

Asertivitas Korban *Bullying* dan Penanganannya (Studi Kasus pada Siswa di SMA Negeri 2 Soppeng)



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License

CC-BY-NC-4.0 ©2020 by author (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>).

(Received: Januari-2024; Reviewed: Februari-2024; Accepted: Maret-2024;

Available online: April-2024; Published: April-2024)

Putri Oktaviani^{1*}

Nur Fadhilah Umar²

Abdullah Pandang³

¹ Bimbingan dan Konseling,
Universitas Negeri Makassar
Email: oktavianiputri673@gmail.com

² Bimbingan dan Konseling,
Universitas Negeri Makassar
Email: nurfadhilahumar@unm.ac.id

³ Bimbingan dan Konseling,
Universitas Negeri Makassar
Email: abdullahpandang@gmail.com

Abstract. *This research discusses the assertiveness of victims of bullying that occurs among students at SMA Negeri 2 Soppeng. The main studies of this research are: (1) Description of the assertiveness of bullying victims (ARH) at SMA Negeri 2 Soppeng. (2) Factors that influence the assertiveness of bullying victims (ARH) at SMA Negeri 2 Soppeng. (3) Handling efforts to overcome the problem of assertiveness of bullying victims (ARH) at SMA Negeri 2 Soppeng. This research uses a qualitative approach with a clinical case study type of research. Data collection through interviews and observations. Data analysis used descriptive analysis with the Milles and Huberman model. The research results obtained were (1) Description of assertiveness in ARH subjects, namely not being able to express or express feelings honestly, feeling afraid and embarrassed or anxious when they want to complain or report their problems to other people or those closest to them, and not putting up a fight when he is being bullied. (2) factors that influence low assertiveness in victims of ARH bullying, namely psychological condition factors such as low self-confidence, worry about other people's judgments as well as anxiety and fear of being the target of further bullying as well as parenting style factors from authoritarian parents. (3) Based on the causes of the problems experienced by ARH, the intervention that is considered the most effective compared to other interventions in increasing the assertiveness of ARH bullying victims is by providing assertive training from a behavioral counseling approach.*

Keywords: *Assertiveness, Bullying Victims, Assertive Training.*

Abstrak. *Penelitian ini membahas ketegasan korban bullying yang terjadi di antara siswa di SMA Negeri 2 Soppeng. Studi utama dari penelitian ini adalah: (1) Deskripsi tentang keberanian korban bullying (ARH) di SMA Negeri 2 Soppeng. (2) Faktor-faktor yang memengaruhi keberanian korban bullying (ARH) di SMA Negeri 2 Soppeng. (3) Upaya penanganan untuk mengatasi masalah keberanian korban bullying (ARH) di SMA Negeri 2 Soppeng. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus klinis. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi. Analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan model Milles dan Huberman. Hasil penelitian yang diperoleh adalah (1) Deskripsi tentang*

keberanian pada subjek ARH, yaitu tidak mampu mengungkapkan atau mengekspresikan perasaan secara jujur, merasa takut dan malu atau cemas saat ingin mengeluh atau melaporkan masalah mereka kepada orang lain atau orang terdekat mereka. dan tidak melawan saat dia sedang dibully. (2) faktor-faktor yang memengaruhi keberanian rendah pada korban bullying ARH, yaitu faktor kondisi psikologis seperti rendahnya rasa percaya diri, khawatir akan penilaian orang lain serta kecemasan dan ketakutan akan menjadi sasaran bullying lebih lanjut serta faktor gaya pengasuhan dari orangtua otoriter. (3) Berdasarkan penyebab masalah yang dialami oleh ARH, intervensi yang dianggap paling efektif dibandingkan dengan intervensi lain dalam meningkatkan keberanian korban bullying ARH adalah dengan memberikan pelatihan keberanian dari pendekatan konseling perilaku.

Kata Kunci: Asertive, Korban Bullying, Pelatihan Asertif.

PENDAHULUAN

Salah satu fenomena yang menyita perhatian di dunia pendidikan adalah kekerasan (bullying) di sekolah. Fenomena bullying di sekolah termasuk dalam salah satu dari tiga dosa besar pendidikan Indonesia (Yunina dkk, 2023). Praktik bullying dapat terjadi di berbagai tingkat pendidikan, mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi, dan dapat melibatkan berbagai bentuk seperti pelecehan verbal, fisik, sosial, dan cyber. Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyatakan bahwa terdapat 37.381 kasus bullying terjadi selama kurun waktu sembilan tahun sejak tahun 2011 hingga tahun 2019 dan selama kurun waktu tersebut kasus bullying setiap tahunnya mengalami peningkatan (Febriana & Rahmasari, 2021). Menurut survei global yang diadakan oleh Latitude News Indonesia merupakan negara dengan kasus bullying tertinggi kedua di dunia setelah Jepang (Maulana dkk, 2021). Selain itu dari data yang didapatkan dinyatakan sebanyak 40% anak-anak Indonesia meninggal dengan cara bunuh diri akibat tidak kuat terhadap bullying yang dialaminya (Situmeng dkk, 2022). Kondisi yang semakin mengalami peningkatan jumlah korban bullying dan banyaknya kasus bullying yang mengarah pada kejahatan dapat mengakibatkan kerugian materi dan beban psikologis yang berat atau bahkan kematian bagi korbannya maka kasus bullying perlu mendapatkan penanganan.

Dari hasil Observasi awal di SMA Negeri 2 Soppeng selama 2 Minggu ditemukan bahwa para siswa di sekolah tersebut sering melakukan tindakan bullying antar sesama. Mereka terlihat tidak memperdulikan perasaan temannya saat sedang mengganggunya. Siswa yang di bullying pun terlihat hanya bertindak secara pasif dalam menanggapi perlakuan teman yang membullynya. Selanjutnya peneliti membicarakan hasil observasi tersebut kepada guru BK di sekolah SMA 2 Soppeng, yang dimana guru BK menyatakan bahwa salah satu masalah yang sering terjadi di sekolah ini ialah tindakan bullying yang tentunya akan menyebabkan adanya korban bullying.

Untuk itu peneliti memberikan angket kepada siswa yang teridentifikasi menjadi korban bullying untuk mengetahui lebih dalam tentang bullying yang dialaminya namun dari lima siswa yang menjadi korban ada satu siswa berinisial ARH tidak hanya di bullying secara verbal namun juga di bullying secara fisik. Selain itu dari data yang didapatkan melalui wawancara langsung dengan ARH dia menyatakan dia sangat terganggu dengan tindakan bullying yang dilakukan oleh teman-temannya bahkan terkadang memiliki pikiran negatif yang dapat merugikan dirinya namun meskipun begitu dia tidak memiliki keberanian untuk mempertahankan diri maupun meminta bantuan kepada orang lain. Ketika dia diolok olok atau diejek oleh teman kelasnya dia hanya diam dan membenarkan ejekan temannya yang mengatakan bahwa dirinya jelek dan gendut, dia juga merasa sulit untuk menolak permintaan orang lain meskipun hal tersebut memberatkannya.

Selain itu ARH menyatakan bahwa dia sangat takut untuk melaporkan hal tersebut kepada gurunya, meskipun wali kelasnya telah mengetahui bahwa dia sering di bullying, namun jika diminta keterangan secara langsung dari wali kelasnya dia menyatakan bahwa apa yang dilakukan temannya hanya sebuah candaan, hal tersebut dilakukannya dikarenakan ARH

berpikir bahwa jika guru mengetahui hal tersebut maka masalah akan tambah besar dan mungkin dia akan mendapatkan bullying lebih parah lagi tapi meskipun begitu ARH juga menyatakan bahwa dirinya merasa sangat terganggu dan tidak nyaman karena bullying yang dia alami. Hal tersebut di perkuat dari hasil observasi langsung yang peneliti lakukan terhadap ARH terdapat beberapa bentuk perilaku yang ditampakkan ARH yaitu ketika peneliti mencoba menegur pembullying yang sedang mengganggunya mengatakan ARH mengatakan hal tersebut hanyalah bercanda meskipun mimik wajahnya mengatakan hal yang sebaliknya.

Sari (2018) menyatakan bahwa anak-anak yang tidak mampu menunjukkan perilaku asertif memiliki resiko menjadi korban bullying, dimana semakin tinggi perilaku asertif siswa maka semakin kecil kemungkinan siswa tersebut menjadi korban bullying. Demikian pula sebaliknya semakin rendah perilaku asertif siswa maka semakin tinggi kemungkinan siswa tersebut menjadi korban bullying. Dampak yang ditimbulkan oleh tindakan bullying sangat luas. Korban bullying dapat mengalami berbagai gangguan kesehatan, baik fisik maupun mental seperti masalah tidur, depresi, merasa tidak tenang, kecemasan yang berlebihan, bahkan rasa putus asa yang menyebabkan munculnya ide-ide untuk melakukan hal-hal negatif yang dapat membahayakan diri korban (Nurlelah & Mukri, 2019)

Melihat adanya siswa yang teridentifikasi menjadi korban bullying yang memiliki asetivitas yang rendah di SMAN 2 Soppeng, maka peneliti merasa perlu untuk lebih menggali lebih dalam terkait masalah ini dan kemudian membantu siswa untuk mengatasi masalahnya. Oleh karena itu, peneliti berupaya mengatasi masalah tersebut dengan menerapkan salah satu teknik Behavioral yaitu latihan asertif untuk membantu konseli yang mengalami kesulitan ataupun ketidakmampuan dalam mengungkapkan perasaan-perasaan yang tidak disukainya atau perasaan tersinggung (Simanjuntak, 2021).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Sugiyono (2019) mengatakan bahwa metode penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi alamiah (natural setting); disebut sebagai metode kualitatif karena data yang telah dikumpulkan juga analisisnya bersifat kualitatif. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi kasus. Menurut Bagdan & Biken (Jamila, Hasibuan & Wastuti, 2020) studi kasus merupakan pengujian secara lebih rinci terhadap suatu latar atau satu orang subjek atau suatu peristiwa tertentu. Studi kasus digunakan untuk mengetahui tentang suatu permasalahan atau fenomena yang diteliti secara lebih mendalam dan terperinci Rusli (2021). Fokus penelitian difokuskan pada keberanian korban bullying (ARH) di SMA Negeri 2 Soppeng. Keberanian korban bullying (ARH) diukur melalui kemampuan korban untuk mengungkapkan perasaan dengan jujur, merasa percaya diri, dan tidak takut untuk melawan ketika sedang dibully. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 2 Soppeng, dengan populasi siswa yang mengalami bullying sebagai sampel utama. Selain siswa yang teridentifikasi sebagai korban bullying (ARH), informan lainnya termasuk guru BK, wali kelas, teman sekelas, dan orang tua.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi. Wawancara dilakukan dengan pedoman wawancara yang telah disusun, sedangkan observasi dilakukan secara langsung untuk mengamati perilaku asertivitas korban bullying dalam aktivitas sehari-hari di sekolah. Data dianalisis menggunakan model Miles and Huberman, dengan langkah-langkah pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Validitas data diuji melalui triangulasi sumber, teknik, dan waktu, sementara reliabilitas data dijaga melalui audit terhadap keseluruhan proses penelitian. Metode penelitian ini terbatas pada pendekatan kualitatif dengan asumsi bahwa keberanian korban bullying dapat ditingkatkan melalui intervensi yang sesuai, tanpa menggunakan uji statistik karena sifatnya yang deskriptif kualitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Bedasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada subjek kasus (ARH), teman kelas, wali kelas, guru BK dan orang tua subjek kasus dengan tujuan untuk mendapatkan informasi tentang gambaran perilaku asertivitas korban bullying (ARH), Faktor yang mempengaruhi asertivitas korban bullying (ARH), dan penanganan dari masalah asertivitas yang dialami oleh korban bullying (ARH)) diuraikan sebagai berikut:

Tabel 1. Gambaran Asertivitas pada Korban bullying Subjek ARH

No	Aspek Perilaku	Deskripsi Perilaku
1	Sulit mengungkapkan dan mengepresikan perasaannya	Subjek ARH cenderung anak yang pendiam, dia jarang berbicara bahkan di rumahnya dan sering menghabiskan waktu dikamarnya. Selain itu meskipun dia merasa kesal dan marah ketika ada hal yang menggnggunya dia kesulitan untuk mengatakan hal tersebut secara jujur
2	Tidak mampu mempertahankan hak-haknya	Ketika di <i>bullying</i> subjek ARH tidak mampu untuk mempertahankan hak-haknya dia sering kali memilih mengalah daripada harus menghadapi situasi yang sulit untuk memperjuangkan hak-haknya.
3	Sulit mengajukan permintaan dan bantuan kepada orang lain	Ketika ARH di <i>bullying</i> dia tidak berani untuk meminta bantuan kepada wali kelasnya maupun guru BK di sekolahnya bahkan orang tua ARH tidak mengetahui bahwa anaknya menjadi korban <i>bullying</i> di sekolah.

Tabel 2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Asertivitas Rendah pada Siswa Korban Bullying

No	Faktor	Penyebab	Deskripsi
1	Faktor Internal	Kepercayaan diri dan harga diri yang rendah	Dia merasa dan dirinya jelek dan menganggap dirinya sebagai pribadi yang sangat lemah dan pantas diolok-diolok sehingga hal tersebut tersebut membuat ARH enggan untuk menyampaikan pendapat atau keinginannya.

		Khawatir akan penilaian orang lain	ARH merasa karena sering di diolok olok dan diejek jelek maka tidak ada orang yang ingin berteman dengannya serta apapun yang dia ucapkan tidak ada yang akan memihaknya maupun meresponnya dan membuat ARH seringkali memberikan respon yang tidak dikehendaknya sendiri dan sering menuruti kemauan temannya meskipun dia merasa tidak nyaman.
		Takut menjadi korban bullying yang lebih parah lagi	ARH juga takut akan dikucilkan lebih lanjut sehingga dia tidak berani untuk meminta bantuan kepada orang yang lain.
2	Faktor Eksternal	Pola Asuh Orang tua ARH yang otoriter	Orang tua ARH memiliki pola asuh yang otoriter mendidik ARH penuh dengan larangan dan perintah yang harus dituruti, ketika perintah atau larangannya dilanggar maka akan mendapatkan hukuman. Hal tersebut membuat ARH menjadi individu yang terlalu berhati-hati, tidak spontan dalam mengemukakan pendapatnya, sehingga ARH terbiasa untuk berperilaku kurang asertif.

Tabel 3. Kondisi sebelum dan sesudah intervensi

No	Perilaku	Sebelum Intervensi				Setelah Intervensi			
		SL	SR	KD	TP	SL	SR	KD	TP
1	Saya mampu mengatakan tidak untuk sesuatu yang tidak saya sukai			√			√		
2	Saya berani mengoreksi ketika ada pendapat yang tidak sejalan dengan pendapat saya				√			√	
3	Saya bisa meminta tolong ketika saya merasa kesulitan			√			√		

4	Saya mampu mengungkapkan perasaan saya ketika saya kecewa kepada teman dengan cara yang santun				✓			✓	
5	Saya mampu menyampaikan ide atau gagasan yang dimiliki dalam diskusi kelompok.				✓		✓		
6	Ketika merasa sedih mengenai suatu hal saya akan menceritakan kepada teman atau orang tua saya				✓			✓	
7	Saya mampu memulai percakapan dengan orang lain terlebih dahulu				✓			✓	
8	Saya berani menatap lawan bicara saya			✓			✓		
9	Ketika menginginkan sesuatu saya berterus terang			✓			✓		

Pembahasan

1. Gambaran asertivitas pada siswa korban bullying ARH

siswa yang menjadi korban bullying dengan jenis ARH (Acquiescent Resistant Helpless) menunjukkan gambaran perilaku asertivitas yang rendah. Temuan penelitian menunjukkan bahwa korban bullying tersebut sulit untuk mengungkapkan perasaan dan pikirannya secara jujur, bahkan ketika mereka mengalami intimidasi oleh teman sekelas. Mereka juga cenderung merasa takut untuk melaporkan masalah bullying yang mereka alami kepada guru-guru atau orang tua mereka, sehingga masalah tersebut seringkali tidak diketahui oleh pihak sekolah atau keluarga. Penelitian terdahulu yang disebutkan dalam pembahasan ini juga mendukung temuan tersebut. Studi oleh Wardani dkk (2019) menunjukkan bahwa korban bullying cenderung memilih untuk diam demi menghindari perlakuan lebih lanjut dari pelaku bullying. Begitu pula dengan temuan dari penelitian Fahreva (2020) yang menyatakan bahwa korban bullying umumnya enggan melaporkan pengalaman mereka kepada orang tua atau guru.

Selain itu, dari gerak-gerik dan ekspresi wajah yang diamati, korban bullying jenis ARH juga menunjukkan perilaku yang kurang asertif. Mereka sering terlihat menunduk dan ekspresi wajah mereka tidak sesuai dengan apa yang mereka sampaikan. Penelitian oleh Aryani (2022) menyatakan bahwa individu yang memiliki perilaku non-asertif cenderung menunjukkan postur tubuh yang menyerah dan kurang rileks. Sebagai korban bullying, ARH juga kesulitan dalam mempertahankan hak-haknya. Mereka cenderung sulit untuk mengatakan tidak dan seringkali mengalah demi menghindari konflik. Meskipun merasa tidak nyaman, mereka tetap memenuhi permintaan teman-temannya karena takut atau enggan untuk menolak. Penelitian oleh Asniarty (2019) juga menemukan bahwa korban bullying cenderung tidak mampu menolak perlakuan negatif dan tidak memiliki mekanisme pertahanan diri.

Kesulitan ARH dalam mengajukan permintaan dan meminta bantuan juga menandakan asertivitas yang rendah. Orang yang memiliki perilaku asertif cenderung tidak ragu untuk meminta bantuan secara wajar. Namun, ARH jarang meminta bantuan

kepada teman-temannya atau guru-gurunya, bahkan tidak menceritakan masalah yang mereka alami kepada orang tua mereka (Nainggolan 2021). Secara keseluruhan, temuan penelitian ini konsisten dengan teori asertivitas yang menyatakan bahwa individu dengan asertivitas rendah cenderung memiliki kesulitan dalam mengungkapkan diri, mempertahankan hak-haknya, dan meminta bantuan atau dukungan dari orang lain. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi dalam pemahaman tentang karakteristik dan perilaku korban bullying jenis ARH, serta implikasinya dalam upaya pencegahan dan penanganan bullying di lingkungan sekolah.

2. Faktor yang mempengaruhi asertivitas pada siswa korban bullying (ARH)

Faktor-faktor yang mempengaruhi asertivitas pada siswa korban bullying jenis ARH dapat dibagi menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal terkait dengan kondisi psikologis individu, sementara faktor eksternal berkaitan dengan pengaruh lingkungan, terutama pola asuh keluarga. Secara internal, ARH cenderung memiliki rasa percaya diri dan harga diri yang rendah. Mereka merasa tidak memiliki kemampuan dan layak untuk dihormati, sehingga mereka cenderung membenarkan perkataan orang lain yang merendahkan mereka. Penelitian oleh Putri dkk (2023) mendukung temuan ini, menunjukkan bahwa siswa dengan rasa percaya diri yang rendah cenderung memiliki perilaku asertif yang rendah.

Selain itu, ARH juga cenderung merasa cemas terhadap penilaian orang lain. Mereka khawatir bahwa jika mereka melakukan hal yang mereka inginkan, mereka akan terlihat bodoh di mata orang lain. Hal ini membuat mereka membatasi diri dan memberikan respon yang tidak sesuai dengan keinginan mereka sendiri. Permadi & Suyanti (2022) menunjukkan bahwa ketakutan akan penilaian negatif oleh orang lain dapat menghambat perilaku asertif seseorang. Selanjutnya, rasa cemas dan ketakutan terhadap potensi bullying yang lebih parah juga mempengaruhi kemampuan ARH untuk menyampaikan pendapat dan keinginannya secara jujur. Rizqi & Inayati (2019) menyatakan bahwa rasa cemas yang dialami korban bullying dapat menghambat kemampuan mereka untuk memberikan respon pembelaan diri.

Faktor eksternal yang mempengaruhi asertivitas ARH adalah pola asuh dari keluarga. Orang tua ARH mungkin menerapkan pola asuh otoriter, yang penuh dengan larangan dan perintah yang harus dituruti. Hal ini membuat ARH menjadi terlalu berhati-hati dan tidak spontan dalam mengemukakan pendapatnya. Penelitian oleh Dewanto (2019) menunjukkan bahwa pola asuh keluarga yang otoriter dapat menciptakan perilaku tidak asertif pada anak-anak. Secara keseluruhan, faktor-faktor ini secara kompleks berinteraksi dalam membentuk asertivitas pada siswa korban bullying jenis ARH. Pengertian tentang faktor-faktor ini dapat membantu dalam merancang intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan asertivitas dan kesejahteraan siswa yang mengalami bullying.

3. Upaya yang dilakukan untuk menangani asertivitas yang rendah pada peserta didik kasus

Intervensi untuk meningkatkan asertivitas siswa korban bullying jenis ARH memerlukan pendekatan yang tepat sesuai dengan penyebab masalah yang dialami. Teknik konseling behavioral dengan latihan asertif dipilih karena dianggap sebagai intervensi yang paling efektif dalam meningkatkan asertivitas, sesuai dengan karakteristik masalah konseli ARH. Penelitian yang dilakukan oleh Azis (Suryani, 2022) mendukung pemilihan ini dengan menunjukkan bahwa korban bullying umumnya memiliki kepercayaan diri dan harga diri yang rendah, serta kurangnya perilaku asertif. Dalam beberapa penelitian, latihan asertif terbukti efektif dalam meningkatkan asertivitas siswa korban bullying. Ramadhini & Santoso (2019) menunjukkan bahwa latihan asertif dapat meningkatkan rasa percaya diri peserta didik, sementara Salau dkk (2023) menemukan bahwa latihan asertif membantu siswa korban bullying untuk tumbuh lebih berani dan percaya diri. Penelitian oleh Jasmin (2021) juga menunjukkan bahwa latihan asertif secara signifikan meningkatkan perilaku asertif siswa korban bullying.

Selain itu, latihan asertif juga terbukti dapat mengurangi kecemasan sosial yang dialami oleh korban bullying. Aryanti

(2020) menemukan bahwa kecemasan pada remaja korban bullying menurun setelah mereka menjalani pelatihan asertivitas. Oleh karena itu, latihan asertif merupakan pilihan yang tepat untuk membantu ARH meningkatkan asertivitasnya. Dalam memberikan intervensi, proses konseling dilakukan dalam lima kali pertemuan. Pada pertemuan-pertemuan tersebut, konselor membangun hubungan yang baik dengan konseli dan menjelaskan rasionalisasi dari konseling latihan asertif. Pada pertemuan kedua, konselor mencoba membangun kepercayaan diri konseli dan memberikan pemahaman tentang perilaku asertif. Kemudian, pada pertemuan ketiga, dilakukan role playing untuk melatih konseli dalam bersikap asertif. Role playing ini juga memungkinkan konseli untuk mengungkapkan perasaannya dan melatih diri untuk bersikap asertif kepada orang lain.

Pada pertemuan keempat, konselor memberikan praktik latihan asertif dan memberi tugas homework kepada konseli untuk mempraktekannya dalam kehidupan sehari-hari. Pada pertemuan terakhir, dilakukan evaluasi dan follow up terhadap perkembangan konseli. Hasilnya menunjukkan bahwa ARH mengalami perubahan yang positif, mulai bersikap asertif dalam menghadapi pelaku bullying. Keseriusan konseli dalam mengikuti proses layanan konseling dengan teknik latihan asertif menjadi faktor penentu keberhasilan intervensi ini. Layanan yang diberikan harus memperjelas tujuan dan makna konseling agar konseli dapat memahami dan mengatasi masalah yang dihadapinya. Oleh karena itu, teknik latihan asertif dapat diterapkan oleh guru BK di sekolah untuk membantu meningkatkan asertivitas siswa korban bullying seperti ARH.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 2 Soppeng pada siswa korban bullying dengan asertivitas yang rendah, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran asertivitas korban bullying ARH yang rendah, diantaranya yaitu sulit mengepresikan perasaannya secara jujur, tidak mampu atau takut meminta bantuan mengenai masalah yang dialaminya dan tidak mampu mempertahankan hak-haknya sendiri.
2. Faktor utama yang mempengaruhi asertivitas konseli ARH yang rendah yaitu adanya rasa percaya diri dan harga diri yang rendah. Selain itu ARH juga memiliki rasa cemas akan penilaian orang lain dan ketakutan menjadi korban bullying lebih lanjut. Adapun Faktor eskternalnya yaitu pola asuh keluarga subjek kasus ARH yang otoriter dan penuh dengan larangan maupun hukuman.
3. Berdasarkan penyebab utama dari permasalahan yang dialami ARH maka intervensi yang paling efektif di bandingkan intervensi lain yang dapat meningkatkan asertivitas korban bullying ARH yaitu dengan memberikan teknik latihan asertif. Pelaksanaan teknik latihan asertif diberikan sebanyak lima kali pertemuan. Adapun hasil evaluasi dari latihan asertif menunjukkan bahwa adanya peningkatan asertivitas pada konseli ARH.

Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penenlitan diatas, diajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi Konselor

Konselor dapat menggunakan teknik latihan asertif karena penerapannya sudah terbukti dalam alternative peningkatan perilaku asertif pada peserta didik. Teknik latihan asertif dapat membuat siswa yang semulanya tidak mampun untuk

berprilaku asertif secara perlahan mulai berani mengespresikan perasaannya secara jujur maupun dengan tegas mempertahankan hak-haknya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan teknik latihan asertif dengan menyesuaikan variabel masalah yang dialami oleh kasus.

DAFTAR RUJUKAN

- Aryani, F. (2022). *Keterampilan Asertif Untuk Remaja*. Bengkulu: El Markazi.
- Aryanti, M. (2020). *Pelatihan Asertivitas Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Remaja Korban Perundungan* (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Asniarty, W. (2019). *Hubungan Perilaku Asertif Dengan Intensitas Dengan Ontensitas Mengalami Perilaku Bullying Pada Remaja*. SKRIPSI, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Dewanto, A. (2019) *Perilaku Asertif Pada Remaja Korban Bullying*. Skripsi Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Fahreva, D. F. (2020). *Gambaran Bullying di SMK X Kabupaten Tasikmalaya*. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.
- Febriana, T. F., & Rahmasari, D. (2021). *Gambaran Penerimaan Diri Korban Bullying*. Jurnal Penelitian Pendidikan, Vol 8 No 5.
- Jamila, Hasibuan, F., & Wastuti, S. N. (2020). *Bimbingan Dan Konseling Untuk Studi Kasus Siswa Di Sekolah*. Medan: Umsu Press.
- Jasmin, R. (2021). *Penerapan Teknik Asertif untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa SMP Negeri 3 Meulaboh Kabupaten Aceh Barat*. (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry Banda Aceh).
- Maulana, M. A., Hanurawan, F., & Karmiyati, D. (2021). *Buku Pedoman Psikoterapi Kelompok Gatong Royong Untuk Mengatasi Kasus Bullying Di Sekolah*. Purbalingga: Eureka Media Aksara.
- Nainggolan, R. (2021). *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Perilaku Asertif Pada Siswa SMK Mandiri Global Aceh Singkil* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Nurlelah, & Mukri, S. G. (2019). *Dampak Bullying Terhadap Kesehatan Mental Santri (Studi Kasus Di Pondok Pesantren Darul Muttaqien Parung)*. Fikrah. Journal Of Islamic Education, , Vol. 3 No. 1, 73-86.
- Permadi, A., D., & Suyanti. (2022). *Pengaruh pelatihan Asertivitas Terhadap Penurunan Kecemasan Sosial pada siswa korban bullying*. Psychomedia: Jurnal Psikologi. Vol 1, No 2, 39-45.
- Putri, F. R., Ismanto, H. S., & Iffah, L. (2023). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Perilaku Asertif Peserta Didik. G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(01), 397-403.
- Ramadhini, P. S., & Santoso, M. B. (2019). *Assertiveness Training Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Narapidana Remaja*. Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 6(2), 169-180.
- Rizqi, H., & Inayati, H. (2019). *Dampak Psikologi Bullying pada Remaja*. Jurnal Kesehatan Wiraraja Medika. Vol 9 No 1,31-35.
- Rusli, M. (2021). Merancang penelitian kualitatif dasar/deskriptif dan studi kasus. *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 2(1), 48-60.
- Sari, I. K. (2018). *Bullying dalam Al-Qur'an (Studi tafsir Kementerian Agama Republik Indonesia)*(Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Simanjuntak, Juit. 2020. *Pengaruh Konseling Individual Teknik Assertive Training Terhadap Perilaku Asertif dalam Berpacaran Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Tanah Jawa T.A 2020/2021*. Jurnal Kajian Psikologi dan Konseling. Vol

(17), No (02).

- Situmeng, A., Nurjannah, L., Winovsky, M., Cristina, C., Rosana, J., Desmond, V. E., & Frederka, V. (2022). *Hentikan Bullying Dan Hate Speech Di Kalangan Pemuda SMA K Yan Sudarsono Batam*. Nacaspro, vol 4 no 1.
- Sugiono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryani, D. E. (2022). *Hubungan Perilaku Asertif Dengan Bullying Pada Siswa Korban Bullying Di Smpn 16 Pekanbaru*. Skripsi, Riau, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Wardani, W. D., Mariyati, Tamrin (2019) *Eksplorasi Pengalaman Remaja Yang Menjadi Korban Bullying di Sekolah*. Jurnal Ners Widya Husada.(6), (1) 15 - 22.
- Yunina, D. S., Nissa, N. L. F., Nuzula, F., Hamdan, M. A., Al-Ghozali, G. M., Mustaqim, M., & Noviyanti, M. (2023). *Sosialisasi 3 Dosa Besar Dalam Pendidikan Untuk Menanamkan Nilai Karakter Peserta Didik Di Sdn Banjar Kemuning*. Budimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat, Vol. 5 No.2.