

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Piagam PBB menjelaskan bahwa “setiap anak berhak memperoleh keamanan dan kenyamanan dalam menuntut ilmu di sekolah”. Namun di seluruh dunia, Fenomena *bullying* sudah menjadi hal yang umum, terutama dikalangan peserta didik, hal tersebut biasanya banyak terjadi di lingkungan sekolah. Fenomena *bullying* ini banyak muncul dalam interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya di sekolah, seperti interaksi peserta didik dengan guru, interaksi peserta didik dengan teman sebayanya, interaksi peserta didik dengan masyarakat dan interaksi peserta didik dengan keluarganya di rumah. Biasanya yang menjadi korban pada umumnya adalah anak yang lemah, pemalu, pendiam, dan spesial (cacat, tertutup, pandai, cantik, atau punya ciri tubuh tertentu), yang dapat menjadi bahan ejekan.

Sebagian sekolah ada yang masih belum mampu mewujudkan suasana pembelajaran yang kondusif bagi peserta didik atau membangun komunitas warga sekolah yang bebas dari kekerasan. Kasus-kasus kekerasan atas nama pendidikan masih banyak terjadi di dunia pendidikan. Beberapa kasus *bullying* di sekolah yang terjadi hampir di seluruh daerah di Indonesia mengisyaratkan kepada kita bahwa perilaku *bullying* atau kekerasan memang sudah menjadi hal

yang lumrah di dunia pendidikan. Persoalan perundungan atau *bullying* di lingkungan sekolah terus menunjukkan tren peningkatan, merujuk pada data resmi berbagai lembaga. Kasus terbaru terjadi di SMPN 19 Tangerang Selatan, Banten, yang menyebabkan siswa berinisial MH meninggal dunia (BBC.COM/21 Nov 2025). Pada tahun 2024, kasus seorang siswi SMK di Kabupaten Bandung Barat berinisial N yang diduga mengalami *bullying* selama sekitar tiga tahun oleh teman sekelasnya menjadi sorotan nasional; korban mengalami gangguan kejiwaan, depresi, dan akhirnya meninggal dunia. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemen PPPA) menyatakan ikut mengawal kasus ini untuk menjamin proses pendampingan dan penegakan hukum, menunjukkan bahwa *bullying* di tingkat SMK telah mencapai tahap sangat serius.

Peristiwa *bullying* di sekolah-sekolah Indonesia belakangan ini semakin mengkhawatirkan. Media sosial dihebohkan dengan kabar seorang siswa kelas 4 Sekolah Dasar (SD) tewas karena gantung diri. Siswa berinisial MR yang masih berusia 11 tahun diketahui dari Banyuwangi Jawa Timur. Diduga MR sengaja mengakhiri hidupnya karena mengalami perundungan oleh teman-temannya karena disebut tak memiliki ayah atau yatim viralnya kasus tersebut menarik perhatian Uswatun Hasanah Dosen Keperawatan Jiwa Fakultas Ilmu Kesehatan (FIK) UM Surabaya untuk memberikan tanggapan, menurutnya *bullying* merupakan ucapan maupun perilaku agresif yang tidak

diinginkan yang dilakukan dengan sengaja dan berulang untuk membuat seseorang merasa terintimidasi, terancam, atau tidak berdaya “Perilaku ini umumnya terjadi antara anak-anak usia sekolah yang melibatkan ketidakseimbangan kekuatan yang nyata atau yang dirasakan. Perilaku *bullying* dapat menimbulkan berbagai dampak yang berbahaya terutama bagi korbannya, sehingga perilaku ini perlu dicegah,” (Uswatun, 2025)

Kasus-kasus *bullying* yang beragam, mulai dari kekerasan fisik hingga *cyberbullying*, terus meningkat. Beberapa faktor yang memicu terjadinya *bullying* antara lain adalah pengaruh media sosial, kurangnya pengawasan dari orang tua dan guru, serta kurangnya pemahaman tentang dampak buruk *bullying*. Selain itu, lingkungan sekolah yang tidak kondusif, seperti adanya kelompok-kelompok tertentu yang mendominasi, juga dapat memicu terjadinya *bullying*. Korban *bullying* seringkali mengalami trauma psikologis yang berkepanjangan, sehingga sangat penting bagi semua pihak untuk bekerja sama dalam mencegah dan mengatasi masalah ini.

Bullying merupakan tindakan agresif yang dilakukan secara berulang oleh seseorang atau kelompok terhadap individu lain yang dianggap lebih lemah. Tindakan ini bertujuan untuk menyakiti, mengintimidasi, atau mempermalukan korban. *bullying* dapat terjadi dalam berbagai bentuk, mulai dari fisik, seperti memukul atau mendorong, hingga verbal, seperti mengejek atau mengancam. Selain itu, *bullying* juga dapat terjadi dalam bentuk sosial, seperti mengucilkan

atau menyebarkan gosip, dan *cyberbullying*, yaitu *bullying* yang dilakukan melalui media elektronik. *Bullying* seringkali dilakukan secara berkelompok dan dapat menyebabkan dampak psikologis yang serius pada korban, seperti depresi, kecemasan, dan bahkan keinginan untuk bunuh diri. Oleh karena itu, penting untuk memahami definisi *bullying* agar kita dapat mencegah dan mengatasi masalah ini.

Fenomena *bullying* di sekolah-sekolah Indonesia semakin mengkhawatirkan dan menjadi salah satu alasan utama pentingnya penelitian tentang peningkatan kepercayaan diri korban melalui konseling individu teknik *assertive training*. Berbagai kasus yang muncul di media menunjukkan bahwa *bullying* tidak hanya melukai fisik, tetapi juga merusak kondisi psikologis korban hingga menurunkan kepercayaan diri dan memicu trauma berkepanjangan.

Bimbingan konseling memiliki peran yang sangat krusial dalam penanganan kasus *bullying* di sekolah. Konselor berperan sebagai pendengar yang baik bagi korban *bullying*, membantu mereka mengekspresikan perasaan dan pikiran yang terpendam. Selain itu, konselor juga memberikan dukungan emosional dan membantu korban mengembangkan strategi mengatasi stres akibat *bullying*. Tidak hanya itu, konselor juga berperan aktif dalam mengidentifikasi pelaku *bullying* dan memberikan konseling untuk mengubah perilaku mereka. Dalam konteks pencegahan, konselor dapat memberikan edukasi tentang *bullying*

kepada seluruh siswa, guru, dan staf sekolah. Dengan demikian, diharapkan dapat tercipta lingkungan sekolah yang aman dan bebas dari *bullying*.

Bullying dapat memberikan dampak yang sangat signifikan terhadap kepercayaan diri korban. Perlakuan buruk yang dialami secara berulang-ulang dapat membuat korban merasa tidak berharga, tidak aman, dan tidak layak mendapatkan perlakuan baik. Akibatnya, korban seringkali mengalami penurunan kepercayaan diri yang cukup drastis. Mereka cenderung menarik diri dari pergaulan, merasa takut untuk berinteraksi dengan orang lain, dan sulit untuk percaya pada orang lain. Selain itu, korban *bullying* juga seringkali mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi belajar dan mencapai prestasi akademik yang baik. Dampak jangka panjang dari *bullying* terhadap kepercayaan diri dapat berlanjut hingga dewasa, sehingga sangat penting untuk memberikan dukungan dan bantuan kepada korban *bullying* agar mereka dapat memulihkan diri dan kembali percaya pada diri sendiri.

Konseling asertif merupakan pendekatan konseling yang bertujuan untuk membantu individu mengembangkan kemampuan berkomunikasi secara efektif dan tegas. Dalam konseling asertif, individu diajarkan untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, dan kebutuhan mereka dengan jujur dan sopan, tanpa merugikan hak orang lain (Alberti dan Emmons, 1970). Teknik-teknik yang diajarkan dalam konseling asertif meliputi latihan komunikasi, pengenalan emosi, dan pengembangan keterampilan menolak permintaan yang tidak sesuai.

Tujuan utama dari konseling asertif adalah untuk meningkatkan rasa percaya diri individu, memperbaiki hubungan interpersonal, dan mengatasi masalah-masalah yang terkait dengan kurangnya asertivitas, seperti kesulitan dalam mengatakan "tidak" atau merasa terintimidasi oleh orang lain. Dengan demikian, konseling asertif dapat menjadi alat yang sangat bermanfaat bagi individu yang ingin meningkatkan kualitas hidup mereka.

Siswa yang mengalami tindakan *bullying* (korban *bullying*) perlu mendapatkan bantuan berupa konseling asertif. Konseling asertif menjadi salah satu pendekatan efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri korban *bullying*. Melalui konseling asertif, korban diajarkan untuk mengekspresikan perasaan dan pikiran mereka dengan tegas namun sopan. Dengan demikian, mereka dapat belajar untuk membela diri dan tidak lagi menjadi sasaran empuk bagi pelaku *bullying*. Selain itu, konseling asertif juga membantu korban mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik, sehingga mereka dapat membangun hubungan yang lebih sehat dengan orang lain. Dengan meningkatnya rasa percaya diri, korban *bullying* akan lebih mampu menghadapi tantangan hidup dan mencapai potensi maksimal mereka.

Seorang siswa yang mengalami suatu tindakan *bullying* pada umumnya merupakan siswa yang memiliki tingkat atau kemampuan asertif yang rendah. Oleh karenanya perilaku asertif perlu dimiliki oleh seorang siswa korban *bullying* agar memiliki keberanian untuk melindungi dirinya dari tindakan *bullying* yang

dilakukan oleh orang lain (Soedjojo, 2009). Menurut Jakuwboski & Langedalam (Nursalim, 2014) mendefinisikan sebuah perilaku asertif sebagai perilaku yang dapat dilakukan untuk mempertahankan kepentingan pribadi dengan cara mengungkapkan hal – hal yang sedang dirasakan baik itu perasaan positif maupun negative secara jujur akan tetapi tanpa mengurangi hak – hak orang lain. Menanggapi hal tersebut diatas perlu adanya upaya pemberian layanan konseling pada siswa yang menjadi korban *bullying*, salah satunya dengan memberikan suatu layanan konseling kelompok latihan asertif. Konseling kelompok merupakan suatu cara dalam memberikan sebuah layanan bimbingan dan konseling kepada siswa yang memiliki persoalan secara pribadi yang dapat dibahas dan diatasi secara bersama melalui dinamika kelompok (Hallen, 2002). Menurut Prayitno & Amti (2004) pada dasarnya sebuah layanan konseling kelompok sebenarnya merupakan sebuah layanan konseling individual Latihan asertif adalah suatu latihan yang diberikan kepada seseorang yang mengalami kesulitan berkomunikasi, tidak mampu atau takut dalam menolak tindakan orang lain agar dapat mengungkapkan keinginan dan pendapatnya kepada secara jujur dan terbuka tanpa menyinggung atau menyakiti perasaan orang lain. Lazarus (1973) dalam (Nursalim, 2014) menyatakan bahwa tujuan latihan asertif adalah untuk meningkatkan kemampuan interpersonal seseorang untuk berani menyatakan tidak, membuat sebuah permintaan, mampu

mengekspresikan perasaan baik positif maupun negatif, dan kemampuan dalam membuka dan mengakhiri percakapan.

Dengan penerapan konseling asertif yang konsisten, dapat diasumsikan bahwa korban *bullying* akan mengalami peningkatan yang signifikan dalam hal kepercayaan diri. Mereka diharapkan mampu lebih tegas dalam mengungkapkan perasaan dan kebutuhan, sehingga mengurangi kemungkinan terjadinya *bullying* berulang. Selain itu, korban juga akan memiliki keterampilan sosial yang lebih baik, memungkinkan mereka untuk membangun hubungan yang lebih sehat dengan teman sebaya. Sebagai konsekuensinya, tingkat kecemasan dan depresi yang seringkali dialami korban *bullying* cenderung berkurang. Dalam jangka panjang, diharapkan korban dapat mengembangkan pandangan yang lebih positif tentang diri mereka sendiri, sehingga mampu mencapai potensi penuh mereka.

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari hasil wawancara dan survei oleh guru bimbingan dan konseling di SMKN 4 Madiun tercatat siswa – siswi yang pernah mengalami kasus *bullying*, kadang hal ini terjadi berawal dari gurauan, yang akhirnya siswa saling menghina melontarkan kata-kata kotor bahkan sampai terjadi kontak fisik. Sejauh ini upaya yang telah dilakukan guru bimbingan dan konseling di SMKN 4 Madiun dalam menangani kasus *bullying* masih pada tahap memberikan pemahaman mengenai *bullying* secara umum. Terkait pada tindakan kasus *bullying* yang terjadi, tindakan yang dilakukan guru

bimbingan dan konseling hanya melakukan sebuah teguran pada siswa, konseling pada pelaku dan mendatangkan orang tua pada kasus yang dirasa memang cukup serius. Dalam hal ini guru bimbingan dan konseling belum secara konsisten memberikan layanan kepada para siswa yang menjadi korban *bullying*. Kaitannya dengan perilaku *bullying* yang sering terjadi pada siswa di SMKN 4 Madiun, maka pemberian bantuan dari guru bimbingan dan konseling akan difokuskan pada siswa yang menjadi korban *bullying*.

Penanganan siswa korban *bullying* SMK Negeri 4 Madiun dengan pemberian bantuan dan konseling belum pernah menggunakan teknik *Assertive Training*. Adanya perubahan perilaku pada beberapa siswa korban *bullying* yang mengalami penurunan rasa percaya diri berdasarkan dari hasil wawancara dan informasi dari guru mendorong peneliti untuk menggunakan teknik *Assertive Training* dalam pelaksanaan konseling dalam upaya untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa yang menjadi korban *bullying*. Berdasarkan hasil diskusi, pengamatan dan pengalaman peneliti, maka peneliti melakukan penelitian tersebut untuk mendeskripsikan dan menganalisis permasalahan tsb. dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* di SMKN 4 Madiun. Adapun judul tesis Pada penelitian ini adalah Dampak konseling individu teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan Kepercayaan diri korban *bullying* pada siswa kelas X SMKN 4 Madiun.

B. Fokus Penelitian

1. Proses hubungan konselor–konseli dalam sesi konseling individu (tahapan, teknik *assertive training* yang digunakan, dinamika interaksi).
2. Pengalaman subjektif siswa korban *bullying* dalam memaknai konseling individu teknik *assertive training* (perasaan, pemahaman diri, keberanian menyatakan pendapat, keberanian menolak perlakuan tidak menyenangkan).
3. Faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan konseling individu teknik *assertive training* (dukungan sekolah, teman sebaya, keluarga, serta kondisi pribadi konseli) terhadap peningkatan kepercayaan diri.

C. Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah

1. Bagaimana proses hubungan antara konselor dan konseli dalam sesi konseling individu dengan menggunakan teknik *assertive training*, meliputi tahapan, teknik yang diterapkan, dan dinamika interaksi yang terjadi selama sesi berlangsung?
2. Bagaimana pengalaman subjektif siswa korban *bullying* dalam memaknai pelaksanaan konseling individu dengan teknik *assertive training*, khususnya terkait perasaan, pemahaman diri, keberanian menyatakan pendapat, serta kemampuan menolak perlakuan yang tidak menyenangkan?
3. Apa saja faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan konseling individu dengan teknik *assertive training* baik dari sisi dukungan sekolah,

teman sebaya, keluarga, maupun kondisi pribadi konseli dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus dan rumusan masalah diatas, maka secara umum yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui, mengidentifikasi, dan menganalisis tentang:

1. Menggambarkan secara rinci proses hubungan konselor–konseli dalam sesi konseling individu dengan teknik *assertive training*, meliputi tahapan, teknik yang digunakan, dan dinamika interaksi dalam konteks kasus siswa korban *bullying*.
2. Mengungkap pengalaman subjektif siswa korban *bullying* dalam memaknai konseling individu teknik *assertive training*, khususnya terkait perasaan, pemahaman diri, keberanian menyatakan pendapat, dan keberanian menolak perlakuan tidak menyenangkan dalam kasus yang diteliti.
3. Mengidentifikasi dan mendeskripsikan faktor pendukung serta penghambat dalam pelaksanaan konseling individu teknik *assertive training* (dukungan sekolah, teman sebaya, keluarga, serta kondisi pribadi konseli) terhadap peningkatan kepercayaan diri pada kasus siswa korban *bullying* yang menjadi fokus penelitian.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada banyak pihak, baik secara teoritis maupun secara praktis, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

- a. Secara teoritis dapat memberikan sumbangan hasil penelitian tentang fenomena *bullying* dikalangan peserta didik
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan rujukan bagi peneliti yang ingin mengkaji tentang fenomena *bullying* di kalangan peserta didik.

2. Manfaat Praktis

Pada aspek praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat-manfaat sebagai berikut :

a. Bagi Guru dan rekan sejawat

- 1) Dapat memberikan gambaran yang kongkrit tentang fenomena *bullying* dikalangan peserta didik. Sehingga guru dan pengelola pendidikan di sekolah yang memiliki problem serupa, dapat menggunakan penelitian ini sebagai bahan pertimbangan untuk mengidentifikasi fenomena *bullying* dikalangan peserta didik.
- 2) Bermanfaat untuk meningkatkan kualitas pendidikan
- 3) Dapat memberikan nilai tambah dan peningkatan kualitas sekolah.
- 4) Meningkatkan kreatifitas guru dalam mendidik guna meningkatkan prestasi belajar dan akhlak peserta didik.

b. Bagi peneliti dan pembaca

- 1) Sebagai bahan studi banding penelitian yang relevan dikemudian hari.
- 2) Menambah pengetahuan tentang fenomena *bullying* dikalangan peserta didik.
- 3) Sebagai salah satu sumber informasi terkait fenomena *bullying* dikalangan peserta didik.
- 4) Sebagai bahan masukan bekal ilmu pengetahuan dalam mengajar pada masa yang akan datang.

F. Definisi Istilah

1. Konseling individu

Konseling individu adalah layanan bantuan tatap muka antara konselor dan konseli untuk membahas dan mengentaskan masalah pribadi agar konseli mampu memahami diri dan menggunakan potensinya secara optimal.

2. Teknik *assertive training*

Teknik *assertive training* adalah suatu bentuk latihan perilaku yang bertujuan membantu individu mengungkapkan pikiran, perasaan, dan haknya secara jujur, tegas, tetapi tetap menghargai orang lain sehingga pola komunikasi menjadi lebih asertif.

3. *Bullying*

Bullying adalah tindakan agresif atau penindasan yang dilakukan secara sengaja, berulang-ulang, dan melibatkan ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban, baik dalam bentuk fisik, verbal, sosial, maupun psikologis.

4. Kepercayaan diri

Kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan diri dalam berpikir, bersikap, dan bertindak sehingga berani mengemukakan pendapat, mengambil keputusan, dan berinteraksi dengan orang lain secara positif.