

# STUDI KONSELING PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN ASERTIF KORBAN BULLYING DI SMP

**Diah Ayu Nilasari**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email : [diahnilasari@mhs.unesa.ac.id](mailto:diahnilasari@mhs.unesa.ac.id)

**Denok Setiawati**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email : [Denoksetiawati@unesa.ac.id](mailto:Denoksetiawati@unesa.ac.id)

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemberian konseling perilaku untuk meningkatkan asertif korban bullying di SMP. Oleh karena itu perilaku asertif diharapkan dapat membawa hasil yang baik untuk meningkatkan kualitas pendidikan yang ada di SMP.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Jenis studi *literature review*, dengan mengkaji artikel yang relevan terkait topic. Adapun jurnal yang dikaji menggunakan kata kunci “Studi konseling perilaku untuk meningkatkan asertif korban bullying di SMP”.

Hasil dari penelitian studi pustaka menunjukkan ditemukan kesamaan dari hasil penelitian yaitu banyak siswa yang mengalami bullying di lingkungan sekolah dengan meningkatkan perilaku asertif pada siswa dapat menambah rasa percaya diri pada siswa sehingga dapat mengurangi korban bullying.

**Kata Kunci:** Konseling Perilaku, Asertif, Bullying.

## Abstract

This study aims to determine the provision of behavioral counseling to increase the assertiveness of victims of bullying in junior high school. Therefore, assertive behavior is expected to bring good results to improve the quality of education in junior high schools.

This study used qualitative research methods. This type of literature review study, by reviewing relevant articles related to the topic. The journals studied used the keyword "Study of behavioral counseling to increase the assertiveness of bullying victims in junior high school".

The results of the literature study show that there are similarities from the results of the study, namely that many students who experience bullying in the school environment by increasing assertive behavior in students can increase students' self-confidence so that they can reduce victims of bullying.

**Keywords:** Behavioral Counseling, Assertiveness, Bullying.

Universitas Negeri Surabaya

## PENDAHULUAN

Di usia remaja adalah masa yang indah dan menyenangkan karena dimana mereka memulai mencari jati dirinya dan mulai mengenal pergaulan dengan lingkungan luas. Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Dimana pada masa ini remaja mulai mencapai kematangan dalam segi fisik, kognitif, emosi, dan sosial. Remaja seharusnya mampu mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki menjadi suatu keterampilan agar mampu mencapai prestasi sehingga akan mendatangkan hal-hal positif bagi remaja. Remaja seharusnya juga mulai mampu mengelola

emosi agar menjadi lebih stabil dan tidak mudah terpengaruh oleh hal-hal negatif yang ada di lingkungan sekitar.

Dalam masa ini remaja biasanya mulai membentuk suatu kelompok yang didalamnya berisi beberapa anggota kelompok yang memiliki minat, kegemaran dan hobi yang sama. Kelompok ini bisa disebut dengan gang, komunitas, dan lain-lain. Hal tersebut juga muncul suatu permasalahan yang biasanya dialami oleh remaja salah satunya berupa penolakan teman sebaya yang selanjutnya memunculkan perilaku bullying.

Wiyani (2012) mengemukakan bullying adalah perlakuan agresif dan negatif seseorang atau sekelompok

orang secara berulang kali yang menyalahgunakan ketidakseimbangan kekuatan dengan tujuan menyakiti korbannya secara mental atau fisik. Sedangkan Hemdi (2010) mengemukakan pendapat lain yaitu bullying merupakan perbuatan menyakiti sesama teman. Pelaku biasanya anak-anak berusia sebaya. Priyatna (2010) mengemukakan ada dua karakteristik korban bullying, yaitu internal dan eksternal. Tipe dari bullying adalah fisik, verbal, relational atau perlawanan sosial, dan penyerangan dalam bentuk elektronik (Cyber bullying). Bullying fisik merupakan tindakan menyakiti secara fisik misalnya menekan, menendang, mencubit, meludah, mendorong dan melakukan tindakan yang kasar. Kemudian bullying secara verbal meliputi menyakiti tidak dengan kontak fisik tetapi menggunakan bahasa yang tidak pantas seperti memberi julukan atau nama panggilan, mengancam dan penyebaran rumor. Kemudian bullying sosial (relational bullying) mengarah kepada secara penolakan kepada seseorang baik secara halus maupun tidak. Sedangkan cyber bullying yaitu penyerangan dalam bentuk elektronik seperti dalam media sosial.

Seseorang yang mendapatkan perlakuan bullying memiliki reaksi yang berbeda. Jika dikaitkan dengan perilaku manusia yang terdiri dari pasif, asertif dan agresif, reaksi pada korban bullying lebih cenderung ke pasif dan agresif. Dikemukakan oleh Zatrof (dalam Nursalim 2013 : 139) bahwa reaksi pasif ditandai dengan perilaku pasif seperti individu tampak ragu-ragu, bicara dengan pelarn, melihat ke arah lain, menghindari isu, memberi persetujuan tanpa memperhatikan perasaannya sendiri, tidak mengekspresikan pendapat, menilai dirinya lebih rendah daripada orang lain, dan menyakit dirinya sendiri untuk tidak menyakiti orang lain. Sedangkan respon agresif ditandai dengan perilaku agresif seperti individu bereaksi sebelum orang lain berhenti berbicara, berbicara kasar, menghina dan kasar, melotot/melotot, berbicara cepat, mengungkapkan pendapat dan perasaan, menilai diri sendiri di atas orang lain, menyakiti orang lain. menyakiti diri kita sendiri.

Ketika korban bullying tampak diam, hal itu menunjukkan bahwa mereka tidak bisa menolak bullying, sehingga mereka memilih untuk tetap diam dan tampak setuju dengan perlakuan. Di sisi lain, ketika si pelaku intimidasi menunjukkan kemarahan yang meledak-ledak yang memicu pertengkaran, itu menunjukkan bahwa mereka tidak menerima perlakuan yang mereka alami, tetapi ledakan kemarahan tersebut justru bisa membuat si penindas semakin menggertak mereka. Tidak hanya itu, dampak yang diperlihatkan oleh korban bullying tersebut akan membuat harga diri seseorang menjadi rendah karena mendapatkan perlakuan yang tidak mereka inginkan. Perlakuan tersebut membua mereka harapan atas dirinya berkurang ataupun apa yang menghilang

karena tekanan dari bullying yang mereka dapatkan. Kemudian bullying yang terjadi menimbulkan beberapa dampak negatif. Dampak negatif yang diperlihatkan oleh korban bullying adalah diam saja didalam kelas, jarang berinteraksi dengan teman, jarang bertanya, absen dari sekolah hingga mengajukan pindah sekolah.

Kasus bullying di Amerika Serikat telah dilakukan survey pada 43.000 remaja, hasilnya 47% remaja berusia 15-18 tahun telah mengalami bullying, 50% dari remaja tersebut telah mengganggu, menggoda, dan mengejek siswa lain. Sedangkan National Association of Elementary School Principals (2013) melaporkan bahwa setiap tujuh menit terjadi tindakan bullying di lingkungan sekolah, dan setiap bulan ada tiga juta murid absen dari sekolah karena merasa tidak nyaman. Dari 2011 sampai Agustus 2014, KPAI mencatat 369 pengaduan terkait masalah Bullying, jumlah itu sekitar 25% dari total pengaduan sebanyak 1.480 kasus. Bullying yang disebut KPAI terkait kasus bullying di sekolah merupakan tawuran antar pelajar, diskriminasi pendidikan, dan pungutan liar. (Halimah, 2015).

Hertinjung & Susilowati (2014) mengatakan hasil penelitian menggunakan tes 16 PF, terlihat bahwa korban bullying memiliki profil kepribadian yang unik. Hasil pada tes 16 PF menunjukkan bahwa faktor-faktor yang muncul pada korban bullying lebih dominan pada faktor A (warmth), B (intelligence), C (emotional stability), F (impulsivity), H (boldness), M (imagination), dan O (insecurity). Berdasarkan profil kepribadian tersebut bisa dilihat bahwa pada diri korban bullying dari segi sosial kurang memiliki kemampuan dalam hal bergaul, suka menyendiri dan sering melamun, kurang dalam menikmati kebersamaan bersama orang lain, memiliki sikap yang kaku dan kurang mampu bersosialisasi dengan baik. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa laki-laki lebih banyak ditemui sebagai korban bullying dibandingkan dengan perempuan tetapi terdapat perbedaan yang tidak begitu signifikan, pada laki-laki ditemukan sebanyak 50,94% dan pada perempuan sebanyak 49,06%.

Kasus bullying di Indonesia semakin meningkat dari tahun ke tahun. Di pertengahan tahun 2017 pihak Kementrian Sosial sudah menerima ratusan pengaduan berkaitan dengan intimidasi atau bullying, dimana pengaduan tersebut diterima baik secara langsung maupun melalui via telepon. Pasalnya kasus 4 bullying ini terus meningkat sejak tahun 2011 sampai akhir tahun 2017 dan telah ditemukan sebanyak ribuan kasus kekerasan fisik maupun psikis pada anak. (CNN Indonesia, 22/07/2017).

Berdasarkan pengalaman pada saat PPP-BK di SMP NEGERI 1 MOJOKERTO dan melakukan wawancara kepada 2 dari siswa yang mengalami bullying fisik dan paling pasif berkontribusi di kelas bahwa mereka cenderung malas bertanya, pendiam, jarang maju kedepan

kelas karena salah satu faktornya adalah die ejek oleh temannya terus menerus dan akhirnya melakukan perbuatan fisik seperti menoyor kepala, menggigit, memukul, dan lain sebagainya. Sehingga mereka malas untuk berinteraksi dengan lainya dan cenderung menghindar untuk tidak banyak berkontribusi di kelas.

Selain itu, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada guru BK SMP NEGERI 1 MOJOKERTO pada tanggal 25 Agustus 2019, menyatakan bahwa pada bulan Juli ada 2 pengaduan dan pada bulan Agustus ada 3 pengaduan tentang bullying dengan tipe bullying fisik. Satu kasus di picu karena seorang siswa kelas VII mendapat bullying fisik dengan di gigit hingga menangis, berawal dari bercanda yang akhirnya karena gemas korban di gigit oleh temannya, tetapi kemudian mengadu kepada guru BK bahwa korban tidak berani mengungkapkan ketidak sukaannya jika di perlakukan seperti itu karena takut tidak bisa berteman lagi, dia merasa tidak nyaman dan kesakitan jika di gigit. Untuk kasus lainnya seorang siswa kelas VII sering di toyor kepalanya oleh teman sebangkunya, setiap bercanda teman sebangkunya sering menoyor kepalanya, sama halnya kasus yang lain sebenarnya dia merasa terganggu dan tidak suka atas temanya lakukan, tetapi korban tidak bisa mengungkapkan ketidak sukaannya itu.

Berdasarkan hasil wawancara kepada guru BK di SMP NEGERI 1 MOJOKERTO dapat disimpulkan bahwa kasus bullying terjadi SMP NEGERI 1 MOJOKERTO. Kasus bullying yang banyak terjadi berbentuk bullying fisik. Bullying fisik yang terjadi memberi dampak negatif yang mengindikasikan bahwa siswa menjadi tidak berani mengungkapkan apa yang menjadi keinginannya dan siswa menjadi kurang aktif disekolah. Karakteristik yang diperlihatkan seperti malu gelisah, tertekan, sedih, jarang ngobrol dengan teman, diam dan lain-lain. Penanganan yang dilakukan oleh guru BK sejauh ini Penanganan menanganai dari segi pembully maupun korban bullying fisik. Untuk pembully, guru BK memberikan layanan informasi tentang Bullying kepada kelas yang bersangkutan agar mengkondisikan dan meminimalisir terjadinya bullying fisik. Sedangkan untuk korban bullying, guru BK akan memanggil siswa yang bersangkutan kemudian mencari penyebab terjadinya bullying fisik. Kemudian guru BK menuruti apa yang korban inginkan sehingga dia merasa nyaman dikelas seperti pindah tempat duduk dan ganti teman sebangku. Akan tetapi penanganan tersebut masih belum maksimal. Hal ini terlihat dari beberapa siswa yang bermasalah masih saja mengeluh atas permasalahannya. Tidak hanya siswa, orangtua pun ikut andil dan meminta bantuan kepada guru BK untuk menyelesaikan permasalahan anaknya. Jika permasalahan ini tidak segera ditangani dengan tepat akan berdampak negatif bagi siswa yang

cenderung akan malas dikelas, menarik diri, seperti terisolasi dikelas bahkan dampak lainnya seperti bolos sekolah atau meminta pindah sekolah. Jika permasalahan ini tidak segera di tangani dengan tepat akan berdampak negatif bagi siswa yang cenderung akan malas dikelas, menarik diri, seperti terisolasi di kelas, bahkan dampak lainnya seperti bolos sekolah atau meminta pindah sekolah.

Proses konseling dapat digunakan untuk membantu siswa yang mengalami permasalahan keberanian menolak dan berkata tidak suka pada korban bullying fisik. Adapun salah satu teknik konseling membantu behavioristik dapat yang menyelesaikan permasalahan dengan latihan asertif. Menurut Houston (dalam Nursalim, 2013:141) Latihan Asertif adalah program belajar untuk mengajarkan individu menyatakan perasaan dan pikirannya secara jujur serta bertindak sesuai haknya sehingga tidak membuat orang lain terancam. Latihan Asertif bertujuan untuk mengurangi atau dan menghilangkan kecemasan gangguan meningkatkan kemampuan interpersonal. Dalam hal ini seseorang atau akan mengurangi dibantu untuk menghilangkan perasaan cemas, depresi, dan reaksi-reaksi ketidakbahagiaan yang tidak mampu lain karena mempertahankan/membela hak/kepentingan (Bruno dalam Nursalim, 2013:141).

Pelaksanaan latihan asertif salah satunya menggunakan prosedur mempraktikkan, melalui permainan peran, kecakapan-kecakapan bergaul yang baru diperoleh sehingga seseorang diharapkan mampu mengatasi ketidakmemadainya dan belajar bagaimana mengungkapkan perasaan dan pikiran secara terbuka. Melalui permainan peran, seseorang yang memiliki masalah tentang suatu kecemasan dalam hal ini perasaan yang dirasakan oleh siswa pada korban bullying fisik, siswa diminta berperan sebagai "pembully" Kemudian konselor memberikan pengarahan tentang bagaimana tindakan yang tidak pantas oleh "pembully". Sebaliknya konselor melatih konseli bagaimana bersikap tegas terhadap "pembully" Proses pembentukan terjadi ketika penghapusan kecemasan dalam menghadapi "pembully" dan sikap konseli yang lebih tegas terhadap "pembully" menjadi lebih sempurna. Dengan cara korban dapat mengekspresikan perasaannya, korban akan dapat berperilaku lebih tepat untuk menghadapi pembully tersebut. Dengan kata lain korban akan dapat berperilaku Asertif. Dengan perilaku Asertif, korban bullying akan dapat meningkatkan kepercayaan diri untuk berani menolak dan berkata tidak. Seseorang yang mendapatkan bullying fisik akan mendapat kepercayaan dirinya sehingga mereka tetap bisa mempertahankan apa yang menjadi haknya dan apa yang mereka inginkan tentang dirinya. Oleh karena itu penelitian ini berjudul "Studi

konseling perilaku untuk meningkatkan perilaku asertif korban bullying di SMP"

## METODE

### Jenis penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan studi kepustakaan atau biasanya yang disebut penelitian pustaka (*library research*). Penelitian kepustakaan adalah salah satu metode penelitian kualitatif yang tempat penelitiannya dilakukan di pustaka, dokumen, arsip dan jenis dokumen lainnya sebagai bahan penelitian (Prastowo, 2012). Menurut Zed (2008) berpendapat bahwa metode kepustakaan bukan hanya sekedar urusan membaca dan mencatat literatur atau buku-buku sebagaimana yang sering dipahami oleh banyak orang selama ini.

Menurut Nazir (2003), studi kepustakaan adalah teknik pengumpulan data dengan mengadakan hasil studi penelaah terhadap buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan. Menurut Hadi (dalam Harahap, 2014) penelitian kepustakaan (*library research*) salah satu jenis penelitian yang bila dilihat dari tempat pengambilan data-data atau bahan-bahan yang diperlukan untuk menyelesaikan penelitian berasal dari perpustakaan baik berupa buku, ensiklopedi, kamus, jurnal, dokumen, majalah dan lain sebagainya. Tujuan penelitian kepustakaan ini adalah untuk mengumpulkan data dan informasi dengan bantuan bermacam-macam material yang terdapat di ruang perpustakaan, seperti buku-buku, majalah, dokumen, catatan dan kisah-kisah sejarah dan lain-lainnya.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian kepustakaan adalah metode atau teknik pengumpulan data dengan mengadakan penelaah terhadap buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan yang relevan dengan fokus permasalahan. Dalam penelitian kepustakaan ini memiliki ciri-ciri utama penelitian kepustakaan menurut Zed (2004) meliputi:

1. Peneliti berhadapan langsung dengan teks atau data angka dan bukan dengan pengetahuan langsung dari lapangan atau berupa kejadian, orang, atau benda-benda lainnya.
2. Data pustaka bersifat siap pakai artinya peneliti tidak pergi kemana-mana kecuali berhadapan langsung dengan bahan sumber yang sudah tersedia di perpustakaan.
3. Data pustaka umumnya adalah sumber sekunder, artinya peneliti memperoleh bahan dari tangan kedua dan bukan data orisinal dari tangan pertama di lapangan.
4. Kondisi data pustaka tidak dibatasi oleh ruang.

**Tabel 1. Format Tabel**

| Sumber ( Penulis dan Tahun) | Deskripsi topic yang direview |
|-----------------------------|-------------------------------|
| Sumber 1                    |                               |
| Sumber 2                    |                               |

|          |  |
|----------|--|
| Sumber 3 |  |
| Sumber 4 |  |
| Dst.     |  |

### Sumber data

Sumber data dalam penelitian ini merupakan 10 artikel jurnal nasional yang diunduh dari web diunduh secara online yakni <http://cholar.google.com>

**Tabel 2. Tabel Daftar Bahan Kajian**

| NO | JUDUL ARTIKEL                                                                                                                                                              | TAHUN | PENULIS                  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------------------|
| 1  | Latihan Asertif Bagi Siswa Korban Bullying di Sekolah                                                                                                                      | 2016  | Dosi Juliawati           |
| 2  | Hubungan Perundungan ( Bullying ) Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMA MUHAMMADIYAH 1 KARANGANYAR                                                                     | 2016  | Ida Mega Sripurwaningsih |
| 3  | Efektifitas Teknik <i>Assertive Trainning</i> Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Kampar Timur | 2019  | Sri Rahayu               |
| 4  | Peningkatan Perilaku Asertif Siswa Kelas VII Smp Negeri 2 Boyolali Korban Bullying Melalui Pelatihan Asertif                                                               | 2017  | Dian Maya Novita         |
| 5  | Strategi Latihan Konseling Asertif Untuk Mereduksi Perilaku Bullying                                                                                                       | 2017  | Cucu Arumsari            |
| 6  | Dampak Bullying terhadap kondisi psikososial Anak di Perkampungan                                                                                                          | 2016  | Ricca Novalia            |

|    |                                                                                                          |      |                                         |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------|
|    | Sosial Pingit                                                                                            |      |                                         |
| 7  | Perilaku Asertif Pada Remaja Korban Bullying                                                             | 2019 | Adhi Dewanto                            |
| 8  | Konsep Diri Remaja Korban Bullying ( Study Pada Siswa Korban Bullying di Sma Muhammadiyah 7 yogyakarta ) | 2015 | Roshi Khoirunnisa                       |
| 9  | Pelatihan Asertif Terhadap Penurunan Kecemasan Sosial Pada Siswa Korban Bullying                         | 2015 | Kurnia Rizki, Sukarti, dan Quratul Uyun |
| 10 | Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Self-Esteem Korban Cyberbullying Pada Siswa                           | 2018 | Zuhriyah Rohmawati                      |

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Konseling Perilaku

Behavior berpandangan, dan pada hakikatnya kepribadian manusia adalah perilaku. Diantaranya, perilaku merupakan hasil pengalaman individu dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Dengan kata lain, hasil yang mencerminkan kepribadian seseorang berupa pengalaman pribadi diperoleh dari situasi dan rangsangan. Karena karakter orang itu bisa dilihat dari perilakunya. Konseling perilaku adalah teknik terapi konseling berbasis teori belajar yang berfokus pada perilaku individu dan membantu konseli mempelajari perilaku baru untuk memecahkan masalah melalui teknik berorientasi tindakan. Seperti yang dapat dipahami dari penjelasan ini, melihat karakter seseorang dapat dilihat dari interaksinya dengan lingkungan, yang disebut perilaku.

Dalam behaviorisme, perilaku bermasalah didefinisikan sebagai perilaku atau kebiasaan negatif atau perilaku yang tidak pantas, yaitu perilaku yang tidak sesuai dengan harapan. Perilaku disregulasi terbentuk melalui proses interaksi dengan lingkungan. Ini berarti bahwa perilaku individu, meskipun secara sosial tidak pantas, dihargai dengan cara tertentu pada waktu tertentu. Dengan cara ini, perilaku sosial yang buruk atau mengganggu di kelas berakhir. Lebih lanjut, behaviorisme menganggap perilaku bermasalah sebagai perilaku yang tidak sesuai dengan harapan atau norma yang ada. Perilaku bermasalah ini merupakan kebiasaan negatif dan hasil interaksi dengan lingkungan.

### Asertif

Menurut Corey (2007), perilaku asertif adalah ekspresi langsung, jujur, dan tepat dari pikiran, perasaan, kebutuhan, atau hak seseorang tanpa menimbulkan kecemasan yang tidak wajar. Langsung artinya pernyataan dapat dinyatakan dengan tidak berbelit-belit dan terfokus dengan benar. Kejujuran berarti bahwa suatu pernyataan dan tindakannya konsisten dengan apa yang ditunjukkannya. Sebaliknya, itu berarti bertindak dengan mempertimbangkan hak dan perasaan orang lain juga, daripada hanya peduli pada diri sendiri.

Inti dari perilaku asertif adalah kejujuran, yaitu cara hidup atau bentuk komunikasi yang berlaskan kepada kejujuran dari hati yang paling dalam sebagai bentuk penghargaan pada orang lain, dalam cara-cara yang positif dan menetap, yang dicirikan dengan kemampuan untuk mengekspresikan diri tanpa menghina, melukai, mencera, menyingung, atau menyakiti perasaan orang lain, mampu mengontrol perasaan diri sendiri tanpa rasa takut dan marah. Menurut Sunardi (2010) ciri-ciri orang asertif yaitu:

1. Mampu mengekspresikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan dirinya, baik secara verbal maupun non verbal secara bebas, tanpa perasaan takut, cemas, dan khawatir.
2. Mampu menyatakan "tidak" pada hal-hal yang memang dianggap tidak sesuai dengan kata hati atau nuraninya.
3. Mampu menolak permintaan yang dianggap tidak masuk akal, berbahaya, negatif, tidak diinginkan, atau dapat merugikan orang lain.
4. Mampu untuk berkomunikasi secara terbuka, langsung, jujur, terus terang sebagaimana mestinya
5. Mampu menyatakan perasaannya secara jelas, tegas, jujur, apa adanya, dan sopan.
6. Mampu untuk meminta tolong pada orang lain pada saat kita memang membutuhkan pertolongan.
7. Mampu mengekspresikan kemarahan, ketidaksetujuan, perbedaan pandangan secara proporsional.
8. Tidak mudah tersinggung, sensitif, dan emosional.
9. Terbuka untuk ruang kritik.
10. Mudah berkomunikasi, hangat, dan menjalin hubungan sosial dengan baik.
11. Mampu memberikan pandangan secara terbuka terhadap hal-hal yang tidak sepaham.
12. Mampu meminta bantuan, pendapat, atau pandangan orang lain ketika sedang menghadapi masalah.

### Bullying

Olweus (1995) menyatakan bahwa bullying merupakan suatu perilaku negatif berulang yang bermaksud menyebabkan ketidak senangan atau menyakitkan oleh orang lain, baik satu atau beberapa orang secara langsung terhadap seseorang yang tidak mampu melawannya.

Ada tiga bentuk bullying menurut Coloroso (2007), yaitu: a) *Verbal bullying*, Hal ini dapat terjadi pada orang dewasa dan teman sebaya tanpa terdeteksi. Verbal *bullying* dapat berupa teriakan dan keriuhan yang terdengar. Hal ini berlangsung cepat dan tanpa rasa sakit pada pelaku bullying dan dapat sangat menyakitkan pada target. b) *Physical bullying*, Bentuk ini meliputi menampar, memukul, mencekik, mencolek, meninju, menendang, menggigit, menggores, memelintir, meludahi, merusak pakaian atau barang dari korban. c) *Relational bullying*, Bentuk ini adalah yang paling sulit untuk dideteksi, *relational bullying* adalah pengurangan perasaan “sense” diri seseorang yang sistematis melalui pengabaian, pengisolasian, pengeluaran, penghindaran.

### Hasil

Hasil Kajian Artikel jurnal yang relevan dengan penelitian Studi konseling perilaku untuk meningkatkan asertif korban bullying di SMP diringkaskan sebagai berikut :

Tabel 3. Studi konseling perilaku untuk meningkatkan asertif korban bullying di SMP

| Sumber ( Penulis dan Tahun)     | Deskripsi topic yang direview                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dosi Juliawati (2016)           | Bullying merupakan masalah yang serius yang dapat mengakibatkan trauma bagi para korbannya, baik secara psikologis, fisik, sosial dan akademis. Banyak faktor yang dapat menyebabkan terjadinya bullying, dengan latihan asertif siswa korban bullying mampu mengungkapkan dan menunjukkan sikap tidak suka pada tindakan bullying dan mampu menghadapi dengan baik, hingga mereka mampu menghindari tindakan bullying.                                                                                                                                |
| Ida Mega Sripurwaningsih (2016) | Perundungan ( <i>bullying</i> ) pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar tahun ajaran 2016/2017 tergolong dalam kategori sedang 62,40% yaitu sebanyak 151 siswa. Dapat diketahui dari hasil pembahasan bahwa responden mengatakan bahwa malu jika menjadi bahan ejekan dari teman-temannya. Kepercayaan diri pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar tahun ajaran 2016/2017 tergolong dalam kategori sedang dengan prosentase 73,14% dari total sampel sebanyak 242 siswa. Hal ini disebabkan karena dalam aspek tergesa-gesa dalam |

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                         | mengambil keputusan para responden menjawab kadang-kadang tergesa-gesa dalam mengambil keputusan.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Sri Rahayu (2019)       | Berdasarkan analisis diketahui bahwa Perilaku asertif siswa sebelum diberikan perlakuan (teknik <i>assertive training</i> dalam layanan konseling kelompok) secara rata-rata berada kategori Rendah dengan rata-rata 63,7, kemudian Perilaku asertif siswa setelah diberikan perlakuan (teknik <i>assertive training</i> dalam layanan konseling kelompok) mengalami peningkatan berada pada kategori Tinggi dengan rata-rata 105,4 dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan Perilaku asertif siswa setelah diberikan teknik <i>assertive training</i> dalam layanan konseling kelompok. |
| Dian Maya Novita (2017) | Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, maka kesimpulan yang ditemukan dari penelitian adalah bahwa ada peningkatan yang signifikan perilaku asertif siswa kelas VII SMP Negeri 2 Boyolali korban bullying melalui pelatihan asertif, dengan nilai Asymp $p = 0,010 < 0,050$ , dengan mean rank kelompok kontrol = 3,83 dan kelompok eksperimen = 9,17. Kelompok eksperimen meningkat dari 6.67 pada saat <i>pretest</i> meningkat menjadi 9.17 pada saat <i>posttest</i> .                                                                                                     |
| Cucu Arumsari (2017)    | Strategi konseling latihan asertif bagi konseli yang mengalami bullying merupakan salah satu bantuan yang bisa diberikan konselor. Agar setiap individu mampu mengekspresikan kemampuan interpersonalnya tanpa merugikan orang lain. Strategi konseling latihan asertif merupakan intervensi konseling yang mengajarkan orang lain agar bisa mengekspresikan perasaan dan pikirannya tanpa membuat orang lain terancam                                                                                                                                                                   |
| Ricca Novalia (2016)    | Banyak anak yang menjadi korban bullying akan mengalami dampak dari bullying yang dialami oleh anak-anak yang mengikuti kegiatan belajar bersama di perkampungan social pingit. Bullying yang sering terjadi adalah bullying verbal.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Adhi Dewanto (2019)     | Perilaku bullying memberikan dampak negatif bagi perilaku asertif                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                | korban yaitu kepercayaan diri menurun, dimana berperilaku asertif sangat membutuhkan kepercayaan yang tinggi untuk menyatakan perasaannya dan menghadapi permasalahan-permasalahan yang dialami oleh informan yang diterima dari pelaku. Dampak positif yang diterima salah satu informan bahwa dirinya lebih untuk berinisiatif untuk membaur dengan teman-teman yang mengucilkannya                                                |
| Roshi Khoirunnisa (2015)                       | Dari sampel yang di ambil di SMA Muhammadiyah 7 yogyakarta bahwa konsep diri korban bullying dari kelima subjek, dua subjek memiliki konsep diri dengan kategori positif, sedangkan tiga subjek dalam kategori negatif. yang mengalami bullying dalam kategori positif mereka merasa bullying tersebut merupakan hal yang biasa, bagi kategori negative mereka merasa tidak nyaman dan sangat terganggu di kehidupan sehari-harinya. |
| Kurnia Rizki, Sukarti, dan Quratul Uyun (2015) | Berdasarkan hasil analisis kuantitatif dan kualitatif yang telah dilakukan oleh peneliti, bahwa ada perbedaan penurunan tingkat kecemasan sosial pada siswa korban bullying setelah pelatihan asertivitas pada saat pascates – tindak lanjut                                                                                                                                                                                         |
| Zuhriyah Rohmawati (2018)                      | Berdasarkan hasil maka dapat disimpulkan bahwa “Ha diterima”, artinya ada perbedaan hasil <i>self esteem</i> korban <i>cyberbullying</i> untuk <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> , sehingga dapat disimpulkan bahwa “latihan asertif dapat meningkatkan <i>self esteem</i> korban <i>cyberbullying</i> ”.                                                                                                                         |

Berdasarkan hasil pemikiran di atas ditemukan kesamaan dari hasil penelitian yaitu banyak siswa yang mengalami bullying di lingkungan sekolah dengan meningkatkan perilaku asertif pada siswa dapat menambah rasa percaya diri pada siswa sehingga dapat mengurangi korban bullying.

## PENUTUP

### Simpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara konseling perilaku untuk membantu siswa meningkatkan asertif agar siswa tidak menjadi korban bullying, juga siswa mampu menolak atau berkata tidak jika tidak sesuai dengan keinginannya.

### Saran

Berdasarkan hasil dari studi pustaka mengenai konseling perilaku untuk meningkatkan asertif korban bullying di SMP dikarenakan kurangnya referensi untuk dijadikan bahan kajian maka penulis berharap adanya penelitian lebih lanjut mengenai topic penelitian tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hertijung, W. S., & Susilowati. (2014). “ *Pofil Kepribadian Siswa Korban Bullying. Psikologi Integratif* “, 2(1), 93-99.
- Juliawati, Dosi. 2016. “ *Latihan Asertif Bagi Siswa Korban Bullying di Sekolah* ”. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Sripurwaningsih, Ida Mega. 2016. “ *Hubungan Perundungan ( Bullying ) Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMA MUHAMMADIYAH 1 KARANGANYAR* ”. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Rahayu, Sri. 2019. “ *Efektifitas Teknik Asserive Trainning Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa di Sekolah Mnengah Pertama Negeri 1 Kampar Timur* ”. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Novita, Dian Maya. 2017. “ *Peningkatan Perilaku Asertif Siswa Kleas VII Smp Negeri 2 Boyolali Korban Bullying Melalui Pelatihan Asertif* ”. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Arumsari, Cucu. 2017. “ *Strategi Latihan Konseling Asertif Untuk Mereduksi Perilaku Bullying* ”. *Jurnal Bimbingan Konseling*.
- Defriyanto, Reta Andriyani. 2015. “ *Faktor-faktor yang mempengaruhi Bullying disekolah menengah atas* ”. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, ISSN 2089995,e-ISSN 23558539