

KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) UNTUK MENANGANI KORBAN *BULLYING* PADA SISWA KELAS XI DI SMA YAYASAN PEMBINA UNILA BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2021/ 2022

SKRIPSI

**Diajukan untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Diseminarkan dalam Seminar Munaqosah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

OLEH

LINDIYA EKA PERTIWI
NPM. 1841040346

Jurusan: Bimbingan dan Konseling Islam



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1443 H/2022 M**

KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN PEDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) UNTUK MENANGANI KORBAN *BULLYING* PADA SISWA DI KELAS XI SMA YAYASAN PEMBINA UNILA BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2021/2022

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat Diseminarkan dalam Seminar Munaqosah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi



PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1443 H/2022M

ABSTRAK

Bullying pada siswa di lingkungan sekolah dapat menciptakan suasana lingkungan yang kurang mendukung terhadap perkembangan siswa, baik dalam bidang akademik maupun bidang sosial, tetapi berbeda dengan salah satu sekolah yang ada di Bandar Lampung yaitu SMA Yayasan Pembina Unila ini, siswa yang mendapatkan *bullying* dari teman-temannya yang sangat berbahaya sehingga, dapat menciptakan suasana lingkungan yang kurang mendukung terhadap perkembangan siswa, baik dalam bidang formal maupun non formal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan konseling individu menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk menangani *bullying* pada siswa-siswi di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti fenomena *bullying* di sekolah dan untuk mengetahui bagaimana proses layanan konseling individu antara guru BK dan siswa-siswi dalam menyelesaikan permasalahan *bullying* yang ada di sekolah.

Jenis penelitian ini yaitu *field research* (penelitian lapangan), dengan sifat penelitian metode kualitatif deskriptif yaitu yang menggambarkan secara lengkap data yang di peroleh dari wawancara, dokumentasi, dan observasi. Sumber data dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yang berjumlah 2 siswa dan 1 siswi, 1 kepala sekolah, dan 1 guru BK. Teknik Analisis data pada penelitian ini menggunakan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling individu di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung yaitu : 1) identifikasi masalah yaitu untuk mengetahui lebih dalam mengenai siswa dan permasalahan yang di alaminya sehingga dapat memudahkan konseling individu. 2) diagnosis menetapkan latar belakang dan penyebab masalah. 3) prognosa menyusun rencana pelaksanaan konseling. 4) terapi dilakukan untuk membantu siswa-siswo menyelesaikan masalahnya agar tidak trauma dengan permasalahan yang di dapat. 5) evaluasi kegiatan, yaitu kegiatan konseling individu dinilai memberikan dampak perubahan yang sesuai berdasarkan tujuan yang ingin di capai dari pelaksanaan konseling individu ini. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa siswa-siswi yang memiliki permasalahan *bullying* di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung memiliki perubahan baik dari cara penyelesaian masalah yang dihadapi, dan bisa muhasabah diri (sadar diri).

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lindiya Eka Pertiwi
NPM : 1841040346
Jurusan prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Konseling Individu menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk menangani *Bullying* di pada siswa kelas xi di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung” adalah benar-benar hasil karya penulis sendiri, bukan hasil dari duplikasi dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah ditentukan yang disebut dalam *footnote* atau daftar pustaka. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penulis.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan semestinya agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, Agustus 2022
Penulis,

Lindiya Eka Pertiwi
NPM. 1841040346

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **Konseling Individu Menggunkan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Menangani *Bullying* Pada Siswa Kelas XI di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2021/2022**

Nama : **Lindiya Eka Pertiwi**
Npm : **1841040346**
Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)**
Fakultas : **Dakwah Dan Ilmu Komunikasi**

MENYETUJUI

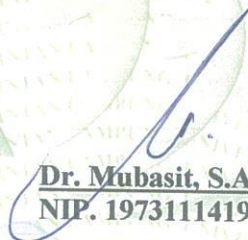
Telah dimunaqsyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqsyah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Pembimbing I



Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si
NIP. 1961040919900331002

Pembimbing II



Dr. Mubasit, S.Ag, MM
NIP. 197311141998031002

Mengetahui,
Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam



Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd
NIP. 1969091519994032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung, Tlp. (0721)703289

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “**Konseling Individu Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Menangani Korban Bullying Pada Siswa Kelas XI Di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung Tahun Ajaran 2022**”. Disusun Oleh **Lindiya Eka Pertiwi**, NPM : **1841040346**, Jurusan : **Bimbingan Konseling Islam**, Telah di Ujikan dalam Sidang Munaqosah di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, UIN Raden Intan Lampung pada hari/ tanggal : **Jum'at / 21 Oktober 2022**.

TIM PENGUJI

Ketua Sidang : Dr.H. Zamhariri, S.Ag., M. Sos. I (.....)

Sekretaris : Fiqih Amalia, M.Psi., Psi (.....)

Penguji I : Hj. Mardiyah, S.Pd., M.Pd (.....)

Penguji II : Prof. Dr. H. Khomsarial Romli, M.Si (.....)

Penguji III : Dr.Mubasit, S.Ag., M.M (.....)

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Islam**

Dr. Abdul Syukur, M.Ag
NIP. 196511011995031001

MOTTO

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ

Kemudian dia termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang.

(QS. Al-Balad [113]:17)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillahillobbil'alaamiin

Dengan segala kerendahan hati, dan rasa syukur kepada Allah SWT, atas karunia, kesehatan, hidayah dan kelancaran, penulis persembahkan skripsi ini kepada orang-orang yang paling penulis sangat sayangi dengan setulus hati, yaitu:

1. Kedua orang tuaku, Ayahanda Sudirman dan Ibunda Rohmaniar yang telah mendo'akan ku, mendidik, dan mendukungku selalu mengingatkan akan kebaikan, memotivasi ku dan tak lupa selalu menyemangatiku, cinta dan kasih sayang yang serta ketulusan Do'a Ayahanda dan Ibunda sehingga dapat mengantarkanku menyelesaikan pendidikan S1 di UIN Raden Intan Lampung dengan baik. Terimakasih atas bimbingannya, nasehat, do'a yang tiada henti untuk mencapai keberhasilanku. Semoga selalu diberikan kesehatan, rahmat dan hidayat oleh Allah SWT.
2. Kedua Adik ku yang paling ku sayang Dandi Armando dan Sefti Tri Wahyuni. Yang selalu memberi semangat dan motivasi dan selalu mengingatkan untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi ini sampai dengan selesai.
3. Kepada Mbay, wak Mario dan wak Pini, bik Santi dan om Weli, selaku keluarga disini yang sudah menjadi bapak dan ibu bagi penulis, terima kasih atas semangat dan dukunganya sehingga penulis mampu menyelesaikan pendidikan S1 di UIN Raden Intan Lampung.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Lindiya Eka Pertiwi, lahir di Kuripan 31 Maret 2000, anak pertama dari 3 bersaudara dari pasangan Ayahanda Sudirman dan Ibunda Rohmaniar.

Penulis mengawali pendidikan di SD Negeri 1 Kuripan, dan lulus pada tahun 2012, setelah itu melanjutkan sekolah ke jenjang Sekolah Menengah Pertama di SMPN 1 Tiga Dihaji dan lulus pada tahun 2015. Dan selanjutnya melanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Atas di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung dan lulus pada tahun 2018. Pada tahun 2018 penulis meneruskan pendidikan di Perguruan Tinggi di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung mendaftar pada jenjang Strata Satu (S1) serta terdaftar sebagai mahasiswi di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

Selama menjadi mahasiswi, penulis mengikuti kegiatan Kuliah Kerja Lapangan (KKL) di KUA Kecamatan Tanjung Senang, Kota Bandar Lampung. Penulis mengikuti kuliah kerja Nyata-Dari Rumah (KKN-DR) di desa Suka Bumi selama 40 hari dari bulan Juni sampai dengan bulan Agustus 2021, Kecamatan Tiga Dihaji, Kabupaten Oku Selatan, Propinsi Sumatra Selatan.

Bandar Lampung, Agustus 2022
Hormat Saya,

Lindiya Eka Pertiwi
NPM. 1841040346

KATA PENGANTAR

Assamuallaikum Warahmatullahir Wabarakatuh.

Alhamdulillahirobbil'alaamin. Segala puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat-Nya, sholawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang kita nantikan syafaatnya di Yaumul Akhir, sehingga saya (penulis) dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul. 'Konseling Individu menggunkan pendekatan REBT untk menangani *Bullying* di pada sisiwa kelas xi di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung'' Tujuan dari penyusunan skripsi ini untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat dalam menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi di UIN Raden Intan Lampung guna untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Sos). Selama proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Abdul Syukur M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
2. Ibu Dr. Sri Nasution, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN Raden Intan Lampung.
3. Ibu Umy Aisyah, M.Pd.I. selaku Seketaris Jurusan Bimbingan Konseling Raden Intan Lampung dan terima atas bimbingan, nasehat serta masukanya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Prof.Dr.H. Khomsahrial Romli, M.Si selaku pembimbing I terima kasih yang selalu memberikan bimbingan, motivasi serta saran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Mubasit, S.Ag, MM selaku pembimbing II dan terima kasih yang selalu memberikan bimbingan, motivasi serta saran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan

- kepada penulis selama menuntut ilmu di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
7. Bapak Mapful, S.Pd, M.Pd selaku kepala sekolah dan Ibu Ika Mei Kurniawati selaku guru BK di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.
 8. Siswa-siswi yang telah berpartisipasi dan membantu dalam penelitian.
 9. Teman-teman seperjuanganku di program Studi BKI khususnya BKI E angkatan 2018 terimakasih untuk arahan, nasihat, serta kerjasama dan dukungan selama berjuang di BKI.
 10. Almamater saya tercinta khususnya Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung yang telah menjadi sarana untuk menimba ilmu.
 11. Sahabat seperjuangan ku Edo, Natasya Putri Salsabila, Khoirul Anam, Habibaturrmah, Nursida, Vera Santika, Meri Novita , Putri Susanti.
 12. Untuk Aku terima kasih, sudah berjuang begitu keras untuk menyelesaikan skripsi perkuliahan ini dengan penuh semangat dan syukur sehingga kuat dan bertahan dari awal hingga selesainya skripsi ini.

Penulis berharap semoga Allah SWT membalas semua kebaikan serta keikhlasan semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini. Sehingga penulis juga mengharap saran dan kritik yang membantu untuk penulis. Semoga skripsi ini dapat diterima dan bermanfaat bagi pembaca, sertadapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Bandar Lampung, Agustus 2022
Hormat Saya

Lindiya Eka Pertiwi
NPM. 1841040346

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah.....	4
C. Fokus dan Sub fokus Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah.....	11
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian	11
G. Kajian Terhadap Penelitian Terdahulu	12
H. Metode Penelitian	15
I. Sistematika Penulisan	21
BAB II KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN RATIONAL EMOTIF BEHAVIOR THERAPY DAN BULLYING PADA SISWA	
A. Bimbingan Konseling Individu Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>	23
1. Pengertian Konseling Individu dengan pendekatan <i>Rational emotive behavior therapy</i>	23
2. Tujuan Konseling Individu dengan pendekatan <i>Rational emotive behavior therapy</i>	25
3. Manfaat Konseling Individu dengan pendekatan REBT	25
4. Bentuk Pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan <i>Rational emotive behavior therapy</i>	26

5. Langkah-langkah pelaksanaan Konseling Individu dengan pendekatan <i>Rational emotive behavior therapy</i>	27
6. Langkah-langkah dalam proses terapi konseling Dengan pendekatan <i>Rational motive behavior therapy</i>	28
B. Permasalahan <i>Bullying</i>	28
1. Pengertian Permasalahan <i>Bullying</i> Pada Siswa.....	28
2. Macam-macam Bentuk Masalah <i>Bullying</i> Pada Siswa	29
3. Faktor Penyebab <i>Bullying</i> Pada Siswa.....	31
4. Karakter Perilaku <i>Bullying</i> Pada Siswa	33
5. Mengatasi Perilaku <i>Bullying</i> Pada Siswa.....	34

BAB III GAMBARAN UMUM SMA YAYASAN PEMBINA UNILA BANDAR LAMPUNG

A. Profil SMA YP Unila Bandar Lampung	37
1. Sejarah SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung	37
2. Visi dan Misi SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung	38
3. Stategi di SMA YP Unila Bandar Lampung	39
4. Sarana dan Prasaran SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung	40
5. Struktur Organisasi SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung	41
B. Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> Untuk Menangani <i>Bullying</i>	42
1. Deskripsi Masalah Korban <i>Bullying</i> Pelaksanaan Konseling Individu di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.....	42
2. Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> Menangani Korban <i>Bullying</i> Di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar	44

**BAB IV ANALISIS PROSES KONSELING INDIVIDU
MENGUNAKAN *PENDEKATAN RATIONAL
EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* UNTUK
MENANGANI *BULLYING* PADA SISWA KELAS XI
DI SMA YAYASAN PEMBINA UNILA BANDAR
LAMPUNG**

Analisis Proses Konseling Individu Untuk Menangani
Permasalahan *Bullying* di SMA Yayasan Pembina
Unila Bandar Lampung63

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....73
B. Saran.....74

DAFTAR PUSTAKA75

LAMPIRAN



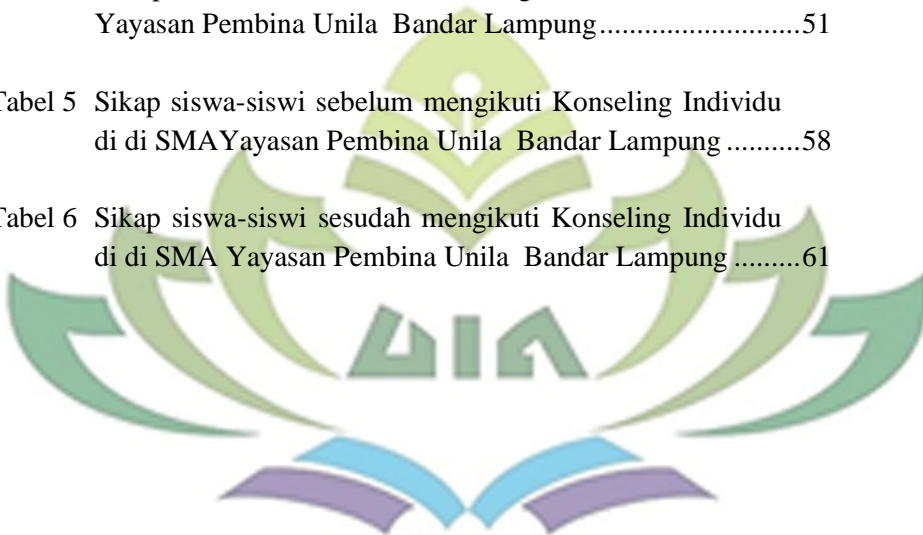
DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Struktur Organisasi SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.....	31
-------------------------------------------------------------------------------	----



DAFTAR TABEL

Table 1	Data Sarana dan Prasarana di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung	40
Table 2	Perbedaan masalah siswa-siswi menjadi korba bullying di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung	46
Tabel 3	Jadwal Pelaksanaan Konseling Individu di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung	51
Tabel 4	Tahapan dan Pelaksanaan Konseling Individu di di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.....	51
Tabel 5	Sikap siswa-siswi sebelum mengikuti Konseling Individu di di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung	58
Tabel 6	Sikap siswa-siswi sesudah mengikuti Konseling Individu di di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung	61



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Pedoman Observasi
- Lampiran 2. Pedoman Wawancara
- Lampiran 3. Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 4. Surat Keterangan Judul Skripsi
- Lampiran 5. Berita Acara Seminar Proposal
- Lampiran 6. Surat Penelitian dari SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung





BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk menghindari kesalah pahaman dalam memahami istilah judul yang penulis gunakan dalam skripsi ini, maka penulis akan menjelaskan beberapa kata yang digunakan pada judul proposal ini. Judul proposal yang dimaksud penulis adalah ‘Konseling Individu menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk menangani korban *Bullying* pada siswa kelas xi di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung tahun pelajaran 2021/2022’.

Layanan konseling individu adalah layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang pembimbing atau konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien.¹ Konseling individu adalah layanan yang memungkinkan peserta didik memperoleh layanan secara pribadi melalui tatap muka dengan konselor atau guru pembimbing dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialami peserta didik tersebut.²

Dalam penelitian ini anak SMA kelas xi dengan umur 17-18 tahun rentan sekali *bullying* *membullying* yang tidak memikirkan dampak yang akan terjadi, sehingga berdampak kepada prestasi siswa yang menurun, ada pun ciri-ciri korban *bullying* ialah merupakan anak-anak yang pendiam, pemalu, memiliki sedikit teman, rendah diri, dan kurang percaya diri sehingga ketika siswa-siswi menjadi korban *bullying* hanya diam tanpa perlawanan yang berdampak pada mental siswa-siswi tersebut .

¹Rendicka Mayang Nira Shanty Dan Elisabeth Christiana. *Ejournal. Unesa .Ac .Id/ Article /5992 /13/ Article. Pd. h.389*

²Dewi Setyaningrum Dan Denok Setiawati. *pengaruh persepsi siswa tentang layanan konseling individu dan persepsitentang kompetensi kepribadian konselor terhadap minat memanfaatkan kanlayanan bimbingan dan konseling.h.246*

Berdasarkan pengertian tersebut bahwa dalam penelitian ini adalah pemberian bantuan melalui bimbingan individu atau perorangan dalam menuntaskan dan menyelesaikan masalah yang dialami dan dihadapi oleh siswa-siswi melalui layanan konseling individu ini diharapkan dapat menyelesaikan permasalahan yang ada pada dirinya sendiri dan diharapkan dapat merubah perilaku dan tingkah laku siswa ke arah yang lebih baik.

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) merupakan pendekatan kognitif behavioral. Pendekatan ini merupakan pengembangan dari pendekatan behavioral. Dalam proses konselingnya, *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) berfokus pada tingkah laku individu, akan tetapi *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganan pada pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pemikiran individu.

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) adalah pendekatan yang bersifat direktif, yaitu pendekatan yang membelajarkan kembali klien untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mengubah pikiran klien agar membiarkan pikiran irrasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku.³

Berdasarkan pengertian di atas maka yang dimaksud *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah sebuah terapi yang dilakukan guru bk terhadap siswa-siswi korban *bullying* didasarkan pada pemahaman bahwa individu mengembangkan gangguan psikologi karena kepercayaan mereka, terutama yang bersifat rasional.

Kata *bullying* berasal dari bahasa Inggris, yaitu dari kata *bull* yang berarti benteng yang senang menyeruduk kesana kemari. Istilah ini akhirnya diambil untuk menguraikan suatu tindakan destruktif berbeda dengan negara lain seperti Norwegia, Finlandia, dan Denmark yang menyebut istilah *bullying* dengan istilah *mobbing*. Istilah asli yang berasal dari bahasa Inggris, yaitu *mob*

³ Gantika Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT Indeks, 2016). h.201.

adalah kelompok yang anonim dan berjumlah banyak serta terlibat kekerasan.

Perilaku *Bullying* adalah sebuah situasi dimana terjadinya penyalahgunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang/sekelompok. Pihak yang kuat di sini tidak hanya berarti kuat dalam ukuran fisik, tapi bisa juga kuat secara mental.

Dalam hal ini korban *bullying* tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya karena lemah secara fisik dan mental. *Bullying* menurut Olweus adalah suatu perilaku *negative* yang dilakukan secara berulang-ulang dan bermaksud menyebabkan ketidaksenangan atau menyakitkan yang dilakukan oleh seorang atau lebih terhadap korban yang tidak mampu melawannya. Dan definisi tersebut dapat diketahui bahwa karakteristik dari perilaku *bullying* adalah dilakukan secara berulang-ulang, dengan tujuan untuk menyakiti, dan ada pihak yang lemah dan yang kuat.⁴

Berdasarkan pengertian diatas maka yang dimaksud dengan permasalahan siswa-siswi adalah masalah *bullying* dari teman-temannya yang dapat mengakibatkan tertekan mental dan psikologis. Yang dapat membuat siswa dan siswi malas untuk sekolah karena takut di *bully* teman-temannya.

SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung adalah salah satu sekolah swasta yang menjadi favorite siswa, Sekolah ini diharapkan dapat menghasilkan siswa-siswi yang mampu secara akademik dan menguasai teknologi dengan handal cerdas dan terampil yang dilandasi oleh nilai-nilai agama yang menjiwai setiap pribadi siswa-siswi dan lulusan dengan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. SMA Yayasan Pembina terletak di jalan Jendral Suprpto no 88 Tanjung Karang, Enggal, Kota Bandar Lampung.⁵

Berdasarkan pengertian tersebut maka yang dimaksudkan peneliti Konseling Individu untuk menangani korban *bullying* di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung adalah suatu proses layanan bimbingan individu yang diberikan oleh guru BK

⁴ Sri Rejeki, "Pendidikan Psikologi Anak "Anti Bullying Pada Guru-Guru PAUD", *Jurnal Pendidikan Psikologi Anak*. Vol. 16, No. 2 November (2016): h. 236.

⁵ SMA-Yayasan Pembina Unila.sch.id/data -guru.html

kepada siswa dan siswi yang menjadi korban *bullying*, yang bertujuan untuk membantu siswa-siswi dalam menangani masalah *bullying* tersebut. Sehingga siswa dan siswi dapat menyelesaikan masalahnya dengan cara yang baik dan tidak terulang secara terus menerus.

B. Latar Belakang

Siswa-siswi disekolah ingin sekali belajar dan mendapatkan pelajaran secara nyaman dan aman disekolah, sehingga bisa belajar dengan fokus dan mudah memahami apa yang di berikan oleh guru di kelas, tetapi berbeda dari 2 siswa dan 1 siswi yang ada di sekolah SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung yang menjadi korban *bullying* teman-temannya disekolah. Sehingga mereka tertekan mental dan psikologisnya. Siswa dan siswi tersebut malas untuk pergi kesekolah dikarenakan takut di bully teman-temannya.

Pendidikan sebagai bagian paling penting dalam proses kehidupan manusia.⁶ Pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan oleh keluarga, masyarakat, dan pemerintah, melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan, yang berlangsung di sekolah dan di luar sekolah sepanjang hayat, untuk mempersiapkan peserta didik agar dapat memainkan peranan dalam berbagai lingkungan hidup secara tepat di masa yang akan datang.⁷ Pendidikan adalah setiap usaha, pengaruh, perlindungan dan bantuan yang di berikan kepada anak tertuju kepada pendewasaan anak itu, atau lebih tepat membantu anak agar cukup atau cakap melaksanakan tugas hidupnya sendiri.⁸ Pendidikan mempunyai tujuan berupa gambaran mengenai nilai-nilai yang baik, luhur,

⁶ Nurul Hidayah, “Pengembangan Media Pembelajaran Gambar Berseri Berbasis Pop-Up Book Untuk Meningkatkan Keterampilan Menulis Narasi Bahasa Indonesia” *Jurnal Terampil*. Vol.7, no. 1 (2020)

⁷ Saidah, *Pengantar Pendidikan* (Jakarta: Rajawali Pers, 2016). h. 13

⁸ Nurul Hidayah, “Peningkatan Kemampuan Membaca Permulaan Dengan Menggunakan Metode Struktur Analitik Sintetik (SAS) Mata Pelajaran Bahasa Indonesia Pada Peserta Didik Kelas II C Semester II Di MIN 6 Bandar Lampung T.A 2015/2016” *Jurnal Terampil*. Vol. 3, no. 1 Juni (2016): h. 86.

pantas, benar, dan indah untuk kehidupan.⁹

Sapulette dan Wardana menerangkan pendidikan merupakan sebuah wadah untuk membentuk perilaku dan potensi individu yang unggul dan berkualitas. Pendidikan yang bermutu bertujuan untuk mengembangkan potensi diri, mencakup kecerdasan intelektual serta kepribadian yang positif.¹⁰ Secara prinsip, kegiatan pembelajaran merupakan proses pendidikan yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan potensi mereka menjadi kemampuan yang semakin lama semakin meningkat dalam sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang diperlukan dirinya untuk hidup dan bermasyarakat, berbangsa serta berkontribusi pada kesejahteraan hidup umat manusia.¹¹ Tujuan tersebut dapat dicapai jika dalam pelaksanaannya pemerintah bersama seluruh insan pendidikan saling mendukung agar dapat cakap melaksanakan tugas hidupnya sendiri.¹² Pendidikan mempunyai Proses dasar dari perkembangan hidup manusia adalah belajar, karena dengan belajar manusia melakukan perubahan-perubahan kualitatif individu sehingga tingkah lakunya berkembang. Semua aktivitas dan prestasi hidup manusia tidak lain adalah hasil dari belajar, karena seseorang hidup menurut apa yang telah dipelajari.¹³

Menurut Ki Hajar Dewantara pendidikan yaitu tuntunan di dalam hidup tumbuhnya anak-anak, adapun maksudnya, pendidikan yaitu menuntun segala kekuatan kodrat yang ada pada

⁹ Ahmad Khoiri, Agussuryani, Puji Hartini., "Penumbuhan Karakter Islami Melalui Pembelajaran Fisika Berbasis" *Jurnal Tadris*. Vol. 02, no. 1 Juni (2017): h. 19.

¹⁰ Moh Khoerul Anwar, "Pembelajaran Mendalam Untuk Membentuk Karakter Siswa Sebagai Pembelajar" *Jurnal Tadris*. Vol. 02, no. 2 Desember (2017): h. 97–98.

¹¹ Nurul Hidayah, "Pembelajaran Tematik Integratif di Sekolah Dasar" *Jurnal Terampil*. Vol. 2, no. 1 Juni (2015): h. 35.

¹² Moh Khoerul Anwar, "Pembelajaran Mendalam Untuk Membentuk Karakter Siswa Sebagai Pembelajar" *Jurnal Tadris*. Vol. 02, no. 2 Desember (2017): h. 97–98.

¹³ Nurul Hidayah, "Hubungan Antara Motivasi Belajar dan Kemampuan Membaca Pemahaman Siswa Kelas V Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Bandar Lampung Tahun 2016/2017" *Jurnal Terampil*. Vol. 3, no. 2 Desember (2016): h. 3.

anak-anak itu, agar mereka sebagai manusia dan sebagai anggota masyarakat dapatlah mencapai keselamatan dan kebahagiaan yang setinggi-tingginya.¹⁴

Bullying adalah perilaku agresif yang berulang, yang melibatkan kekuatan tidak seimbang antara pengganggu dan yang diintimidasi. Perilaku bullying dapat berupa beberapa bentuk, termasuk. Bullying Fisik, misalnya memukul, mendorong, menendang, Bullying Verbal, misalnya mengolok nama, menggoda, mengancam, *Bullying* Relasional/Sosial, misalnya menyebarkan rumor, melarang orang lain atau sesuatu untuk masuk ke suatu tempat atau untuk melakukan sesuatu.

Ada beberapa konsekuensi negatif yang signifikan bagi korban, pelaku, sekolah, keluarga dan masyarakat luas. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa korban *bullying* berada pada peningkatan rintangan dari akibat yang merugikan termasuk masalah kesehatan fisik, masalah emosional dan perilaku, dan gangguan kejiwaan. Siswa yang di intimidasi juga telah terbukti memiliki kinerja akademik yang buruk atau terganggu. Pada tingkat kesehatan mental, fakta-fakta telah dikaitkan menjadi korban *bullying* untuk tingkat yang lebih tinggi dari depresi, insomnia, perasaan putus asa, kesepian, harga diri yang rendah, ide bunuh diri dan percobaan bunuh diri. Demikian pula, korban-korban *bullying* pengganggu juga berisiko lebih tinggi untuk mempunyai ide bunuh diri dan perilaku bunuh diri.

Bullying dalam bahasa Indonesia diartikan sebagai bentuk pembentakan dan pengganggu. *Bullying* dalam bahasa Inggris juga memiliki arti berupa ancaman yang dilakukan seseorang terhadap orang yang lebih lemah dan dapat menyebabkan korban mengalami gangguan psikis seperti frustrasi.¹⁵

Selain itu wiyani menyatakan bahwa dampak yang dialami oleh korban *bullying* adalah mengalami berbagai macam

¹⁴ Hasbullah, *Dasar-dasar Ilmu Pendidikan Umum dan Agama Islam* (Jakarta: Pers, 2012,) h.83.

¹⁵*Bully* dalam bahasa Indonesia diartikan sebagai bentuk pembentakan dan pengganggu. *Bully dalam bahasa Inggris juga memiliki arti berupa ancaman yang dilakukan seseorang terhadap orang yang lebih lemah dan dapat menyebabkan korban mengalami gangguan psikis seperti frustrasi* <http://ac.id.ukdownloadpdf11103452.repositoryId=287.pdf> 25 maret 2019)

gangguan yang meliputi kesejahteraan psikologis yang rendah (*low psychological wellbeing*) korban akan merasa tidak nyaman, takut, rendah diri, serta tidak berharga, penyesuaian sosial yang buruk dimana korban merasa takut kesekolah bahkan tidak mau kesekolah, menarik diri dari pergaulan, prestasi akademik yang menurun karena mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi dalam belajar, bahkan berkeinginan untuk bunuh diri dari pada harus menghadapi tekanan-tekanan berupa hinaan dan hukuman.¹⁶

Rangka mengatasi *bullying* di sekolah perlu adanya upaya-upaya bimbingan dan konseling yang terintegrasi dan berkelanjutan. Pelaksanaan pemberian bimbingan dan konseling kepada siswa-siswi sebagai pelaku dan penderita *bullying* atau guru-guru dan staf sekolah sebagai pelaku bisa dengan konseling kelompok atau konseling individual. Pendekatan bimbingan konseling yang digunakan dalam mengatasi *bullying* di sekolah ini bisa menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy*, yaitu suatu pendekatan yang berpusat ke tingkah laku dan perilaku, pendekatan *bullying* dan sebagainya.¹⁷

Dalam jurnal yang dilaksanakan oleh Rudi berpendapat bahwa “perilaku *bullying* terjadi karena beberapa faktor yaitu: peserta didik baru disekolah, latar belakang sosial ekonomi, latar belakang budaya atau agama, warna kulit atau warna rambut, faktor intelektual”.

(1) Faktor keluarga adalah anak-anak yang tumbuh dalam keluarga yang agresif dan berlaku kasar akan meniru kebiasaan tersebut dalam kesehariannya. Kekerasan verbal yang dilakukan orang tua kepada anak akan menjadi contoh perilaku. (2) Faktor kepribadian adalah Salah satu faktor terbesar penyebab anak melakukan *Bullying* adalah tempramen. Tempramen adalah karakteristik atau kebiasaan yang terbentuk dari respon emosional. Beberapa anak pelaku *Bullying* sebagai jalan untuk mendapatkan popularitas, perhatian, atau memperoleh barang-barang yang diinginkannya.¹⁸

¹⁶ *Ibid.* h. 16

¹⁷ Novan Andy Wiyani, *Save Our Children....*, h. 69

¹⁸ Kurnia, Indri Astuti, Abbas Yusuf, (*Perilaku Bullying Verbal Pada Peserta Didik Kelas IX SMP LKIA Pontianak (Disertasi Program Studi Bimbingan*

Dampak dari korban *bullying* apabila di biarkan, pelaku *bullying* akan merasa bahwa tidak ada resiko apapun bagi mereka, dengan melakukan kekerasan ataupun mengucapkan kata-kata yang seharusnya tidak wajar diucapkan. Ketika ia dewasa, pelaku *bullying* memiliki potensi besar untuk menjadi preman ataupun pelaku kriminal lainnya yang tidak tau sopan santun dan akan membawa masalah dalam pergaulan sosial. Selain itu bagi korban *bullying* tindakan semena-mena yang dilakukan seseorang secara terus menerus kepadanya bisa menyebabkan trauma berkepanjangan sehingga membentuk pribadi yang anti terhadap lingkungan sosialnya sendiri. Salah satu cara yang tepat digunakan oleh sekolah untuk mengatasi perilaku *bullying* yaitu dengan cara memberi layanan dan pelaksanaan konseling individu disekolah, memotivasi, menasihati dan memberi sanksi pada siswa-siswi di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung bagi pelaku dan korban *bullying*. Dengan adanya cara tersebut bertujuan agar anak menyadari kesalahannya dan dapat menerima pendapat orang lain serta menghargai pendapat orang lain. Memotivasi agar lebih percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki kepada korban *bullying* dan memberikan semangat untuk melakukan sesuatu yang baik dan bermanfaat yang dapat merubah diri menjadi lebih baik.¹⁹

Bullying secara verbal dilakukan dengan memberikan julukan nama, celaan, fitnah, penghinaan, kritik yang pedas, gosip dan sebagainya sehingga *bullying* dalam bentuk verbal merupakan kegiatan kekerasan yang mudah dilakukan namun tidak kelihatan bekasnya. Selain itu, dari fakta yang diungkapkan oleh guru bimbingan dan konseling di SMA YP Unila Bandar Lampung bahwa pelaku yang sering melakukan tindakan *bullying* biasanya dilakukan bukan tanpa sebab, banyak faktor yang melatar belakangi siswa tersebut melakukan *bullying*. Faktor tersebut dapat berasal dari dalam atau pun dari luar diri siswa tersebut.

dan *Konseling FKIP Untan Pontianak*), h. 3

¹⁹ Nur Asiah, "Analisis Kemampuan Praktik Strategi Pembelajaran Aktif (Active Learning) Mahasiswa PGMI Fakultas Tarbiyah dan Keguruan IAIN Raden Intan Lampung" *Jurnal Terampil*. Vol. 4. No.1 Juni (20

Berdasarkan hasil pelaksanaan konseling individu di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung. Penulis menemukan beberapa kasus peristiwa *bullying* ini kerap terjadi di kalangan Sekolah Menengah Atas, salah satunya seperti yang terjadi di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung. Penulis melakukan wawancara dengan Ibu Ika Mei Kurniawati S. Pd selaku guru BK kelas XI guru bimbingan dan konseling ini untuk mengetahui kasus-kasus yang terjadi selama proses pembelajaran berlangsung di lingkungan sekolah SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung. Hal ini yang menyebabkan siswa-siswi tersebut membutuhkan konseling individu agar dapat menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapinya.²⁰

Dengan demikian, seorang guru Bimbingan Konseling harus mampu memberikan dan menanamkan nilai-nilai spiritual dan sosial kepada peserta didiknya supaya dalam pengembangan keilmuannya tidak disertai dengan penyimpangan yang mungkin terjadi. Guru yang mampu menjaga kewibawaanya, baik segi pengetahuan, kesopanan, metode penyampaian, sampai ikatan emosional yang harmonis dengan peserta didik akan mempengaruhi peserta didik tersebut dalam mengikuti proses pembelajaran. Berdasarkan uraian di atas sudah seharusnya pendidikan pada masa dewasa ini dapat berlangsung dengan baik tanpa adanya tindakan kekerasan dalam bentuk apapun, sehingga tercipta suasana yang tenang sehingga proses belajar-mengajar dapat berlangsung sebagaimana mestinya.

Dengan hal ini yang menjadi dasar penulis untuk melakukan penelitian mengenai bagaimana proses pelaksanaan konseling individu yang dilakukan oleh seorang guru BK untuk membimbing para peserta siswa-siswi menuju ke arah yang positif dengan mengantisipasi dan menghindari penyimpangan-penyimpangan yang mungkin akan dilakukan oleh para siswa dan siswi. Berawal dari paparan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Konseling Individu menggunakan pendekatan REBT untuk menangani Bullying pada

²⁰ Wawancara penulis dengan guru BK Ibu Ika Mei Kurniawati S.Pd, Rabu 24 Agustus 2022

siswa-siswi disekolah SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.

Berdasarkan beberapa teori dan teknik dalam bimbingan dan konseling, yang akan diterapkan untuk permasalahan *Bullying* ini adalah *Teori Rational Emotive Behavior Therapy* yang mana tokoh dari teori ini adalah *Albert Ellis*. *Albert Ellis*, Ph.D., adalah alumni dari *City College of Downtown New York* pada tahun 1934 dalam bidang *Business Administration* dan mendapat gelar B.B.A. Setelah itu baru mengikuti pendidikan psikologi klinis pada tahun 1942 di *Columbia University* dan memperoleh gelar Ph.D. pada tahun 1947.²¹

Teori ini lebih menekankan bagaimana perasaan, tingkah laku dan juga pikiran itu saling berkaitan yang mana ketika tingkah laku, pikiran juga perasaannya tidak selaras atau bertentangan maka akan menimbulkan pikiran irasional. Dengan demikian maka teori ini bertujuan untuk mengubah pikiran irasional menjadi rasional.

Konseling Individu adalah bimbingan yang bertujuan membantu individu mengatasi kesulitannya dalam menangani *bullying* teman-temanya. Konseling Individu ini sangat bermanfaat bagi individu untuk menyelesaikan problem-problem yang ada pada dirinya. SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung ini memiliki bimbingan individu untuk korban *bullying* yang diaplikasikan melalui program layanan guru BK.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk meneliti dan mengkaji lebih lanjut lagi mengenai bagaimana proses pelaksanaan dari konseling individu menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk menangani *bullying* pada siswa kelas XI di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.

²¹ Amanda Tusto, "Biografi Albert Ellis," 23 Februari 2020, (Diakses pada tanggal 7 September 2021)

C. Fokus dan Subfokus Penelitian.

Penelitian ini berfokus pada program pelaksanaan konseling individu yang di berikan oleh guru bk dengan menggunakan pendekatan REBT untuk menangani *bullying* pada siswa di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.

Dalam Subfokus penelitian ini yaitu mengenai bagaimana proses pelaksanaan konseling individu menggunakan pendekatan REBT untuk menangani *bullying* pada siswa di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah : Bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk menangani *bullying*?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Untuk mengetahui Pelaksanaan Konseling Individu menggunakan pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy* untuk menangani *bullying* pada siswa di kelas xi di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan berguna untuk sumbangan ilmu pengetahuan serta menumbuh kembangkan pengetahuan dalam bidang ilmu bimbingan dan konseling, khususnya dalam bidang Konseling Individu untuk Menangani *Bullying* pada Siswa.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan menjadi sumbangan pemikiran tentang pelaksanaan bimbingan individu oleh guru BK dalam membantu korban *bullying* dan menjadi bahan untuk merencanakan proses pelaksanaan konseling individu.

G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Tinjauan Pustaka penting dilakukan untuk mengetahui letak perbedaan penelitian dengan penelitian yang sudah ada sebelumnya. Kajian pustaka menunjukkan kejujuran penulis dalam menulis karya ilmiah (skripsi), sehingga karya yang disusun bukan karya duplikasi atau tiruan.

Berbagai penelitian tentang bimbingan konseling individu untuk menangani *bullying* di sekolah sudah banyak dilakukan oleh peneliti terdahulu. Dari pengamatan penulis terdapat beberapa peneliti yang relevan dan berkaitan dengan penelitian ini diantaranya.

1. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Erna Yulianti, mahasiswa jurusan Kependidikan Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga tahun 2015, yang berjudul “Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Kasus *Bullying* di SMP N 3 Gantiwarno Klaten Jawa Tengah”. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa *bullying* yang ada di SMP N 3 Gantiwarno bukan hanya secara fisik saja, tetapi juga secara psikis. Namun dalam penanganan kasus *bullying* di SMP N 3 Gantiwarno hanya untuk *bullying* fisik saja.

Hal ini terjadi karena guru BK dalam menangani kasus ketika ada laporan atau pengaduan dari peserta didik saja, sehingga guru BK menganggap *bullying* secara psikis sebagai hal yang biasa dan tidak perlu ditangani. Selain itu usaha preventif yang dilakukan guru BK di SMP N 3 Gantiwarno dalam mencegah kasus *bullying* antara lain melalui metode individual dan metode klasikal yang dilaksanakan setiap hari jum'at dan melalui wali kelas.²² Dari penelitian di atas, penulis menegaskan bahwa ada penelitian yang dilakukan oleh penulis memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya adalah mengenai pembahasan yaitu

²² Erna Yulianti, “Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Kasus *Bullying* di SMP N 3 Gantiwarno Klaten Jawa Tengah”, (Yogyakarta: Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas)

membahas tentang upaya guru BK dalam menangani kasus *bullying*, sedangkan perbedaan dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian sebelumnya membahas tentang psikis yang tidak perlu ditangani, peneliti yang penulis lakukan yaitu berfokus pada Bimbingan Individu menggunakan REBT untuk menangani *Bullying* pada siswa-siswi di SMA Yayasan Pembina Unila.

2. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Irnie Victorynie, dalam penelitiannya mengkaji tentang “Mengatasi *Bullying* Siswa Sekolah Dasar Dengan Menerapkan Manajemen Kelas Yang Efektif”. Penelitian ini dilaksanakan dikelas II Sekolah Dasar 07 Pagi Kebayoran Lama Utara, Jakarta Selatan. Ketika ada berita *bullying* terhadap siswa Sekolah Dasar yang mengakibatkan kematian, hampir semua orang terkejut dan saling menyalahkan. Dunia pendidikan digugat baik Kementerian Pendidikan, pihak sekolah maupun guru yang mengajar. Para orang tua juga dipertanyakan perannya dalam mendidik anak. Semua punya alasan pembenarannya sendiri-sendiri dan kenyataannya bahwa semua pihak juga punya andil besar maupun kecil terhadap *bullying* yang terjadi pada siswa Sekolah Dasar. Metodologi yang digunakan dalam kajian ini deskriptif yang bersifat kualitatif.²³

Dari penelitian di atas, penulis menegaskan bahwa ada penelitian yang dilakukan oleh penulis memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya adalah mengenai pembahasan yaitu membahas tentang mengatasi *bullying* siswa sekolah dasar dengan menerapkan manajemen kelas yang efektif, sedangkan perbedaan dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian sebelumnya membahas tentang siswa yang menjadi korban *bullying* hingga terjadi kematian, peneliti yang penulis lakukan yaitu berfokus pada Bimbingan Individu menggunakan REBT untuk menangani *Bullying* pada siswa-siswi di SMA Yayasan Pembina Unila.

²³ Irnie Victorynie, “Mengatasi *Bullying* Siswa Sekolah Dasar Dengan Menerapkan Manajemen Kelas Yang Efektif” *Pedagogik*. Vol. 5. No. 1. Februari (2017). h. 28.

3. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Yuli Asmi Rozali, Novendawati Wahyu Sitasari adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul Jakarta penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2019 dengan judul “Asertivitas Siswa SDN 11, Duri Kepa Dalam Menghadapi Perilaku *Bullying*”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh asertivitas terhadap perilaku *bullying* pada siswa SDN 11 Duri Kepa, Jakarta Barat. Metode penelitian yang digunakan adalah rancangan atau metode penelitian yang akan digunakan adalah kuantitatif–non eksperimen yang berjenis korelasional untuk melihat hubungan antara Asertivitas dengan Perilaku *Bullying*. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah Siswa Sekolah Dasar Negeri Duri Kepa Jakarta Barat. Instrumen ukur dalam penelitian ini menggunakan skala, yang disebarkan kepada sampel penelitian. Di dalam kuesioner tersebut terdapat dua variabel, yaitu pengetahuan, dan keterampilan. Skala pengetahuan dan keterampilan penanganan *bullying*.²⁴

Dari penelitian di atas, penulis menegaskan bahwa ada penelitian yang dilakukan oleh penulis memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya adalah mengenai pembahasan yaitu membahas tentang asertivitas siswa SDN 11, Duri Kepa dalam menghadapi perilaku *bullying*, sedangkan perbedaan dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian sebelumnya membahas tentang asertivitas dalam menghadapi perilaku *bullying* peneliti yang penulis lakukan yaitu berfokus pada Bimbingan Individu menggunakan REBT untuk menangani pada *bullying* siswa-siswi di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.

²⁴ Yuli Asmi Rozali, Novendawati Wahyu Sitasari, “Asertivitas Siswa Sdn 11, Duri Kepa Dalam Menghadapi Perilaku *Bullying*”, *Jurnal Psikologi*. Vol. 17. No. 2. Desember (2019). h. 86.

H. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Dilihat dari jenisnya penelitian ini termasuk jenis penelitian lapangan (*field research*), yaitu suatu penelitian yang berusaha mengumpulkan data dan informasi mengenai permasalahan di lapangan.²⁵ Jenis penelitian lapangan (*field research*), yaitu jenis penelitian lapangan yang dilakukan dalam kehidupan yang sebenarnya. Penelitian ini merupakan kegiatan penelitian yang dilakukan masyarakat tertentu, baik di lembaga kemasyarakatan maupun sekolah dan pemerintah.

Jadi dalam penelitian ini, peneliti akan mengumpulkan data dengan cara terjun langsung ke lokasi penelitian secara faktual dan aktual dari permasalahan yang ada di lapangan guna mendapatkan informasi yang sistematis mengenai “Konseling Individu menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk menangani *Bullying* pada Siswa Kelas XI di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.”

b. Sifat Penelitian

Dilihat dari jenisnya maka sifat penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif adalah suatu jenis statistik atau alat-alat kuantitatif lainnya. Sedangkan deskriptif merupakan suatu metode dalam meneliti kasus kelompok manusia, suatu objek, suatu kondisi, sistem pemikiran atau suatu peristiwa di masa sekarang. Tujuan penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskriptif atau gambaran secara sistematis, faktual dan aktual mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antara fenomena yang diteliti.²⁶

Jadi dalam penelitian ini penulis akan mendeskripsikan sesuai dengan apa adanya, guna memberikan penjelasan terhadap pokok-pokok yang diteliti yaitu dapat mengetahui Pelaksanaan Konseling Individu menggunakan REBT untuk

²⁵ Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: alfabeta,2009),h.22

²⁶ Wiraja Sujaweni, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta : Pustaka Baruess, 2014),h.42

menangani *Bullying* pada siswa disekolah SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.

2. Sumber Data

Menurut Lofland sumber data utama adalah semua bentuk kata-kata dan tindakan, sedangkan sumber data tambahan berupa dokumen tertulis, foto, rekaman dan lain-lain.²⁷ Terdapat dua jenis sumber data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

a. Sumber Data Primer

Data primer merupakan informasi yang diperoleh dari tangan pertama oleh peneliti yang berkaitan dengan variabel minat untuk tujuan spesifik studi. Contoh sumber data primer yaitu responden individu, kelompok fokus, dan panel yang secara khusus ditentukan oleh peneliti dan dimana pendapat bisa dicari terkait persoalan tertentu dari waktu ke waktu.²⁸

Sumber data primer dalam penelitian ini menggunakan menggunakan *purposive sampling*, yaitu cara pengambilan sampel berdasarkan ketentuan yang ditetapkan penelitian dengan pertimbangan tertentu, yaitu mempertimbangkan aspek data yang dapat memberikan informasi mengenai masalah penelitian yang dilakukan.²⁹

Adapun kriteria yang menjadi sumber data primer dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1). Siswa kelas XI di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung, yang terdiri dari siswa-siswi dengan rentang usia 17-18 tahun.
- 2). Siswa yang menjadi korban *bullying*.
- 3). Siswa yang telah mengikuti konseling individu dengan pendekatan *rational emotif behavior therapy*.

²⁷ Ibrahim, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 67.

²⁸ Anata Wikrama Tungga, *Metodelogi Penelitian Bisnis*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2014), h. 67.

²⁹ Norfai, *Kesulitan dalam Menulis Karya Ilmiah Kenapa Bingung?*, (Klaten : Penerbit Lakeisha, 2012), h. 119.

Berdasarkan kriteria diatas yang menjadi sumber data primer adalah 2 siswa dan 1 siswi yang mengalami korban *bullying* di sekolah SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung, dan 1 Kepala Sekolah dan 1 Guru BK. Sehingga jumlah keseluruhan yang menjadi sumber data dari penelitian ini 5 orang.

b. Sumber Data Sekunder

Data sekunder yaitu data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti sebagai penunjang dari sumber data pertama. Dapat juga dikatakan data yang tersusun dalam bentuk dokumen-dokumen.³⁰ Menurut Moloeng sumber data tambahan adalah segala bentuk dokumen, baik dalam bentuk tertulis maupun foto. Meskipun disebut sebagai sumber data kedua (tambahan), dokumentasi tidak bisa diabaikan dalam sebuah penelitian, terutama dokumen tertulis seperti buku, karya ilmiah, arsip dokumen pribadi dan arsip dokumen resmi.³¹

Dalam penelitian ini data sekunder merupakan data yang berguna untuk memperkuat dan melengkapi informasi, yaitu dokumentasi tertulis maupun foto di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi penelitian bersifat perilaku, tindakan manusia, dan fenomena alam (kejadian-kejadian yang ada pada alam sekitar), proses kerja, dan penggunaan responden terkecil. Observasi atau pengamatan merupakan suatu teknik atau cara mengumpulkan data dengan jalan mengadakan pengamatan terhadap kegiatan yang sedang berlangsung.³²

Observasi terdapat dua jenis yaitu dilakukan dengan partisipan dan non partisipan. Dalam partisipan pengamat

³⁰ Sumadi Suryabrata, *Metode Penelitian*, (Jakarta Rajawali, 1987), h. 94.

³¹ *Ibid*, h. 70

³² Sudaryono, *Metodologi Penelitian*, (Depok: Raja Grafindo Persada, 2017),

ikut serta dalam kegiatan yang sedang berlangsung, pengamat ikut sebagai peserta rapat atau peserta pelatihan. Dalam observasi non partisipan pengamat tidak ikut serta dalam kegiatan, dia hanya berperan mengamati kegiatan, tidak ikut dalam kegiatan.³³

Berdasarkan pengertian diatas penelitian akan menggunakan jenis observasi non partisipan. Observasi digunakan untuk mengamati jenis pelaksanaan mengenai “Konseling Individu Menggunakan Pendekatan REBT Untuk Menangani Bullying Pada Siswa Kelas XI Di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung”. Observasi ini bertujuan untuk mencari data yang berkenaan dengan pelaksanaan Konseling Individu untuk menangani korban *bullying* pada siswa kelas XI di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.

b. Wawancara

Wawancara adalah suatu cara pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh informasi langsung dari sumbernya. Wawancara digunakan bila ingin mengetahui hal-hal dari responden secara lebih mendalam serta jumlah responden lebih sedikit. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi arus informasi dalam wawancara, yaitu: pewawancara, responden, pedoman wawancara, dan situasi wawancara. Wawancara dilaksanakan secara individual. Wawancara adalah bentuk komunikasi verbal, jadi semacam percakapan yang bertujuan memperoleh informasi.³⁴

Wawancara dibagi menjadi dua yakni: wawancara terstruktur dan tidak terstruktur. Dalam wawancara terstruktur semua pertanyaan sudah dirumuskan sebelumnya dengan cermat, biasanya tertulis. Sedangkan wawancara tidak terstruktur lebih informal. Pernyataan meliputi pandangan, sikap, keyakinan subjek atau tentang keterangan lainnya dapat diajukan secara bebas kepada subjek.

³³ *Ibid*, h.216.

³⁴ *Ibid*, h. 212

Wawancara jenis ini memang tampak luas dan biasanya di sesuaikan dengan subjek dan suasana saat wawancara dilakukan.

Berdasarkan pengertian diatas penelitian akan menggunakan janis wawancara terstruktur. Wawancara dilakukan unutm mencari data pelaksanaan konseling individu, jadwal dilaksanakanya konseling individu, hasil dari konseling individu, serta mencari informasi data permasalahan yang dihadapi siswa-siswi.

c. Dokumen

Dokumentasi adalah metode yang digunakan untuk memperoleh data langsung dari tempat penelitian, meliputi buku-buku yang relevan, peraturan, laporan kegiatan, foto-foto, film documenter, data yang relevan. Dokumen merupakan catatan peristiwa yang telah berlalu. Dokumen dapat berupa gambaran, tulisan, atau karya-karya monumental seseorang.³⁵

Berdasarkan pengertian dokumentasi diatas penulis akan menggunakannya sebagai data seperti profil SMA Yayasan Pembina Unila, dan staff yang berada di SMA tersebut.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis suatu data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke unit-unit, melakukan sintesa, menyusun pola-pola, memilih sehingga memudahkan untuk dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.³⁶

Miles dan Huberman mengemukakan aktivitas dalam analisis data kualitatif harus dilakukan secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Analisi data dalam penelitian ini dilaksanakan pada saat pengumpulan data

³⁵ *Ibid*, h. 219

³⁶ Sugiono, *Metode Penelitian*. h.333.

dalam priode tertentu. Untuk menyajikan data agar mudah di pahami, maka analisis yang di gunakan adalah *Analysis Interaktive Model* dari *Miles* dan *Huberman*, yang dibagi dalam langkahah yaitu sebagai berikut :

a. Pengumpulan Data

Pada analisi model pertama dilakukan pengumpulan data hasil wawancara, observasi, dan berbagai dokumentasi berdasarkan kategori masalah yang sesuai dengan maalah penelitian yang kemudian akan dilakukan penajaman data melalui pencarian data selanjutnya.

b. Reduksi Data

Reduksi data adalah suatu bentuk analisa yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membunag data yang tidak perlu dan mengorganisasikan data yang sesuai dengan materi penelitian sehingga simpulan data ditarik dari verifikasi.³⁷

c. Penyajian Data

Sajian data adalah suatu rangkaian organisasi informasi yang memungkinkan kesimpulan riset dapat dilakukan. Penyajian data dapat dimaksudkan menemukan pola ynag bermakna serta memberikan kemungkinan penarikan kesimpulan serta memberikan tindakan.

d. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan bagian dari satu kegiatan konfigurasi yang utuh. Kesimpulan jug di verifikasi selama penelitian berlangsung. Kesimpulan di tarik dari awal pencatatan, pola, pertanyaan-pertanyaan, konfigurasi, arahan, sebab dan akibat, dan berbagi proposisi.³⁸

³⁷ *Ibid* , h. 237

³⁸ Miles, Mattew B dan Amichael Huberman, *Analisis Data Kualitatif Buku Sumber tentang Metode-Metode Baru*, (Jakarta : Universitas Indonesia.2007),h.16-18.

5. Teknik Keabsahan Data

Teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi. Triangulasi data adalah pengecekan data dengan cara pengecekan atau pemeriksaan ulang. Dalam istilah sehari-hari, triangulasi ini sama dengan cek dan ricek. Teknik triangulasinya adalah pemeriksaan kembali data dengan tiga cara, yaitu triangulasi sumber, triangulasi metode dan triangulasi waktu.³⁹

- a. Triangulasi sumber, merupakan triangulasi yang mengharuskan peneliti mencari lebih dari satu sumber untuk memahami data atau informasi. Jadi peneliti memperoleh informasi data dari siswa dan guru BK.
- b. Triangulasi metode, yaitu menggunakan lebih dari satu metode untuk melakukan cek dan ricek. Jadi dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode observasi maka selanjutnya peneliti menggunakan metode wawancara dan selanjutnya dengan metode dokumentasi.
- c. Triangulasi waktu, adalah teknik triangulasi yang lebih memperhatikan perilaku siswa ketika sebelum melakukan konseling individu dan perilaku setelah melakukan konseling individu.

I. Sistematika Penulisan

Bab I : Berisi tentang penegasan judul, latar belakang, fokus dan subfokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian terdahulu yang relevan, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab II : Pada bab ini memuat uraian tentang landasan teori yang terkait dengan dua subtema yaitu yang pertama ada pengertian konseling individu, tujuan konseling individu, pentingnya konseling individu, pelaksanaan dalam konseling individu, yang kedua yaitu pengertian *rebt*, konsep dasar *rebt*, ciri-ciri *rebt*, teknik-teknik *rebt*, tujuan *rebt*, langkah-langkah *rebt*, yang ketiga yaitu pengertian *bullying*, macam-macam bentuk

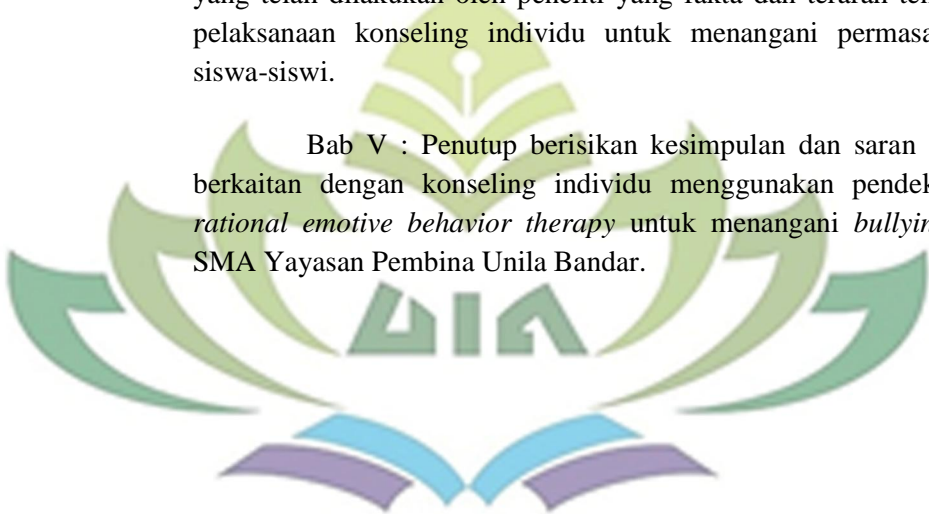
³⁹ Helaluddin dan Hengki Wijaya, *Analisis Data Kualitatif Sebuah Tinjauan Teori & Praktik*, (Makassar : Sekolah Tinggi Theologia Jaffray, 2019), h.22.

bullying, faktor-faktor *bullying*, karakter perilaku *bullying*, cara mengatasi perilaku *bullying*.

Bab III : Membahas tentang gambaran umum dalam lokasi penelitian seperti sejarah berdirinya SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung, visi dan misi, struktur organisai, sarana dan prasarana, fungsi dan tugas perangkat sekolah serta fakta dan data penelitian dalam pelaksanaan konseling individu untuk menangani permasalahan pada siswa-siswi kelas XI di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar Lampung.

Bab IV : Analisis penelitian yang meliputi analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti yang fakta dan terarah tentang pelaksanaan konseling individu untuk menangani permasalahan siswa-siswi.

Bab V : Penutup berisikan kesimpulan dan saran yang berkaitan dengan konseling individu menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk menangani *bullying* di SMA Yayasan Pembina Unila Bandar.



BAB II

KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY DAN BULLYING PADA SISWA

A. Konseling Individu

1. Pengertian Konseling Individu dengan pendekatan REBT

Secara etimologis istilah konseling berasal dari bahasa latin, yaitu “*consilium*” yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”. Sedangkan *Anglo-Saxon*, istilah konseling berasal dari “*sellan*” yang berarti “menyerahkan” atau “menyampaikan”. Menurut *Maclean* konseling merupakan suatu proses interaksi yang dilakukan secara tatap muka antara seseorang individu yang terganggu oleh adanya masalah-masalah yang tidak dapat diatasinya sendiri dengan seorang pekerja yang profesional, yaitu orang yang telah terlatih dan berpengalaman membantu orang lain mencapai pemecahan-pemecahan terhadap berbagai jenis kesulitan pribadi.¹

Menurut *Sofyan Willis* “konseling individu adalah pertemuan konselor dengan konseli secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapport dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi konseli dan konseli dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya”.²

Sedangkan menurut Umar dan Sartono, konseling individual adalah salah satu cara pemberian bantuan dilaksanakan secara *face to face relationship* (hubungan langsung muka ke muka, atau hubungan empat mata), antara konselor dengan anak (kasus). Biasanya masalah-masalah pribadi.³ Diperkuat oleh Tohirin, konseling individu dapat dimaknai sebagai suatu bantuan dari pembimbing kepada

¹ Prayitno, Amti, 1999 *Dasar-dasar Bimbingan Konseling Islam*, Jakarta: Rineka Cipta. h. 100

² Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung : Alfabeta, 2013. h. 158

³ M. Umar & Sartono, *Bimbingan dan Penyuluhan*, Bandung : Pustaka Setia, 1998. h. 152

terbimbing (individu) agar dapat mencapai tujuan dan tugas perkembangan pribadi dalam mewujudkan pribadi yang mampu bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan secara baik.⁴

Rational Emotive Behavior Therapy adalah sistem psikoterapi yang mengajari individu bagaimana sistem keyakinannya menentukan yang di rasakan dan dilakukan pada berbagai peristiwa dalam kehidupan. Penekanan terapi ini pada cara berpikir mempengaruhi perasaan, sehingga termasuk dalam terapi kognitif. Terapi ini diperkenalkan pada tahun 1955 oleh Albert Ellis, seorang psikolog klinis. Awalnya terapi ini bernama terapi rasional, namun karena banyak memperoleh anggapan keliru bahwa mengeksplorasi emosi-emosi klien tidak begitu penting bagi *Ellis*.

Therapy Rational Emotive menunjukkan bahwa emosi fungsional yang tidak sehat misalkan emosi kecemasan dan perilaku maladaptif terkait misalkan penarikan diri, berasal dari keyakinan irasional. Sebaliknya, emosi fungsional yang sehat misalkan kekhawatiran dan perilaku adaptasi terkait misalkan ketegasan yang berasal dari keyakinan rasional.⁵ *Therapy Rational Emotive Behaviour* merupakan pendekatan konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berpikir dengan akal sehat, berprasaan dan berperilaku. Selain itu menekankan pada perubahan perasaandiri.⁶

Jadi yang dimaksud konseling individu dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* adalah konseling individu yang dilaksanakan secara tata muka (*face to face*) antara guru BK dan siswa dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* yang bertujuan untuk merubah pemikiran siswa dari yang awalnya irasional menjadi pemikiran yang rasional.

⁴ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Madrasah*, (Berbasis Integrasi), Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2007. h. 26

⁵Hasan Bastomi, "*Konseling Rasional Emotif Behaviour Therapy* (Rasional Emotif Behavior Therapy Ilam(sebuah pendekatan integrasi keilmuan)", IAIN Kudus Jawa Tengah, vol 2 (Juli-Desember, 2018),h. 29.

⁶Winkel & Sr Hastuti, *Bimbingan dan Konseling Diinstitut Pendidikan* (Yogyakarta: Media Abadi, 2004), 364.

2. Tujuan Konseling Individu Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Sesuai dengan teori konseling individu dengan pendekatan *Rational emotive behavior therapy* bahwa tujuannya adalah sebagai berikut :

- a. Mengubah keyakinan irasional yang dimiliki konseli yang memberikan dampak pada emosi dan perilaku menjadi rasional.
- b. Untuk memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berfikir, keyakinan serta pandangan konseli, sehingga ia dapat mengembangkan diri dan mencapai relasi diri yang optimal.
- c. Untuk menghilangkan gangguan emosi yang dapat merusak diri seperti, benci, takut, rasa bersalah, was-was, sebagai akibat berfikir irasional.
- d. Melatih serta mendidik konseli agar dapat menghadapi kenyataan hidup dan membangkitkan kepercayaan diri, nilai-nilai, dan kemampuan diri.⁷

3. Manfaat Konseling Individu Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Layanan konseling perorangan sangat penting guna membantu konseli agar terjadinya perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik dan terentaskannya masalah yang dialami konseli, yang dapat mengganggu perkembangan konseli, baik yang berhubungan dengan diri pribadi, sosial, karir dan belajar. Pernyataan tersebut diperjelas oleh Prayitno dan Erman Amti “konseling dianggap sebagai layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah Konseli”.⁸

⁷Ilya Rahmi Risno, Dkk Perolehan Siswa Setelah Mengikuti Layanan Konseling Perorangan [http://ejurnal. Unp.ac.id/index.php/konselor](http://ejurnal.Unp.ac.id/index.php/konselor).h.63

⁸ Prayitno, Amti,1999 *Dasar-dasar Bimbingan Konseling Islam*, Jakarta: Rineka Cipta.h.62.

4. Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Adapun Pelaksanaan dalam konseling individu yaitu sebagai berikut:

- a. Persiapan, meliputi: kesiapan fisik dan psikis konselor, tempat dan lingkungan sekitar, perlengkapan, pemahaman konseli dan waktu.
- b. Rapport, yaitu menjalin hubungan pribadi yang baik antara konselor dan konseli sejak permulaan, proses, sampai konseling berakhir, yang ditandai dengan adanya rasa aman, bebas, hangat, saling percaya dan saling menghargai.
- c. Pendekatan masalah, dimana konselor memberikan motivasi kepada konseli agar bersedia menceritakan persolan yang dihadapi dengan bebas dan terbuka.
- d. Pengungkapan, dimana konselor mengadakan pengungkapan untuk mendapatkan kejelasan tentang inti masalah konseli dengan mendalam dan mengadakan kesepakatan bersama dalam menentukan masalah inti dan masalah sampingan. Sehingga konseli dapat memahami dirinya dan mengadakan perubahan atas sikapnya.
- e. Diagnostik, adalah langkah untuk menetapkan latar belakang atau factor penyebab masalah yang dihadapi konseli.
- f. Prognosa, adalah langkah dimana konselor dan konseli menyusun rencana-rencana pemberian bantuan atau pemecahan masalah yang dihadapi konseli.
- g. *Treatment*, merupakan realisasi dari dari langkah prognosa. Atas dasar kesepakatan antara konselor dengan konseli dalam menangani masalah yang dihadapi, konseli melaksanakan suatu tindakan untuk mengatasi masalah tersebut, dan konselor memberikan motivasi agar konseli dapat mengembangkan dirinya secara optimal sesuai kemampuan yang dimilikinya.
- h. Evaluasi dan tindak lanjut, langkah untuk mengetahui keberhasilan dan efektifitas konseling yang telah diberikan. Berdasarkan hasil yang telah dicapai oleh konseli, selanjutnya konselor menentukan tindak lanjut secara lebih tepat, yang dapat berupa meneruskan suatu cara yang sedang

ditempuh karena telah cocok maupun perlu dengan cara lain yang diperkirakan lebih tepat (Wibowo).⁹

5. Langkah-langkah Pelaksanaan Konseling Individu Dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Untuk mencapai tujuan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) konselor melakukan langkah-langkah konseling antara lainnya:¹⁰

a. Langkah pertama

Menunjukkan pada konseli bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan-keyakinan irasionalnya, menunjukkan bagaimana konseli mengembangkan nilai-nilai sikapnya yang menunjukkan secara kognitif bahwa konseli telah memasukkan banyak keharusan, sebaliknya dan semestinya konseli harus belajar memisahkan keyakinan-keyakinannya yang rasional dan keyakinan irasional, agar konseli mencapai kesadaran.

b. Langkah kedua

Membawa konseli ketahap kesadaran dengan menunjukkan bahwa dia sekarang mempertahankan gangguan-gangguan emosionalnya untuk tetap aktif dengan terus menerus berpikir secara tidak logis dan dengan mengulang-ngulang dengan kalimat-kalimat yang mengalahkan diri dan mengabadikan masa kanak-kanak, terapi tidak cukup hanya menunjukkan pada konseli bahwa konseli memiliki proses-proses yang tidak logis.

c. Langkah ketiga

Berusaha agar konseli memperbaiki pikiran-pikirannya dan meninggalkan gagasan-gagasan irasional. Maksudnya adalah agar konseli dapat berubah fikiran yang jelek atau negatif dan tidak masuk akal menjadi yang masuk akal.

d. Langkah keempat.

Adalah menantang konseli untuk mengembangkan

⁹ Nusuki. *Penggunaan Pendekatan Konseling Rational Emotiv Behavioral Therapy Melalui Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Siswa Yang Mengalami Bullying Di SMAN 2 Aikmel*.h.118-119.

¹⁰Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT. Eresco,1988),h.18.

filosofis kehidupannya yang rasional, dan menolak kehidupan yang irasional. Maksudnya adalah mencoba menolak fikiran-fikiran yang tidak logis untuk masuk dalam dirinya.

6. Adapun Langkah-langkah Dalam Proses Terapinya *Rational Emotive Behavior Therapy*

Sebelum melakukan terapi adapun langkah-langkah dalam proses terapi yaitu :

- a. Konselor berusaha menunjukkan konseli kesulitan yang dihadapi sangat berhubungan dengan keyakinan irrasional, dan menunjukkan bagaimana konseli harus bersikap rasional dan mampu memisahkan keyakinan irrasional dan rasional.
- b. Setelah konseli menyadari gangguan emosi yang bersumber dari pemikiran irrasional, maka konselor menunjukkan pemikiran konseli yang irrasional, serta konseli berusaha kepada keyakinan menjadi rasional.
- c. Konselor berusaha agar konseli menghindari diri dari ide-ide irasionalnya, dan konselor berusaha menghubungkan antara ide tersebut dengan proses penyalahan dan merusak diri.
- d. Proses terakhir konseling adalah konselor berusaha menantang konseli untuk mengembangkan filosofi kehidupan yang rasional, dan menolak kehidupan yang irasional dan fiktif.

B. Permasalahan *Bullying*

1. Pengertian *Bullying*

Dalam bahasa Indonesia, secara etimologi kata *bully* berarti menggertak, orang yang mengganggu orang lemah. Istilah *bullying* dalam bahasa Indonesia bisa menggunakan meyakat (berasal dari kata sekat) dan pelakunya (*bully*) disebut penyakit. Menyakat berarti mengganggu, mengusik, dan merintangi orang lain. Sedangkan secara terminologi menurut Tattum *bullying* adalah “*the willful, concious desire to hurt another and put himlher under sterss*”.

Bullying adalah suatu bentuk perilaku agresi yang biasanya menyakiti dengan sengaja dan sering kali menetap

dan suatu waktu berjalan terus sampai beberapa minggu.¹¹ beberapa bulan bahkan beberapa tahun dan hal ini sulit dihindari. Alasan yang mendasari perilaku *bullying* lebih pada penyalahgunaan kekuasaan atau kekuatan dan hasrat atau keinginan untuk mengintimidasi dan mendominasi.

Perilaku *bullying* dikelompokkan ke dalam beberapa kelompok, pertama, *physical bullying* (*bullying* secara fisik) yang merupakan bentuk *bullying* yang paling tampak dan terjadi ketika seseorang secara fisik dilukai, dapat berupa menggigit, memukul, mendorong, menendang, mencakar, menjambak rambut, menjatuhkan, mengambil atau merusak milik orang lain, dan mengunci seseorang dalam ruangan. Kedua, adalah non *physical bullying* yang dikelompokkan lagi menjadi verbal *bullying* dan non verbal *bullying*.¹²

Dengan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwasanya siswa-siswi yang mengalami korban *bullying* atau permasalahan yang ada pada dirinya sangat membutuhkan suatu konseling agar dapat menyelesaikan permasalahan apa yang dia alami

2. Macam-macam Bentuk Perilaku *Bullying*

Berdasarkan pengertian *bullying* menurut para ahli, jenis-jenis *bullying* :

a. *Bullying* Fisik

Penindasan fisik merupakan jenis *bullying* yang paling tampak dan paling dapat diidentifikasi diantara bentuk-bentuk penindasan lainnya, namun kejadian penindasan fisik terhitung kurang dari sepertiga insiden penindasan yang dilaporkan oleh siswa. Yang termasuk jenis penindasan secara fisik adalah memukul, mencekik, menyikut, menendang, menggigit, mencakar, serta merusak dan menghancurkan pakaian serta barang-barang milik ana yang tertindas. Semakin kuat dan semakin dewasa sang penindas, semakin

¹¹ Sharp, S. P. K. & Smith (1994), *School Bullying Insights and Perspectives*. London : Routledge.

¹² *Ibid*

berbahaya jenis serangan ini, bahkan walaupun tidak dimaksudkan untuk mencederai secara serius.

b. *Bullying* Verbal

Kekerasan verbal adalah bentuk penindasan yang paling umum digunakan, baik oleh anak perempuan maupun anak laki-laki. Kekerasan verbal mudah dilakukan dan dapat dibisikan dihadapan orang dewasa serta teman sebaya, tanpa terdeteksi. Penindasan verbal dapat diteriakan di taman bermain bercampur dengan hingarbingar yang terdengar oleh pengawas, diabaikan karena hanya dianggap sebagai dialog yang bodoh dan tidak simpatik diantara teman sebaya. Penindasan verbal dapat berupa julukan nama, celaan, fitnah, kritik kejam, penghinaan, dan pernyataan-pernyataan bernuansa ajakan seksual atau pelecehan seksual. Selain itu, penindasan verbal dapat berupa prampasan uang jajan atau barangbarang, telepon yang kasar, e-mail yang mengintimidasi, surat-surat kaleng yang berisi ancaman kekerasan, tuduhan-tuduhan yang tidak benar, serta gossip.

c. *Bullying* Relasional

Jenis ini paling sulit dideteksi dari luar. Penindasan relasional adalah pelemahan harga diri si korban penindasan secara sistematis melalui pengabaian, pengucilan, dan penghindaran. Penghindaran, suatu tindakan penyingkiran adalah alat penindasan yang terkuat. Anak yang digunjingkan mungkin akan tidak mendengar gossip itu, namun akan mengalami efeknya. Penindasan relasional dapat digunakan untuk mengasingkan atau menolak seorang teman atau secara sengaja ditunjuk untuk merusak persahabatan. Perilaku ini dapat mencakup sikap-sikap tersembunyi seperti pandangan yang agresif, lirik mata, bahu yang bergidik, cibiran, tawa mengejek, dan bahasa tubuh yang kasar.¹³

¹³ Rachnijati, Cyinantia "JURNAL: *Bullying Dalam Dunia Pendidikan*"(On-Line), Tersedia di <http://cynantia-rachmijati.dosen.stkipsiliwangi.ac.id/2015/01/jurnal-bullying-dalamduniapendidikan>.

3. Faktor Penyebab *Bullying*

Ada beberapa faktor penyebab terjadinya *bullying*, antara lain:

- a. Lingkungan sekolah yang kurang baik Lingkungan sekolah bisa menjadi salah satu faktor yang menyebabkan *bullying*. Lingkungan sekolah yang dapat mendukung terjadinya *bullying* mencakup lingkungan luar sekolah maupun lingkungan sekolah itu sendiri. Lingkungan luar sekolah yakni adanya kebiasaan orang-orang sekitar sekolah seperti sering berkelahi atau bermusuhan, serta berlaku tidak sesuai dengan norma yang ada. Anak hidup pada lingkungan orang yang sering berkelahi atau bermusuhan, berlaku tidak sesuai dengan norma yang ada, maka anak akan mudah meniru perilaku lingkungan itu dan merasa tidak bersalah. Hal tersebut mengungkap bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi peserta didik untuk melakukan *bullying* yakni lingkungan sekitar tempat ia berada. Lingkungan dimana individu di dalamnya biasa melakukan kekerasan ataupun perbuatan melanggar norma lainnya dapat mendukung seseorang menjadi pelaku *bullying*. Hal tersebut membuat peserta didik mudah meniru perilaku lingkungan tersebut dan merasa tidak bersalah saat melakukannya, sehingga timbulah perilaku *bullying*. Selain itu, lingkungan di dalam sekolah juga dapat mempengaruhi timbulnya *bullying*, seperti kedisiplinan yang sangat kaku dan peraturan yang tidak konsisten.
- b. Senioritas tidak pernah diselesaikan Senioritas merupakan salah satu penyebab *bullying* yang cukup dominan. Senioritas yang tidak terselesaikan hanya akan menyuburkan perilaku *bullying* di sekolah. Hal ini terkait dengan bagaimana sekolah dan para guru menanggapi dan menindak lanjuti masalah senioritas di sekolah.
- c. Guru memberikan contoh kurang baik pada peserta didik Guru sebagai pengajar di sekolah dapat menjadi salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya *bullying*, terutama guru yang memberikan contoh perilaku yang tidak baik. salah satu hal yang mempengaruhi perilaku *bullying* yaitu: guru yang berbuat kasar kepada peserta didik, guru yang kurang

memperhatikan kondisi anak baik dalam sosial ekonomi maupun dalam prestasi anak atau perilaku sehari-hari anak di kelas atau di luar kelas bagaimana dia bergaul dengan temantemannya. Perbuatan guru yang kurang baik dapat mendukung siswa-siswi melakukan *bullying* yakni guru yang berbuat kasar kepada peserta didik, guru yang kurang memperhatikan kondisi peserta didik baik dalam prestasi peserta didik atau perilaku sehari-hari peserta didik di kelas atau di luar kelas serta bagaimana dia bergaul dengan temantemannya.

- d. Ketidak harmonisan di rumah Keluarga juga berpengaruh terhadap perilaku *bullying* yang dilakukan oleh peserta didik. kurangnya komunikasi antara orang tua dan anak merupakan faktor penyebab tindakan *bullying*. Keluarga sebagai tempat tumbuh kembang anak sangat mempengaruhi perilaku individu dalam kesehariannya. Kompleksitas masalah dalam keluarga seperti ketidak hadirannya ayah, kurangnya komunikasi antara orang tua, dan ketidakmampuan sosial ekonomi, merupakan faktor penyebab tindakan *bullying* yang dilakukan siswa-siswi.
- e. Karakter anak yang biasa menjadi pelaku *bullying* pada umumnya adalah anak yang selalu berperilaku agresif, baik secara fisik maupun verbal. faktor penyebab *bullying* yakni “karakter anak sebagai pelaku umumnya agresif, baik secara fisik maupun verbal dan pendendam”. Anak yang ingin populer, anak yang tiba-tiba sering berbuat onar atau selalu mencari kesalahan orang lain dengan memusuhi umumnya termasuk dalam kategori ini. Anak dengan perilaku agresif telah menggunakan kemampuannya untuk mengungkapkan ketidaksetujuannya pada kondisi tertentu korban, misalnya perbedaan etnis atau ras, fisik, golongan atau agama, atau jender. Selain itu, karakter siswa-siswi yang pendendam atau iri hati juga dapat menyebabkan seorang peserta didik melakukan *bullying*.

4. Karakteristik Perilaku *Bullying*

Menurut *Rigby* tindakan *bullying* mempunyai tiga karakteristik terintegrasi, yaitu :

- a. Adanya perilaku agresi yang menyenangkan pelaku untuk menyakiti korban.
- b. Tindakan itu dilakukan secara tidak seimbang sehingga menimbulkan rasa tertekan korban.
- c. Perilaku itu dilakukan secara berulang-ulang dan terus-menerus.

Ciri-ciri pelaku *bullying* antara lain :

- 1). Suka mendominasi anak lain.
- 2). Suka memanfaatkan anak lain untuk mendapatkan apa yang diinginkan.
- 3). Sulit melihat situasi dari titik pandang anak lain
- 4). Hanya peduli pada keinginan dan kesenangannya sendiri, dan tak mau peduli dengan perasaan anak lain
- 5). Cenderung melukai anak lain ketika orang tua atau orang dewasa lainnya tidak ada disekitar mereka
- 6). Memandang rekan-rekan yang lebih lemah sebagai sasaran
- 7). Tidak mau bertanggung jawab atas tindakannya
- 8). Tidak memiliki pandangan terhadap masa depan atau masa bodoh terhadap akibat dari perbuatannya
- 9). Harus perhatian.¹⁴

Olweus mengatakan hal yang serupa bahwa *bullying* adalah perilaku negatif yang mengakibatkan seseorang berada dalam keadaan yang tidak nyaman atau terluka dan biasanya terjadi berulang-ulang, *repeated during successive counters*. Sementara itu, Roland memberikan definisi *bullying* sebagai berikut: “*long standing violence, physical or pysical, psychological,*

¹⁴ Puspa Amira, *Pengaruh Bullying Motivasi Belajar Siswa Kelas VI Di SMPN 31 Samarinda*, <http://swww.academia.edu/31783588> PENGARUH BULLYING TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS VII DI SMPN 31 SAMARINDA Puspa Amrina.

perpetrated by an individual or group directed against an individual who can not defend himself or herself.” Jadi dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya *bullying* adalah perilaku negatif yang dilakukan seseorang atau sekelompok orang yang sehingga dapat merugikan orang lain.¹⁵

5. Mengatasi *Bullying*

Dalam menanggulangi dan mengatasi *bullying* di sekolah, maka perlu upaya upaya bimbingan konseling yang terintegrasi. Pelaksanaan pemberian bimbingan konseling kepada peserta didik sebagai pelaku dan penderita *bullying* atau guru-guru dan staf sekolah sebagai pelaku bisa dengan konseling kelompok atau konseling individual. Pendekatan bimbingan konseling yang digunakan dalam mengatasi *bullying* di sekolah ini bisa menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy*.

Masalah *bullying* harus dicegah dan ditangani secara intern di lingkungan sekolah, hal ini dilakukan dengan membuat program *peaceful school* dengan melibatkan guru, peserta didik, orang tua peserta didik, dan komunitas di lingkungan sekolah. Dalam menanganani masalah *bullying*, sangat penting untuk diselesaikan secepat mungkin sebelum menimbulkan dampak serius terhadap perkembangan pribadi dan siswa-siswi.¹⁶

Banyak sekali jenis dari *bullying* dan *bullying* fisik, *bullying* verbal, *bullying relasi sosial*, tetapi diantara banyaknya jenis-jenis *bullying* tersebut yang banyak dilakukan adalah *bullying* fisik dan *bullying* verbal. yang tujuannya menyakiti hati orang lain. seperti mengejek, menfitnah, memberikan julukan yang tidak pantas dan lain-lain. *Bullying* ini terjadi karena kurangnya kesadaran dalam menjaga lisan.

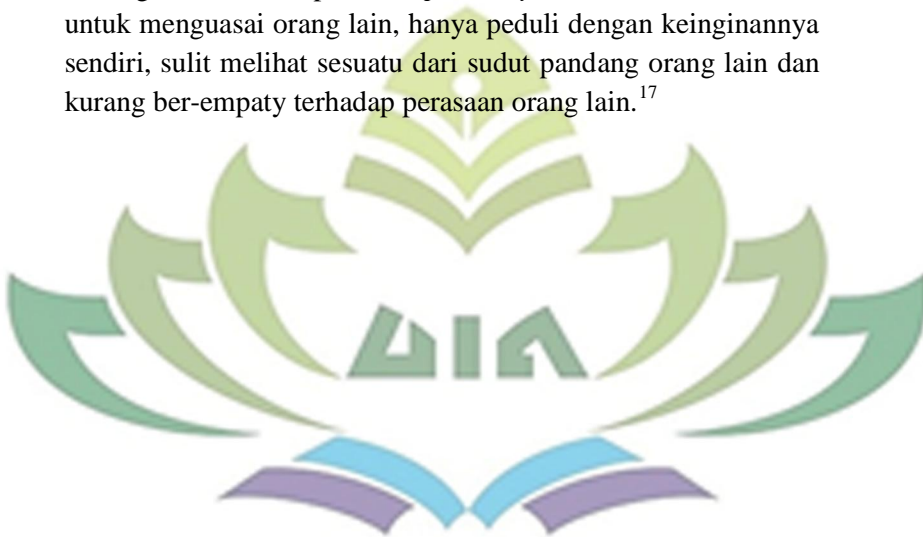
Adapun bentuk dan jenis *bullying* yang dilakukan seseorang terhadap orang lain, tujuannya adalah sama, yaitu untuk “menekan” korbannya, dan mendapat kepuasan dari perlakuan tersebut. Pelaku puas melihat korban ketakutan, gelisah, dan bahkan sorot mata permusuhan dari korbannya. Tindakan *bullying* merupakan salah satu bentuk penganiayaan.

¹⁵ Novan Andy Wiyani, *Save Our Children*.h. 12

¹⁶ *Ibid.* h. 69

Dalam islam, penganiayaan termasuk perbuatan yang tidak terpuji. Apa lagi penganiayaan terhadap sesama manusia.

Adapun Ciri-ciri perilaku korban *Bullying* ialah merupakan anak-anak yang pendiam, pemalu, memiliki sedikit teman, rendah diri, dan kurang percaya diri. Mereka diperlakukan buruk karena terlihat lemah dan tidak mau melawan. Sebagian anak menjadi korban *Bullying* karena mereka terlihat berbeda atau “aneh”, misalnya beda agama, beda suku, terlalu tinggi atau terlalu pendek, warna kulit, bentuk tubuh terlalu kurus atau gemuk, bahkan bisa disebabkan oleh nama yang dianggap lucu atau sulit untuk dilafalkan. Sedangkan ciri-ciri perilaku *pembully*, antara lain: mencoba untuk menguasai orang lain, hanya peduli dengan keinginannya sendiri, sulit melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain dan kurang berempati terhadap perasaan orang lain.¹⁷



¹⁷ Kurnia, Indri Astuti, Abbas Yusuf, (*Perilaku Bullying Verbal Pada Peserta Didik Kelas IX SMP*).h.23

DAFTAR RUJUKAN

Sumber Buku

- Andi A.T, Mappiare, *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2006.
- Beni S. Ambarjaya, *Psikologi Pendidikan & Pengajaran*, Yogyakarta: Caps, 2012.
- Dewa Ketut sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: PT RIneka Cipta, 2008.
- Gantika Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT Indeks, 2016.
- Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama, 2009.
- Hasbullah, *Dasar-dasar Ilmu Pendidikan Umum dan Agama Islam*, Jakarta: Pers, 2012.
- Helly Prajitno, *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2011
- John Mcleod, *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus Edisi Ketiga*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2006.
- J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006.
- Latipun, *Psikologi Konselling*. Malang: UMM PRESS, 2008.
- Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006.
- M. Umar & Sartono, *Bimbingan dan Penyuluhan*, Bandung : Pustaka Setia. 2018.

Takhir Saputra, Pendidikan Pasca Konflik, Yogyakarta: Ikis Printing Cemerlang, 2013.

Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, Jakarta: Kencana, 2011.

Novan Andy Wiyani, *Save Our Children*, Yogyakarta: Gava Media, 2019.

Prayitno, Amti.1999 Dasar-dasar Bimbingan Konseling, Jakarta: Rineka Cipta.

Singgih D Gunarsa, *konseling dan Psikoterapi* Jakarta, Gunung Mulia, 2000.

Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, Cet2, Bandung: Alfabeta, 2018.

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, Cet1, Bandung: Alfabeta, 2019.

Sukardi, *Metodelogi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Peraktiknya*, Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2019.

Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung : Alfabeta, 2013.

Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Madrasah*, Berbasis Integrasi, Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2007.

Winkel & Sr Hastuti, *Bimbingan dan Konseling Diinstitut Pendidikan*, Yogyakarta: Media Abadi, 2004.

Wiraja Sujaweni, *Metode Penelitian*, Yogyakarta : Pustaka BARU press, 2014.

Sumber Jurnal

“*Biografi Albert Ellis, Pencipta Terapi Perilaku Emosional Rasional*,” 31 Agustus 2019, Diakses pada tanggal 7 September 2021 di laman <https://www.greelane.com/id/sains-teknologi-matematika/ilmu-sosial/albert-ellis/4768692/>.

Amanda Tusto, “*Biografi Albert Ellis*,” 23 Februari 2020, (Diakses pada tanggal 7 September 2021 di laman <https://www.verywellmind.com/albert-ellis-biography-2795493>).

Bully Dalam bahasa Indonesia diartikan sebagai bentuk pembentakan dan pengganggu. *Bully dalam bahasa Inggris juga memiliki arti berupa ancaman yang dilakukan seseorang terhadap orang yang lebih lemah dan dapat menyebabkan korban mengalami gangguan psikis seperti frustrasi* http://ac.id.ukdownload_apdf11103452_repositoryId=287.pdf 25 maret 2019.Vol.1.

Dewi Setyaningrum Dan Denok Setiawati. *Pengaruh persepsi siswa tentang layanan konseling individu dan persepsi tentang kompetensi kepribadian konselor terhadap minat memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling*. Vol.12 No.1, 2016.

Erna Yulianti, “*Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Kasus Bullying di SMP N 3 Gantiwarno Klaten Jawa Tengah*”, Yogyakarta: Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2015 Vol.3.No 2 Maret 22.

Hasan Bastomi, “*Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy Rasional Emotif Behavior Therapy Ilam sebuah pendekatan integrasi keilmuan*”, IAIN Kudus Jawa Tengah, Vol 2 Juli-Desember, 2018.

Ilya Rahmi Risno, Dkk. *Perolehan Siswa Setelah Mengikuti Layanan Konseling Perorangan*. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>.

Irniece Victorynie, "Mengatasi Bullying Siswa Sekolah Dasar Dengan Menerapkan Manajemen Kelas Yang Efektif" *Pedagogik*. Vol. 5. No. 1. Februari 2017.

Kurnia, Indri Astuti, Abbas Yusuf, *Perilaku Bullying Verbal Pada Peserta Didik Kelas IX SMP LKIA Pontianak Disertasi Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Untan Pontianak*, 2019.

Nur Asiah, "Analisis Kemampuan Praktik Strategi Pembelajaran Aktif Active Learning Mahasiswa PGMI Fakultas Tarbiyah dan Keguruan IAIN Raden Intan Lampung" *Jurnal Terampil*. Vol. 4. No.1 Juni 20.

Nusuki. *Penggunaan Pendekatan Konseling Rational Emotiv Behavioral Therapy Melalui Layanan Konseling Individual Untuk Mengatasi Siswa Yang Mengalami Kesurupan Di Sman 2 Aikmel*. 2019.

Puspa Amira, *Pengaruh Bullying Motivasi Belajar Siswa Kelas VII Di SMPN 31 Samarinda*, [http://swww.academia.edu/31783588/PENGARUH BULLYING terhadap Motivasi belajar siswa kelas vii di SMPN 31 SAMARINDA](http://swww.academia.edu/31783588/PENGARUH_BULLYING_terhadap_Motivasi_belajar_siswa_kelas_vii_di_SMPN_31_SAMARINDA) Puspa Amrina. 2018.

Rachnijati, Cynantia "JURNAL: *Bullying Dalam Dunia Pendidikan*" On-Line, Tersedia di <http://cynantia-rachmijati.dosen.stkipsiliwangi.ac.id/2015/01/jurnal-bullying-dalamduniapendidikan/> 06 Maret 2018.

Rifda El Fiah, *Peran Konselor Dalam Pendidikan Karakter*, *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 2014, e-ISSN 2355-8539, Vol.16.no.1,2019.

Sri Rejeki, “Pendidikan Psikologi Anak “Anti Bullying Pada Guru-Guru PAUD”, Jurnal Pendidikan Psikologi Anak. Vol. 16, No. 2 November 2016.

Ulinuha Nur Ain. *Layanan Konseling Individu Dalam Membantu Penyesuaian.*

<http://digilib.uinsuka.ac.id/9647/1/BAB%20I,%20IV,%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf>.

Widayanti, Costrie Ganes. “*Fenomena Bullying di Sekolah Dasar Negeri Semarang*”(OnLine.Tersediadi:<https://core.ac.uk/downloadpdf/11710457.pdf>repositoryId=379.pdf 12 Januari 2019.

Yuli Asmi Rozali, Novendawati Wahyu Sitasari, “*Asertivitas Siswa Sdn 11, Duri Kepa Dalam Menghadapi Perilaku Bullying*”, Jurnal Psikologi. Vol. 17. No. 2. Desember 2019.

Wawancara

Wawancara penulis dengan kepala sekolah bapak Mapful,S.Pd. M.Pd, pada hari rabu tanggal 24 Agustus 2022.

Wawancara penulis dengan guru BK ibu Ika Mei Kurniawati, pada hari rabu tanggal 24 Agustus 2022.

Wawancara penulis dengan siswi S.B korban *bullying*, Kamis 25 Agustus 2022.

Wawancara penulis dengan siswa I.P, korban *bullying*, Kamis 25 Agustus 2022.

Wawancara penulis dengan siswa H.S korban *bullying*, Kamis 25 Agustus 2022.