

ABSTRAK

Martina Dhyastuti. 2026. Dampak Konseling Individu Teknik *Assertive Training* Terhadap Kepercayaan Diri Korban *Bullying* Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 4 Madiun. Tesis. Magister Bimbingan dan Konseling. Universitas PGRI Madiun. Pembimbing (I) Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd (II) Dr. Asroful Kadafi, M.Pd.

Kata Kunci : Konseling Individu, Teknik *Assertive Training*, Kepercayaan Diri

Tujuan dari penelitian ini adalah 1) Untuk 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) Untuk 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) Untuk Mengidentifikasi dan mendeskripsikan faktor pendukung serta penghambat dalam pelaksanaan konseling individu teknik *assertive training*. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Sumber data pada penelitian ini meliputi sumber data primer yaitu AG sebagai korban *bullying* (konseli), konselor dan wali kelas. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi.

Berdasarkan hasil temuan dan analisis data menunjukkan 1) Proses hubungan konselor dan konseli dalam sesi konseling individu siswa korban *bullying* dalam hal ini AG pada awal memang terlihat gugup dan cemas, agak takut dalam menyampaikan atau bercerita tentang masalahnya. Namun lama kelamaan AG sudah mampu mulai mengikuti proses konseling dengan menggunakan teknik *assertive training*. 2) Pengalaman subjektif AG sebagai korban *bullying* dalam memaknai konseling individu teknik *assertive training* dirasa sangat membantu dalam menyelesaikan permasalahannya. Selain itu perubahan perilaku juga terlihat dan ditunjukkan oleh AG sehingga mulai mampu lebih berani, tidak hanya diam, dan mampu kembali sedikit demi sedikit mulai memperbaiki hubungan sosialnya dengan temannya. Selain itu yang terlihat AG sudah bisa mulai tegas menolak dan berkata tidak ketika memang tidak nyaman untuk untuk dirinya. 3) Hambatan utama yang dirasakan adalah faktor internal subjek berupa rasa takut dan keraguan akibat trauma karena permasalahan *bullying* yang dialami AG. Hal tersebut membuat kesulitan konseli dalam mengungkapkan atau menceritakan permasalahannya dan konselor juga kesulitan dalam menggali informasi dari konseli

ABSTRACT

Martina Dhyastuti. 2026. The Impact of Individual Counseling Using Assertive Training Techniques on the Self-Confidence of Bullying Victims in Grade X Students of SMK Negeri 4 Madiun. Thesis. Master of Guidance and Counseling. Universitas PGRI Madiun. Supervisors: (I) Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd. (II) Dr. Asroful Kadafi, M.Pd.

Keywords: Individual Counseling, Assertive Training Techniques, Self-Confidence

The objectives of this study are: 1) To describe in detail the counselor-counselee relationship process in individual counseling sessions using assertive training techniques, including the stages, techniques used, and interaction dynamics in the context of a case involving a student victim of bullying. 2) To uncover the subjective experiences of student victims of bullying in interpreting individual counseling using assertive training techniques, particularly regarding feelings, self-understanding, courage to express opinions, and the courage to reject unpleasant treatment in the case studied. 3) To identify and describe supporting and inhibiting factors in implementing individual counseling using assertive training techniques. This research used a qualitative approach with a case study approach. Data sources in this study included primary data sources: AG as the bullying victim (counselee), the counselor, and the homeroom teacher. Data collection techniques used interviews, observation, and documentation.

Based on the findings and data analysis, it is shown that: 1) The counselor-counselee relationship process in individual counseling sessions for students who were victims of bullying, in this case AG, initially appeared nervous and anxious, somewhat afraid to convey or share her problems. However, over time, AG has been able to start following the counseling process using assertive training techniques. 2) AG's subjective experience as a victim of bullying in interpreting individual counseling using assertive training techniques is felt to be very helpful in solving his problems. In addition, behavioral changes are also seen and demonstrated by AG so that he is starting to be able to be braver, not just silent, and is able to gradually start improving his social relationships with his friends. In addition, what is seen is that AG has been able to firmly refuse and say no when it is uncomfortable for him. 3) The main obstacle felt is the subject's internal factors in the form of fear and doubt due to trauma due to the bullying problem experienced by AG. This makes it difficult for the client to express or tell his problems and the counselor also has difficulty in getting information from the client

