Penyusunan penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak diantaranya :

---

<sup>20</sup> Fitria Chakrawati, "*Bullying Siapa Takut ?*" (Solo : PT. Tiga Serangkai Pustaka Mandiri , 2015), hlm. 11

<sup>21</sup> Sri Rejeki, "*Pendidikan Psikologi Anak " Anti Bullying Pada Guru - Guru Paud "*". Jurnal Pendidikan Psikologi Anak. Vol. 16 No. 2 November (2016 ) : hlm. 236

### 1. Manfaat secara Teoritis

Penelitian dapat digunakan untuk mengembangkan ilmu dalam bidang pendidikan dan psikologi khususnya bimbingan konseling

### 2. Manfaat secara Praktis

#### a. Bagi siswa

Diharapkan untuk siswa tidak melakukan tindakan bullying di sekolah

#### b. Bagi Guru

Dapat memberikan informasi tambahan mengenai pemberian bantuan kepada siswa-siswi yang terkena bullying supaya bisa meningkatkan self esteem kembali siswa-siswinya

#### c. Bagi remaja

Bagi remaja, untuk mengurangi atau menghilangkan pembullyingan

#### d. Bagi Masyarakat

Penelitian ini bisa bermanfaat untuk masyarakat supaya lebih mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kasus bullying dan diharapkan dapat menjadi pemahaman bersama bagaimana peran semua pihak untuk mengatasi kasus bullying

#### e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bisa menjadi referensi untuk menambahkan pengetahuan dan wawasan mengenai upaya guru dalam mengatasi perilaku bullying yang dilakukan siswa-siswinya di sekolah

## F. Kajian Pustaka

Dalam kajian pustaka ini, adanya penelitian yang sudah pernah dilakukan terdahulu oleh peneliti lain sebagai rujukan penulis untuk menghindari adanya kesamaan dalam penelitian diantaranya :

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Wahyu Farida, Syariffudin Dahlan, dan Ratna Widiastuti, jurnal Alibkin ( Bimbingan dan Konseling ) vol. 06 No.02 (2018) dengan judul *“Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Self Esteem*

*Siswa* “. Pada jurnal tersebut membahas apakah ada peningkatan terhadap penggunaan bimbingan konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training* siswa kelas 10 SMA 2 Bandar Lampung. Teknik *assertive training* ini adalah layanan konseling kelompok yang dilakukan.<sup>22</sup>

Pada penelitian ini menghasilkan bahwa *assertive Trainning* menjadi salah satu alternatif untuk menangani siwa-siswi yang sedang mengalami *self esteem* untuk meningkatkan kepercayaan dirinya kembali meningkat. Persamaan penelitian ini yaitu membahas dalam meningkatkan *self esteem* pada siwa-siswi sekolah. Perbedaannya adalah teknik yang dilakukan menggunakan teknik *assertive training* sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan teknik layanan konseling individu.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Dewi Rostiana , Mungin Edi Wibowo, Edy Purwanto Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang dengan Jurnal Bimbingan dan Konseling volume 06 nomor 02 tahun 2019 dengan judul “ *Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Intruction Dan Thought Stopping Untuk Meningkatkan Self Esteem Korban Bulliyng*” Pada Jurnal ini membahas dan menguji kegunaan konseling kelompok teknik perkenalan diri dan mengurangi rasa kecemasan seseorang untuk menumbuhkan *self esteem* pada korban bullying siswa kelas VII di MTs Al Hikmah Proto Kedungwuni Kota Pekalongan . Dan yang telah dilakukan pengujian adalah paired sample T test hasil tingkat *self esteem* korban bulliyng dari kelompok A pada saat posttest lebih tinggi ( M = 211.71, SD=13.31) pretest ( M=186.29, SD=18.32;  $t(6) = -5.87$  ,  $p < 0,05$  ). Kelompok B post ttest lebih tinggi ( M = 210,00 SD= 16.63) Pretest ( M=191.29 , SD= 18.78 ;  $t(6) = -4.46$ ,  $p < 0,05$  ). Kelompok C posttest lebih tinggi ( M = 229.14 , SD = 13.33 ) pretest ( M = 187.57 , SD = 16.40 ;  $t(6) = -9.03$ ,  $p < 0,05$  ).<sup>23</sup>

---

<sup>22</sup> Wahyu Farida, Syarifuddin Dahlan,Ratna Widiastuti. “ *Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa* “ Alibikin (Jurnal Bimbingan dan Konseling . Vol.6. No. 2 (2018)

<sup>23</sup> Dewi Rostiana,Munggin Edi Wibowo, Edy Purwanto “ *Keefektifan Konseling Kelompok Teknik Self Intruction dan Thought Stopping Untuk Meningkatkan Self Esteem Korban Bulliyng*” (Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling ). Vol.6. No.2 (2019) hlm.1-8

Pada penelitian diatas hasil uji kedua kelompok menunjukkan bahwa ada perubahan *self esteem* korban bulliying secara segtifikan, sebelum dan sesudahnya dilakukan konseling kelompok. Persamaannya yaitu membahas tentang pentingnya *self esteem* untuk korban bulliying yang terjadi di sekolah. Perbedaannya yaitu pada jurnal ini menggunakan teknik kuantitaif, dimana menghitung populasi yang telah mengalami kejadian bulliying, sedangkan penelitian yang akan saya lakukan adalah dengan menggunakan kualitatif, yang mana ingin mengetahui bagaimana perasaan *self esteem* seseorang yang telah menjadi korban bulliying.

Ketiga, penelitian yang dilakukan Ratnasari Hinggardipta dan Happy Karlina Marjo dengan jurnal Ilmiah Indonesia volume 7 nomor 12 tahun 2022 dengan judul “*Efektifitas Konseling Dengan Pendekatan Rasional Emotive Behavior Dalam Meningkatkan Self Estem Pada Remaja* “. Pada jurnal ini membahas peningkatan *self esteem* menggunakan bimbingan kelompok, pendekatan rasional emotive behavior. Yang arti pendekatan yang memiliki rasa keterikatan antaea perasaan dan tingkah aku seseorang.<sup>24</sup>

Pada penelitian menghasilkan meningkatnya *self esteem* dengan pendekatan REB menjadi salah satu alternatif supaya anak bisa kembali dengan kepercayaan dirinya. Dengan pendekatan REB juga dapat mengurangi rasa depresi yang diperoleh setelah menurunnya harga diri dalam diri. Persamaan dengan penelitian ini yaitu membahas tentang naik dan turunnya *self esteem* pada seorang remaja yang sering terjadi. Perbedaannya yaitu pembahasan tentang pendekatan dengan menggunakan *rasional emotive behavior*, yang mana dalam bentuk metode eksperimen tipe *Nonequivalent Control Group Design* dimana design ini melibatkan dua kelompok subjek satu diberi perlakuan eksperimental dan yang lain tidak diberikan perlakuan (kelompok kontrol)

---

<sup>24</sup> Ratnasari Hinggardipta, Happy Karlina Marjo “ *Efektif Konseling Dengan Pendekatan Rasional Emotive Behavior Dalam Meningkatkan Self-esteem Remaja* “. Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia . Vol.7 No. 12 (2022)

Keempat, Penelitian dilakukan oleh Liliza Agustin dan Mukhlis dengan jurnal Eksistensi ( Prodi Psikologi Universitas Muhammadiyah Pontianak) volume 04 nomor 01 tahun 2022 dengan judul “ *Rancangan Model Konseling Kelompok Tazkiyatun Nafsi Dalam Peningkatan Self Esteem Siswa Korban Bulliyng*” Pada jurnal ini membahas mengenai bimbingan konseling kelompok merupakan cara untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa yang menjadi korban bulliyng temannya dengan teknik self-management takziyatun Nafsi dengan dua tahapan yaitu perancangan modul dan evaluasi modul. <sup>25</sup>

Penelitian ini menghasilkan bahwa hasil rancangan modul konseling kelompok yaitu adanya tujuan intervensi, materi, metode dan material intervensi yang digunakan ketika uji eksperimen dilakukan. Persamaan penelitian ini yaitu membahas tentang bagaimana meningkatkan *self esteem* pada siswa yang menjadi korban bulliyng. Perbedaannya adalah jurnal ini menggunakan teknik konseling kelompok dalam menyelesaikan kasus pembulliyngan yang terjadi, sedangkan peneliti yang akan saya lakukan dengan menggunakan teknik konseling individu.

Kelima, penelitian yang dilakukan Linda Mey Lestari ,Yusuf Hasan Baharudin, dan Aris Naeni Dwiyaniti dengan jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling volume 02 nomor 01 tahun 2021 dengan judul “*Efektifitas Konseling Gestalt Menggunakan Teknik Empati Chair Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Peserta Didik Korban Bulliyng* “ Pada jurnal ini membahas tentang konseling gestalt dengan teknik empati chair pada siswa-siswi kelas VIII SMPN 3 Kedungreja yang menjadi korban bulliyng. <sup>26</sup>

---

<sup>25</sup> Liliza Agustin, Mukhlis, “*rancangan Model Konseling Kelompok Tazkiyatun Nafsi Dalam Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa Korban Bulliyng*” . Jurnal Eksistensi. Vol. 4.No.1 (2022)

<sup>26</sup> Linda Mei Lestari, Yusuf Hasan Baharudin, dan Aris Naeni Dwiyaniti “*EfektifitasKonseling Gestalt Menggunakan Teknik Empati Chair Unuk Meningkatkan Self Esteem Pada Peserta Didik Korban Bulliyng*” . Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling. Vol. 2. No. 1 (2021)

Pada penelitian diatas menghasilkan hasil pretest dan posttest yang akurat pada siswa-siswa ke arah yang lebih baik. Pretest dan posttest mengalami peningkatan pada skor yang awalnya 382 menjadi 541. Jika dilihat dari nilai Z menghasilkan  $1,826 < 1,96$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Berdasarkan probabilitasnya yaitu  $0,068 > 0,05$  maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  diterima, yang artinya adanya peningkatan yang akurat. Persamaan dengan penelitian ini yaitu permasalahan bulliyng yang di lakukan siswa-siswi terjadi di sekolah. Perbedaannya itu penelitian ini kuantitatif menggunakan metode eksperimen dengan posttest dan pretest pada populasi yang terkait yaitu korban bulliyng sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu menggunakan kualitatif dengan wawancara secara langsung kepada subjek yang terkait seperti siswa dan guru.

#### **G. Sistematika Penulisan**

Dengan adanya sistematika penulisan ini menjadi gambaran secara menyeluruh para proposal skripsi yang telah dibuat. Maka dari itu terbentuk sistematika penulisan proposal penelitian sebagai berikut :

#### **BAB I Pendahuluan**

Terdapat penjelasan mengenai permasalahan yang terjadi akan dibahas, yang bertujuan untuk memberi gambaran suatu permasalahan yang mempunyai fungsi sebagai suatu landasan pada penelitian. Yang meliputi, latar belakang masalah, penegasan istilah, rumusan masalah, tujuan masalah, manfaat penelitian, kajian pustaka dan sistematika pembahasan.

#### **BAB II Kajian Teori**

Terdapat rincian kajian teori yang terdiri dari : Layanan Konseling Individu, *Self esteem* dan Bulliyng

#### **BAB III Metode Penelitian**

Pada bab ini adanya pendekatan dan jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, subjek dan objek penelitian, metode pengumpulan data, metode analisis data.

#### **BAB IV Penyajian Data Dan Analisis Data**

Hasil dari sebuah penelitian yang berisi gambaran umum lokasi, gambaran umum subjek, penyajian data, analisis data, pembahasan.

### **BAB V Penutup**

Pada bab ini adanya kesimpulan, saran dan kata penutup



## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Konseling Individu**

##### **1. Pengertian Konseling Individu**

Layanan konseling individual adalah proses konseling yang dilakukan oleh guru BK pada peserta didik, yang bertujuan untuk memecahkan suatu permasalahan yang dialami oleh siswa dan siswinya. Dilakukan secara intensif dengan bertemu secara langsung oleh guru BK dan siswa yang sedang memiliki permasalahan yang dialaminya. Permasalahan yang dialami siswa bersifat holistic yang mengarah pada permasalahan penting peserta didik dan juga permasalahan yang dialami oleh siswa-siswinya.<sup>27</sup> Pengertian konseling individu menurut Smith adalah proses konseling yang dilakukan oleh perorangan untuk mengetahui suatu permasalahan yang sedang terjadi pada pengetahuan dan ketrampilan dalam membuat rencana dan pilihan yang dibutuhkan pada proses pendewasaan.<sup>28</sup> Sedangkan menurut Prayitno adalah proses yang dilakukan guru BK di sekolah untuk menyelesaikan masalah siswa-siswinya dengan wawancara secara langsung pada siswa yang bermasalah tersebut.<sup>29</sup>

##### **2. Tujuan Konseling Individu**

Konseling perorangan bertujuan untuk memecahkan masalah yang terjadi pada siswa-siswinya. Sarana yang digunakan untuk membantu peserta didik dalam konseling yaitu:

- a. Adanya kebahagiaan dan bisa diterima di lingkungannya
- b. Terdapat bakat pada dirinya

---

<sup>27</sup> M. Arif Budiman S.Sukoco KW “*Konsep Diri Peserta Didik* “ Bikoetik, Vol.3 No. 1 (2019)

<sup>28</sup> Erman Amti Prayitno, “*Dasar - dasar Bimbingan dan Konseling*” ( Jakarta : Rineka Cipta,1994 ),hlm. 94

<sup>29</sup> M. Arif Budiman S.Sukoco KW “*Konsep Diri Peserta Didik* “ Bikoetik, Vol.3 No. 1 (2019)

- c. Meningkatnya semangat pada peserta didik
- d. Dapat mengurasi perasaan emosional
- e. Menambah daya tarik dalam berhubungan, baik dengan teman sebayanya ataupun lingkungan sekitar.<sup>30</sup>

### 3. Ciri-ciri Layanan Konseling Individu

- a. Layanan yang dilakukan bersifat disengaja
- b. Tujuannya tidak boleh dari kepentingan dan kebahagiaan siswa-siswinya
- c. Proses layanan konseling dilakukan dengan yang sudah ditetapkan
- d. Setelah adanya proses konseling lalu ditentukan hasilnya dan disimpulkan lalu bisa dengan tindakan lanjut untuk melanjutkan proses konseling tersebut.<sup>31</sup>

### 4. Proses Layanan Konseling Individu

Secara umum, ada 3 proses layanan konseling Individu :<sup>32</sup>

#### a. Tahap Awal Konseling

Proses awal konseling yaitu :

##### 1) Mengadakan konseling dengan siswa-siswi

Bisa dikatakan berhasil pada proses ini yaitu adanya keterbukaan antara guru BK dan siswa-siswi yang mengadakan sesi konseling. Keterbukaan yang dilakukan pada siswa adalah keterbukaan untuk mengungkapkan apa yang sedang dirasakan dan diharapkan kedepannya, juga bisa berkata jujur apa adanya.

##### 2) Memperjelas adanya masalah

Siswa yang terlibat dari awal dan ikut dalam proses penyelesaiannya, berarti adanya kerjasama antara guru BK dan siswa dapat menumbuhkan rasa kepedulian dan menyelesaikan

---

<sup>30</sup> M. Ahmad Juki Zulamri “ Pengaruh layanan Konseling Individual Terhadap Keterbukaan Diri (Self Disclosur ) Remaja Di Lembaga Pembinaan”

<sup>31</sup> ibid

<sup>32</sup> Wilis S Sofyan “Konseling Individual Teori dan Praktek” ( Bandung Alfabeta ,2007) hlm.50

masalah pada siswa. Ada beberapa siswa yang belum mengetahui tentang potensi yang dimilikinya. Oleh sebab itu sebagai guru BK maka tugas yang harus dilakukan adalah dengan membantu siswa untuk menentukan potensi yang dimiliki dan dapat memecahkan permasalahan yang sedang terjadi pada siswa-siswinya.

- 3) Adanya pengembangan dan pemeriksaan guru bimbingan dan konseling

Sebagai guru BK dengan adanya permasalahan yang terjadi pada siswa-siswinya dapat memberikan bantuan dan memecahkan permasalahan.

- 4) Dapat menegosiasikan kontrak

Yang berisi tentang kontrak waktu, kontrak kerjasama pada konseling kontrak tugas apa yang harus dilakukan pada proses konseling berlangsung.

- b. Tahap Pertengahan ( Tahapan kerja )

Pada tahap ini berfokus pada tindak lanjut pada permasalahan yang terjadi pada siswa-siswi dan bantuan apa yang akan dilakukan untuk memecahkan permasalahan yang ada. Adapun tujuan dari tahapan pertengahan yaitu :

- 1) Mengeksplor lebih dalam terkait permasalahannya kepada siswa-siswi
- 2) Menjaga agar konseling individu terus dilakukan
- 3) Proses konseling berjalan dengan kontrak yang telah ditetapkan

- c. Tahap Akhir ( Tindakan )

Pada tahap akhir ditandai dengan :

- 1) Turunnya rasa kecemasan pada siswa-siswi
- 2) Terdapat perubahan terkait dengan kondisi kesehatannya
- 3) Mempunyai tujuan arah untuk kedepannya
- 4) Adanya perubahan pada sikap dan bisa untuk mengoreksi diri

## 5. Asas-asas Konseling Individu

Asas-asas pada konseling individu, antara lain :<sup>33</sup>

a. Asas kerahasiaan

Semua yang berkaitan dengan permasalahan siswa-siswinya harus bersifat rahasia dan tidak boleh ada satu orang pun tau walaupun dengan guru yang ada di sekolahnya bahkan guru BK lain juga. Kunci utama dari konseling adalah asas kerahasiaan, karena seseorang percaya bahwa rahasianya tidak akan tersebar dan akan memberikan akses kepercayaan pada semua pihak.

b. Asas Kesukarelaan

Berlangsungnya sesi konseling harus disertai rasa sukarela, baik dari pihak guru BK sendiri maupun dari siswa-siswinya yang menjalani prosesnya.

c. Asas Keterbukaan

Pada proses konseling umumnya pihak guru BK dan siswa-siswinya harus terbuka satu sama lain, dengan tujuan supaya sesi konseling yang dijalani berjalan dengan baik.

d. Asas Kekinian

Yang dimaksud adalah permasalahan yang terjadi pada saat itu bukan masalah yang sudah lama pernah dialami dan juga bukan permasalahan yang akan datang di kemudian hari.

e. Asas Kegiatan

Dengan siswa-siswi yang tidak melakukan sesi konseling individu maka tidak akan mendapatkan sebuah solusi dan pemecahan masalah.

f. Asas Kenormatifan

Dengan adanya asas ini maka tidak lepas dengan adanya norma yang ada di negara Indonesia. Dengan begitu guru BK terikat pada nilai dan norma yang ada.

## **B. *Self Esteem***

---

<sup>33</sup> Dewa Ketut Sukardi “*Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseing di Sekolah* “

## 1. Pengertian *Self Esteem*

*Self esteem* adalah sesuatu hal melandasi dari pada yang berhubungan dengan naik turunnya suatu perubahan perilaku pada remaja. Lalu dengan naik turun perasaan seseorang tentang dirinya sendiri akan menyebabkan kestabilan bersifat kondisional, namun hanya berlangsung pada batas waktu terkhusus. Kebalikannya, bagi sebagian orang yang kurang terhadap *self esteem* pada dirinya, lebih cenderung naik turunnya secara mencolok mempengaruhi cara mereka memandang diri mereka sendiri.<sup>34</sup>

*Self esteem* merupakan salah satu peristiwa yang menyebabkan kemajuan seseorang bagi hidupnya, karena kemajuan *self esteem* akan menentukan berhasil atau tidaknya seseorang pada waktu akan datang. Menjadi pertimbangan untuk individu tersebut, maka dari itu, kemajuan *self esteem* bagian penting pada pendidikan anak-anak maupun remaja karena dapat memproses menemukan jati diri yang positif pada remaja.<sup>35</sup>

Branden mengatakan *self esteem*, merupakan:<sup>36</sup>

- 1) Adanya rasa yakin dan mampu untuk melakukan dan menghadapi tantangan hidup yang dijalani, untuk sekarang maupun ke depannya
- 2) keyakinan dalam diri untuk rasa bahagia, memiliki rasa berharga pada diri, yakin layak bahwa mengharuskan diri untuk bisa mengolah kebutuhan dan keinginan.

Smith Castro mengartikan bahwa *self esteem* ialah evaluasi diri kita sendiri yang dilakukan oleh seorang individu, penilaian tersebut menggambarkan sikap untuk menerima atau bisa dengan menolak dan

---

<sup>34</sup> Utami, Riadini Wahyu, and Andina Vita Sutanto. "Edukasi Pentingnya *Self Esteem* pada Remaja SMA Ali Maksum, Kecamatan Sewon, Kabupaten Bantul." *Jurnal Masyarakat Berdaya dan Bermitra (MATRA)* 1.1 (2022): 18-23.

<sup>35</sup> Nikmarijal, and Ifdil. "Urgensi peranan keluarga bagi perkembangan *self-esteem* remaja." *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 2.2 (2014): 19-24.

<sup>36</sup> Ibid. Hlm.19-24.

bisa meyakinkan seseorang seberapa jauh bisa percaya dirinya bahwa dirinya mampu melakukannya.<sup>37</sup>

*Self esteem* yang dimaksud adalah suatu tingkah laku seseorang yang mengalami kepercayaan diri dan ketidakpercayaan diri pada suatu hal yang menjadi penyebabnya.

## 2. Karakteristik *Self Esteem*

Braden menyebutkan siswa yang memiliki *self esteem* tinggi, diantaranya:<sup>38</sup>

- a. Bisa mengambil resiko yang baik, paham akan adanya kegagalan, namun mengetahui bahwa ia akan berhasil dengan adanya usaha ;
- b. Bisa mengambil risiko yang tidak baik, dengan menghargai dirinya sendiri lalu bisa menjauhi situasi yang membuat dirinya merasa tidak aman;
- c. Menolak ajakan dari teman sebayanya yang mengarah kearah yang tidak baik;
- d. Berkeinginan untuk pergi bersama dengan banyak orang;
- e. Tidak merasa lemah, bisa mengatasi hambatan dan perubahan dalam hidupnya;
- f. Tekun, bisa bangkit setelah adanya masalah, tidak punya rasa kekecewaan yang berlebih;
- g. Adanya niat dan tujuan untuk menggapainya
- h. Akan adanya rasa kebebasan dalam menjelajahi keinginannya ;
- i. Mempunyai sikap dan sifat yang baik tentang kehidupan yang dijalani.

## 3. Aspek-aspek *Self Esteem*

---

<sup>37</sup> Utami, Riadini Wahyu, and Andina Vita Sutanto. "Edukasi Pentingnya *Self Esteem* pada Remaja SMA Ali Maksum, Kecamatan Sewon, Kabupaten Bantul." *Jurnal Masyarakat Berdaya dan Bermitra (MATRA)* 1.1 (2022): 18-23.

<sup>38</sup> Ekasari, Agustina, and Zesi Andriyani. "Pengaruh *Peer Group Support* dan *Self-Esteem* Terhadap *Resilience* pada Siswa SMAN Tambun Utara Bekasi." *SOUL: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 6.1 (2013): 1-20.

Coopersmith mengatakan 4 aspek dalam *self esteem* individu, ialah :<sup>39</sup>

a. Kekuatan

Seseorang yang bisa mengatur perbuatannya sendiri dan ingin diakui atas perbuatannya dari orang lain.

b. Keberartian

Untuk menunjukkan kepedulian terhadap seseorang, perhatian untuk bisa ditunjukkan kepada orang lain dari individu tersebut kepada lingkungannya.

c. Kebajikan

Adanya suatu ketaatan terhadap agama , moral dan etika. Dimana sikap tersebut dapat memenuhi standar tentang bagaimana yang harus dilakukan dan tidaknya menurut agama,moral, dan etika. Seseorang yang dapat melakukannya termasuk dalam orang yang bersikap positif.

d. Kemampuan

Kemampuan seseorang untuk menetapkan adanya kinerja yang tinggi supaya bisa menuntaskan kebutuhan dan bisa mencapai tujuan yang diinginkan.

#### 4. Faktor Yang Mempengaruhi *Self Esteem*

Menurut Donna L. Wong (Irawati, N dan Hajat, N.) ialah :

- a. Karakter dan kepribadian seseorang
- b. Kemampuan dalam menyelesaikan suatu tugas atau amanah sesuai dengan usianya
- c. Dari lingkungan sosial, termasuk keluarga dan orang-orang terdekatnya
- d. Peran sosial yang diharapkan dalam peran tersebut.<sup>40</sup>

<sup>39</sup> Ibid.,hlm 1-20

<sup>40</sup> Verdianingsih, Eliza. "Self-Esteem dalam Pembelajaran Matematika *Self-Esteem in Mathematics Education.*" EDUSCOPE: Jurnal Pendidikan, Pembelajaran, dan Teknologi 3.2 (2018): 7-15.

*Self esteem* yang dimaksud adalah tingkah laku seseorang yang mengalami kepercayaan diri dan ketidakpercayaan diri pada suatu hal yang menjadi penyebabnya.

## C. Bullying

### 1. Pengertian Bullying

Bullying berasal dari kata “bully” berarti mengancam dan mengganggu orang lain yang menurutnya lemah. Arti bullying sendiri adalah pengucilan, pemalakan, penindasan, dan lain sebagainya. Menurut Komisi Nasional Perlindungan Anak (KNPA) bullying merupakan suatu perbuatan kekerasan yang dilakukan perorangan atau kelompok yang dapat menghancurkan fisik dan mentalnya. Bullying dilakukan pada orang dengan adanya suatu keinginan untuk melukai, menekan, merendahkan supaya orang tersebut merasa trauma, dan depresi pada suatu kejadian.<sup>41</sup>

Menurut Smith dan Thompson menyatakan bahwa bullying adalah suatu tingkah laku seseorang yang dilakukan secara sadar dan adanya kesengajaan yang menyebabkan luka ringan atau berat dalam fisik atau psikis yang akan diterimanya seseorang. Olweus juga menyatakan bahwa bullying adalah suatu perbuatan negatif yang dilakukan secara berulang-ulang menyebabkan ketidaksengajaan terhadap seseorang melalui perorangan maupun kelompok secara terang terangan dan langsung.<sup>42</sup>

### 2. Jenis - jenis Bullying

Menurut Barbara, jenis-jenis bullying di bagi menjadi empat yaitu :

#### a. Bullying Verbal

Penyebab awal yang menjadi pemicu terjadinya bullying menjadi besar karena bullying verbal ini bisa dibidang ringan karena berbentuk dengan cacikan, julukan nama, penghinaan, fitnah yang beredar,

<sup>41</sup> Fitria Chakrawati, “Bullying Siapa Takut ? “ (Solo : PT. Tiga Serangkai Pustaka Mandiri, 2015), hlm. 11.

<sup>42</sup> Sri Rejeki, “Pendidikan Psikologi Anak Anti Bullying Pada Guru - Guru Paud”. Jurnal Pendidikan Psikologi Anak. Vol. 16 No. 2 November (2016) : hlm. 236

tuduhan yang belum tentu benar, cemoohan kejam yang dapat menyakiti hati seseorang dalam bentuk perkataan .

b. **Bullying Fisik**

Pembullyingan yang berbentuk kekerasan secara kontak fisik seperti memukul, menendang , menampar , mencekik , menggigit . Bullying jenis ini merupakan tindakan kekerasan yang gampang untuk ditindak lanjuti karena ada bukti fisik seperti memar atau luka dibagian tertentu. Biasanya anak yang pernah melakukan bullying ini cenderung lebih ingin bertindak kriminal yang lebih kejam.

c. **Bullying Mental / Psikologis**

Bullying ini yang paling bahaya yaitu merusak bagian dalam seseorang dengan cara mempermalukan didepan umum, memperlakukan dengan berbagai ancaman, merendahkan, berbicara tidak sesuai fakta, mengomentari semua hal yang jelek-jelek. <sup>43</sup>

**3. Faktor- faktor Bullying**

Menurut Ariesto Bullying terjadi dari faktor-faktor :

a. **Faktor keluarga**

Biasanya pelaku bullying berasal dari keluarga yang kurang harmonis, larangan orang tua yang terlalu ketat, orang tua yang berperilaku kasar. Sehingga anak akan menirukan gaya yang telah diperolehnya dari rumah dengan membully teman- temannya.

b. **Faktor sekolah**

Bullying berkembang dengan pesat dari waktu kewaktu, kejadiannya termasuk di sekolah banyak pelaku dan korban bullying teman-temannya . Sekolah biasanya sering mengabaikan perilaku bullying sehingga anak-anak menjadi sangat rentan melakukan secara berulang perilaku bullying .

c. **Faktor teman sebaya**

---

<sup>43</sup> Yayasan Semai Jiwa Amini ( sejiwa ),” *Bullying ( Mengtasi kekerasan di Sekolah Dan Lingkungan Sekitar Anak )*” ( Jakarta : PT. Grasindo , anggota IKAPI , 2018 ) hlm. 5

Pertemanan menjadi salah satu faktor anak melakukan bullying, karena biasanya anak-anak sering menganggap remeh dan tidak tau apa itu bully dan membully, yang akibatnya anak tersebut menjadi trauma. Beberapa anak banyak yang memaksakan bahwa dirinya layak untuk masuk kedalam kelompok tertentu meskipun tidak nyaman dan tertekan berada disitu.

d. Faktor lingkungan sosial

Kemiskinan menjadi salah satu penyebab terjadinya pembullying yang terjadi di sekolah, karena dengan adanya harta seseorang bertindak seseolah-olah bahwa dirinya hanyalah yang nomor satu. Sehingga jika dalam sekolah maraknya kasus pemalakan terhadap siswa yang kurang mampu.

e. Televisi dan media cetak

Televisi biasanya mempertontonkan kepada anak-anak yang menjadi pemicu terjadinya bullying karena anak menirukan apa yang mereka lihat.<sup>44</sup>

#### 4. Ciri- ciri Pelaku Bullying

Pelaku bullying tidak hanya dilakukan oleh anak yang bertubuh besar dan kekar, tapi seorang anak yang merasa bahwa dirinya berkuasa atas segala apa yang ingin dia lakukan kepada seseorang yang tidak bisa melawannya. Pelaku bullying disekolah biasa korban bullying dirumah atau tempat lainnya, karena ingin membalaskan dendam terhadap dirinya yang sudah diperlakukan tidak layak oleh seseorang.<sup>45</sup> Pelaku Bullying mempunyai ciri-ciri yaitu berkelompok, merasa bahwa dirinya penguasa sekolah.<sup>46</sup>

#### 5. Ciri - Ciri Korban Bullying

---

<sup>44</sup> Meilany Budiarti Susanto, Ela zain Zakiyah, "*Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Melakukan Bullying*" Jurnal Penelitian dan PPM .Vol. 4 No. 2 Juli (2017) . hlm. 327-328.

<sup>45</sup> Erin Ratna Kustanti "*Gambaran Bullying Pada Pelajar Di Kota Semarang*" Jurnal Psikologi Undip. Vol.14. No. 1 April ( 2015).hlm.30

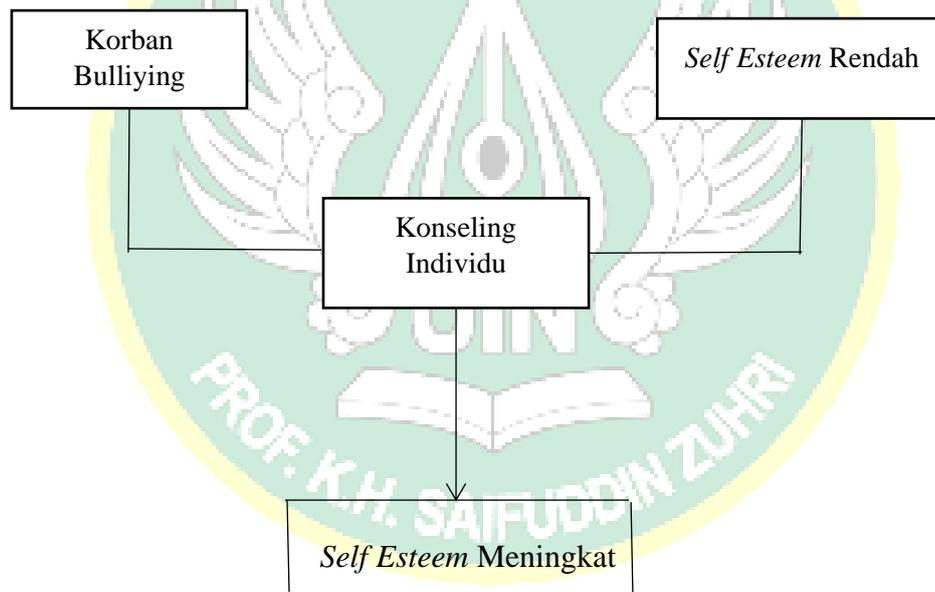
<sup>46</sup> Ponny Retno Astuti ,"*Memendam Bullying : 3 Cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak*" ( Jakarta : PT. Grasindo, anggota IKAPI , 2018 ) . hlm. 55

Korban bulliying biasanya seseorang yang merasa malu, tidak pede dengan dirinya, pendiem dan sering menyendiri.<sup>47</sup>

Bulliying yang dimaksud adalah suatu tindakan yang berupa kekerasan fisik atau psikis seseorang yang dilakukan salah satu orang atau kelompok dengan tujuan unuk menjatuhkan orang lain.

#### D. Kerangka Berfikir

Korban bulliying yang memiliki *self esteem* rendah perlu mendapatkan bantuan untuk mengubah perilakunya. Sehingga korban bulliying tersebut bisa menjadi pribadi yang lebih baik. Untuk lebih jelasnya kerangka berfikir penulis gambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka berfikir meningkatkan *self esteem*

<sup>47</sup> Ibid hlm 55

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

##### **1. Pendekatan Penelitian**

Penelitian yang dilakukan penulis menggunakan pendekatan penelitian kualitatif, karena penelitian ini bertujuan untuk menerjemahkan perspektif dan fenomologis yang mendasar. Penelitian ini tidak berupa angka, melainkan menggunakan kata-kata yang bisa digunakan pada saat penelitian. Menurut Bogdan dan Biklen ciri dari penelitian kualitatif yaitu deskriptif. Karena jika penelitian kualitatif merupakan suatu bentuk penelitian maka perlu adanya proses wawancara, observasi, dokumentasi. Data yang telah didapat kemudian dikumpulkan dan dipilih untuk digolongkan kedalam kategori yang sesuai.<sup>48</sup> Gambaran atau narasi disebut dengan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan variabel dan fenomena yang terjadi di lapangan. Menurut Hadari Nawawi, penelitian deskriptif ialah proses pemecahan masalah dengan status keadaan subjek dan objek penelitian saat ini yang dilakukan oleh seseorang terhadap lembaga, atau sebagainya yang berlandaskan dengan adanya fakta.<sup>49</sup>

Penelitian yang menggunakan pendekatan kualitatif karena data yang dibutuhkan merupakan sebuah informasi yang terjadi pada siswa-siswi SMPN 1 BUMIAYU.

##### **2. Jenis Penelitian**

Jenis peneliti ini menggunakan penelitian secara langsung dilapangan (*field research*). Penelitian lapangan adalah mengenali konteks situasi secara terus-menerus tentang latar belakang saat ini yang

---

<sup>48</sup> Sanapiah Faisal, "Format-format Penelitian Sosial" ( Jakarta : PT . Raja Grafindo Persanda 1989), hlm. 23

<sup>49</sup> Nanang Martono, "Metode Penelitian Kuantitatif" ( Jakarta: PT. Raja Grafindo Persanda 2010), hlm.16

berhubungan dengan individu, kelompok, sosial bermasyarakat. Penelitian lapangan (*field research*) dianggap sebagai metode yang mencakup sebagian besar penelitian kualitatif. Ide di balik penelitian ini yaitu peneliti turun ke lapangan langsung untuk melakukan pengamatan secara langsung terhadap apa yang sedang terjadi .<sup>50</sup>

Lokasi penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti untuk melakukan pengamatan adalah berada di SMPN 1 Bumiayu jl. Kh. Ahmad Dahlan, Kalierang, Kecamatan Bumiayu, Kabupaten Brebes Provinsi Jawa Tengah . Yang selanjutnya peneliti akan menguraikan bagaimana situasi dan kondisi yang terjadi pada lokasi.

## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

### **1. Tempat Penelitian**

Tempat penelitian ialah suatu tempat yang digunakan untuk dilakukannya penelitian. Lokasi peneliti adalah SMPN 1 Bumiayu jl. Kh. Ahmad Dahlan, Kalierang, Kecamatan Bumiayu, Kabupaten Brebes Provinsi Jawa Tengah .

### **2. Waktu Penelitian**

Sesudah menentukan lokasi yang ingin diteliti, maka selanjutnya peneliti menentukan jadwal penelitian. Waktu penelitian dilakukan di bulan Februari - Maret 2023.

## **C. Subjek dan Objek Penelitian**

### **1. Subjek Penelitian**

Di kemukakan sebagai personal internal di lingkungan penelitian merupakan orang-orang yang digunakan untuk memberikan sebuah informasi tentang kondisi lingkungan penelitian. Berbagai faktor yang perlu diperhatikan peneliti dalam memilih objek penelitian antara lain:

- 1) Personil yang relevan atau terpercaya yang telah mendalami penelitian dalam kurun waktu yang lama.

---

<sup>50</sup> Husaini Usman dkk, “*Metodologi Penelitian sosial* “,( Jakarta Bumi Aksara, 2006),hlm. 5

- 2) Personil yang terlibat penuh di lapangan
- 3) Personil yang mempunyai waktu yang cukup untuk memberikan informasi untuk tujuan penelitian.<sup>51</sup>

Adapun subjek dalam penelitian yang akan dilakukan yaitu 2 Guru BK dari kelas 8 dan 9 SMPN 1 Bumiayu dan 4 yang menjadi korban bulliying verbal di sekolahnya, yaitu 2 siswa kelas 8 dan 2 siswa kelas 9

## 2. Objek Penelitian

Objek mengutarakan sebagai gambaran menyeluruh dari objek yang di teliti, termasuk akses terhadap potensi dan aspek pemecahan masalah yang akan di teliti.<sup>52</sup>

Objek pada penelitian ini adalah konseling individu untuk meningkatkan *self esteem* pada korban bulliying : studi kasus siswa-siswi SMPN 1 Bumiayu Brebes

## D. Sumber Data

Sumber data yang diperoleh pada penelitian ini memiliki dua sumber yaitu :

1. Sumber data primer, sumber data yang diperoleh dari proses pengumpulan data yang dilakukan secara langsung pada saat penelitian di lapangan. Sumber data primer pada penelitian ini adalah wawancara dengan 2 guru BK SMPN 1 Bumiayu Brebes dan 2 siswa kelas 8 dan 2 siswa kelas 9 yang telah mengalami bulliying yang dilakukan oleh teman-temannya.
2. Sumber data sekunder, sumber data yang diperoleh melalui sumber data lain yang diperoleh pada saat penelitian berlangsung.<sup>53</sup> Sumber penelitian ini berasal dari buku, jurnal, website dan lain sebagainya.

---

<sup>51</sup> Farida Nugrahani, “*Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*”, ( Solo : Cakra Books,2014),hlm. 61-62

<sup>52</sup> Suryana, “*Metodologi Penelitian : Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif* “, Buku Ajar Perkuliahan : universitas Pendidikan Indonesia ,2010, hlm.38

<sup>53</sup> Dony Waluya Firdaus dan Dimas Widyasastrena, Kajian Pertumbuhan Minat dan Realisasi Investasu Penanaman Modal Asing (PMA) dan Penanaman Modal Dalam Negeri (PMDN) Provinsi Jawa Barat (Lokasi dan Sektir Usaha). *Jurnal Riset Akuntansi DAN Keuangan* ,Vol.4, No. 1,2016,hlm.898.

## E. Metode Pengumpulan Data

### 1. Observasi

Observasi dalam penelitian adalah sebuah perolehan data dengan melibatkan semua indera untuk memusatkan perhatian pada suatu objek. Oleh karena itu observasi yang dilakukan adalah pengamatan secara langsung yang dilakukan penelitian. Fungsi observasi yang telah di olah berupa mendeskripsikan, mengisi dan menyediakan data yang dapat di generalisasikan. Deskripsi memiliki arti observasi yang akan digunakan bertujuan akan memberikan penjelasan secara mendalam terkait apa yang terjadi di lapangan. Adapun yang dimaksud dengan penelitian data bertujuan untuk melihat fungsi dan dapat melengkapi data yang diperoleh terhadap fenomena sosial yang dikaji melalui teknik peneliian. Menyediakan data yang dapat di rangkum setiap kegiatan penelitian, sehingga muncul respon dan reaksi dari subjek.<sup>54</sup>

Observasi dapat diamati dan dilihat secara langsung pada saat berlangsungnya konseling individu berlangsung dan dapat dilihat pada siswa yang telah melakukan sesi konseling individu dengan guru BK SMPN 1 Bumiayu.

### 2. Wawancara

Wawancara merupakan percakapan dengan dialog percakapan di lakukan oleh peneliti untuk memperoleh suatu informasi dari seseorang yang menjadi subjek penelitian.<sup>55</sup> Tujuan dari wawancara sendiri adalah untuk memperoleh informasi yang berupa data yang diperlukan untuk merumuskan formula sebaik mungkin supaya mencapai tujuan yang diinginkan oleh peneliti dari penelitian. Wawancara di gunakan untuk

---

<sup>54</sup> Hasyim Hasanah, “*Teknik-teknik Observasi* ,Jurnal At-Taqqadam” ( Yogyakarta : Literasi Media Publishing , 2015 ) , hlm. 80.

<sup>55</sup> Sandu Siyanto, M. Ali Sodik , “*Dasar Metodologi Penelitian* “, ( Yogyakarta : Literasi Media Publishing ,2015 ) hlm.80

peroleh informasi yang berhubungan dengan fakta, keyakinan dan keinginan yang di perlukan untuk sebuah penelitian.<sup>56</sup>

Mahi berpendapat bahwa wawancara di kumpulkan melalui data dimana peneliti mengajukan pertanyaan kepada seseorang yang akan di wawancara secara langsung. Kelebihan dari wawancara yaitu: <sup>57</sup>

- a. Wawancara bisa digunakan untuk responden yang tidak bisa membaca dan menulis
- b. Apabila terdapat pertanyaan yang tidak dipahami, peneliti bisa kembali menjelas terkait ketidak jelasannya
- c. Dengan pewawancara dapat mengetahui kebenaran dan ketidakbenarannya melalui gerak-gerik atau wajahnya yang tidak meyakinkan.

Wawancara yang akan dilakukan kepada Bu Popy Novitasari selaku Guru BK kelas 8 dan bu bu Reno Trisna Dewi selaku guru BK kelas 9 di SMPN 1 Bumiayu. Dan juga 4 remaja yang menjadi korban buliying yang mengalami *self esteem* yang rendah di SMPN 1 Bumiayu, yaitu 2 siswa kelas 8 dan 2 siswa dari kelas 9. Wawancara yang dilakukan yaitu wawancara secara langsung dan menggunakan wawancara tak terstruktur karena dapat memudahkan peneliti dalam memberikan pertanyaan.

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi dapat diartikan sebagai mencari data berupa, agenda, buku, majalah, prasati, dan lain sebagainya. Metode ini yang diamati merupakan benda mati. Metode dokumtasi merupakan pengumpulan data kualitatif dengan indra mata yaitu mengamati. Metode yang dimaksud adalah melengkapi bagian yang ada dalam penelitian yang tidak disajikan berupa hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan . <sup>58</sup>

<sup>56</sup> Mita Rosaliza, "Wawancara Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif", Jurnal Ilmu Budaya , vol.11 no. 2 ,2015, hlm.71

<sup>57</sup> Mahi M Hikmat, "Metode Penelitian dalam Perspektif Ilmu Komunikasi dan sastra", ( Yogyakarta : graha ilmu ,2014 ),hlm. 79-81

<sup>58</sup> Anas Sudjiono , " Manajemen Penelitian", ( Jakarta : Golden Tiye Pess,1987 ),hlm 41

Dokumentasi yang dilakukan dalam penelitian berupa foto pada saat wawancara dan digunakan sebagai pelengkap dalam penelitian seperti foto wawancara dengan ibu Popy Novitasari, foto wawancara dengan bu Reno Trisna Dewi, dan wawancara dengan siswa-siswi yang mengalami bulliying yang mengakibatkan *self esteem* yang rendah, tempat penelitian, proses dilakukannya konseling individu, dan lain sebagainya.

## F. Metode Analisis Data

Metode analisis data kualitatif dijalankan melalui keseluruhan penelitian dari awal sampai akhir . Tujuannya karena peneliti telah memperoleh data yang perlu dianalisis dan diolah data lagi dari awal penelitian. Bahkan hasil analisis pendahuluan dapat berpengaruh pada penelitian seterusnya. Metode Analisis data penelitian menggunakan :

### 1. Reduksi Data ( Data Reduction)

Mereduksi data merupakan pembuat rangkuman, pemilihan data yang lebih penting, mencari tema dan pola lalu menghilangkan hal yang tidak di perlukan. Dan seterusnya, proses reduksi data harus terus dilakukan oleh peneliti pada saat mereka melakukan penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan core annotations dari data yang di dapatkan yang di hasilkan oleh data minning.<sup>59</sup>

Data yang diperoleh berbentuk data yang terinci. Reduksi adalah proses merangkum , memilih hal penting, membuang hal yang tidak penting. Data yang melalui proses reduksi akan memberikan gambaran yang jelas dan dapat memudahkan peneliti untuk melanjutkan ke pengumpulan data yang selanjutnya.<sup>60</sup>

### 2. Penyajian Data ( Data Display )

---

<sup>59</sup> Sandu Siyoto, M. Ali Sodik, " *Dasar Metodologi Penelitian* " , (Yogyakarta : Literasi Media Publishing , 2015 ), hlm. 123

<sup>60</sup> Erwin Widiaswor , " *Mihir Penelitian Pendidikan Modern* ", (Yogyakarta : Araska, 2018 ), hlm. 157-158

Representasi atau penyajian data merupakan beberapa informasi yang tersusun yang dapat memberikan hasil dari kesimpulan. Penyajian data adalah melihat keseluruhan gambaran yang diperoleh.<sup>61</sup>

Penyajian data pada penelitian kualitatif berupa deskripsi singkat, grafik dan lainnya. Namun yang biasa digunakan pada peneliti adalah penyajian dalam bentuk naratif. Saat penyajian data perlu adanya pembagian berdasarkan ini masalah supaya dapat memudahkan peneliti untuk membentuk pola hubungan antara yang satu dengan yang lainnya.<sup>62</sup>

### 3. Penarikan Kesimpulan ( Conclusion Drawing / Verification )

Langkah terakhir yang dilakukan pada saat menganalisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman ialah penarikan kesimpulan. Kesimpulan awal yang dilakukan bisa dibilang secara kondisional juga bisa saja berubah-ubah jika tidak ada bukti kuat terkait pada pengumpulan data yang akan dilakukan penelitian selanjutnya. Namun jika terbukti bahwa berita atau data yang diperoleh valid maka data yang diperoleh dikatakan meyakinkan. Kesimpulan pada penelitian kualitatif bisa menjawab rumusan masalah yang di peroleh, tapi juga tidak bisa menjawab rumusan masalah yang dirumuskan karena suatu masalah pada rumusan masalah bersifat sementara dan bisa berubah dan berkembang setelah terjadinya penelitian selanjutnya.<sup>63</sup>

---

<sup>61</sup> Sandu Siyoto, M. Ali Sodik, " *Dasar Metodologi Penelitian* " , (Yogyakarta : Literasi Media Publishing , 2015 ), hlm. 123

<sup>62</sup> Ibid

<sup>63</sup> Sugiyono, " *Metode Penelitian Kualitatif* " , ( Bandung : Alfabeta , 2018 ) , hlm. 141-142



## **BAB IV**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Pembahasan**

##### **1. Profil Guru BK**

Guru Bk yang ada di SMPN 1 Bumiayu bernama Reno Trisna Dewi , yang ber-alamat di Dukuhturi Rt 02 Rw 04 Bumiayu, Brebes dengan pendidikan terakhir S1 Bimbingan Konseling di Universitas Negeri Yogyakarta, Beliau adalah guru BK terlama di sekolah, awal masuk SMPN 1 Bumiayu pada tahun 1998. Beliau juga guru yang memperkenalkan sistem BK adalah sahabat siswa yang sekarang berlaku di sekolah, dimana siswa yang bersekolah di SMPN 1 Bumiayu merasa bahwa guru Bk adalah selayaknya seorang sahabat, karena biasanya guru BK sering kali ditakuti dan dihindari oleh siswa-siswinya. Guru BK sering dikenal sebagai guru yang sering menghukum dan sering memberi sanksi terhadap siswa yang telah melakukan kesalahan dan merugikan terhadap diri sendiri maupun sekolahnya. Jadi, bu Reno adalah salah satu guru yang ingin mengubah sistem BK yang ada di sekolah, seperti tidak adanya buku point.<sup>64</sup>

Selanjutnya ada bu Popy Novitasari sebagai guru BK kelas 8, alamat beliau di Karang Jongkeng Rt 02 Rw 05 Kecamatan Tonjong Brebes, lulusan tahun 2013 di Universitas Negeri Semarang. Awal mula beliau masuk dan mengajar di SMPN 1 Bumiayu pada bulan Agustus tahun 2013. Menurut beliau banyak orang yang menganggap guru BK adalah polisi sekolah, namun ternyata setelah beliau masuk di sekolah bu Reno sudah mengajarkan sistem sahabat siswa, jadi bu popy sendiri tinggal melanjutkan sistem yang sudah diterapkan oleh sekolah tersebut. Dengan adanya sistem tersebut, siswa siswi juga merasa enjoy dan aman ketika berhadapan dengan guru BK termasuk pada saat ada program bimbingan,

---

<sup>64</sup> Wawancaea dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ), tanggal 23 Mei 2023

seperti bimbingan konseling kelompok maupun individu dan juga pada saat ada mata pelajaran BK sekolah dalam pembelajaran.<sup>65</sup>

## 2. Visi dan Misi Bimbingan Konseling di SMPN 1 Bumiayu

### a. Visi Bimbingan Konseling

Visi bimbingan dan konseling adalah terwujudnya layanan bimbingan dan konseling yang profesional dalam memfasilitasi perkembangan peserta didik/konseli menuju pribadi unggul dalam imtak, iptek, tangguh, mandiri dan bertanggung jawab

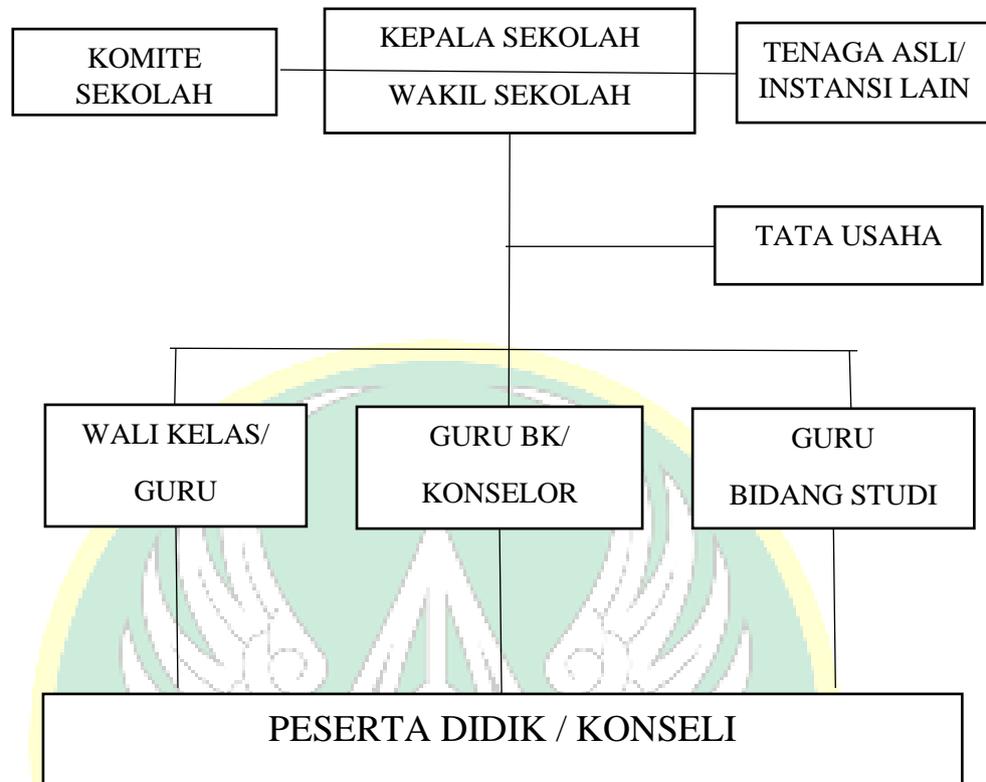
### b. Misi Bimbingan Konseling

- 1) Menyelenggarakan layanan bimbingan dan konselin yang memandirikan peserta didik/konseli berdasarkan pendekatan yang humanis dan multikultural
- 2) Membangun kollaborasi dengan guru mata pelajaran, wali kelas, orang tua dan pihak lain dalam rangka menyelenggarakan layanan bimbingan dan konseling
- 3) Meningkatkan mutu guru bimbingan dan konseling atau konselor melalui kegiatan pengembangan keprofesionalan berkelanjutan

---

<sup>65</sup> Wawancara dengan Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ), tanggal 22 Mei 2023 WIB.

### 3. Struktur Organisasi Pelayanan Bimbingan Dan Konseling di SMPN 1 Bumiayu



Gambar 2. Struktur BK di SMPN 1 Bumiayu

### 4. Sarana Dan Prasarana Bimbingan Konseling Di SMPN 1 Bumiayu

Prasarana pokok yang diperlukan ialah ruang bimbingan dan konseling yang cukup memadai. Ruang dimaksud hendaknya diatur sedemikian rupa sehingga peserta didik yang berkunjung merasa senang dan nyaman, serta ruangan tersebut dapat digunakan untuk pelaksanaan berbagai jenis kegiatan layanan bimbingan dan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan asas-asas kode etik bimbingan dan konseling.

Sedangkan sarana dan prasarana berisi fasilitas dan perlengkapan yang mendukung terhadap keterlaksanaan program bimbingan dan konseling. Sarana yang digunakan dalam kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling meliputi:

- a. Alat pengumpul data, baik tes maupun non tes, yaitu :
  - 1) Angket masalah konseli / aplikasi angket masalah konseli
  - 2) Sosiometri
  - 3) Alat ungkap pemahaman diri
  - 4) Alat penelusuran minat peserta didik SMP
  - 5) Alat ungkap masalah seri PTSDL
  - 6) Inventori tugas perkembangan
- b. Alat penyimpanan data, khususnya dalam bentuk himpunan data yaitu :
  - 1) Cummulative Record
  - 2) Basis data prestasu akademik
  - 3) Daftar peserta didik asuh
- c. Kelengkapan penunjang teknis yaitu :
  - 1) Data informasi meliputi : peta peserta didik
  - 2) Paket bimbingan meliputi : paket materi klasikal
  - 3) Alat bantu bimbingan meliputi : buku, saku, poster
- d. Perlengkapan admisnistrasi, yaitu :
  - 1) Alat tulis
  - 2) Format rencana kegiatan
  - 3) Blanko laporan kegiatan

## B. Impelemtasi Layanan Konseling Individu

Dalam proses pelaksanaan konseling individu pada siswa siswi yang menjadi korban bulliying oleh teman-temannya dilakukan bukan hanya sekali saja, namun beberapa kali dalam penanganannya untuk mencapai suatu tujuan yaitu meningkatkan *self esteem* yang rendah pada korban bulliying. Seperti wawancara yang dilakukan dengan Bu popy selaku guru BK beliau mengatakan :

*“ proses konseling yang dilakukan untuk meningkatkan self esteem pada korban bulliying ini biasanya dilakukan bukan hanya sekali atau dua kali saja, jika si anak membutuhkan apabila anak yang menjadi korban bisa dikategorikan ringan atau sedang itu bisa dilakukan konseling individu lebih dari dua kali pertemuan, karena*

*disamping itu juga kita melihat bagaimana progresnya apakah ada perubahan atau tidaknya dengan menggunakan pendekatan ini, kadang itu juga kita membutuhkan kerja sama dengan orang tua melalui telfon namun anak yang menjadi korban tidak mengetahuinya, kenapa dilakukannya seperti itu supaya dari sana sini ada kerja sama dan orang tua sendiri juga bisa saling suport”<sup>66</sup>*

Selain itu dari hasil observasi awal yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa yang mengalami *self esteem* yang rendah akibat bulliying yang terjadi di SMPN 1 Bumiayu tidak hanya terjadi pada beberapa anak saja, sebenarnya banyak namun tidak separah yang terjadi pada korban RSK, AA ,N.A dan juga B.W dan anak tersebut sampai sekarang masih menjadi pantauan kami selaku guru BK di sekolah. <sup>67</sup>



Gambar 3.Observasi di SMPN 1 Bumiayu

Dari hasil wawancara penulis mengetahui tentang proses konseling individu sebagai mana yang dilakukan yaitu:

<sup>66</sup> Wawancara dengn Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ), tanggal 22 Mei 2023 WIB.

<sup>67</sup> Wawancara dengn Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ), tanggal 22 Mei 2023.

- a. Pertama dengan mengumpulkan informasi, guru BK akan mengumpulkan informasi mengenai siswa yang sekiranya membutuhkan bantuan konseling dari seorang guru BK, informasi bisa diperoleh melalui guru pengajar, wali kelasnya, siswa itu sendiri dan teman nya.
- b. Yang kedua selaku guru BK mempersiapkan jadwal pertemuan dengan korban, guru BK menjadwalkan waktu yang sekiranya keduanya memiliki waktu senggang
- c. Lalu adanya pendahuluan, awalnya memperkenalkan diri dan menjelaskan mengenai tujuan konseling individu tersebut juga menjelaskan tentang kerahasiaan yang menjadi kewajiban sebagai konselor
- d. Adanya penjelasan masalah yang terjadi, siswa diberikan kesempatan untuk menjelaskan apa yang sedang dialami dan tugas konselor mendengarkan penjelasan dari siswa dan siswi yang menjadi korban bulliying atau kasus lainnya
- e. Identifikasi masalah, Guru BK akan membantu siswa siswinya dalam mengidentifikasi masalah yang sedang dialami dan apa yang menjadi penyebab terjadinya permasalahan tersebut. Proses ini dilakukan dengan adanya dialog dan pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh guru BK kepada siswa
- f. Adanya penyusunan tujuan, setelah masalah diidentifikasi dan di kelola maka guru BK dan siswa akan berdiskusi mengenai alasan dan tujuan yang ingin di selesaikan melalui konseling individu. Proses ini harus diselesaikan dengan relevan dan sesuai terkait dengan maslah yang dialami
- g. Lalu adanya proses pemecahan masalah, guru BK akan membantu siswa untuk menjelaskan dan membantu dalam mengembangkan strategi untuk mengatasii permasalahannya. Guru BK berperan dalam pemikiran dan penyelesaian secara kritis dan logis untuk mencapai penyelesaian masalah

- h. Tindakan dan evaluasi, siswa akan mendengarkan dan mengetahui saran yang telah diajukan oleh guru BK terkait dengan permasalahannya. Konselor akan memberikan saran dan dukungan, juga akan memantau kemajuan terhadap siswa siswi yang mempunyai permasalahan, dan akan melakukan evaluasi terhadap perubahan yang akan terjadi nantinya
- i. Terakhir penutup, pada akhir sesi konseling individu ini Guru BK akan merangkum dan memberikan ucapan balik kepada siswa tentang kemajuan yang telah dicapainya dari konseling itu. Guru BK juga dapat memberikan saran dan rekomendasi lanjutan jika diperlukan.

**5. Implementasi layanan konseling dalam meningkatkan *self esteem* pada korban bulliyng di SMPN 1 Bumiayu**

Sebelum dilakukannya Bimbingan, anak yang menjadi korban bulliyng secara keseluruhan mempunyai rendahnya *self esteem* ( harga diri) yang rendah. Hal ini dapat di tunjukkan dengan bukti-bukti sikap yang ditunjukkan, yaitu :

Tabel 1. perubahan sebelum dan sesudah layanan bimbingan konseling individu

No	Ciri-ciri anak yang rendah <i>self esteem</i>	Inisial	Kondisi Sebelum	Kondisi sesudah
1	Pendiem, tidak mempunyai teman, mudah marah	R.S.K	Perkembangan prilaku dari R.S.K anak yang mudah overthinking, apapun yang didapatkan dari teman-temannya membuatnya	Setelah mendapatkan bimbingan konseling dari Bu Popy selaku guru BK kelas 8 R.S.K menjadi lebih bodoamat

			<p>kepercayaan dan menjadi tidak percaya diri pada dirinya sendiri</p>	<p>dan lebih mementingkan hal yang menurutnya penting dan percaya diri pada dirinya karena R.S.K ini salah satu siswa yang berprestasi di sekolahnya</p>
2	<p>Susah beradaptasi, minder, pendiem, dijauhi teman</p>	A.A	<p>Perkembangan dari A.A ini kurangnya suport sistem dari keluarganya, bersikap terlalu pendiem hingga temannya terlalu menyepelkan yang menyebabkan terus-menerusnya bulliying yang diterima</p>	<p>Perkembangan setelah dilakukan A.A lebih percaya bahwa dirinya bisa menguatkan dirinya sendiri dengan diem dan melakukan hobby nya supaya tidak kepikiran hal yang membuat harga dirinya turun lagi</p>

3	Mudah nangis, minder, tidak percaya diri, kondisi fisik, dijauhin teman-temannya, terlalu baperan	N.A	Perkembangan N.A dari awal kurangnya percaya diri karena bentuk tubuh yang dimilikinya sehingga menjadi bulliyian, terlalu overthinking hingga sering masuk BK dalam kondisi menangis	Perkembangan yang didapat N.A setelah dilakukannya konseling merasa bahwa lega dan bisa bersikap bodoamat juga cuek terhadap omongan teman-temannya tersebut yang mengatakan bentuk tubuhnya, N.A juga mengaku jadi tidak lagi overthinking dan nangis yang disebabkan juga sudah berkurang
4.	Ada gejala autis, tidak mempunyai teman, selalu dikucikan oleh teman-temannya	B.W	Kondisi B.W sebelum dilakukannya konseling merasa bahwa susah berkonsentrasi, tidak pede karena kondisi tubuhnya,	Setelah adanya bimbingan konseling yang dilakukan oleh guru Bk kepada korban yang berinisial B.W sudah merasa

				pede kembali, bisa menghadapi teman-temannya yang ngebuli, bisa berkonsentrasi dalam menghadapi pembelajaran di kelas, selalu ingin tampil di kelasnya.
--	--	--	--	---

Beberapa perilaku di atas di tunjukan sebelum diberikannya bimbingan konseling individu. Sikap-sikap yang diperlihatkan anak-anak tersebut biasanya dapat dilihat dalam kesehariannya di sekolah melalui teman-temannya dan guru yang mengajar. Seperti yang dijelaskan oleh Bu Popy dan Bu Reno mengatakan bahwa :

*“ Memang anak yang mempunyai self esteem rendah karena di bulli ini biasanya menjadi orang pendiem di karenakan mereka menganggap bahwa mereka adalah dibawah anak yang membuli jadi takut dan bingung ingin apa dan bagaimana. Biasanya anak yang seperti itu lebih ke takut disuruh ini itu dan tidak pede. Lebih banyak anak-anak yang menjauhi karena pembulian tersebut sehingga biasanya terjadi kompor antara pembuli satu dan lainnya. Maka dari itu si korban ini merasa bahwa dirinya tidak layak dan tidak pantas. Contohnya itu korban A.A itu mungkin saking dia menjadi pendiem ya dia tidak ada temen curhat makannya pernah dia menyakitin dirinya sendiri dan sampai sekarang itu masih ada bekas lukanya di tangan kan mba, mba juga lihat dia bercode.”<sup>68</sup>*

Pendapat yang disampaikan oleh Bu Popy lalu ditambahkan oleh Bu Reno dengan mengatakan bahwa:

<sup>68</sup> Wawancara dengan Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ), tanggal 22 Mei 2023.

*“ Anak yang self esteemnya rendah biasanya anak menjadi tidak pede dan pendiem Namun dengan adanya program yang dilakukan guru BK tadi yang bisa menuliskan apapun dikertas yang dikasihkan ke Bu Reno maka ada yang menjadi penyebab anak tersebut menjadi pendiem dan seringnya dibulli karena adanya kekerasan di rumah, ada yang dirumahnya ini itu banyak sekali ternyata penyebabnya.”<sup>69</sup>*

Kedua argumen di atas yang disampaikan oleh Bu Popy dan Bu Reno menerangkan bahwa kondisi anak SMPN 1 Bumiayu sebelum dilakukannya konseling individu sangat memprihatinkan. Mereka cenderung menjadi anak yang pendiem dan murung akibat di bulli oleh temannya dan menjadikan diri mereka anak yang mempunyai *self esteem* rendah. Dengan mereka menjadi korban bulliing mereka sangat terganggu pada saat berlangsungnya pembelajaran disekolah, pasalnya anak yang dibulli menjadi tidak fokus dalam menghadapi pelajaran dikelas. Dengan begitu tugas yang dilakukan guru BK adalah dengan melakukannya konseling secara terus menerus hingga korban bisa meningkatkan *self esteem* yang dimilikinya. Lalu dengan memantau anak yang mengalami *self esteem* rendah tersebut dengan melihat perkembangan yang didapat setelah adanya konseling individu dilakukan.

Bimbingan konseling individu merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada klien yang dilakukan melalui wawancara secara langsung dan dilakukan oleh seorang pakar atau para ahli baik konselor maupun guru dalam bidangnya kepada individu yang sedang memiliki suatu permasalahan. Yang mana hal tersebut sebagai siswa yang memiliki masalah seharusnya menceritakan secara terang terangan terkait dengan masalahnya kepada guru BK atau konselor yang bertanggung jawab.<sup>70</sup> Tujuan dari bimbingan konseling sendiri adalah untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah yang dihadapi baik dalam lingkungan sekolah maupun luar sekolah. Implementasi layanan bimbingan konseling ini

---

<sup>69</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ), tanggal 23 Mei 2023

<sup>70</sup> Abidin, Zainal. "Optimalisasi Konseling Individu dan Kelompok untuk Keberhasilan Siswa." *INSANIA: Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan* 14.1 (2009): 132-148.

tidak lepas dari guru BK . Peran sebagai guru BK di SMPN 1 Bumiayu adalah akan mengarahkan dan membimbing anak didiknya supaya bisa terlepas dari permasalahan yang sedang dihadapi, bisa meningkatkan kepercayaan diri seseorang dan bisa menyemangati seseorang yang mempunyai *self esteem* yang rendah. Seperti yang di sampaikan oleh Bu Popy berikut ini :

*“ Untuk peran disini sehubungan dengan guru BK disini banyak ya mba, ada peran BK sebagai pencegahan masalah dan intervensi yaitu pencegahan masalah dan perilaku sosial siswa. Mereka mengidentifikasi masalah bullying, gangguan mental dan lain sebagainya. Disini kita belajar bahwa yang namanya korban bullying ini janganlah dikatakan korban saja, tetapi kita disini bersama-sama bagaimana caranya agar si anak tersebut dapat meningkatkan yang namanya bagaimana dia bisa survive ketika dia menjadi korban. Jadi dengan cara kita dengan pelayanan konseling dengan pendekatan yang mana siswa itu kan biasanya ketika sudah nyaman biasanya dia akan terbuka, tetapi harus ada batasannya ketika siswa yang sebagai korban biasanya ya kalau sudah sekiranya ini anak bergabung dengan kita, kita tidak boleh. Ya karena mau bagaimana pun si anak ini survive dengan usahanya sendiri dengan di dampingi kita sebagai guru BK nya ya, Disitu nanti kita bisa melihat sebagai tolak ukur apakah sudah ada progres kemajuan apa belum begitu.”<sup>71</sup>*

Kalimat di atas merupakan pendapat yang disampaikan oleh Bu Popy selaku guru BK kelas 8, lalu dibawah ini pernyataan yang diberikan oleh Bu Reno adalah sebagai berikut :

*“ Banyak peran guru BK disini, termasuk menyelesaikan suatu permasalahan pada siswa-siswi yang sedang dalam masalah ya, termasuk pada permasalahan bullying yang sering dilakukan anak-anak. Jadi bullying itu kan banyak faktor ya, kita bisa coba ya ada anak yang di bulli dikelas gitu, terus kita masuk ke kelas itu dengan mengatakan ini jangan dibulli itu malah justru tidak efektif, tetapi kita harus menguatkan anaknya jadi yang menjadi korban bullying itu harus dikuatkan supaya dia bisa mengabaikan dan bisa menjadi kuat dan tidak akan terganggu oleh bullying yang dilakukan oleh teman-temannya tersebut. Karena ketika kita melakukan ke kelas dan bilang jangan membulli si ini dan si itu*

---

<sup>71</sup> Wawancara dengan Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ), tanggal 22 Mei 2023.

*malah jadi misalnya yang bulli satu orang malah satu kelas, satu kelas nanti jadi kelas sebelahnya dan akhirnya malah menjadi korban bulliying satu sekolahan. Maka dari itu kita sebagai guru BK harus menguatkan dan lebih bisa percaya diri dengan si anak ini menjadi korban bisa mengatasi itu dan sudah terbukti banyak sekali anak-anak seperti itu yang akhirnya menjadi orang.”<sup>72</sup>*

Dari hasil kedua wawancara di atas menerangkan bahwasanya terdapat banyak peran guru BK termasuk dalam peran bimbingan karir, konseling pribadi, pembinaan akademik, pencegahan dan intervensi masalah, pengembangan bimbingan dan konseling di sekolah dan kolaborasi orang tua dan guru BK. Cara penyelesaian suatu permasalahannya yaitu dengan bimbingan konseling individu, termasuk pada permasalahan bulliying yang sering dilakukan anak-anak dan selalu disepelekan sehingga bisa membuat korban menjadi penurunan *self esteem*.

Dengan adanya proses konseling individu ini bisa dikatakan lebih efektif karena perlahan mulai mendapatkan hasil yang baik. Terbukti dengan siswa- siswi yang menjadi korban sudah mulai ceria dan berkegiatan seperti anak yang lainnya. Dan rasa percaya dirinya pun sudah mulai meningkat dengan mulai adanya pendekatan dengan teman kelasnya, walaupun mungkin belum secara sempurna. Hal ini dibenerkan oleh Bu Reno , beliau mengatakan bahwa :

*“ sangat efektif ya mba jika dilakukannya konseling dalam berbagai permasalahan juga, seperti juga pada anak yang menjadi korban bulliying dan menjadikan si anak mempunyai self esteem rendah karena ketika dilakukannya konseling kelompok atau bimbingan kelompok itu mereka tidak bisa mengungkapkan semuanya tapi kalo dilakukannya dengan konseling individu untuk anak-anak yang seperti mereka akan lebih efektif karena apa yang mereka butuhkan akan menjadi mudah. Kita sebagai guru BK juga harus memancing dia supaya mau bercerita dan mengutarakan masalahnya apa.”<sup>73</sup>*

---

<sup>72</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ), tanggal 23 Mei 2023

<sup>73</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ), tanggal 23 Mei 2023

Pendapat yang disampaikan oleh Bu Reno di atas, menyampaikan bahwa program bimbingan konseling individu yang dilakukan di sekolah SMPN 1 Bumiayu mendapatkan hasil yang baik juga sangat efektif dalam meningkatkan perkembangan perilaku pada siswa seperti kepercayaan diri kembali meningkat. Di sisi lain juga terkadang guru BK bekerja sama dengan orang tua untuk mengetahui adanya permasalahan yang disebabkan dirumah atau tidaknya.

Setelah mendapatkan bimbingan konseling pada anak-anak beberapa kali mendapatkan hasil yang sangat baik. Bisa dilihat dari perilaku mereka setelah berkonseling dengan guru BK. Dengan itu peneliti mengamati untuk mendapatkan hasil yang akurat tentunya dengan pengamatan setelah adanya konseling individu itu berlangsung yang dilakukan oleh korban dan guru BK SMPN 1 Bumiayu. Perubahan yang terjadi pada anak yang menjadi korban bulliying dan mempunyai *self esteem* rendah setelah mendapatkan bimbingan konseling, diantaranya:

- a. Meningkatkan kepercayaan diri pada korban dengan melalui konseling individu, korban bulliying yang mempunyai *self esteem* rendah dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang nilai diri mereka, bahwa mereka berharga bagi diri mereka sendiri maupun orang lain. Guru BK disini dapat membantu mereka dengan meningkatkan kualitas positif yang mereka miliki.
- b. Dapat mengurangi dampak trauma yang didapatkan, karena dengan adanya konseling individu mereka dapat menceritakan kepada guru BK lalu bisa dengan di kuatkan dan bisa mengatasi rasa trauma dan bisa membantu menyeimbangkan emosional pada korban
- c. Meningkatkan kualitas hidup, konseling individu bertujuan untuk membantu korban bulliying dengan *self esteem* yang rendah dan bisa membangun kuliatas hidup yang lebih baik. Dengan itu bisa meningkatkan rasa kepuasan dalam diri dan membangun kehidupan yang lebih baik lagi dari sebelumnya.

Siswa yang menjadi korban bulliying dan mengakibatkan *self esteem* rendah sudah mendapatkan bimbingan konseling individu secara rutin menunjukkan bahwa adanya perubahan signifikan yang ditunjukkan pada korban. Namun dengan itu, setiap individu memiliki kecepatan dan tanggapan yang berbeda terhadap konseling individu ini. Hasilnya juga tergantung pada diri masing-masing dalam konseling individu berlangsung. Namun, kebanyakan siswa yang mengalami penurunan *self esteem* bisa kembali menjadi individu yang ceria, mempunyai teman, tidak gampang overthinking dan aktif dalam pembelajaran. Keberhasilan dalam pelaksanaan bimbingan konseling individu, tidak lepas dari rasa kesabaran yang dimiliki guru BK dalam menyelesaikan permasalahan siswa-siswinya dengan karakter dan permasalahan siswa yang berbeda-beda. Hasil yang ditunjukkan oleh siswa korban bulliying yang mengakibatkan *self esteem* rendah membuktikan bahwa bimbingan konseling individu yang dilakukan di SMPN 1 Bumiayu telah berjalan lancar dan mencapai tujuan yang diinginkan.

6. Hasil konseling Individu pada korban bulliying yang mengalami *self esteem* rendah

Pada dasarnya setiap dilakukannya konseling individu mempunyai suatu keefektifan sendiri untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa siswi yang sedang mengalami *self esteem* rendah akibat adanya pembulian yang dilakukan oleh kakak kelas maupun teman sekelasnya sendiri. Namun dengan adanya konseling individu yang dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kembali *self esteem* dan menjadikan tidak adanya rasa trauma pada korban memerlukan waktu dan proses yang cukup lama. Kembalinya *self esteem* yang meningkat pada korban bulliying biasanya pada kondisi korban itu sendiri, yakin terhadap dirinya sendiri bisa melalui proses penyembuhan dan percaya terhadap adanya perubahan terhadap keadaan.

Seperti hasil wawancara dengan Bu Popy mengatakan dalam wawancara yang dilakukan yaitu :

*“ Dengan adanya konseling individu ini menghasilkan hasil yang efektif karena bimbingan konseling disini tidak hanya menyelesaikan masalah tetapi juga untuk anak-anak yang bermasalah dan kita punya layanan yang bukan hanya sekedar itu-itu aja karena layanan kita banyak ”<sup>74</sup>*

Di bawah ini adalah hasil dari beberapa klien yang telah melakukan konseling individu karena telah mengalami penurunan *self esteem* akibat bulliying yang dilakukan oleh teman-temannya, yaitu:

a. Klien pertama

- 1) Nama : R.S.K
- 2) Tempat tanggal lahir : Brebes, 29 Mei 2009
- 3) Alamat : Dukuh Krajan 1 Kalierang rt 3 rw 1  
Bumiayu
- 4) Usia : 14 tahun
- 5) Jenis kelamin : laki-laki

Sebagai siswa-siswi yang mengalami *self esteem* yang rendah R.S.K sendiri selaku korban bulliying mengatakan pada saat di wawancara sebagai berikut :

*“ Beberapa kali saya melakukan konseling dengan bu Popy alhamdulillah harga diri dan kepercayaan diri saya meningkat, saya selalu dikuatkan oleh Bu Popy dengan kata kata penyemangat dan bisa membuktikan kepada yang lain kalo orang seperti saya tidak lemah, walaupun kadang sampai saat ini saya masih di bulli, tapi saya selalu berpikir bahwa saya tidak lebih rendah di bandingkan mereka yang membulli saya. juga orang tua yang selalu mensupport yang saya lakukan ”<sup>75</sup>*

Dari hasil yang diperoleh dapat mengetahui kondisi korban bulliying yang dilakukan setelah adanya konseling individu oleh Bu Popy selaku guru BK kelas 8 bahwa korban yang berinisial R.S.K merupakan siswa yang sering dibulli oleh teman-temannya yang menjadikan korban mempunyai *self esteem* yang rendah, namun dengan adanya konseling yang dilakukan beberapa kali, korban

<sup>74</sup> Wawancara dengan Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ), tanggal 22 Mei 2023.

<sup>75</sup> Wawancara dengan R.S.K ( korban bulliying kelas 8 ), pada tanggal 22 Mei 2023.

merasa bahwa dirinya sudah meningkat harga dirinya. R.S.K ini juga merupakan salah satu siswa yang berpertasi, namun dengan sikap R.S.K ini pendiam maka menjadi salah satu korban bulliying yang dilakukan oleh teman kelasnya.

b. Klien kedua

- 1) Nama : A.A
- 2) Tempat, tanggal lahir : Brebes 25 Oktober 2009
- 3) Alamat : Munggang Jatisawit rt 3 rw 4 Bumiay
- 4) Usia :13 tahun
- 5) Jenis kelamin : Laki-laki

Sebagai siswa-siswi yang mengalami *self esteem* yang rendah A.A sendiri selaku korban bulliying mengatakan pada saat di wawancara sebagai berikut :

*“ Saya dari dulu memang sering di bulli sama teman-teman saya, di sekolah juga di luar sekolah juga ada sampai saya ngga punya teman main, saya biasanya sering membulli dengan omongan kadang juga fisik. Saya sering melakukan konseling individu dari kelas 7 oleh Pak Humam dan sekarang digantikan oleh Bu Popy selaku guru BK kelas 8. Setelah saya dibulli mental saya berantakan jadi saya kurang percaya diri tapi setelah melakukan konseling individu ini harga diri dan rasa kepercayaan diri saya sedikit demi sedikit meningkat, Bu Popy juga selalu nyemangatin saya dalam segala hal jadi saya juga semangat mba”<sup>76</sup>*

Dari hasil yang diperoleh penulis dapat mengetahui kondisi korban setelah dilakukannya konseling individu yang di lakukan oleh Bu popy bahwa kondisi korban saat ini sudah mulai adanya perubahan *self esteem* yang tadinya mempunyai *self esteem* rendah sekarang sedikit demi sedikit dengan adanya konseling individu menjadi meningkat lagi.

c. Klien ke tiga

- 1) Nama : N.A
- 2) Tempat tanggal lahir : Brebes, 15 April 2008

<sup>76</sup> Wawancara dengan A.A ( korban bulliying kelas 8) pada tanggal 22 Mei 2023

- 3) Alamat : Kramat rt 02 rw 06 Bumiayu Brebes
- 4) Usia : 15 tahun
- 5) Jenis Kelamin : Perempuan

Sebagai siswa-siswi yang mengalami *self esteem* yang rendah N.A sendiri selaku korban bulliying mengatakan pada saat di wawancara sebagai berikut :

*“ Setelah saya melakukan konseling individu dengan Bu Reno beberapa kali sehabis di bulli sama teman-teman saya , saya merasa lega dan rasa kepercayaan diri saya setelahnya mulai meningkat. Dengan konseling dengan Bu Reno ini biasanya menemukan solusi dan menjadi lebih paham terhadap apa yang butuhkan saya kedepannya harus seperti apa dan bagaimana menghadapi orang-orang yang masih suka bulli saya mulai dari badan hingga keluarga saya dibawa-bawa “*<sup>77</sup>

Dari hasil yang diperoleh penulis dapat mengetahui kondisi korban setelah dilakukannya konseling individu dengan Bu Reno selaku guru BK kelas 9 bahwa setelah dilakukannya konseling lebih dari dua kali kondisi korban saat ini lebih percaya diri dan *self esteem* yang dimilikinya meningkat, lalu dia juga mulai menerapkan sikap bodoamat terhadap apa yang dikatakan oleh temannya. Dari penjelasannya juga korban mengatakan bahwa selain Bu Reno yang membantu untuk meningkatkan *self esteem* pada diri N.R juga ada peran penting orang tua yang memberikan semangat dan dukungan terhadap apa yang sudah dilakukan temannya terhadap korban.

d. Klien ke empat

- 1) Nama : B.W
- 2) Tempat tanggal lahir : Purwokerto, 3 Juli 2007
- 3) Alamat : jatisawit
- 4) Usia : 15
- 5) Jenis kelamin : laki- laki

---

<sup>77</sup> Wawancara dengan N.A (korban bulliying kelas 9), tanggal 25 Mei 2023.

B.W sebagai korban bulliying dan mempunyai rendahnya *self esteem* memaparkan bahwa:

*“ iya saya kurang percaya diri dan tidak punya teman apalagi pas saat covid kemaren, tidak punya sama sekali, saya sendiri. Tapi sekarang sudah banyak, dan sudah pede.”<sup>78</sup>*

Dari hasil yang diperoleh penulis B.W siswa yang tidak pede karena kondisi fisiknya dan sering dibulli mengakibatkan penurunan *self esteem* atau harga diri namun setelah adanya bimbingan yang dilakukan oleh guru BK sekarang B.W sudah mulai percaya diri dan jarang dibulli. Di benarkan oleh Bu Reno pada saat peneliti menanyakan tentang B.W, beliau mengatakan :

*“ Dia sebenarnya ada gejala autis, trus dia juga susah sekali konsentrasi dalam pelajaran, tapi dia sangat menguasai mata pelajaran bahasa inggris mungkin karena dari kecil keseharian dia berkomunikasi dengan bahasa inggris ya makannya juga dia susah beradaptasi sama teman-temannya. Dari kelas 7 dan 8 masih sering di bulli, tapi kami sebagai guru BK sering mengajak ngobrol dia dan menganggap bahwa dia sama seperti anak-anak yang lainnya ibaratnya menganggap bahwa dia normal gitu, nah setaip pelajaran saya waktu kelas 9 saya selalu melibatkan dia dengan tugas-tugas materi BK, disuruh maju trus juga aktif dikelas. Sekarang alhamdulillah dia sudah merasa pede dan percaya diri, dia juuga menangani teman-temannya yang membulli dia , bahkan sekarang dia pengen selalu tampil di depan.”<sup>79</sup>*

Bu Reno menjelaskan bahwa dengan adanya bimbingan konseling individu dan pelatihan yang dilakukan guru BK kepada korban B.W membuat B.W menjadi percaya diri dan bisa meningkatkan kembali *self esteem* yang dimiliki oleh B.W

## C. Analisis Data

### 1. Upaya Konseling Individu Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Pada Korban Bulliying Di SMPN 1 Bumiayu

<sup>78</sup> Wawancara dengan B.W (korban bulliying kelas 9), tanggal 25 Mei 2023.

<sup>79</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ), tanggal 23 Mei 2023

Sesudah melakukan pengamatan langsung dan juga mencermati secara detail mengenai daerah sekolah dan kondisi sekolah, peneliti memperoleh hasil bahwa di SMPN 1 Bumiayu melaksana bimbingan konseling pada korban bulliying yang mengalami penurunan *self esteem* dengan tujuan utama untuk meningkatkan kembali *self esteem* pada siswa-siswanya yang menjadi korban bulliying teman-temannya. Dalam hal ini , peneliti memfokuskan pada siswa yang menjadi korban bulliying dan mengalami *self esteem* rendah di SMPN 1 Bumiayu dengan jumlah 4 siswa. Seperti yang di sampaikan oleh bu Popy selaku guru BK kelas 8 yaitu :

*“Bimbingan konseling individu menurut saya ya konseling yang dilakukan secara perorangan yang melalui tatap muka atau bertemu dengan kliennya secara langsung dengan tujuan untuk menyelesaikan suatu permasalahan yang ada. Dengan bimbingan konseling individu ini dilakukan bukan hanya pada korban bulliying saja, tetapi pada kasus yang lain juga biasanya diterapkan dengan teknik konseling invividu , karena teknik konseling ini bisa dikatakan sangat efektif dalam menyelesaikan suatu permasalahan yang ada karena dengan konseling individu ini anak akan merasa aman dengan menceritakan permasalahannya karena tidak adanya orang lain didalamnya, yang mana bersifat rahasia.”<sup>80</sup>*

Argumen yang dikatakan oleh Bu Popy selaku guru BK kelas 8 menggambarkan bahwasanya dengan bimbingan konseling ini dapat mempermudah suatu permasalahan yang terjadi pada siswa-siswinya yang dapat dilakukan secara perorangan, karena dengan dilakukannya konseling individu ini siwa-siswinya bisa menceritakan permasalahannya secara terbuka dan terang-terangan. Argumen ini lalu diperkuat melalui wawancara bersama Bu Reno selaku guru BK kelas 9 bahwa :

*“ Konseling individu menurut Bu Reno adalah konseling yang di lakukan untuk masalah yang bersifat pribadi dan tidak boleh diketahui oleh orang lain, termasuk dengan penanggung jawab guru BK lainnya, jadi masalah yang di konsultasikan oleh klien kepada*

---

<sup>80</sup> Wawancara dengan Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ), tanggal 22 Mei 2023.

*guru pembimbing secara pribadi atau secara individu yang bersifat privat.”<sup>81</sup>*

Dari hasil wawancara tersebut dengan Bu Popy dan Bu Reno mengatakan hal yang sama bahwa dengan dilakukannya konseling individu siswa-siswinya yang merasa mempunyai permasalahan akan merasa aman dan bisa menceritakan suatu permasalahannya secara terbuka dan secara terang terangan, sehingga sebagai guru BK bisa menyelesaikan permasalahannya dan bisa memberikan solusi apa yang harus dilakukan oleh siswa-siswinya.

Permasalahan yang sering dialami pada anak-anak sekolah ataupun anak-anak lain diluar sering kali menghadapi yang namanya dengan penolakan atau permasalahan dengan teman sebaya nya, itu merupakan salah satu penyebab terjadi bulliying dalam bentuk agresi pada kalangannya. Bulliying juga dikenal sebagai permasalahan sosial di berbagai kalangan bahkan kalangan anak sekolah. Dengan adanya bulliying pasti adanya faktor penyebab seseorang menjadi korban. Pada dasarnya seseorang yang sudah menjadi korban bulliying akan memiliki *self esteem* atau harga diri yang rendah, lebih sensitif dan pendiem.<sup>82</sup> Dengan itu seseorang yang memiliki *self esteem* yang rendah perlu adanya penyelesaian dengan menggunakan konseling inividu dan berbagai pendekatan. Pada wawancara dengan bu Popy juga menjelaskan perlu adanya pendekatan pada penyelesaian pada siswanya, beliau mengatakan bahwa :

*“ Pendekatan yang guru BK lakukan adalah menggunakan pendekatan REBT dalam menyelesaikan permasalahan pada korban yang memiliki self esteem rendah. Menggunakan REBT disini karena pada hakekatnya manusia itu di lahirkan dengan potensi berfikir secara rasional dan irasional juga manusia itu sendiri memiliki predisposisi untuk berbahagia, berfikir, berkomunikasi*

---

<sup>81</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ), tanggal 23 Mei 2023

<sup>82</sup> Hinggardipta, Ratnasari, and Happy Karlina Marjo. "Efektifitas Konseling Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Dalam Meningkatkan Self-Esteem Remaja." *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia* 7.12 (2022): 18845-18852.

*dengan orang lain. Anak yang dalam keadaan emosi ini biasanya siswa yang mengalami bullying sedangkan ketika mereka dihadapkan dalam kondisi tersebut biasanya aja menyalahkan diri sendiri atau bisa juga orang lain. modul yang digunakan menggunakan teknik afektif yaitu melalui kegiatan bermain peran. Kegiatan ini biasanya anak bisa mengekspresikan perasaan yang sedang dialaminya dan bisa mengungkapkan dirinya sendiri melalui peran tersebut.*<sup>83</sup>

*Untuk REBT pertemuan akan diakhiri jikalau si anak dirasa sudah merasa cukup dan untuk anak itu berbeda-beda waktu yang dibutuhkan. Biasanya membutuhkan dua atau tiga kali sudah cukup, karena teknik ini kan mengubah pandangan irasional ke rasional ketika anak sudah memahami dan perlahan bisa perasaannya, maka konseling bisa diakhiri saja.*<sup>84</sup>

Hasil wawancara diatas menunjukkan bahwa yang dilakukan guru BK pada saat melakukan konseling untuk siswa yang memiliki *self esteem* rendah akibat bullying menggunakan pendekatan REBT. Rasional Emotive Behavior Therapy (REBT) merupakan salah satu cara yang tepat untuk bisa meningkatkan *self esteem* pada korban bullying. REBT adalah suatu proses terapik yang bisa merubah pandangan seseorang terhadap pikiran, keyakinan yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan logis.<sup>85</sup>

Bu Popy menambahkan jawaban terkait dengan anak yang cara penyelesaian masalahnya dengan teknik REBT yaitu:

*“ Tidak semua anak penyelesaiannya dengan REBT , tapi dari anak kelas 8 yang menggunakan teknik REBT ada korban bullying yang bernama R.S.K”*<sup>86</sup>

---

<sup>83</sup> Wawancara dengan Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ), tanggal 22 Mei 2023.

<sup>84</sup> Wawancara dengan Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ), tanggal 22 Mei 2023.

<sup>85</sup> Hasibuan, Rosya Linda, and Rr Lita Hadiati Wulandari. "Efektivitas rational emotive behavior therapy (REBT) untuk meningkatkan self esteem pada siswa SMP korban bullying." *Jurnal Psikologi* 11.2 (2015): 103-110.

<sup>86</sup> Wawancara dengan Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ), tanggal 22 Mei 2023.

Maksud dari penjelasan Bu Popy di atas bahwa tidak semua permasalahan bulliying yang mengakibatkan *self esteem* rendah itu menggunakan pendekatan REBT tergantung dengan kondisi korban yang didapatkan.

Adapun langkah - langkah yang harus dilakukan pada konseling individu dengan pendekatan REBT, sebagai berikut :

- a) Konselor melakukan wawancara dengan klien untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang permasalahan dan tantangan yang sedang dihadapi. Ini melibatkan identifikasi keyakinan rasional dan pola pikir yang tidak sehat yang mungkin dimiliki oleh klien tersebut.
- b) Konselor atau guru BK menjelaskan terkait dengan prinsip-prinsip dasar dari pendekatan REBT, termasuk dengan pentingnya hubungan antara pikiran, emosi, dan perilaku. Guru BK juga menjelaskan tentang pemahaman irasional, juga dampak terhadap kesejahteraan mental.
- c) Konselor membantu klien mengidentifikasi dan menyadari pikiran irasional yang muncul dalam pikirannya. Ini melibatkan dengan pola pikir yang tidak realistis.
- d) Konselor bekerjasama dengan klien untuk menggantikan pikiran rasional, realistis dan sehat. Klien dibantu untuk mempertanyakan dan menguji keyakinan.
- e) Biasanya dilakukan tugas rumah untuk mempraktikkan pikiran dan perilaku yang baru.
- f) BK membantu dalam mengidentifikasi emosi yang muncul pada klien terhadap pikiran irasional. Klien diberikan strategi untuk bisa mengelola emosi negatif.
- g) Guru BK dapat memberikan dukungan dan penguatan positif kepada klien selama proses konseling berlangsung. Harus adanya apresiasi atas kemajuan yang telah dicapai, serta diberikannya dorongan untuk perubahan selanjutnya.

- h) Guru BK secara teratur mengevaluasi perkembangan klien dalam proses konselingnya. Dalam evaluasi ini membantu untuk mengukur efektivitas pendekatan REBT.

Bu Reno berpendapat terkait dengan tujuan dilakukannya konseling individu menggunakan pendekatan REBT, yaitu :

*“Untuk membantu anak mengenai pola pikir lalu mengubah keyakinan rasional menjadi keyakinan irasional”<sup>87</sup>*

Bu Reno menjelaskan bahwa pendekatan REBT memiliki tujuan untuk mengubah pikiran anak yang rasional menjadi pemikiran yang irasional. Lalu menambahkan terkait dengan ciri-ciri anak yang penyelesaiannya menggunakan teknik REBT, sebagai berikut :

- a) Anak-anak yang cenderung mengambil kesimpulan dengan berlebihan.
- b) Mengalami emosi yang berlebihan, merasa cemas, marah, frustrasi, atau sedih dalam situasi-situasi tertentu.
- c) Anak-anak menunjukkan perilaku yang tidak sehat, seperti perilaku impulsif, melarikan diri dari masalah, menghindari situasi yang menantang.
- d) Mengalami kesulitan dalam menghadapi kegagalan. Biasanya anak mempunyai standar yang sangat tinggi dalam keberhasilan.
- e) Mempunyai persepsi negatif pada diri sendiri. Mereka menganggap bahwa diri mereka tidak sempurna, tidak mampu dan tidak pantas mendapatkan kasih sayang.
- f) Ketergantungan pada seseorang dan sangat sensitif terhadap penolakan.
- g) Lebih banyak menarik diri, menghindari, merasa tidak nyaman dengan keadaan.

---

<sup>87</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trisnadewi ( guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9), tanggal 23 Mei 2023.

Bu Reno mengatakan terkait dengan siswa yang menggunakan pendekatan REBT , sebagai berikut :

*“Dari 2 anak yang menjadi korban bulliying, anak yang menggunakan pendekatan REBT yaitu B.W “<sup>88</sup>*

Dari hasil wawancara di atas bahwa B.W menggunakan pendekatan REBT untuk meningkatkan *self esteem* karena adanya pembulian yang didapatkan.

Bu Reno menambahi terkait tentang efektif dan tidak efektifnya konseling individu dengan menggunakan teknik REBT tersebut dalam meningkatkan *self esteem* pada siswa-siswinya, beliau mengatakan bahwa :

*“ Bisa dibilang dengan konseling individu dengan pendekatan ini sangat efektif dalam meningkatkan self esteem pada siswa-siswi ya mba, karena dengan konseling secara perorangan lebih mudah dilakukan dan siswa pun bisa terbuka dengan masalah yang sedang dialaminya saat itu, jadi saya pun lebih mudah mendapatkan solusi terkait masalah tersebut. Selain itu juga disini tidak hanya dengan konseling individu saja ya mba, ada teknik lain yang dapat menyelesaikan yaitu ada konseling kelompok yang dilakukan oleh beberapa orang. Namun jika ingin meningkatkan self esteem pada anak di lakukannya dengan konseling kelompok maka anak tersebut ingin mengungkapkan apa yang di rasakan malah malu dan mikir bahwa temannya nanti akan tau masalahnya. Beda lagi kalau dilakukan konseling individu kan ada rasa kepercayaan dan adanya sistem kerahasiaan antara guru BK dan anak tersebut, gitu .”<sup>89</sup>*

Hasil wawancara di atas yang dikatakan oleh Bu Reno bahwasanya proses pelaksanaan bimbingan konseling individu ini sangat efektif dalam meningkatkan *self esteem* pada siswa-siswi yang mengalami rendahnya *self esteem* pada korban bulliying yang dilakukan teman-temannya di sekolah. Mengingat bahwa konseling dilakukan secara perorangan dapat

---

<sup>88</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trisnadewi ( guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9), tanggal 23 Mei 2023.

<sup>89</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trisnadewi ( guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9), tanggal 23 Mei 2023.

mempermudah siswa-siswinya yang mengalami permasalahan dengan bisa menceritakan semua permasalahannya dengan terbuka dan merasa aman jika diceritakan semuanya karena di dalamnya terdapat kerahasiaan antara guru BK dan siswa-siswinya.

Dalam konseling individu terdapat beberapa tahap pelaksanaan yang dilakukan, yaitu adanya pelaksanaan konseling individu yang dilakukan pada siswa-siswi yang seharusnya dilakukan dengan beberapa kali konseling. Seperti yang di jelaskan oleh Bu Popy sebagai berikut:

*“ Biasanya dilakukan lebih dari dua kali karena kita pantau dari perkembangannya, jika dilakukan hanya sekali juga pasti tidak ada progres dan tidak dapat berkembang.”<sup>90</sup>*

Pada wawancara diatas bisa diartikan bahwa anak yang mempunyai suatu permasalahan dengan dilakukannya konseling individu tidak hanya dilakukannya sekali namun harus berulang kali untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Bu Reno sebagai guru BK kelas 9 juga menambahkan terkait tentang beberapa kali dilakukannya konseling individu untuk mencapai tujuan yang maksimal, beliau mengatakan bahwa:

*“ Dengan konseling individu ini biasanya dilakukan berkali kali, termasuk pada korban bulliying yang mempunyai self esteem rendah ya mba. Tapi juga dengan konseling ini bisa dibilang tidak ada batasnya karena apa? Ya karena klien atau konseli ini tidak bergantung pada kita, kita sebagai guru BK juga tidak boleh menyuruh anak untuk harus ini harus itu ya mba, tetapi kita mendorong anak tersebut supaya dia bisa mengambil keputusannya sendiri.”<sup>91</sup>*

Hasil wawancara diatas menunjukkan bahwa dengan dilakukannya konseling individu tidak hanya dilakukan satu kali dalam pelaksanaan namun bisa berulang kali untuk melihat bagaimana progres dan perkembangan anaknya setelah dilakukannya konseling individu. Untuk

---

<sup>90</sup> Wawancara dengan Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ), tanggal 22 Mei 2023.

<sup>91</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ), tanggal 23 Mei 2023

tahap pelaksanaan diawali dengan adanya program AKPD ( alat kebutuhan peserta didik ) setelah itu identifikasi masalah. Maka dari itu cara guru BK mengetahui siswa-siswinya yang membutuhkan konseling individu adalah sebagai berikut menurut Bu Reno :

*“ Awal masuk semester satu biasanya kita mengadakan AKPD untuk siswa, AKPD ini yang berbentuk angket untuk mengetahui kondisi siswa-siswinya, trus nanti kita akan tahu anak yang percaya dirinya tinggi dan anak yang kepercayaan dirinya, anak yang punya masalah, anak yang punya kebiasaan buruk, nanti mereka akan menjawab semua pertanyaan pertanyaan yang ada di dalamnya, jadi nanti akan ketahuan mana yang sedang bermasalah dan membutuhkan konseling, entah itu konseling individu atau konseling kelompok. Selain itu juga saya selaku guru BK dalam akhir pelajaran biasanya ada saya membuat suatu sesi curhat pada selembar kertas yang berisikan tentang apapun yang mereka rasakan dan itu bersifat rahasia hanya kalian dan Bu Reno yang tahu jadi banyak anak gitu yang nulis dan menceritakannya lewat kertas tersebut dikelas.”<sup>92</sup>*

Bu Reno menjelaskan bahwa adanya program BK yang dilakukan Guru BK pada awal semester satu untuk mengetahui karakter dan permasalahan yang dialami oleh siswa dalam bentuk angket dan pertanyaan mengenai permasalahan pada diri anak dan dapat diselesaikan setelah anak mengisi pertanyaan yang terdapat di dalamnya.

## **2. Analisis Hasil Bimbingan Konseling Individu Dalam Meningkatkan Self Esteem Pada Korban Bullying di SMPN 1 Bumiayu**

Kurangnya rasa percaya diri pada korban bullying merupakan salah satu petunjuk dari rendahnya *self esteem* yang dialami oleh remaja atau individu tersebut. Pada situs berita ditemukan bahwa *self esteem* atau harga diri yang rendah menjadikan permasalahan yang sering dialami oleh para remaja di Indonesia. *Self esteem* atau harga diri seseorang bergantung pada pola pikir dan penilaian atau persepsi atas individu tersebut terhadap dirinya sendiri. *Self esteem* atau harga diri seseorang adalah aspek yang sangat penting dalam proses perkembangan dalam diri

---

<sup>92</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ), tanggal 23 Mei 2023

seorang anak, karena dapat mempengaruhi pengalaman emosional, tingkah laku dalam menghadapi berbagai hal di kemudian hari, prestasi akademisnya di sekolah, dan penyesuaian psikologis dalam jangka yang panjang.<sup>93</sup> Penjelasan secara sederhananya diartikan sebagai perasaan seseorang atau individu terhadap pentingnya aspek positif dalam diri yang meliputi prestasi, kesejahteraan psikologis seseorang yang memiliki *self esteem* rendah. Aspek positif lainnya yang terdapat dalam diri yaitu kemampuan atau bakat yang dimiliki, adanya rasa percaya diri.<sup>94</sup>

Di SMPN 1 Bumiayu melakukan bimbingan konseling dengan anak didiknya. Bimbingan yang dilakukan adalah bimbingan konseling individu. Hal ini dikarenakan untuk membantu siswa dalam menghadapi suatu permasalahan, dari permasalahan akademik, permasalahan individu, permasalahan karir kedepannya, dan permasalahan lainnya yang menjadi kendala para siswa. Bimbingan konseling individu sangat berpengaruh besar dalam perubahan siswa, karena bimbingan sosial diperlukan untuk membantu siswa dalam perkembangan yang berkaitan dengan *self esteem* (harga diri), kepercayaan diri seseorang, dan rasa peduli terhadap dirinya sendiri. Bimbingan konseling yang dilakukan oleh guru BK secara bertahap dan tidak hanya dilakukan sekali atau dua kali saja, mengingat bahwa seseorang yang sudah mempunyai *self esteem* atau harga diri rendah biasanya untuk kembali mempunyai *self esteem* tinggi dan kepercayaan penuh untuk menghadapi dan menerima kenyataannya butuh waktu cukup lama dan tidak instan. Kondisi siswa sebelum dilakukannya konseling individu sangat memprihatinkan. Selalu diam dan tidak mau mengungkapkan apapun yang dirasakan pada saat itu, menjadi pendiam, tidak aktif dalam mengikuti pelajaran, agresif, dan

---

<sup>93</sup> Rima Pertiwi. *Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik Self-Talk Untuk Meningkatkan Harga Diri Peserta Didik Korban Bullying Verbal Kelas VIII SMPN 2 Candipuro Lampung Selatan*. Diss.UIN Raden Intan Lampung, 2023.

<sup>94</sup> Dhiya Ulhaq, Sovina. "Efektivitas Konseling Gestalt Untuk Meningkatkan *Self esteem* Pada Remaja Korban Bullying Literature Riview." *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 7.2 (2022): 1642-1650.

sangat sensitif dengan hal-hal yang menurut mereka menyakiti hati dan perasaan mereka. Seperti yang dikatakan oleh bu Reno, bahwa :

*“ Anak yang menjadi korban bulliying dan mengakibatkan self esteem rendah itu biasanya menarik diri dari lingkungan sosialnya, seperti temen-temen yang membuli dan teman-teman yang dekat dengannya karena merasa tidak percaya diri, selain itu juga contohnya korban yang bernama N.A itu memiliki sifat yang gampang baperan, apa yang orang lain omongkan akan ngena di hati dia dan akhirnya overthinking trus nangis kepikiran. Susah ya mba kalo udah tidak punya harga diri itu, ya mau ngapa ngapain kepikiran takut gimana gimananya, ya takut ditambah dibulli atau gimana kan.”<sup>95</sup>*

Perilaku diatas menunjukkan bahwa siswa memiliki *self esteem* atau harga diri yang rendah. Oleh karena itu perlu adanya bimbingan konseling individu untuk meningkatkan kembali *self esteem* yang harus dimiliki pada siswa-siswi yang memiliki *self esteem* rendah. Namun berbeda dengan siswa yang sudah melakukan konseling individu secara rutin dan terus-menerus menunjukkan adanya perubahan perilaku pada korban dengan dibuktikan bahwa korban sudah percaya diri, tidak murung, sudah mulai aktif dan bisa menerima keadaan, lalu bisa menerapkan rasa budoamat terhadap apa yang didapatkan oleh temen-temannya juga mulai bisa berbaur dengan yang lainnya. Hal ini terlihat dari tingkah laku yang ditunjukkan pada siswa korban bulliying yang mempunyai *self esteem* rendah dan mereka juga merasakan lebih tenang dan percaya diri dengan dirinya. Dibawah ini data dari keempat siswa yang menjadi korban bulliying dan mengakibatkan mempunyai *self esteem* rendah di SMPN 1 Bumiayu :

1. Klien pertama

- a. Nama : R.S.K
- b. Kelas : 8
- c. Tempat tanggal lahir : Brebes, 29 Mei 2009

---

<sup>95</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ), tanggal 23 Mei 2023

- d. Alamat : Dukuh Krajan 1 Kalierang rt 3 rw 1 Bumiayu
- e. Usia : 14 tahun
- f. Jenis kelamin : laki-laki

Setelah mendapatkan bimbingan konseling yang dilakukan oleh Bu Popy selaku guru BK kelas 8 korban bulliying yang berinisial R.S.K menjadi pribadi yang lebih baik, bersikap bodoamat terhadap apa yang dilakukan oleh teman-teman kelasnya, merasa lega bahwa apa yang dialami dan menjadi beban pikiran sudah di ceritakan, lebih fokus untuk memperbaiki diri dan meningkatkan *self esteem* (harga diri) dengan belajar lebih giat untuk membuktikan kepada semua orang bahwa anak yang menjadi korban buliying dan mempunyai harga diri rendah mampu berprestasi di sekolahnya. Namun dengan begitu korban masih sesekali dibulli dan di kucilkan oleh temannya, lalu korban masih sering menangis namun setelahnya korban mampu bangkit dan kembali menguatkan dirinya lagi.

2. Klien kedua

- a. Nama : A.A
- b. Kelas : 8
- c. Tempat, tanggal lahir : Brebes 25 Oktober 2009
- d. Alamat : Munggang Jatisawit rt 3 rw 4 Bumiayu
- e. Usia : 13 tahun
- f. Jenis kelamin : Laki-laki

Setelah dilakukannya konseling individu beberapa kali oleh Bu Popy, yang berinisial A.A menjadi anak yang ceria, bisa menerapkan sikap cuek dan rasa tidak peduli dengan mendiamkan anak tersebut, lalu setelah A.A kepikiran dengan perkataan temen-temannya A.A in iebih mengalihkan dengan bermain game dan hoby nya yaitu bermain bulu tangis.

3. Klien ke tiga

- a. Nama : N.A

- b. Kelas : 9
- c. Tempat tanggal lahir : Brebes, 15 April 2008
- d. Alamat : Kramat rt 02 rw 06 Bumiayu Brebes
- e. Usia : 15 tahun
- f. Jenis Kelamin : Perempuan

Setelah dilakukannya bimbingan konseling pada korban N.A sudah bisa lebih percaya diri dan bisa menerima keadaan bahwa dirinya mempunyai badan yang berisi, mulai bisa mengurangi rasa overthinking yang ditimbulkan dari perkataan teman-temannya, tidak lagi tersinggung, dan tidak peduli dengan omongan orang tentang dirinya dan sekarang lebih ceria dari keadaan sebelumnya.

#### 4. Klien ke empat

- a. Nama : B.W
- b. Kelas : 9
- c. Tempat tanggal lahir : 3 Juli 2007
- d. Alamat : Jatisawit
- e. Usia : 15
- f. Jenis kelamin : Laki-laki

Kondisi B.W setelah dilakukannya konseling individu yaitu sudah lebih pede dan percaya diri, bisa menghadapi teman-temannya yang masih suka ngebulli B.W , sudah bisa konsentrasi bahkan sekarang selalu ingin tampil di depan kelas.

Dari hasil bimbingan mengenai empat siswa yang menjadi korban bulliying mengakibatkan *self esteem* rendah ini sebenarnya permasalahannya hampir sama dan cara penanganannya pun sama dengan yang lainnya menggunakan teknik konseling individu.

Peneliti kemudian mencoba mewawancarai korban bulliying yang mengakibatkan *self esteem*-nya rendah dengan beberapa pertanyaan mengenai pengalaman dan perubahan yang didapat setelah adanya bimbingan konseling yang telah dilakukan dengan guru BK masing-masing juga sebagai korban bulliying dan memiliki

*self esteem* yang rendah. Adanya wawancara dengan R.S. K sebagai berikut :

*“ Pengalaman saya ya pasti sedih ya yang namanya di bulli pasti ada rasa ngga enak juga rasa ngga tenang, pasti ngerasa terganggu kalo dibuli nya saat pelajaran mba. Selalu kepikiran omongan mereka contohnya ya kaya lagi solat pun kadang suka kepikiran. Tapi kalo lagi maen hp atau ada kegiatan ya ngga kepikiran, beda lagi kalo lagi bengong gitu tiba-tiba suka nangis kepikiran. Kadang untuk kita yang menjadi korban bulliing tu harus bermuka dua ya mba di depan mereka. Trus kalo perubahan yang aku dapet setelah konseling individu yang dilakukan beberapa kali oleh bu Popy saya lebih merasa lega dan bisa menerapkan rasa bodoamat trus cuek ya mba, saya juga mau ngebuktiin ke mereka yang ngebulli bahwa saya itu tidak lebih rendah dari mereka . Walaupun kadang dirumah saya masih suka kepikiran dan overthingking tapi saya berusaha buat ngga mikirin dan bisa mengalihkan dengan keluar jalan-jalan.”<sup>96</sup>*

Hal serupa seperti yang di katakan oleh A.A dia mengatakan bahwa:

*“ Menjadi korban bulliing itu pasti ngga enak dan berdampak negatif karena dibulli ini bisa menyebabkan tidak ada harga dirinya dimata merka yang membulli, karena saya sendiri menjadi tidak percaya diri dalam melakukan berbagai hal mba termasuk dalam sekolah, bisa juga ada yang mentalnya rusak gara- gara di bulli sama teman-teman, pikirannya bisa stres dan terganggu. Dan perubahan yang saya dapat setelah adanya konseling ini mba saya lebih tenang, bisa menghargai diri sendiri, bodoamat sama orang yang ngebulli, trus diemin aja sampe mereka merasa cape mba, hehehe”<sup>97</sup>*

Korban yang berinisial N.A juga mengatakan dan menjelaskan terkait dengan pengalaman dan perubahan setelah dilakukannya konseling individu yang dilakukan beberapa kali setelah harga diri atau *self esteem* rendah, yaitu:

*“ Karena bulliing ini mba aku jadi kepikiran kalo lagi diem aja dirumah, tapi orang tua dirumah selalu nyemangatin aku trus ngasih motivasi, trus juga suka bilang gausah dipikirin lagi gitu. Terus juga jadi ngga bisa fokus apa-apa kepikiran, kurang percaya diri juga mba. Trus kalo Perubahan yang saya dapet ya*

<sup>96</sup> Wawancara dengan R.S.K ( korban bulliing kelas 8 ) pada tanggal 22 Mei 2023

<sup>97</sup> Wawancara dengan A.A ( korban bulliing kelas 8) pada tanggal 22 Mei 2023

*kembali percaya diri lagi, trus juga Bu Reno suka bilang biarin aja gausah di dengerin jadi aku coba ngga dengerin kata-kata mereka, trus lebih menghargai diri sendiri juga.”<sup>98</sup>*

Lalu korban terakhir yang berinisial B.W juga mengatakan yang terkait dengan pengalaman yang dialami semenjak terjadinya bulliying dan perubahan setelah adanya bimbingan konseling, dia mengatakan bahwa :

*“ pengalamannya ya itu di bulli ngga enak, aku sering di bulli anak-anak kelas. iya saya kurang percaya diri dan tidak punya teman apalagi pas saat covid kemaren, tidak punya sama sekali, saya sendiri. Tapi sekarang sudah banyak, dan sudah pede.”<sup>99</sup>*

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh penulis dengan 4 siswa yang menjadi korban bulliying dan mengakibatkan rendahnya *self esteem*. Disimpulkan bahwa dari ke empat siswa tersebut hampir semua jawaban yang mereka berikan sama. Bahwa dengan mereka menjadi korban bulliying bisa menyebabkan *self esteem* atau harga diri mereka menjadi rendah, tidak bisa percaya diri, lebih memilih menjadi pendiem daripada terus menerus menjadi bahan bulliyan mereka. Namun dengan adanya konseling individu yang dilakukan kepada mereka, justru secara perlahan mereka bisa merubah *self esteem* atau harga diri mereka menjadi meningkat, dan kepercayaan diri mereka juga mulai tumbuh dengan adanya konseling individu juga waktu yang dihabiskan beberapa minggu atau bahkan beberapa bulan untuk adanya perubahan tersebut, tergantung dengan keadaan diri mereka masing-masing.

Kemudian Bu Reno menjelaskan mengenai hasil setelah dilakukannya bimbingan konseling individu pada anak-anak yang menjadi korban bulliying dan mengakibatkan rendah nya *self esteem* tersebut, beliau mengatakan bahwa :

---

<sup>98</sup> Wawancara dengan N.A (korban bulliying kelas 9), tanggal 25 Mei 2023.

<sup>99</sup> Wawancara dengan B.W (korban bulliying kelas 9), tanggal 25 Mei 2023.

*“ Hasilnya ya alhamdulillah ya mba, ada perubahan sedikit demi sedikit dari mereka kebanyakan lebih ke di dorong untuk menjadi diri sendiri untuk bisa kuat dan sebagainya, jadi nya mereka ya udah gitu aja, masalah itu sebenarnya ngga papa sih ya, masalah itu ngga terlalu berat gitu ya yang mereka hadapi, jadi awalnya tu mereka overhinking yang berlebihan ya tapi setelah adanya penguatan oleh guru BK dan abaikan saja yang tidak penting, yang lebih penting itu banyak dan sebagainya akhirnya mereka juga bisa percaya diri dan tidak terganggu lagi dengan masalah-masalahnya. Kecuali ada masalah yang berat dirumah atau dimana ya kita perlu adanya konfirmasi kepada kedua orang tuanya dengan menanyakan dirumah si anak bagaimana, apakah ada permasalahan atau bagaimana yang mengakibatkan si korban bisa menjadi seperti itu gitu . ”<sup>100</sup>*

Berdasarkan pemaparan diatas yang di paparkan oleh bu Reno sebagai Guru BK kelas 9, bimbingan konseling yang sudah di lakukan secara terus menerus mendapatkan hasil bimbingan yang bisa dibilang efektif dan sesuai dengan harapan yang diinginkan. Hal ini tentu dari hasil kesabaran guru BK dalam menghadapi anak-anak dalam berbagai permasalahan termasuk pada anak-anak yang menjadi korban bulliying dan mengakibatkan rendahnya *self esteem*. Banyaknya karakteristik-karakteristik *self esteem* atau harga diri yang sudah mereka miliki pada siswa yang menjadi korban bulliying dan mengakibatkan siswa mempunyai *self esteem* rendah menunjukkan bahwa dengan dilakukannya bimbingan konseling individu pada siswa siswa tersebut selama ini mencapai hasil yang sesuai. Siswa yang menjadi korban bulliying dan memiliki *self esteem* rendah perlahan-lahan dengan berjalannya waktu mulai menunjukkan perubahan dengan dimilikinya *self esteem* atau harga diri tinggi dengan menunjukkan kepercayaan diri pada anak yang menjadi korban. Dari hasil wawancara dengan siswa yang menjadi korban bulliying dan memiliki *self esteem* rendah, guru BK kelas 8, guru BK

---

<sup>100</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ), tanggal 23 Mei 2023

kelas 9 dapat diketahui bahwa bimbingan konseling individu yang dilakukan di SMPN 1 Bumiayu memang dapat meningkatkan *self esteem* atau harga diri seseorang yang menjadi korban bullying.

### **3. Hambatan Yang Dialami Dalam Pelaksanaan Bimbingan Konseling Individu Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Pada Korban Bullying Di SMPN 1 Bumiayu**

Dalam melaksanakan bimbingan konseling individu pastinya guru BK menemukan hambatan-hambatan yang sering terjadi proses pelaksanaan bimbingan konseling individu. Dari hasil pengamatan peneliti dan hasil wawancara dengan guru BK, peneliti menemukan beberapa hambatan, diantaranya :

#### **a. Bagi Guru BK**

Hambatan bagi guru sendiri dalam menangani kasus anak-anak yang terjadi pada sekolah khususnya pada kasus bullying yang mengakibatkan *self esteem* atau harga diri anak menjadi rendah dikarenakan karakteristik dan sifat seorang anak yang masih labil dalam menghadapi segala sesuatunya. Sehingga sebagai Guru BK harus mengetahui metode dan cara dan penyelesaiannya, selain itu juga dibutuhkan rasa kesabaran yang dimiliki oleh seorang guru BK. Hambatan ini disampaikan oleh Bu Popy sebagai guru BK kelas 8 dan disampaikan juga oleh bu Reno sebagai guru BK kelas 9, beliau mengatakan bahwa :

*“ Kalau untuk tantangan dan hambatan kita ya sebenarnya pada umumnya ya sebenarnya tidak semua berlaku karena gini, kadang ketika kita menjumpai si korban bullying ini ada tipe anak yang benar-benar punya tipe yang pendiem contohnya seperti korban A.A itu dia benar-bener diem banget sampe ditanya pun gamau mengucapkan satu patah kata pun jadi disitu tu harus adanya yang namanya kesabarannya kita dan pendekatannya kita harus tepat ke anak itu jadi jangan samapi ketika anak itu sudah tidak mau berbicara dan tidak ada ucapan sama sekali trus kita tiba-tiba yaudahlah udah tapi itu buat tantangan tersendiri,*

*bagaimana pendekatan kita biar mereka itu bisa nyaman dan terbuka sama kita, paling hanya itu saja sih mba.”<sup>101</sup>*

Hal itu juga disampaikan oleh Bu Reno sebagai guru BK kelas 9, beliau mengatakan :

*“ ya pasti ada tantangannya ya pasti, kan tidak semua selalu berhasil dengan apa yah mba, hasil yang maksimal dan memuaskan yah ada juga anak yang sama sekali tidak bisa di korek , jadi dia bisanya cuma nangis dan diem seperti itu tapi walaupun kaya gitu pada akhirnya kami tidak mempermasalahkan dia lagi tapi dia jadi lebih dekat sama kita kaya gitu.”<sup>102</sup>*

Berdasarkan hasil wawancara tersebut mendapatkan adanya kesulitan dan hambatan yang dialami oleh Bu Popy dan Bu Reno dalam memberikan bimbingan konseling pada anak yang mengalami bulliying yang mengakibatkan rendahnya *self esteem* yaitu dengan adanya rasa kesabaran yang dimiliki dan strategi pendekatan dalam menghadapi anak-anak yang tidak mau mengungkapkan apa yang sedang dirasakan pada anak tersebut.

b. Bagi siswa

Hambatan atau tantangan dalam bimbingan konseling individu bagi siswa yang menjadi korban bulliying dan memiliki *self esteem* atau harga diri rendah di SMPN 1 Bumiayu ialah rasa ketidakpercayaan dan rasa takut, biasanya anak yang menjadi korban bulliying mungkin tidak memiliki harga diri terhadap orang lain karena adanya pengalaman negatif yang telah dialaminya, lalu adanya rasa trauma dan tidak bisa mengelola emosi yang didapatkan pada anak tersebut. Namun dengan adanya hal tersebut anak yang menjadi korban bulliying dan memiliki *self esteem* rendah dapat mengikuti bimbingan

---

<sup>101</sup> Wawancara dengan Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ), tanggal 22 Mei 2023.

<sup>102</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ), tanggal 23 Mei 2023

konseling individu dengan baik. Hal ini juga dibenarkan oleh Bu Reno sebagai guru BK kelas 9 dengan mengatakan :

*“ Iya biasanya ya hambatannya karena mereka kan malu karena di bulli jadi mereka susah buat ngungkapin apa yang mereka alami kepada kita, justru mereka lebih banyak nangis daripada ngomong apa yang sedang mereka alami atau dapat dari teman-temannya tersebut. Tapi di luar itu mereka tetap mau diajak untuk melakukan konseling individu dengan baik sih mba”<sup>103</sup>*

Berdasarkan hasil wawancara tersebut meskipun ada beberapa hambatan pada anak saat dilakukannya konseling individu tapi mereka tetap melakukan konseling individu berjalan dengan baik.



---

<sup>103</sup> Wawancara dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ), tanggal 23 Mei 2023

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan yang sudah dilakukan, maka peneliti dapat disimpulkan bahwa bimbingan konseling individu dalam meningkatkan *self esteem* pada korban bulliying di SMPN 1 Bumiayu yang dilakukan oleh guru BK adalah :

Upaya yang ditempuh dalam bimbingan konseling dalam meningkatkan *self esteem* atau harga diri pada korban bulliying di SMPN 1 Bumiayu adalah melakukan bimbingan konseling individu yang dilakukan beberapa kali sampai siswa tersebut bisa meningkatkan *self esteem* dan kepercayaan diri kembali tergantung dengan kondisi siswa tersebut, cara penyelesaian permasalahannya ada sebagian anak yang menggunakan teknik REBT. Kemudian menggunakan modul dengan teknik afektif yaitu dengan melalui kegiatan bermain peran. Kegiatan yang bisa mengekspresikan kondisi perasaan yang dialami oleh korban bulliying tersebut.

Hasil yang ditunjukkan setelah adanya konseling individu pada siswa yang menjadi korban bulliying yang memiliki *self esteem* rendah mampu meningkatkan *self esteem* dengan meningkatnya kepercayaan diri yang dimiliki, rasa menahan diri dari emosional, semakin aktif dan bisa beradaptasi dengan baik di lingkungan sekitarnya baik di sekolah maupun diluar sekolah.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian terdapat adanya beberapa saran yang ditujukan, sebagai berikut:

1. Bagi guru BK SMPN 1 Bumiayu hendaknya melakukan rencana tindakan pencegahan pada program bulliying yang proaktif di sekolah dengan melibatkan siswa, guru dan orang tua. Ajarkan siswa tentang pentingnya menghormati perbedaan , belajar bersama dan mengatasi perundungan pada siswa.

2. Bagi peserta didik, hendaknya mengikuti layanan konseling individu yang dilakukan oleh guru BK kepada siswanya supaya dapat meningkatkan *self esteem* dengan cepat, serta bisa terciptanya rasa kepercayaan diri, dan pemahaman diri atas segala kekurangan yang dimilikinya
3. Bagi peneliti selanjutnya, penulis harap dapat melanjutkan dan lebih menekankan secara dalam terkait dengan bimbingan konseling pada korban bulliyng yang memiliki *self esteem* rendah, karena masih banyak hal yang bisa dipelajari dan dikembangkan



## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Zainal. 2009. "Optimalisasi Konseling Individu dan Kelompok untuk Keberhasilan Siswa." *INSANIA: Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan* 14.1 . hlm. 132-148.
- Ahmad,M,Juki,Zulamri “ Pengaruh layanan Konseling Individual Terhadap Keterbukaan Diri (Self Disclosur ) Remaja Di Lembaga Pembinaan”
- Ali, Mohammad dan Mohammad Asrori. 2009. “Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik “ ( Jakarta : *PT Bumi Akasara*). hlm.68-69.
- Al- Qur’an Terjemahan,2016, “Departemen Agama RI” , Jakarta *CV. Alfatih Berkah Cipta*
- Amini,Yayasan Semai Jiwa. 2018. “Bulliyng ( Mengtasi kekerasan di Sekolah Dan Lingkungan Sekitar Anak “. ( Jakarta : *PT. Grasindo , anggota IKAPI*). hlm. 5.
- Amti,Erman, Prayitno. 1994.” Dasar - dasar Bimbingan dan Konseling” ( Jakarta : *Rineka Cipta*).hlm. 94.
- Arif,M, Budiman, S Sukoco, KW.2019 “ Konsep Dori Peserta Didik “ *Bikoetik*, Vol.3.No. 1
- Ariyanti, Faujiah. (2022) "*Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Untuk Mengatasi Cyberbullying (Studi Kasus Pada SMP Negeri 10 Tarakan)*."
- Armita dan Pipin. (2016) ."*Meningkatkan Kesejahteraan Sosial Anak Jalanan dengan Teori Self Esteem Improving Street Children Welfare with Self Esteem Theory.*" *Jurnal PKS* Vol 15.4. hlm. 377-386.
- Astuti, Ponny Retno. 2018. “*Memendam Bulliyng : 3 Cara Efektif Menanggulangi Kekersan Pada Anak*” ( Jakarta : *PT. Grasindo, anggota IKAPI*). hlm. 55.
- Aziz dan Raka Fadli Nur.2022. “ Efektifitas Konseling Kelompok Teknik Assestrive Training Untuk Meningkatkan Self Esteem Terhadap Siswa korban Bulliiying Di Smk Bina Nusantara Jatirogo”. *Diss. Universitas Nahdatul Ulama Sunan Giri*.
- Chakrawati,Fitria. 2015. ‘Bulliyng Siapa Takut?’ (Solo : *PT. Tiga Serangkai Pustaka Mandiri* ).hlm. 11.
- Diananda, Amita.2019. "Psikologi remaja dan permasalahannya." *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*. Vol.1. No.1.hlm.116-133.

- Ekasari, Agustina, and Zesi Andriyani. 2013. "Pengaruh Peer Group Support dan Self-Esteem Terhadap Resilience pada Siswa SMAN Tambun Utara Bekasi." *SOUL: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*. Vol.6.No.1.hlm 1-20.
- Faisal,Sanapiah. 1989. "Format- format Penelitian Sosial ".( Jakarta2 : *PT . Raja Grafindo Persanda*),hlm. 23.
- Farida ,Wahyu dan Syarifuddin Dahlan dan Ratna Widiastuti.2018 " Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa " *Alibikin (Jurnal Bimbingan dan Konseling* ". Vol.6. No. 2
- Firdaus,Waluya,Dony, Widayasastrena, Dimas. (2016). Kajian Pertumbuhan Minat dan Realisasi Investasu Penanaman Modal Asing (PMA) dan Penanaman Modal Dalam Negeri (PMDN) Provinsi Jawa Barat (Lokasi dan Sektor Usaha). *Jurnal Riset Akuntansi DAN Keuangan* ,Vol.4, No. 1,hlm.898.
- Hasanah, Hasyim. 2015."Teknik-teknik Observasi".*Jurnal At-Taqqadam* ".( Yogyakarta : *Literasi Media Publishing* ). hlm. 80.
- Hasibuan, Rosya Linda, and Rr Lita Hadiati Wulandari. 2015. "Efektivitas rational emotive behavior therapy (REBT) untuk meningkatkan self esteem pada siswa SMP korban bullying." *Jurnal Psikologi*. 11.2. hlm 103-110.
- Hikmat, Mahi M.2014. "Metode Penelitian dalam Perspektif Ilmu Komunikasi dan sastra" , ( Yogyakarta : *graha ilmu*).hlm. 79-81.
- Hinggardipta,Ratnasari dan Happy Karlina Marjo.2022. " Efektif Konseling Dengan Pendekatan Rasional Emotive Behavior Dalam Meningkatkan Self-esteem Remaja ". *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia* . Vol.7 No. 12
- Janitra dan Preciosa Alnashava dan Ditha Prasanti. (2017) "Komunikasi keluarga dalam pencegahan perilaku bullying bagi anak." *Jurnal Ilmu Sosial Mamangan* 6.1. 23-33.
- Ketut, Dewa, Sukardi. "Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseing di Sekolah"
- Khairunnisa, Ayu.2013. "Hubungan religiusitas dan kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah remaja di MAN 1 Samarinda." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* . Vol.1. No.3 .

- Kustanti, Erin Ratna.2015. “ Gambaran Bulliying Pada Pelajar Di Kota Semarang “ *Jurnal Psikologi Undip*. Vol.14. No. 1.hlm.30.
- Liliza Agustin, Mukhlis,.2022.“rancangan Model Konseling Kelompok Tazkiyatun Nafsi Dalam Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa Korban Bulliying” . Eksistensi. Vol. 4.No.1
- Martono,Nanang. 2010. “Metode Penelitian Kuantitatif” .( Jakarta: *PT. Raja Grafindo Persanda*). hlm.16.
- Mei, Linda ,Lestari dan Yusuf Hasan Baharudin dan Aris Naeni Dwiyantri. 2021.“EfektifitasKonseling Gestalt Menggunakan Teknik Empati Chair Unuk Meningkatkan Self Esteem Pada Peserta Didik Korban Bulliying”. *Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*. Vol 2. No.1
- Nasution, Indri Kemala.2007. "Stres pada remaja".
- Nikmarijal and Ifdil. 2014."Urgensi peranan keluarga bagi perkembangan self-esteem remaja." *Jurnal Konseling dan Pendidikan* . Vol.2 No.2. hlm. 19-24.
- Novalia dan Rica dan Andayani,S.2016.“ Dampak Bulliying Terhadap Kondisi Psikososial Anak Di Perkampungan Sosial Pingit” ( *Skripsi:Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta* )
- Nygrahani, Farida. 2014.“*Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*” . ( *Solo : Cakra Books*).hlm. 61-62.
- Observasi, Profil SMPN 1 Bumiayu (senen, 22 Mei 2023)
- Pertiwi Rima .2023. “Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik Self-Talk Untuk Meningkatkan Harga Diri Peserta Didik Korban Bulliying Verbal Kelas VIII SMPN 2 Candipuro Lampung Selatan” .Diss.*UIN Raden Intan Lampung* .
- Rejeki,Sri.2016. “ Pendidikan Psikologi Anak “ Anti Bulliying Pada Guru - Guru Paud”. *Jurnal Pendidikan Psikologi Anak*. Vol. 16 No. 2. hlm. 236.
- Rosaliza,Mita .2015.”Wawancara Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif” *Jurnal Ilmu Budaya*. vol.11 no. 2. hlm.71.
- Rostiana,Dewi dan Munggin Edi Wibowo dan Edi Purwanto.2019 .“ Keefektifan Konseling Kelompok Teknik Self Intruction dan Thought Stopping Untuk Meningkatkan Self Esteem Korban Bulliying” *Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling* ). Vol.6. No.2. hlm.1-8

Sembyang ,Stevani dan Jafar Sembiyng.2017.“Pengaruh Self Esteem Dan Self Efficacy Terhadap Kinerja Karyawan Studi Kasus di PT.Finnet Indonesia “  
“eProceedings of Management. vol. 4. no.1

SINDOnews “ Aksi penganiayaan siswi SMP di Kabupaten Karo “ ( Jumat,!3 Januari 2023)

Siyanto,Sandu dan M. Ali Sodik.2015.”*Dasar Metodologi Penelitian*”. ( Yogyakarta : *Literasi Media Publishing* ) hlm.80.

Sudjiono,Anas.1987. “Manajemen Penelitian”.( Jakarta : *Golden Tiye Pess* ).hlm 41.

Sugiyono.2018.”*Metode Penelitian Kualitatif*”.(bandung : *Alfabeta* ).hlm.141-142.

Suryana. 2010. *Metodologi Penelitian : “Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif”*. (Buku Ajar Perkuliahan : *universitas Pendidikan Indonesia*). hlm.38 .

Susanto, Meilany Budiarti dan Ela zain Zakiyah.2017.“ Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Melakukan Bulliying “ *Jurnal Penelitian dan PPM* .Vol. 4 No. 2. hlm. 327-328.

S,Wilis, Sofyan.2007 “*Konseling Individual Teori dan Praktek*” ( Bandung: *Alfabeta* ).hlm.50

Bagong Suyanto.2010 “ *Masalah Sosial Anak* ”. ( Jakarta : *Kencana Prenanda Media Grup*). Hlm. 102.

Suyoto, Sandu dan M. Ali Sodik.2015. “*Dasar Metodologi Penelitian*” .(Yogyakarta : *Literasi Media Publishing* ). hlm.123.

Usman, Husaini dan dkk.2006. “*Metodologi Penelitian sosial*” . ( *Jakarta Bumi Aksara*),hlm. 5.

Ulhaq Dhiya dan Sovina.2022. "Efektivitas Konsleing Gestalt Untuk Meningkatkan Self esteem Pada Remaja Korban Bulliying Literature Riview." *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling* vol.7 no.2.hlm. 1642-1650.

Utami dan Riadini Wahyu dan Andina Vita Sutanto.2022 ."Edukasi Pentingnya Self Esteem pada Remaja SMA Ali Maksum, Kecamatan Sewon, Kabupaten Bantul." *Jurnal Masyarakat Berdaya dan Bermitra (MATRA)*. Vol.1 No.1.hlm 18-23.

Verdianingsih, Eliza. 2018. "Self-Esteem dalam Pembelajaran Matematika  
Self-Esteem in Mathematics Education." *EDUSCOPE: Jurnal Pendidikan,  
Pembelajaran, dan Teknologi* . Vol.3.No.2.hlm 7-15.

Wawancara dengan Bu Popy Novitasari ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 8 ),  
tanggal 22 Mei 2023.

Wawancara dengan Bu Reno Trena Dewi ( Guru BK SMPN 1 Bumiayu kelas 9 ),  
tanggal 23 Mei 2023

Wawancara dengan teman korban Bulliyng kelas VIII SMPN 1 Bumiayu ( 2  
Maret 2023 )

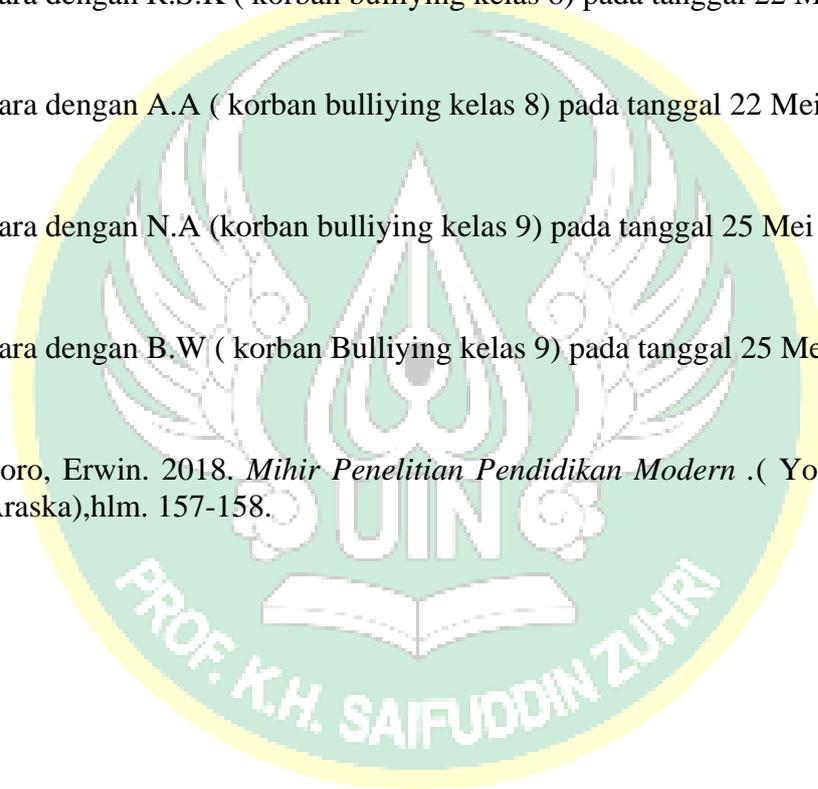
Wawancara dengan R.S.K ( korban bulliyng kelas 8) pada tanggal 22 Mei 2023

Wawancara dengan A.A ( korban bulliyng kelas 8) pada tanggal 22 Mei 2023

Wawancara dengan N.A (korban bulliyng kelas 9) pada tanggal 25 Mei 2023.

Wawancara dengan B.W ( korban Bulliyng kelas 9) pada tanggal 25 Mei 2023

Widiasworo, Erwin. 2018. *Mihir Penelitian Pendidikan Modern* .( Yogyakarta :  
Araska),hlm. 157-158.





LAMPIRAN-LAMPIRAN

## Lampiran 1

### PEDOMAN WAWANCARA

- A. Pedoman wawancara untuk guru BK kelas 8
1. Sebutkan dan jelaskan tentang profil ibu?
  2. Apa arti bimbingan konseling menurut ibu?
  3. Bagaimana proses konseling individu dalam meningkatkan *self esteem* pada siswa yang menjadi korban bulliying?
  4. Bagaimana peran guru BK dalam menangani siswa yang memiliki *self esteem* rendah ?
  5. Berapa kali dilakukan konseling individu untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa yang menjadi korban bulliying?
  6. Apakah ada sikap-sikap yang diperlihatkan oleh anak-anak yang mempunyai *self esteem* rendah?
  7. Apakah dengan dilakukannya konseling individu pada siswa-siswi yang memiliki *self esteem* rendah bisa dikatakan efektif?
  8. Konseling individu menggunakan pendekatan dan teknik apa?
  9. Dilakukan berapa kali konseling dengan pendekatan tersebut untuk bisa meningkatkan *self esteem* pada korban bulliying?
  10. Apakah ada tantangan dan hambatan dalam menangani siswa-siswi yang memiliki *self esteem* rendah akibat bulliying?
- B. Pedoman wawancara untuk guru BK kelas 9
1. Sebutkan dan jelaskan tentang profil ibu juga ceritakan pengalaman mengajar di SMPN 1 Bumiayu?
  2. Apa arti konseling individu menurut ibu?
  3. Bagaimana peran guru BK dalam menangani siswa-siswi yang memiliki *self esteem* rendah?
  4. Berapa kali dilakukannya konseling individu untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa yang menjadi korban bulliying ?
  5. Bagaimana guru bisa mengetahui siswa-siswi yang mempunyai *self esteem* rendah akibat bulliying?
  6. Apakah ada sikap-sikap yang diperlihatkan oleh anak-anak yang mempunyai *self esteem* rendah?

7. Apakah dengan dilakukannya konseling individu pada siswa-siswi yang memiliki *self esteem* rendah bisa dikatakan efektif ?
  8. Apakah efektif dengan menggunakan pendekatan REBT?
  9. Apakah anak yang menjadi korban bulliying akan menarik diri dari lingkungan sosialnya?
  10. Bagaimana kondisi korban B.W?
  11. Bagaimana hasil setelah dilakukannya konseling individu apa siswa-siswi yang mengalami *self esteem* rendah?
  12. Apakah ada tantangan dan hambatan dalam menanganu siswa-siswi yang memiliki *self esteem* rendah?
  13. Apa tujuan konseling individu dengan pendekatan REBT?
- C. Pedoman wawancara untuk remaja yang memiliki rendahnya *self esteem* akibat bulliying
1. Sebutkan biodata seperti nama, kelas, tempat tanggal lahir, alamat, usia, jenis kelamin?
  2. Sejak kapan mengalami bulliying dan memiliki *self esteem* rendah?
  3. Ceritakan pengalaman kamu sebagai korban bulliying?
  4. Bagaimana kondisi sebelum dilakukannya konseling individu dengan guru BK?
  5. Apa yang membuat anda merasa tidak percaya diri setelah terjadi pembulliyan?
  6. Apa yang kamu lakukan untuk meningkatkan *self esteem* atau harga diri setelah adanya pembullian terjadi?
  7. Apakah ada dukungan keluarga atau teman-teman?
  8. Berapa kali bimbingan konseling dilakukan?
  9. Perubahan apa saja yang dialami setelah melakukan konseling individu dengan guru BK ?

## **Lampiran 2**

### **HASIL WAWANCARA KEPADA GURU BK KELAS 8 SMPN 1 BUMIAYU**

Narasumber : Ibu Popy Novitasari, S.pd.

Tanggal : 22 Mei 2023

**1. Sebutkan dan jelaskan tentang profil ibu serta ceritakan pengalaman mengajar di SMPN 1 Bumiayu ?**

Jawaban : *Popy Novitasari sebagai guru BK kelas 8, alamat di Karang Jongkeng Rt 02 Rw 05 Kecamatan Tonjong Brebes, lulusan tahun 2013 di Universitas Negeri Semarang. Awal mula masuk dan mengajar di SMPN 1 Bumiayu pada bulan Agustus tahun 2013. Banyak orang yang menganggap guru BK adalah polisi sekolah, namun ternyata setelah beliau masuk di sekolah bu Reno sudah mengajarkan sistem sahabat siswa, jadi bu popy sendiri tinggal melanjutkan sistem yang sudah diterapkan oleh sekolah tersebut. Dengan adanya sistem tersebut, siswa siswi juga merasa enjoy dan aman ketika berhadapan dengan guru BK termasuk pada saat ada program bimbingan, seperti bimbingan konseling kelompok maupun individu dan juga pada saat ada mata pelajaran BK sekolah dalam pembelajaran.*

**2. Apa arti konseling individu menurut ibu?**

Jawaban : *Bimbingan konseling individu menurut saya ya konseling yang dilakukan secara perorangan yang melalui tatap muka atau bertemu dengan kliennya secara langsung dengan tujuan untuk menyelesaikan suatu permasalahan yang ada. Dengan bimbingan konseling individu ini dilakukan bukan hanya pada korban bulliyng saja, tetapi pada kasus yang lain juga biasanya diterapkan dengan teknik konseling invividu , karena teknik konseling ini bisa dikatakan sangat efektif dalam menyelesaikan suatu permasalahan yang ada karena dengan konseling individu ini anak akan*

*merasa aman dengan menceritakan permasalahannya karena tidak adanya orang lain didalamnya, yang mana bersifat rahasia.*

**3. Bagaimana proses konseling individu dalam meningkatkan *self esteem* pada siswa yang menjadi korban bulliying?**

*Jawaban : proses konseling yang dilakukan untuk meningkatkan self esteem pada korban bulliying ini biasanya dilakukan bukan hanya sekali atau dua kali saja, jika si anak membutuhkan apabila anak yang menjadi korban bisa dikategorikan ringan atau sedang itu bisa dilakukan konseling individu lebih dari dua kali pertemuan, karena disamping itu juga kita melihat bagaimana progresnya apakah ada perubahan atau tidaknya dengan menggunakan pendekatan ini, kadang itu juga kita membutuhkan kerja sama dengan orang tua melalui telfon namun anak yang menjadi korban tidak mengetahuinya, kenapa dilakukannya seperti itu supaya dari sana sini ada kerja sama dan orang tua sendiri juga bisa saling suport*

**4. Bagaimana peran guru BK dalam menangani siswa yang memiliki *self esteem* rendah ?**

*Jawaban : Untuk peran disini sehubungan dengan guru BK disini banyak ya mba, ada peran BK sebagai pencegahan masalah dan intervensi yaitu pencegahan masalah dan prilaku sosial siswa. Mereka mengidentifikasi masalah bulliying, gangguan mental dan lain sebagainya. Disini kita belajar bahwa yang namanya korban bulliying ini janganlah dikatakan korban saja, tetapi kita disini bersama-sama bagaimana caranya agar si anak tersebut dapat meningkatkan yang namanya bagaimana dia bisa survaive ketika dia menjadi korban. Jadi dengan cara kita dengan pelayanan konseling dengan pendekatan yang mana siswa itu kan biasanya ketika sudah nyaman biasanya dia akan terbuka, tetapi harus ada batasannya ketika siswa yang sebagai korban biasanya ya kalau sudah sekiranya ini anak bergabung dengan kita, kita tidak boleh. Ya karena mau bagaimana pun si anak ini survaive dengan usahanya sendiri dengan di*

*dampingi kita sebagai guru BK nya ya, Disitu nanti kita bisa melihat sebagai tolak ukur apakah sudah ada progres kemajuan apa belum begitu*

**5. Berapa kali dilakukannya konseling individu untuk meningkatkan self esteem pada siswa yang menjadi korban bulliyng?**

*Jawaban : proses konseling yang dilakukan untuk meningkatkan self esteem pada korban bulliyng ini biasanya dilakukan bukan hanya sekali atau dua kali saja, jika si anak membutuhkan apabila anak yang menjadi korban bisa dikategorikan ringan atau sedang itu bisa dilakukan konseling individu lebih dari dua kali pertemuan, karena disamping itu juga kita melihat bagaimana progresnya apakah ada perubahan atau tidaknya dengan menggunakan pendekatan ini, kadang itu juga kita membutuhkan kerja sama dengan orang tua melalui telfon namun anak yang menjadi korban tidak mengetahuinya, kenapa dilakukannya seperti itu supaya dari sana sini ada kerja sama dan orang tua sendiri juga bisa saling suport*

**6. Apakah ada sikap-sikap yang diperlihatkan pada siswa yang memiliki self esteem rendah akibat bulliyng sebelum dilakukannya konseling individu?**

*Jawaban : Memang anak yang mempunyai self esteem rendah karena di bulli ini biasanya menjadi orang pendiem di karenakan mereka menganggap bahwa mereka adalah dibawah anak yang membulli jadi takut dan bingung ingin apa dan bagaimana. Biasanya anak yang seperti itu lebih ke takut disuruh ini itu dan tidak pede. Lebih banyak anak-anak yang menjauhi karena pembuliiian tersebut sehingga biasanya terjadi kompor antara pembuli satu dan lainnya. Maka dari itu si korban ini merasa bahwa dirinya tidak layak dan tidak pantas. Contohnya itu korban A.A itu mungkin saking dia menjadi pendiem ya dia tidak ada temen curhat makannya pernah dia menyakitin dirinya sendiri dan sampai sekarang itu masih ada bekas lukanya di tangan kan mba, mba juga lihat dia bercode.*

**7. Apakah dengan dilakukannya konseling individu pada siswa-siswi yang memiliki *self esteem* rendah bisa dikatakan efektif?**

Jawaban : Dengan adanya konseling individu ini menghasilkan hasil yang efektif karena bimbingan konseling disini tidak hanya menyelesaikan masalah tetapi juga untuk anak-anak yang bermasalah dan kita punya layanan yang bukan hanya sekedar itu-itu aja karena layanan kita banyak

**8. Konseling individu menggunakan pendekatan apa dan teknik apa?**

Jawaban : Pendekatan yang guru BK lakukan adalah menggunakan pendekatan REBT dalam menyelesaikan permasalahan pada korban yang memiliki *self esteem* rendah. Menggunakan REBT disini karena pada hakekatnya manusia itu di lahirkan dengan potensi berfikir secara rasional dan irasional juga manusia itu sendiri memiliki predisposisi untuk berbahagia, berfikir, berkomunikasi dengan orang lain. Amak yang dalam keadaan emosi ini biasanya siswa yang mengalami bulliying sedangkan ketika mereka dihadapkan dalam kondisi tersebut biasanya aja menyalahkan diri sendiri atau bisa juga orang lain. modul yang digunakan menggunakan teknik afektif yaitu melalui kegiatan bermain peran. Kegiatan ini biasanya anak bisa mengekspresikan perasaan yang sedang dialaminya dan bisa mengungkapkan dirinya sendiri melalui peran tersebut.

**9. Dilakukan berapa kali konseling dengan pendekatan tersebut untuk bisa meningkatkan *self esteem* pada korban bulliying?**

Jawaban : Untuk REBT pertemuan akan diakhiri jikalau si anak dirasa sudah merasa cukup dan untuk anak itu berbeda-beda waktu yang dibutuhkan. Biasanya membutuhkan dua atau tiga kali sudah cukup, karena teknik ini kan mengubah pandangan irasional ke rasional ketika anak sudah memahami dan perlahan bisa perasaanya, maka konseling bisa diakhiri saja.

**10. Apakah ada tantangan dan hambatan dalam menanganu siswa-siswi yang memiliki *self esteem* rendah akibat bulliying?**

Jawaban : Kalau untuk tantangan dan hambatan kita ya sebenarnya pada umumnya ya sebenarnya tidak semua berlaku karena gini, kadang ketika kita menjumpai si korban bulliying ini ada tipe anak yang benar-benar punya tipe yang pendiem contohnya seperti korban A.A itu dia bener-bener diem banget sampe ditanya pun gamau mengucapkan satu patah kata pun jadi disitu tu harus adanya yang namanya kesabarannya kita dan pendekatannya kita harus tepat ke anak itu jadi jangan samapi ketika anak itu sudah tidak mau berbicara dan tidak ada ucapan sama sekali trus kita tiba-tiba yaudahlah udah tapi itu buat tantangan tersendiri, bagaimana pendekatan kita biar mereka itu bisa nyaman dan terbuka sama kita, paling hanya itu saja sih mba.



## **HASIL WAWANCARA KEPADA GURU BK KELAS 9 SMPN 1 BUMIAYU**

Narasumber : Reno Trisna Dewi

Tanggal : 23 Mei 2023

### **1. Jelaskan dan ceritakan tentang profil ibu serta pengalaman mengajar di SMPN 1 Bumiayu?**

Jawaban : *Reno Trisna Dewi , ber-alamat di Dukuhturi Rt 02 Rw 04 Bumiayu, Brebes dengan pendidikan terakhir S1 Bimbingan Konseling di Universitas Negeri Yogyakarta, saya guru terlama di SMPN 1 Bumiayu , awal masuk pada tahun 1998. Saya yang memperkenalkan sistem BK sahabat siswa yang sekarang berlaku di sekolah, dimana siswa yang bersekolah di SMPN 1 Bumiayu merasa bahwa guru Bk adalah selayaknya seorang sahabat, karena biasanya guru BK sering kali ditakuti dan dihindari oleh siswa-siswinya. Guru BK sering dikenal sebagai guru yang sering menghukum dan sering memberi sanksi terhadap siswa yang telah melakukan kesalahan dan merugikan terhadap diri sendiri maupun sekolahnya. Jadi, bu Reno adalah salah satu guru yang ingin mengubah sistem BK yang ada di sekolah, seperti tidak adanya buku point*

### **2. Apa konseling individu menurut ibu?**

Jawaban : *Konseling individu menurut Bu Reno adalah konseling yang dilakukan untuk masalah yang bersifat pribadi dan tidak boleh diketahui oleh orang lain, termasuk dengan penanggung jawab guru BK lainnya, jadi masalah yang di konsultasikan oleh klien kepada guru pembimbing secara pribadi atau secara individu yang bersifat privat*

### **3. Bagaimana peran guru BK dalam menangani siswa-siswi yang mengalami rendahnya self esteem ?**

Jawaban : *Banyak peran guru BK disini, termasuk menyelesaikan suatu permasalahan pada siswa-siswi yang sedang dalam masalah ya,*

termasuk pada permasalahan bullying yang sering dilakukan anak-anak. Jadi bullying itu kan banyak faktor ya, kita bisa coba ya ada anak yang di bulli dikelas gitu, terus kita masuk ke kelas itu dengan mengatakan ini jangan dibulli itu malah justru tidak efektif, tetapi kita harus menguatkan anaknya jadi yang menjadi korban bullying itu harus dikuatkan supaya dia bisa mengabaikan dan bisa menjadi kuat dan tidak akan terganggu oleh bullying yang dilakukan oleh teman-temannya tersebut. Karena ketika kita melakukan ke kelas dan bilang jangan membulli si ini dan si itu malah jadi misalnya yang bulli satu orang malah satu kelas, satu kelas nanti jadi kelas sebelahnya dan akhirnya malah menjadi korban bullying satu sekolah. Maka dari itu kita sebagai guru BK harus menguatkan dan lebih bisa percaya diri dengan si anak ini menjadi korban bisa mengatasi itu dan sudah terbukti banyak sekali anak-anak seperti itu yang akhirnya menjadi orang.

**4. Berapa kali dilakukannya konseling individu untuk meningkatkan self esteem pada siswa-siswi yang menjadi korban bullying?**

Jawaban : Dengan konseling individu ini biasanya dilakukan berkali kali, termasuk pada korban bullying yang mempunyai self esteem rendah ya mba. Tapi juga dengan konseling ini bisa dibilang tidak ada batasnya kareba apa? Ya karena klien atau konseli ini tidak bergantung pada kita, kita sebagai guru BK juga tidak boleh menyuruh anak untuk harus ini harus itu ya mba, tetapi kita mendorong anak tersebut supaya dia bisa mengambil keputusannya sendiri.

**5. Bagaimana guru bisa mengetahui siswa-siswi yang mempunyai self esteem rendah akibat bullying**

Jawaban : Awal masuk semester satu biasanya kita mengadakan AKPD untuk siswa, AKPD ini yang berbentuk angket untuk mengetahui kondisi siswa-siswinya, trus nanti kita akan tahu anak yang percaya dirinya tinggi dan anak yang kepercayaan dirinya, anak yang punya masalah, anak yang

*punya kebiasaan buruk, nanti mereka akan menjawab semua pertanyaan pertanyaan yang ada di dalamnya, jadi nanti akan ketahuan mana yang sedang bermasalah dan membutuhkan konseling, entah itu konseling individu atau konseling kelompok. Selain itu juga saya selaku guru BK dalam akhir pelajaran biasanya ada saya membuat suatu sesi curhat pada selembar kertas yang berisikan tentang apapun yang mereka rasakan dan itu bersifat rahasia hanya kalian dan Bu Reno yang tahu jadi banyak anak gitu yang nulis dan menceritakannya lewat kertas tersebut dikelas*

**6. Apakah ada sikap-sikap yang diperlihatkan oleh anak-anak yang mempunyai *self esteem* rendah?**

*Jawaban : Anak yang self esteemnya rendah biasanya anak menjadi tidak pede dan pendiem Namun dengan adanya program yang dilakukan guru BK tadi yang bisa menuliskan apapun dikertas yang dikasihkan ke Bu Reno maka ada yang menjadi penyebab anak tersebut menjadi pendiem dan seringnya dibulli karena adanya kekerasan di rumah, ada yang dirumahnya ini itu banyak sekali ternyata penyebabnya*

**7. Apakah dengan dilakukannya konseling individu pada siswa-siswi yang memiliki *self esteem* rendah bisa dikatakan efektif?**

*Jawaban : sangat efektif ya mba jika dilakukannya konseling dalam berbagai permasalahan juga, seperti juga pada anak yang menjadi korban bulliying dan menjadikan si anak mempunyai self esteem rendah karena ketika dilakukannya konseling kelompok atau bimbingan kelompok itu mereka tidak bisa mengungkapkan semuanya tapi kalo dilakukannya dengan konseling individu untuk anak-anak yang seperti mereka akan lebih efektif karena apa yang mereka butuhkan akan menjadi mudah. Kita sebagai guru BK juga harus memancing dia supaya mau bercerita dan mengutarakan masalahnya apa.*

**8. Apakah efektif dengan menggunakan pendekatan REBT?**

Jawaban : Bisa dibilang dengan konseling individu dengan pendekatan ini sangat efektif dalam meningkatkan self esteem pada siswa-siswi ya mba, karena dengan konseling secara perorangan lebih mudah dilakukan dan siswa pun bisa terbuka dengan masalah yang sedang dialaminya saat itu, jadi saya pun lebih mudah mendapatkan solusi terkait masalah tersebut. Selain itu juga disini tidak hanya dengan konseling individu saja ya mba, ada teknik lain yang dapat menyelesaikan yaitu ada konseling kelompok yang dilakukan oleh beberapa orang. Namun jika ingin meningkatkan self esteem pada anak di lakukannya dengan konseling kelompok maka anak tersebut ingin mengungkapkan apa yang di rasakan malah malu dan mikir bahwa temannya nanti akan tau masalahnya. Beda lagi kalau dilakukan konseling individu kan ada rasa kepercayaan dan adanya sistem kerahasiaan antara guru BK dan anak tersebut, gitu .

**9. Apakah anak yang menjadi korban bulliying akan menarik diri dari lingkungan sosialnya?**

Jawaban : Anak yang menjadi korban bulliying dan mengakibatkan self esteem rendah itu biasanya menarik diri dari lingkungan sosialnya, seperti temen-temen yang membuli dan teman-teman yang dekat dengannya karena merasa tidak percaya diri, selain itu juga contohnya korban yang bernama N.A itu memiliki sifat yang gampang baperan, apa yang orang lain omongkan akan ngena di hati dia dan akhirnya overthinking trus nangis kepikiran. Susah ya mba kalo udah tidak punya harga diri itu, ya mau ngapa ngapain kepikiran takut gimana gimananya, ya takut ditambah dibulli atau gimana kan.

**10. Bagaimana kondisi korban B.W ?**

Jawaban : Dia sebenarnya ada gejala autis, trus dia juga susah sekali konsentrasi dalam pelajaran, tapi dia sangat menguasai mata pelajaran bahasa inggris mungkin karena dari kecil keseharian dia berkomunikasi dengan bahasa inggris ya makannya juga dia susah beradaptasi sama

teman-temannya. Dari kelas 7 dan 8 masih sering di bulli, tapi kami sebagai guru BK sering mengajak ngobrol dia dan menganggep bahwa dia sama seperti anak-anak yang lainnya ibaratnya menganggap bahwa dia normal gitu, nah setaip pelajaran saya waktu kelas 9 saya selalu melibatkan dia dengan tugas-tugas materi BK, disuruh maju trus juga aktif dikelas. Sekarang alhamdulillah dia sudah merasa pede dan percaya diri, dia juuga menangani teman-temannya yang membulli dia , bahkan sekarang dia pengen selalu tampil di depan

**11. Bagaimana hasil setelah dilakukannya konseling individu pada siswa-siswi yang mengalami self esteem rendah?**

Jawaban: Hasilnya ya alhamdulillah ya mba, ada perubahan sedikit demi sedikit dari mereka kebanyakan lebih ke di dorong untuk menjadi diri sendiri untuk bisa kuat dan sebagainya, jadi nya mereka ya udah gitu aja, masalah itu sebenarnya ngga papa sih ya, masalah itu ngga terlalu berat gitu ya yang mereka hadapi, jadi awalnya tu mereka overhinking yang berlebihan ya tapi setelah adanya penguatan oleh guru BK dan abaikan saja yang tidak penting, yang lebih penting itu banyak dan sebagainya akhirnya mereka juga bisa percaya diri dan tidak terganggu lagi dengan masalah-masalahnya. Kecuali ada masalah yang berat dirumah atau dimana ya kita perlu adanya konfirmasi kepada kedua orang tuanya dengan menanyakan dirumah si anak bagaimana, apakah ada permasalahan atau bagaimana yang mengakibatkan si korban bisa menjadi seperti itu gitu

**12. Apakah ada tantangan dan hambatan dalam menangani siswa-siswi yang memiliki self esteem rendah?**

Jawaban : Ya pasti ada tantangannya ya pasti, kan tidak semua selalu berhasil dengan apa yah mba, hasil yang maksimal dan memuaskan yah ada juga anak yang sama sekali tidak bisa di korek , jadi dia bisanya cuma nangis dan diem seperti itu tapi walaupun kaya gitu pada akhirnya kami tidak mempermasalahkan dia lagi tapi dia jadi lebih deket sama kita kaya gitu.

**13. Apa tujuan konseling individu dengan pendekatan REBT?**

Jawaban : *Untuk membantu anak mengenai pola pikir lalu mengubah keyakinan rasional menjadi keyakinan irasional*

**HASIL WAWANCARA KEPADA SISWA YANG MEMILIKI SELF ESTEEM RENDAH AKIBAT BULLIYING**

Narasumber : R.S.K

Tanggal : 22 Mei 2023

**1. Sebutkan biodata seperti nama, kelas, tempat tanggal lahir, alamat, usia, jenis kelamin?**

Jawaban :

- a. Nama : R.S.K
- b. Kelas : 8
- c. Tempat tanggal lahir : Brebes, 29 Mei 2009
- d. Alamat : Dukuh Krajan 1 Kalierang rt 3 rw 1 Bumiayu
- e. Usia : 14 tahun
- f. Jenis kelamin : laki-laki

**2. Sejak kapan mengalami bulliying dan memiliki self esteem rendah ?**

Jawaban : *sejak kelas 8*

**3. Apa yang menjadi penyebab kamu di bulli?**

Jawaban : *karena saya terlalu pendiem dan bentuk tubuh saya . saya juga tidak bisa melawan mereka makannya mereka melakukan terus menerus*

**4. Ceritakan pengalaman kamu sebagai korban bulliying ?**

Jawaban : *Pengalaman saya ya pasti sedih ya yang namanya di bulli pasti ada rasa ngga enak trus rasa ngga tenang, juga pasti ngerasa terganggu kalo dibuli nya pas pelajaran mba. Selalu kepikiran omongan mereka contohnya kaya lagi solat pun kadang suka kepikiran. Tapi kalo lagi maen hp atau ada kegiatan ya ngga kepikiran, beda lagi kalo lagi bengong gitu tiba-tiba suka nangis kepikiran. Kadang untuk kita yang*

*menjadi korban bulliying tu harus bermuka dua ya mba di depan mereka.*

**5. Apa yang membuat anda merasa tidak percaya diri setelah terjadi pembulliyian**

*Jawaban : jadi kepikiran apa yang dikatain temen temen ke aku, kegiatan pun terganggu*

**6. Apa yang kamu lakukan untuk meningkatkan self esteem atau harga diri setelah adanya pembulliyian terjadi?**

*Jawaban : melampiaskan dengan jalan jalan keluar bareng keluarga atau bermain game dirumah*

**7. Apakah ada dukungan keluarga atau teman-teman?**

*Jawaban : kadang suka cerita sama kelurga tentang kegiatan disekolah termasuk saya dibulli dan respon keluarga ya selalu nyemangatin dan memberi dukungan*

**8. Berapa kali bimbingan konseling dilakukan ?**

*Jawaban : tiga kali gatau lebih, lupa*

**9. Perubahan apa saja yang dialami setelah melalukan konseling individu dengan guru BK**

*Jawaban : perubahan yang aku dapet setelah konseling individu yang dilakukan beberapa kali oleh bu Popy saya lebih merasa lega dan bisa menerapkan rasa bodoamat trus cuek ya mba, saya juga mau ngebuktiin ke mereka yang ngebulli bahwa saya itu tidak lebih rendah dari pada mereka dengan saya menjadi siswa yang berprestasi di kelas. Walaupun kadang dirumah saya masih suka kepikiran dan overthingking tapi saya berusaha buat ngga mikirin dan bisa mengalihkan dengan keluar jalan-jalan.*

**HASIL WAWANCARA KEPADA SISWA YANG MEMILIKI SELF  
ESTEEM RENDAH AKIBAT BULLIYING**

Narasumber : A.A

Tanggal : 22 Mei 2023

**1. Sebutkan biodata seperti nama, kelas, tempat tanggal lahir, alamat, usia , jenis kelamin ?**

Jawaban :

- a. Nama : A.A
- b. Kelas : 8
- c. Tempat, tanggal lahir : Brebes 25 Oktober 2009
- d. Alamat : Munggang Jatisawit rt 3 rw 4 Bumiayu
- e. Usia : 13 tahun
- f. Jenis kelamin : Laki-laki

**2. Sejak kapan mengalami bulliyng dan memiliki self esteem rendah ?**

Jawaban : sudah lama mba, sejak sebelum sekolah disini

**3. Apa yang menyebabkan kamu di bulli?**

Jawaban : saya dibulli karena saya selalu diem kalo diapa-apain sama mereka mba, saya tidak berani melawan bahkan saya sering mendapatkan kekerasan fisik tapi saya cuma bisa diem

**4. Ceritakan pengalaman kamu sebagai korban bulliyng?**

Jawaban : Menjadi korban bulliyng itu pasti ngga enak dan berdampak negatif karena dibulli ini bisa menyebabkan tidak ada harga dirinya dimata merka yang membulli, karena saya sendiri menjadi tidak percaya diri dalam melakukan berbagai hal mba termasuk dalam sekolah, bisa juga ada yang mentalnya rusak gara- gara di bulli sama teman-teman, pikirannya bisa stres dan terganggu

**5. Apa yang membuat anda merasa tidak percaya diri setelah terjadi pembullian?**

Jawaban : *semuanya jadi keganggu karena terlalu kepikiran termasuk pada jam pelajaran berlangsung trus jadi di jauhkan temen-teman*

**6. Apa yang kamu lakukan untuk meningkatkan *self esteem* atau harga diri setelah adanya pembullian terjadi ?**

Jawaban : *biasanya jalan-jalan keluar atau bermain game, kalo ngga ya maen bulu tangkis*

**7. Apakah ada dukungan keluarga atau teman?**

Jawaban : *tidak mba, karena saya tertutup tidak cerita dengan siapa-siapa. Saya rasakan sendiri sakitnya. Paling ada dukungan dari Bu popy ngasih dukungan dan semangat menghadapi semuanya,*

**8. Berapa kali bimbingan konseling individu ?**

Jawaban : *sudah tiga kali lebih*

**9. Perubahan apa saja yang dialami setelah melakukan konseling individu dengan guru BK**

Jawaban : *perubahan yang saya dapat setelah adanya konseling ini mba saya lebih tenang, bisa menghargai diri sendiri, bodoamat sama orang yang ngebulli, trus diemin aja sampe mereka merasa cape mba, hehehe”*

**HASIL WAWANCARA KEPADA SISWA YANG MEMILIKI SELF  
ESTEEM RENDAH AKIBAT BULLIYING**

Narasumber : N.A

Tanggal : 25 Mei 2023

- 1. Sebutkan biodata seperti nama, kelas, tempat tanggal lahir, alamat, usia dan jenis kelamin ?**

**Jawaban :**

- a. Nama : N.A
- b. Kelas : 9
- c. Tempat tanggal lahir : Brebes, 15 April 2008
- d. Alamat : Kramat rt 02 rw 06 Bumiayu Brebes
- e. Usia : 15 tahun
- f. Jenis Kelamin : Perempuan

- 2. Sejak kapan mengalami bulliying dan memiliki self esteem rendah ?**

Jawaban : sejak kelas 8 mba

- 3. Apa yang menyebabkan kamu di bulli?**

Jawaban : karena bentuk tubuh saya gendut juga ada yang membulli tentang pekerjaan mama saya yang cuma jadi tukang bebersih dirumah temen saya

- 4. Ceritakan pengalaman kamu sebagai korban bulliying?**

Jawaban : Karena bulliying ini mba aku jadi kepikiran kalo lagi diem aja dirumah, tapi orang tua dirumah sdlalu nyemangatin aku dan ngasih motivasi, trus juga suka bilang gausah dipikirin lagi gitu. Terus juga jadi ngga bisa fokus apa-apa kepikiran, kurang percaya diri juga mba

**5. Apa yang membuat kamu merasa tidak percaya diri setelah terjadi pembullian ?**

Jawaban : *ya kurang percaya diri karena jadi ga punya temen trus juga jadi omongan anak- anak kelas apa kelas sebelah gitu sih mba . jadi kepikiran juga banyak kegiatan yang keganggu kan*

**6. Apa yang kamu lakukan untuk meningkatkan self esteem atau harga diri setelah adanya pembullian terjadi ?**

Jawaban : *biasanya si cuma diem dikamar kalo ngga ya jalan-jalan keluar biar lebih lega, kalo ngga ya larinya ke taekwondo itu kan biasanya seminggu 3 kali*

**7. Apakah ada dukungan keluarga atau temen?**

**Jawaban :** *keluarga pasti dukung ya mba, karena keluarga juga tau permasalahan aku di bulli sama temen-temen sekolah. Trus juga kan pernah ngomongin temenku yang pernah kerja dirumahnya jadi tukang bersih-bersih gitu mba. Orang tua ya pasti ngasih dukungan dan semangat sama aku kaya nguatn buat selalu sabar dan bisa nerima keadaan.*

**8. Berapa kali bimbingan konseling individu?**

Jawaban : *lebih dari tiga kali mba*

**9. Perubahan apa saja yang dialami setelah melakukan konseling individu dengan guru BK ?**

Jawaban : *Perubahan yang saya dapet ya kembali percaya diri lagi, trus juga Bu Reno suka bilang biarin aja gausah di dengerin jadi aku coba ngga dengerin kata-kata mereka, trus lebih menghargai diri sendiri juga*

**HASIL WAWANCARA KEPADA SISWA YANG MEMILIKI SELF  
ESTEEM RENDAH AKIBAT BULLIYING**

Narasumber : B.W

Tanggal : 25 Mei 2023

- 1. Sebutkan biodata seperti nama, kelas, tempat tanggal lahir, alamat, usia dan jenis kelamin ?**

Jawaban :

- a. Nama : B.W
- b. Kelas : 9
- c. Tempat tanggal lahir : 3 Juli 2007
- d. Alamat : Jatisawit
- e. Usia : 15
- f. Jenis kelamin : Laki-laki

- 2. Sejak kapam mengalami bulliying dan meiliki self esteem rendah ?**

Jawaban : sudah lama

- 3. Apa yang menyebabkan kamu di bulli?**

Jawaban : karena kondisi saya mungkin

- 4. Ceritakan pengalaman kamu sebagai korban bulliying**

Jawaban : pengalamannya ya itu di bulli ngga enak, aku sering di bulli anak-anak kelas.

- 5. Apa yang membuat kamu merasa tidak percaya diri setelah terjadi pembulliyan ?**

Jawaban : saya tidak punya teman, saya sendiri

- 6. Apa yang kamu lakukan untuk meningkatkan self esteem atau harga diri setelah adanya pembulliyan terjadi ?**

Jawaban : bermain game sama adik saya

- 7. Apakah ada dukungan keluarga atau teman ?**

Jawaban : tidak ada

- 8. Berapa kali bimbingan konseling?**

Jawaban : *lebih dari tiga kali*

**9. Perubahan apa saja yang dialami setelah melakukan konseling individu dengan guru BK ?**

**Jawaban :** *saya kurang percaya diri dan tidak punya teman apalagi pas saat covid kemaren, tidak punya sama sekali, saya sendiri. Tapi sekarang sudah banyak, dan sudah pede.*



*Lampiran 3*

**FOTO DOKUMENTASI**



Gambar 1.1 Wawancara dengan bu Reno Trisna Dewi ( guru BK kelas 9)



Gambar 1.2 Wawancara dengan bu Popy Novitasari ( guru BK kelas 8)



Gambar 1.4 Surat Ijin Riset



1.4 Wawancara dengan korban bulliying yang memiliki *self esteem* rendah



1.5 Wawancara dengan korban bulliying yang memiliki *self esteem* rendah



1.6 Wawancara dengan korban bulliying yang memiliki *self esteem* rendah

## CURRICULUM VITAE

### I. Data pribadi

1. Nama : Riska Anjalaeni
2. Tempat, tanggal lahir : Brebes, 21 Oktober 2001
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Alamat : Cipanas Kedungoleng RT 06 / RW 03  
Paguyangan, Brebes
6. Nomor handphone : 08813866202
7. E-mail : [riskanj67@gmail.com](mailto:riskanj67@gmail.com)

### II. Pendidikan Formal

Periode ( tahun)	Sekolah/Institusi / Universitas	Jurusan/ Prodi	Jenjang Pendidikan
2007 - 2013	SDN Cicadas	-	SD
2013 - 2016	SMP Ta'ulumul Huda Bumiayu	-	SMP
2016 - 2019	MAN 2 Brebes	IPS	SMA
2019 - 2023	Universitas Islam Negeri Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto	BKI	Perguruan Tinggi