

**EKSPERIMENTASI LAYANAN KONSELING INDIVIDU
DENGAN TEKNIK *BEHAVIOUR CONTRACT* DALAM
MENGURANGI PERILAKU *VERBAL BULLYING* PADA
PESERTA DIDIK DI SMK NEGERI 1 BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Gelar Pendidikan (S.Pd) Dalam Ilmu
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**Disusun Oleh:
Ulfy Alwis Tiasari
NPM: 1911080221**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/2023**

**EKSPERIMENTASI LAYANAN KONSELING INDIVIDU
DENGAN TEKNIK *BEHAVIOUR CONTRACT* DALAM
MENGURANGI PERILAKU *VERBAL BULLYING* PADA
PESERTA DIDIK DI SMK NEGERI 1 BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Gelar Pendidikan (S.Pd) Dalam Ilmu
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**Disusun Oleh:
ULFY ALWIS TIASARI
NPM: 1911080221**

Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**PEMBIMBING I : Andi Thahir, S.Psi., M.A., Ed.D
PEMBIMBING II: Iip Sugiharta, M.Si**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/2023**

ABSTRAK

Verbal bullying merupakan salah satu jenis *bullying* yang paling mudah dan sering dilakukan oleh seseorang, khususnya peserta didik. Perilaku *verbal bullying* yang terus dibiarkan dapat memicu jenis *bullying* yang lainnya. Perlunya memberikan pemahaman serta upaya untuk mengurangi perilaku *verbal bullying* sangat penting dilakukan supaya peserta didik memiliki karakter yang mencerminkan seorang pelajar. Seperti yang dialami oleh peserta didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung yang berinisial RDJ. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konseling individu dengan teknik *behavior contract* dalam mengurangi perilaku *verbal bullying* terhadap peserta didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung.

Penelitian ini merupakan penelitian *Single Subject Research* (SSR) dengan menggunakan satu subjek penelitian, dengan desain A-B-A yang dimana proses penelitian ini berlangsung dengan 3 tahapan. Tahapan pertama penelitian melakukan *baseline A1* sebanyak 3 kali pertemuan. Kemudian peneliti memberikan *treatment* pada fase intervensi (B) sebanyak 6 kali pertemuan. Dan tahap terakhir yaitu *baseline A2* sebanyak 3 kali pertemuan. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan perilaku *verbal bullying* pada peserta didik inisial RDJ. Pada fase *baseline A1* mengalami penurunan, pada fase intervensi (B) setelah diberikannya *treatment behavior contract* yang menunjukkan adanya penurunan perilaku *verbal bullying*. Kemudian yang terakhir pada fase *baseline A2* tanpa diberikannya intervensi menunjukkan penurunan yang stabil atau membaik. Dengan persentase *overlape* sebesar 0%, sesuai dengan kriteria *overlape* dimana semakin kecil hasil *overlape*, maka semakin baik pengaruh yang diberikan intervensi kepada peserta didik. Dan dapat dinyatakan bahwa konseling individu dengan teknik *behavior contract* dapat dinyatakan berpengaruh untuk mengurangi perilaku *verbal bullying* terhadap peserta didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung.

Kata Kunci: *Konseling Individu, Behaviour Contract, Verbal Bullying, Peserta Didik*

ABSTRACT

Verbal bullying is one of the easiest types of bullying and is often done by someone, especially students. Bullying verbal behavior that is allowed to continue can trigger other types of bullying. The need to provide understanding and efforts to reduce verbal bullying behavior is very important so that students have a character that reflects a student. As experienced by students at SMK Negeri 1 Bandar Lampung with the initials RDJ. This study aims to analyze individual counseling with the behavior contract technique in reducing verbal bullying behavior towards students at SMK Negeri 1 Bandar Lampung.

This research is a Single Subject Research (SSR) study using one research subject, with an A-B-A design where the research process takes place in 3 stages. The first stage of the research was to conduct baseline A1 in 3 meetings. Then the researcher gave treatment in the intervention phase (B) for 6 meetings. And the last stage is the baseline A2 of 3 meetings. Data collection methods used are observation, interviews, and documentation.

The results showed that there was a decrease in verbal bullying behavior in students with the initials RDJ. In the baseline phase A1 it decreased, in the intervention phase (B) after being given a treatment behavior contract which showed a decrease in verbal bullying behavior. Then the latter in the baseline phase A2 without intervention showed a steady decline or improvement. With an overlap percentage of 0%, according to the overlap criteria where the smaller the overlap result, the better the effect given by the intervention to students. And it can be stated that individual counseling with the behavior contract technique can be declared effective for reducing verbal bullying behavior towards students at SMK Negeri 1 Bandar Lampung.

Keywords: Individual Counseling, Behavior Contract, Verbal Bullying, Students

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ulfy Alwis Tiasari
NPM : 1911080221
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Penulis menyatakan bahwa skripsi dengan berjudul: **“EKSPERIMENTASI LAYANAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *BEHAVIOUR CONTRACT* DALAM MENGURANGI PERILAKU *VERBAL BULLYING* PADA PESERTA DIDIK DI SMK NEGERI 1 BANDAR LAMPUNG”**. Menyatakan bahwa ini sepenuhnya karya sendiri, tidak ada bagian di dalamnya yang merupakan plagiarisme dari karya orang lain, serta tidak menjiplak atau mengutip dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam komunitas ilmiah. Atas pernyataan ini, penulis menanggung resiko atau sanksi yang dikenakan kepada penulis, apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika ilmiah dalam karya penulis, atau adanya hukuman dari pihak lain terhadap keaslian karya.

Demikian surat ini ditulis agar dapat dipahami.

Bandar Lampung, 19 Mei 2023



Ulfy Alwis Tiasari
NPM. 1911080221



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 70326

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : Eksperimentasi Layanan Konseling Individu
Dengan Teknik *Behaviour Contract* Dalam
Mengurangi Perilaku *Verbal Bullying* Pada
Peserta Didik Di SMK Negeri 1 Bandar Lampung**

Nama : Ulfy Alwis Tiasari

NPM : 1911080221

Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Untuk di munaqosahkan dan di pertahankan dalam Sidang Munaqosah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN)
Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Andi Thahir, S.Psi., M.A., Ed.D

Iip Sugiharta, M.Si

NIP. 197604272007011015

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Ah Murtadho, M.S.I

NIP. 197907012009011014



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung, Telp. (0721) 70326

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: Eksperimentasi Layanan Konseling Individu Dengan Teknik *Behaviour Contract* Dalam Mengurangi Perilaku *Verbal Bullying* Pada Peserta Didik Di SMK Negeri 1 Bandar Lampung. Disusun oleh: **Ully Alwis Tiasari, NPM: 1911080221**, Jurusan: **Bimbingan dan Konseling dan Pendidikan Islam (BKPI)**. Telah diujikan pada hari/tanggal: **Rabu, 21 Juni 2023**.

TIM PENGUJI MUNAQOSAH

Ketua Sidang : **Dr. Laila Maharani, M.Pd** (.....)

Sekretaris : **Deti Elice, M.Pd** (.....)

Pembahas Utama : **Dr. H. Yahya, M.Pd** (.....)

Pembahas Pendamping I : **Andi Thahir, S.Psi., M.A.Ed. D** (.....)

Pembahas Pendamping II : **Iip Sugiharta, M.Si** (.....)

Mengetahui
Dean Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



Prof. Dr. Hj. Niwa Diana, M. Pd

NIP. 196408281988032002

MOTTO

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرُونَ قَوْمٍ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا
نِسَاءً مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا
بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ ۚ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ
الظَّالِمُونَ ﴿١١﴾

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barangsiapa yang tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.

(Q.S Al-Hujurat: 11)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin, dengan segala puji syukur atas segala nikmat yang Allah SWT limpahkan kepada peneliti, sehingga dalam penulisan karya ilmiah skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan sepenuh hati kupersembahkan karya in sebagai tanda bukti dan cinta kasihku yang tulus kepada:

1. Kedua orang tuaku tercinta, Mamah Marwiyah dan Papah Siswantoro yang sangat aku cintai, yang telah membesarkanku dengan penuh kasih sayang, mendidik dengan penuh tanggung jawab, selalu memberi semangat dan nasihat yang sangat berarti untukku, yang selalu memberi do'a tiada henti di setiap langkahku sampai akhir hayat. Terima kasih telah melahirkanku ke dunia, membesarkanku dengan penuh cinta, mendidik dengan penuh rasa tanggung jawab, terima kasih atas pengorbanan dan motivasi yang telah diberikan selama ini dan dalam penyusunan skripsi.
2. Adikku tersayang, Nazwa Meylita terima kasih atas dukungan dan sudah menjadi penghibur selama penyelesaian skripsi ini
3. Sahabatku tersayang, Aviane Sascia Dewi terima kasih sudah selalu memberi semangat, mengapresiasi setiap pencapaianku, meyakinkan bahwa aku bisa melewati setiap tahap, memberikan dukungan mental, dan menjadi tempatku mencurahkan isi hati setiap harinya.
4. Terima kasih kepada pembimbing skripsi saya, Bapak Andi Thahir dan Bapak Iip Sugiharta, atas segala masukan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini. Selalu memberikan motivasi dan nasihat untuk lebih baik lagi.
5. Terima kasih untuk diriku sendiri, terima kasih sudah bisa berjuang sampai titik ini.
6. Almamater yang saya banggakan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung terima kasih atas pengalaman dan ilmu yang telah diberikan.

RIWAYAT HIDUP

Peneliti bernama lengkap Ulfy Alwis Tiasari atau biasa disapa dengan panggilan Ulfy, yang lahir di Desa Sliyeg Lor, Kabupaten Indramayu, Provinsi Jawa Barat. Pada tanggal 31 Januari 2001, merupakan anak pertama dari dua bersaudara yang berasal dari pasangan Bapak Siswantoro dan Ibu Marwiyah. Peneliti memiliki adik perempuan bernama Nazwa Meylita.

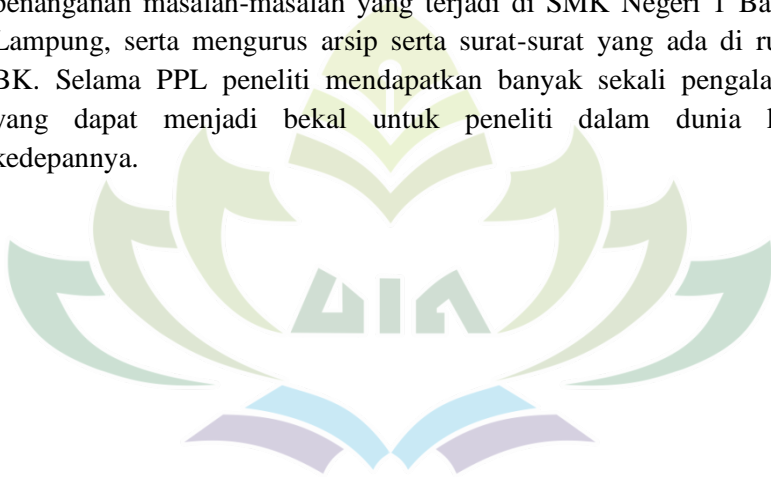
Peneliti pertama kali mengenyam pendidikan formal di RA An-Nawa 2 Kota Cirebon, Jawa Barat pada tahun 2005. Pada masa RA peneliti memiliki beberapa prestasi *fashion show* dan pernah juara 2 membaca puisi tingkat Kota Cirebon. Setelah itu peneliti melanjutkan pendidikan di SD Negeri 1 Plumbon pada tahun 2007, dimana pada SD peneliti mengikuti beberapa lomba *story telling* tingkat SD se-Kota Cirebon. Selanjutnya peneliti melanjutkan pendidikan ke SMP Negeri 1 Plumbon pada tahun 2013 sampai 2016, dan aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) dan menjabat sebagai wakil ketua OSIS. Selanjutnya peneliti melanjutkan pendidikan ke SMA Negeri 1 Sumber, Kabupaten Cirebon jurusan IPA sampai tahun 2019.

Pada tahun yang sama, 2019, peneliti pindah dari Cirebon ke Lampung karena mengikuti orang tua dan peneliti resmi menjadi mahasiswi di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung (UIN RIL) pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Program Strata (S1), melalui jalur undangan SPAN-PTKIN UIN Raden Intan Lampung pada tahun ajaran 2019/2020.

Pada awal tahun, tepatnya bulan maret 2020 sampai pertengahan tahun 2022 terjadi pandemi *covid-19* yang mengharuskan proses perkuliahan secara daring (*online*). Alhamdulillah pada tahun 2022, peneliti dapat mengikuti kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang diselenggarakan oleh universitas di Desa Wonodadi, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringsewu, selama 40 hari. Dalam kegiatan KKN peneliti sebagai ketua bidang pendidikan, dimana mengajar

membaca, menulis, berhitung, serta menggambar untuk anak-anak (TK-SD) di lingkungan sekitar pada program Rumah Pintar, memberikan sosialisasi di SMP, mengajar mengaji di madrasah, kegiatan tadarus di mushola, dan senam rutin hari sabtu. Selain itu peneliti juga menjadi pembawa acara dalam kegiatan-kegiatan kemasyarakatan yang dilaksanakan oleh aparaturnya Desa Wonodadi.

Selanjutnya di tahun yang sama, peneliti mengikuti kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK Negeri 1 Bandar Lampung, selama 40 hari. Peneliti mendapatkan kesempatan untuk mengajar materi Bimbingan dan Konseling secara langsung di kelas 10 dan 12 serta bertanggung jawab kepada enam kelas. Peneliti juga diikut sertakan oleh guru pamong untuk terlibat langsung dalam penanganan masalah-masalah yang terjadi di SMK Negeri 1 Bandar Lampung, serta mengurus arsip serta surat-surat yang ada di ruang BK. Selama PPL peneliti mendapatkan banyak sekali pengalaman yang dapat menjadi bekal untuk peneliti dalam dunia karir kedepannya.



KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji bagi Allah SWT yang tak henti melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurah kepada Nabi Muhammad SAW. Skripsi dengan judul “Eskperimentasi Konseling Individu Dengan Teknik *Behaviour Contract* Dalam Mengurangi Perilaku *Verbal Bullying* Pada Peserta Didik Di SMK Negeri 1 Bandar Lampung” merupakan salah satu syarat untuk mendapat gelar Sarjana Pendidikan Program Strata 1 (S.Pd) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti banyak mendapat masukan serta bimbingan dari berbagai pihak, karena itu peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Wan Jamaluddin Z, M.Ag., Ph.D selaku rektor UIN Raden Intan Lampung.
2. Prof. Dr. Nirva Diana, M. Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Dr. Ali Murtadho, M.S.I selaku ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Indah Fajriani, M.Psi., Psikolog selaku sekretaris Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
5. Andi Thahir, S.Psi., M.A., Ed.D selaku Pembimbing I, terima kasih atas bimbingan dan masukan yang telah diberikan kepada peneliti. Serta selalu memberikan nasehat dan motivasi dalam penulisan skripsi ini.
6. Iip Sugiharta, M.Si selaku Pembimbing II, terima kasih atas bimbingan dan masukan yang telah diberikan kepada peneliti, sehingga peneliti semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

7. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, UIN Raden Intan Lampung, yang telah banyak menyumbangkan ilmunya selama peneliti di bangku perkuliahan.
8. Ridia Dinata, S.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMK Negeri 1 Bandar Lampung, terima kasih telah bersedia meluangkan waktunya untuk membantu dalam pengumpulan data selama penelitian.
9. Teristimewa untuk mamah, papah yang paling kucintai, yang selalu mendoakan, memberi *support* di setiap langkahku sampai akhir hayat. Serta adikku Nazwa Meylita, keluarga di Indramayu, sepupuku Sulistiawati dan Rizqah Luthfi yang selalu mengingatkan untuk mengerjakan skripsi dan semangat bimbingan.
10. Sahabatku sejak kecil, Aviane Sascia Dewi, yang selalu memberikan dukungan serta mengapresiasi, menguatkan mentalku, dan mendengarkan segala keluh kesahku setiap waktu.
11. Teruntuk teman seperbimbinganku, Cicah Asiyah yang selalu sabar menemani, belajar bersama, dan saling menguatkan.
12. Teman-temanku Linda Anisa, Latifah Puji, Salsabila Alisa, Alfi, An'im, Maarif, teman-teman di Cirebon, yang selalu menjadi tempat bercerita, mengajak *healing*, dan dukungannya selama ini.
13. Teman-teman seperjuangan jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam angkatan 2019, khususnya kelas E, terima kasih atas kebersamaan dan dukungan kalian.

Semoga Allah SWT membalas semua amal kebaikan semua pihak yang telah membantu peneliti menyelesaikan skripsi ini, dan mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi peneliti dan semua pihak, Aamiin.

Bandar Lampung, 2023
Penulis

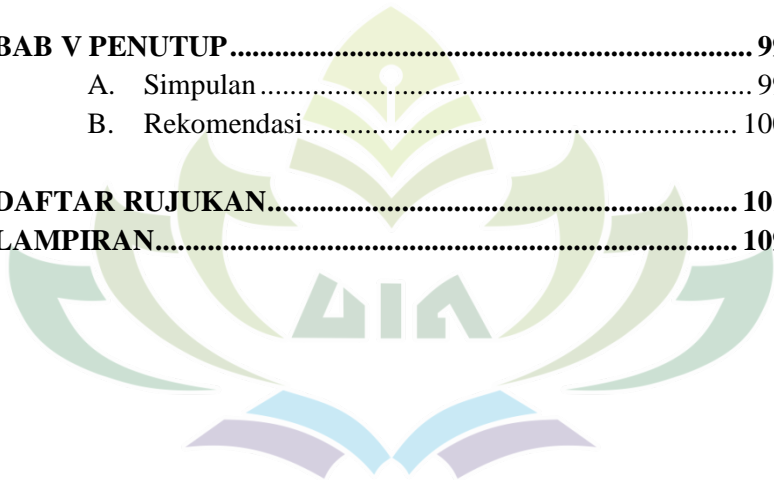
Ulfy Alwis Tiasari
NPM. 1911080221

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iv
PERSETUJUAN.....	v
PENGESAHAN.....	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasaan Judul	1
B. Latar Belakang	3
C. Identifikasi Masalah	11
D. Batasan Masalah	12
E. Rumusan Masalah.....	12
F. Tujuan Penelitian	12
G. Manfaat Penelitian	12
H. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan	13
I. Kerangka Berfikir	15
J. Sistematika Penulisan.....	16
BAB II LANDASAN TEORI.....	19
A. Konseling Individu	19
1. Pengertian Konseling Individu.....	19
2. Tujuan Konseling Individu	20
3. Fungsi Konseling Individu.....	22
4. Asas-Asas Konseling Individu.....	23

5. Teknik Umum Konseling Individu	26
6. Tahapan Konseling Individu	31
B. Teknik <i>Behaviour Contract</i>	32
1. Pengertian Teknik <i>Behaviour Contract</i>	32
2. Tujuan <i>Behaviour Contract</i>	34
3. Syarat-Syarat <i>Behaviour Contract</i>	35
4. Langkah-Langkah Pelaksanaan <i>Behaviour Contract</i>	36
5. Manfaat <i>Behaviour Contract</i>	39
6. Format <i>Behaviour Contract</i>	39
C. <i>Verbal Bullying</i>	42
1. Pengertian <i>Verbal Bullying</i>	42
2. Jenis-Jenis <i>Bullying</i>	44
3. Faktor Penyebab <i>Verbal Bullying</i>	45
4. Dampak Perilaku <i>Verbal Bullying</i>	47
5. Upaya Mengatasi Perilaku <i>Verbal Bullying</i>	48
6. <i>Verbal Bullying</i> Dalam Pandangan Islam	49
BAB III METODE PENELITIAN.....	55
A. Tempat dan Waktu Penelitian	55
B. Subjek Penelitian	55
C. Metode dan Jenis Penelitian	56
D. Desain Penelitian	56
E. Pemilihan Partisipan Penelitian.....	60
F. Variabel Penelitian	60
1. Variabel Bebas.....	61
2. Variabel Terikat.....	61
G. Definisi Operasional Partisipan.....	61
H. Teknik Pengumpulan Data.....	63
1. Observasi	63
2. Wawancara	67
3. Dokumentasi.....	68
I. Analisis Data	68
1. Analisis Dalam Kondisi.....	68

2. Analisis Antar Kondisi	70
3. Teknik Analisis Data	71
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	73
A. Analisis Data	73
1. Fase <i>Baseline</i> A1 Sebelum Pemberian Intervensi	73
2. Fase Intervensi (B) Saat Pemerian <i>Treatment</i>	75
3. Fase <i>Baseline</i> A2 Setelah Pemberian Intervensi	80
B. Analisis Data.....	81
C. Pembahasan	92
BAB V PENUTUP	99
A. Simpulan	99
B. Rekomendasi.....	100
DAFTAR RUJUKAN.....	101
LAMPIRAN.....	109



DAFTAR TABEL

Halaman

A. Tabel 1.1 Identitas Peserta Didik.....	7
B. Tabel 2.1 Format <i>Behaviour Contract</i> Menurut Yusuf dan Edy Legowo.....	40
C. Tabel 2.2 Format <i>Behaviour Contract</i> Menurut Komalasari	41
D. Tabel 3.1 Lembar Observasi <i>Baseline A1</i> dan <i>A2</i> Perilaku <i>Verbal Bullying</i>	64
E. Tabel 3.2 Lembar Observasi Intervensi Perilaku <i>Verbal Bullying</i>	66
F. Tabel 4.1 Hasil Observasi <i>Baseline A1</i> Perilaku <i>Verbal Bullying</i>	74
G. Tabel 4.2 Hasil Observasi Intervensi (B) Perilaku <i>Verbal Bullying</i>	79
H. Tabel 4.3 Hasil Observasi <i>Baseline A2</i> Perilaku <i>Verbal Bullying</i>	80
I. Tabel 4.4 Hasil Observasi Keseluruhan Perilaku <i>Verbal Bullying</i>	82

DAFTAR GAMBAR

Halaman

A. Gambar 1.1 Kerangka Berfikir	16
B. Gambar 3.1 Grafik Desain A-B-A	57
C. Gambar 4.1 Grafik Perilaku <i>Verbal Bullying</i>	83
D. Gambar 4.2 Grafik Keseluruhan Kondisi Perilaku <i>Verbal Bullying</i>	83



DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran A. Lembar Observasi Perilaku <i>Verbal Bullying</i> ...	111
Lampiran B. <i>Behaviour Contract</i>	129
Lampiran C. Catatan Kasus <i>Verbal Bullying</i> RDJ.....	130
Lampiran D. RPL <i>Verbal Bullying</i>	131
Lampiran E. Pedoman Wawancara	135
Lampiran F. Dokumentasi	137
Lampiran G. Surat-Surat	145



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Judul merupakan hal yang sangat penting dalam suatu karya ilmiah, karena judul ini memberikan gambaran tentang keseluruhan isi dari skripsi. Adapun judul karya ilmiah yang penulis bahas dalam skripsi ini adalah “**Eksperimentasi Layanan Konseling Individu Dengan Teknik *Behaviour Contract* Dalam Mengurangi Perilaku *Verbal Bullying* Pada Peserta Didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung**”. Untuk menghindari salah pengertian dalam memahami judul skripsi ini, penulis uraikan beberapa istilah pokok yang terkandung dalam judul tersebut. Hal ini bertujuan untuk mempermudah pemahaman dan untuk mengarahkan pada pengertian yang jelas sesuai dengan yang dikehendaki penulis. Berikut ini penjelasan dari beberapa istilah yang terkandung dalam judul.

1. Eksperimentasi

Eksperimentasi atau biasa dikenal dengan metode eksperimen merupakan suatu metode penelitian yang digunakan untuk menemukan jawaban atas hipotesis secara ilmiah yang mengungkapkan hubungan sebab-akibat dari dua variabel atau lebih.¹ Sedangkan yang dimaksud dalam penelitian ini untuk menganalisa layanan konseling individu dengan teknik *behaviour contract* dapat mengurangi perilaku *verbal bullying* pada peserta didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung.

2. Layanan Konseling Individu

Layanan konseling individu merupakan suatu bentuk pemberian layanan oleh konselor untuk membantu konseli dalam mengentaskan permasalahan yang dialaminya.

¹ Anggun Resdasari Prasetyo et al., *Buku Ajar Metodologi Penelitian Eksperimen, Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2020.

Sedangkan menurut pendapat Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati, konseling individu merupakan layanan dalam bimbingan dan konseling yang memungkinkan konseli mendapatkan layanan secara langsung bertatap muka dengan konselor untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialami oleh konseli.²

Sedangkan di dalam penelitian ini yang dimaksud konseling individu adalah adalah suatu upaya yang diberikan guru bimbingan dan konseling selaku konselor di sekolah untuk memberikan layanan kepada peserta didik selaku konseli di sekolah untuk membahas serta mengentaskan permasalahan yang dialami oleh peserta didik tersebut. Dalam penelitian ini permasalahan yang dibahas yaitu perilaku *verbal bullying*.

3. Teknik *Behaviour Contract*

Menurut Lutfi Fauzan, *behavior contract* atau biasa disebut kontrak perilaku merupakan perjanjian antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk melakukan suatu perilaku dengan cara tertentu dan menerima *reward* atau hadiah ketika berhasil melakukannya. Di dalam *behaviour contract* menegaskan harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi dan konsekuensinya. Isi dari kontrak tersebut dapat menjadi alat pengatur pertkaran *reinforcement* positif antara individu yang terlibat. Adapun strukturnya dipaparkan secara rinci terkait siapa yang melakukan, apa yang harus dilakukan, dan apa konsekuensinya.³

Sedangkan di dalam penelitian ini yang dimaksud teknik *behaviour contract* adalah teknik yang digunakan peneliti untuk memodifikasi perilaku peserta didik dengan cara membuat kontrak atau perjanjian untuk mengurangi perilaku *verbal*

² Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati dalam: Yossi Farena, "Konseling Individu Dengan Teknik Modeling Dalam Meningkatkan Self Control (Studi Kasus Pada Klien 'L' Di Perumnas Talang Kelapa Alang-Alang Lebar Palembang," 2019, 29–69, <http://repository.radenfatah.ac.id/5251/>.

³ Irna Sriwahyuni et al., "Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Hiperaktif Pada Peserta Didik Low Vision," *Jassi Anakku* 19, no. 1 (2018): 49–54.

bullying dan pemberian *reward* sebagai bentuk apresiasi terhadap perubahan yang telah dilakukan peserta didik tersebut. Apabila peserta didik tersebut gagal dalam melaksanakan kontrak, maka akan diberikan *punishment*.

4. Mengurangi

Mengurangi berasal dari kata kurang, yang artinya 1) belum; 2) tidak cukup. Sedangkan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mengurangi yaitu 1) menurunkan; 2) menjadikan kurang; dan 3) memotong sebagian.⁴ Pada penelitian ini yang dimaksud dengan mengurangi adalah menurunkan atau menekan perilaku *verbal bullying* yang dilakukan oleh peserta didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung.

5. Verbal Bullying

Verbal bullying berasal dari dua kata. “*Verbal*” yang berarti lisan dan “*Bullying*” yang berarti perundungan atau penindasan. *Verbal bullying* adalah suatu perilaku yang agresif secara lisan atau ucapan yang dilakukan secara sengaja dengan tujuan menyakiti. Contohnya yaitu menghina, mencaci-maki, menyebarkan fitnah, dan memanggil nama.⁵

Sedangkan di dalam penelitian ini yang dimaksud *verbal bullying* adalah suatu perilaku perundungan yang dilakukan peserta didik secara lisan dengan tujuan menyakiti korban *verbal bullying* yang dianggap sebagai pihak yang lemah, yang dilakukan secara terus menerus.

B. Latar Belakang Masalah

Di era globalisasi saat ini, tentu saja memberikan dampak besar bagi segala aspek kehidupan, salah satunya berdampak pada

⁴ Ebta. Setiawan, “Kamus Besar Bahasa Indonesia (Online),” n.d., <https://kbbi.web.id/kurang>.

⁵ Puji Susilo and Denok Setiawati, “Studi Tentang Perilaku Bullying Verball Dan Penanganannya Pada Siswa Kelas XI SMA I Al-Aly Kelitidu Bojonegoro,” *Jurnal BK Unesa* 12, no. 1 (2021): 54–63.

aspek moralitas. Berbagai permasalahan remaja yang semakin kompleks, sudah tidak asing lagi dijumpai. Hurlock menjelaskan, bahwa pada masa remaja akan mengalami ketegangan emosi yang tinggi akibat adanya perubahan fisik dan kelenjar.

Kemampuan remaja untuk mengendalikan diri dan mengontrol emosi merupakan ciri bahwa individu sudah memiliki kematangan emosi. Individu yang memiliki kematangan emosi pada masa akhir remaja (16-18 tahun) tidak akan meledakkan emosinya di depan orang lain, melainkan menunggu saat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara yang tepat dan dapat diterima.⁶ Namun demikian ada juga remaja yang tidak mampu mencapai kematangan emosinya dan memiliki sifat yang sangat emosional, bahkan melakukan perilaku yang menyimpang, salah satunya perilaku yang berkaitan dengan kekerasan.

Pada tahun 2021 Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima pengaduan dari masyarakat terkait kasus perlindungan anak sebanyak 2.982 kasus. Dari data pengaduan tersebut, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat bahwa 226 kasus merupakan kekerasan atau perilaku *bullying* secara verbal yang menyerang psikis dan mental anak.⁷ Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) juga menyatakan bahwa faktor penyebab terjadinya kekerasan fisik dan psikis terhadap anak karena adanya pengaruh negatif dari perkembangan teknologi dan informasi, pengaruh permisifitas sosial-budaya, lemahnya kualitas pola asuh orang tua, kondisi lingkungan tempat tinggal yang tidak ramah anak, dan lingkungan pergaulan yang tidak baik.

⁶ Siti Maryam and Fatmawati Fatmawati, "Kematangan Emosi Remaja Pelaku Bullying," *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 3, no. 2 (2018): 69–74, <https://doi.org/10.17977/um001v3i22018p069>.

⁷ Vika Azkiya Dihni, "KPAI: Aduan Anak Jadi Korban Kekerasan Fisik Mendominasi Pada 2021," *Katadata Media Network*, 2022, [https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/01/27/kpai-aduan-anak-jadi-korban-kekerasan-fisik-mendominasi-pada-2021#:~:text=Komisi Perlindungan Anak Indonesia \(KPAI\) menerima pengaduan masyarakat terkait kasus,kekerasan fisik dan atau psikis.Hlm. 1. Diakses pada Minggu, 30 Oktober 2022](https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/01/27/kpai-aduan-anak-jadi-korban-kekerasan-fisik-mendominasi-pada-2021#:~:text=Komisi%20Perlindungan%20Anak%20Indonesia%20(KPAI)%20menerima%20pengaduan%20masyarakat%20terkait%20kasus,kekerasan%20fisik%20dan%20atau%20psikis.Hlm.%201.%20Diakses%20pada%20Minggu,%2030%20Oktober%202022)

Dengan adanya peraturan yang wajib melindungi peserta didik, seharusnya angka pengaduan masyarakat kepada Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) terkait kasus-kasus menyimpang serta kekerasan terhadap anak tidak melonjak. Namun pada kenyataannya masih banyak ditemukan kasus anak atau peserta didik yang melakukan perilaku menyimpang antar teman, khususnya di lingkungan sekolah. Salah satu perilaku menyimpang di sekolah yang sering terjadi adalah *bullying*.⁸

Menurut Olweus, istilah *Bullying* merupakan kata serapan dari Bahasa Inggris yang artinya “penggertak”. *Bullying* merupakan fenomena penindasan oleh seseorang atau sekelompok orang dengan tujuan menyakiti korban yang dianggap lemah yang dilakukan secara berulang-ulang. *Bullying* juga dapat diartikan perilaku agresif yang sengaja dilakukan dan melibatkan ketidakseimbangan kekuatan atau kekuasaan.⁹

Tindakan *bullying* merupakan salah satu bentuk penindasan (penganiayaan). Dalam islam, penganiayaan termasuk dalam perbuatan yang tercela. Seperti yang tertulis dalam Al-Qur’an Surat An-Nisa ayat 30:

وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ عُدْوَانًا وَظُلْمًا فَسَوْفَ نُصَلِّيهِ نَارًا ۚ وَكَانَ ذَلِكَ

عَلَى اللَّهِ يَسِيرًا ﴿٣٠﴾

Artinya: “Dan barangsiapa berbuat demikian dengan melanggar hak dan aniaya, Maka kami kelak akan memasukkannya ke dalam api neraka yang demikian itu adalah mudah bagi Allah”¹⁰

⁸ Nur Alfiah, “Group Guidance Using Rational Emotive Behaviour Therapy Approach To Reduce Verbal Bullying (Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan Terapi Perilaku Emosional Rasional Untuk Mengurangi Bullying Verbal),” *Pamomong: Journal of Islamic Educational Counseling* 3, no. 1 (2022): 50–61, <https://doi.org/10.18326/pamomong.v3i1.50-61>.

⁹ Masdin, “Fenomena Bullying Dalam Pendidikan,” *Jurnal Al-Ta’dib* 6, no. 2 (2013): Hlm 73–83.

¹⁰ “Surat An-Nisa Ayat 30,” TafsirWeb, n.d., <https://tafsirweb.com/1562-surat-an-nisa-ayat-30.html>. Diakses pada Minggu, 30 Oktober 2022

Penjelasan dari ayat di atas adalah perbuatan penganiayaan adalah sifat tercela, Allah SWT akan memasukkan hamba-Nya yang melanggar perintah-Nya ke dalam api neraka, Oleh karena itu umat islam harus saling menyayangi sesama manusia dan menghindarkan diri dari perbuatan yang membuat orang lain merasa terzalimi, baik secara sikap, lisan, ataupun tulisan.

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan observasi di SMK Negeri 1 Bandar Lampung kelas X TKJ 3 pada 07 November 2022 dan jenis *bullying* yang sering terjadi adalah *verbal bullying*. Adapun hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap peserta didik berinisial RDJ bahwa, peserta didik tersebut dalam sehari kurang lebih 10 kali melakukan perilaku *verbal bullying*, seperti mengejek temannya dengan kata-kata yang tidak pantas “memanggil nama orang tua, memberi julukan gendut, kurus, hitam, keriting, bodoh”, membentak temannya dengan nada tinggi “woi cepetan, lelet banget”, menyuruh temannya membelikan jajanan di kantin, menyuruh teman untuk mengambil tas atau buku, pada saat bermain *game* mengumpat dengan kata kasar dan nama binatang “goblok, anjing”, dan membalas ejekan teman yang mengejek dirinya.¹¹

Perilaku *verbal bullying* yang sering dilakukan salah satu peserta didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung kelas X TKJ 3, Dalam proses wawancara guru bimbingan dan konseling menyampaikan bahwa “RDJ kebiasaannya ngatain temen secara fisik seperti: Gendut, item, jelek, rambutnya keriting, kurus ga dikasih makan, bodoh, memaki dengan kata-kata binatang dan kasar. Dia juga suka membentak, nyuruh-nyuruh temannya membelikan atau membawakan sesuatu”.¹² Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di atas, membuktikan bahwa peserta didik tersebut memiliki permasalahan menyimpang yaitu perilaku *verbal bullying* yang

¹¹ “Hasil Observasi Peneliti Terhadap Peserta Didik Insial RDJ Di Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung, 07 November 2022,” n.d.

¹² “Hasil Wawancara Peneliti Dengan Bapak Ridia Dinata Selaku Guru BK Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung, 08 November 2022,” (n.d.).

sudah menjadi kebiasaan. Berikut adalah identitas dari peserta didik yang memiliki perilaku *verbal bullying*:

Tabel 1.1 Identitas Peserta Didik

Nama	RDJ (Nama insial)
Tempat, Tanggal Lahir	Bandar Lampung, 27 Januari 2006
Jenis Kelamin	Laki-laki
Agama	Islam
Alamat	Jl. Romowijoyo No. 103, Bandar Lampung
Sekolah	SMK Negeri 1 Bandar Lampung
Kelas	10 TKJ 3

Permasalahan peserta didik tersebut, jika dibiarkan tentu saja akan semakin parah dan dapat menjadi pemicu awal dari jenis *bullying* lainnya, sehingga akan semakin sulit untuk dihentikan, dan tentu saja peserta didik tersebut akan mendapat penolakan dari lingkungan sekitarnya yang merasa kurang nyaman. Adapun hasil wawancara peneliti dengan teman sekelas RDJ yaitu insial RS yang merasa kurang nyaman, mengatakan bahwa:

“RDJ sering ngejekin nama bapak saya terus temen-temen jadi ikutan, sering nyuruh beli makan atau minum di kantin, dia membentak kalau misalnya saya gak mau disuruh. Tadinya saya kira cuma bercandaan tapi malah terus-terusan, saya jadi ga nyaman”.¹³

¹³ “Hasil Wawancara Peneliti Dengan Inisial RS Selaku Teman Sekelas RDJ, Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung, 08 November 2022,” (n.d.).

Selain itu peneliti juga melakukan wawancara dengan wali kelas X TKJ 3 yaitu Ibu Carissa Noviandri, yang sering mengamati perilaku RDJ baik dengan teman ataupun guru, mengatakan bahwa:

“Sebenarnya RDJ secara komunikasi bagus, dia mudah bergaul, baik dengan teman ataupun dengan guru dia termasuk anak yang ramah. Tetapi memang kebiasaan dia itu suka asal bicara, celetukannya yang mungkin kalau orang tidak terlalu kenal bisa sakit hati”.¹⁴

Hasil wawancara peneliti dengan RDJ juga menunjukkan bahwa kurangnya kedekatan antara RDJ dengan kedua orang tuanya di rumah:

“Saya tidak dekat dengan keluarga. Saya kalau ada masalah ga pernah cerita sama sekali kepada orang tua, sama kakak-kakak saya juga gak pernah. Jadi saya pendem sendiri aja”.¹⁵

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa di sekolah, RDJ merupakan anak yang ramah dan dapat berkomunikasi baik, dengan teman-teman ataupun gurunya. Tetapi apa yang dikatakan guru bimbingan dan konseling benar bahwa “Biasanya orang tua tidak tahu kelakuan anaknya di sekolah, karena perilaku anak di rumah berbeda jauh, bahkan berbeda 180° dengan di sekolah”.¹⁶ Terbukti oleh RDJ yang di rumah sangat tertutup dan tidak dekat dengan keluarganya.

Sikap RDJ di sekolah yang sering melakukan *verbal bullying* kepada teman-temannya, merupakan bentuk sikap mencari perhatian baik dari teman-temannya ataupun gurunya, namun memang cara yang digunakan RDJ merupakan cara yang

¹⁴ “Hasil Wawancara Peneliti Dengan Ibu Carissa Noviandri Selaku Wali Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung, 08 November 2022,” (n.d.).

¹⁵ “Hasil Wawancara Peneliti Dengan Inisial RDJ Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung, 08 November 2022,” (n.d.).

¹⁶ “Hasil Wawancara Peneliti Dengan Bapak Ridia Dinata Selaku Guru BK Kelas X TKJ 3 Di SMKN 1 Bandar Lampung, 08 November 2022,” (n.d.).

kurang tepat, karena dari ucapan-ucapannya yang tidak pantas dapat melukai perasaan orang lain, menimbulkan jenis *bullying* lainnya, bahkan lebih parahnya dapat dicontoh oleh teman-temannya. Sehingga semakin tinggi kasus *verbal bullying* yang terjadi.

Berdasarkan fenomena dan hasil wawancara di atas, dikuatkan juga oleh catatan kasus keadaan siswa yang dimiliki guru bimbingan dan konseling yang menunjukkan bahwa sudah 2 kali RDJ melakukan *verbal bullying* yang cukup parah kepada teman-temannya, upaya guru bimbingan dan konseling untuk mengatasi permasalahan *verbal bullying* yang dilakukan RDJ adalah dengan pemberian layanan konseling individu, karena dianggap lebih efektif. Hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Prayitno bahwa konseling individu efektif karena cara penyelesaian masalahnya lebih fokus dan mendalam kepada peserta didik dan sesuai dengan kemampuan peserta didik yang mengalami masalah karena dilakukan secara *face to face*.

Pada penelitian ini, peneliti memilih pendekatan behavioral dengan teknik *behaviour contract* yang bertujuan untuk mengurangi perilaku *verbal bullying* dan mengubah menjadi perilaku yang lebih santun beretika. Hal ini dikuatkan oleh pendapat Wolpe bahwa *behaviour contract* merupakan modifikasi perilaku dan prinsip belajar yang sudah teruji secara eksperimental untuk mengubah perilaku mal adaptif menjadi perilaku adaptif. Perilaku dan kebiasaan-kebiasaan mal adaptif dihilangkan dan diganti dengan penguatan perilaku adaptif.

Teknik *behaviour contract* dengan model tingkah laku dianggap cocok untuk mengatasi perilaku *verbal bullying* karena perilaku ini dapat diobservasi dan dapat diukur. Teknik *behaviour contract* juga lebih menekankan pada pemberian *reward* (hadiah), *punishment* (hukuman), dan *reinforcement* (bantuan). Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Putri dan Suyanto pada tahun 2016, menjelaskan bahwa strategi yang digunakan untuk mengurangi perilaku *bullying* salah satunya yaitu memberikan

layanan bimbingan dan konseling kepada korban ataupun pelaku *bullying* dengan memberikan *reward* (penghargaan).¹⁷

Pada masalah ini peserta didik akan diberikan *punishment* apabila tidak dapat mengikuti kontrak yang telah disepakati. Sebaliknya, jika peserta didik dapat melakukan kontrak dengan mengubah perilaku menjadi lebih baik, maka akan diberikan *reward* agar peserta didik dapat lebih semangat untuk mempertahankan perilaku adaptif yang sudah dimunculkan.¹⁸

Berdasarkan kajian penelitian terdahulu yang relevan yang dilakukan oleh Sri Sukarti, dkk pada tahun 2018 dengan menggunakan teknik *behaviour contract* dapat terbukti efektif untuk mengurangi perilaku *verbal bullying* peserta didik di kelas VIII G SMP Negeri 37 Semarang. Dalam hasil analisis penelitian, tingkat *verbal bullying* sebelum diberikan *treatment* menunjukkan nilai rata-rata tinggi, dimana indikator yang paling tinggi adalah menghina. Tingkat *verbal bullying* setelah diberikan *treatment* menunjukkan perubahan dengan nilai rata-rata kategori rendah dari berbagai indikator.

Oleh karena itu peneliti tertarik melakukan konseling individu melalui pendekatan behavioural dengan teknik *behaviour contract* yang memiliki tujuan untuk membantu konseli dengan cara membuat kontrak perjanjian untuk memodifikasi perilaku sehingga dapat mengurangi perilaku *verbal bullying* yang sering dilakukan dan menjadi kebiasaan. Selain itu peneliti juga berharap RDJ dapat mengembangkan perilakunya menjadi lebih santun lagi.

¹⁷ Suyanto Totok Putri, Fellinda Arini, "Strategi Guru Dalam Mengatasi Perilaku Bullying Di Smp," *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan* 1, no. 4 (2016): 62–76.

¹⁸ Ichwan Dwi Saputra, "Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Behavioral Contract Untuk Meminimalisir Perilaku Membolos Siswa SMA," n.d., Hlm. 10.

C. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi sejumlah masalah dalam penelitian ini yaitu:

- a. Adanya peserta didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung yang melakukan perilaku *verbal bullying* pada kelas X TKJ 3 dengan inisial RDJ.
- b. RDJ kurang mendapatkan perhatian dari orang tua, karena hubungan di rumah kurang harmonis. Sehingga dalam pergaulan RDJ tidak dipantau dan kebiasaan sejak SMP sering melakukan *verbal bullying* seperti memanggil teman dengan nama orang tua, mengejek dengan memberikan julukan “hitam, gendut, kurus, keriting”, membentak teman dengan kata-kata kasar atau binatang, sering menyuruh membelikan jajan di kantin dan menyuruh teman membawakan tas.
- c. Berdasarkan catatan kasus keadaan siswa yang dimiliki guru bimbingan dan konseling, terdapat 2 kasus *verbal bullying* yang dilakukan RDJ. Pada 25 Agustus 2022 RDJ tidak sengaja tertabrak teman sekelasnya lalu RDJ emosi memaki temannya dengan kata-kata kasar¹⁹; dan pada 16 September 2022 RDJ menyuruh temannya membelikan jajan di kantin dengan kata-kata kasar, ketika temannya tidak mau menuruti, RDJ memaki temannya.²⁰
- d. Perlunya melakukan pelaksanaan layanan konseling individu menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku *verbal bullying* peserta didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung.

¹⁹ Catatan Kasus Keadaan Siswa RDJ (Arsip Guru Bimbingan dan Konseling Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung) Pada 25 Agustus 2022 (n.d.).

²⁰ Catatan Kasus Keadaan Siswa RDJ (Arsip Guru Bimbingan dan Konseling Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung) Pada 16 September 2022 (n.d.).

D. Batasan Masalah

Agar pembahasan tidak meluas maka ruang lingkup penelitian ini hanya akan terfokus pada pelaksanaan “Eksperimentasi Layanan Konseling Individu dengan *Teknik Behaviour Contract* dalam Mengurangi Perilaku *Verbal Bullying* Pada Peserta Didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung”.

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “apakah terdapat pengaruh pelaksanaan Eksperimentasi Layanan Konseling Individu dengan Teknik *Behaviour Contract* dalam Mengurangi Perilaku *Verbal Bullying* Pada Peserta Didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung?”.

F. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah peneliti uraikan, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu: “untuk mengetahui pengaruh pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *Behaviour Contract* dalam Mengurangi Perilaku *Verbal Bullying* Pada Peserta Didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung”.

G. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah sumbangan pemikiran ilmiah dan menambah ilmu pengetahuan baru bagi penulis. Hasil penelitian ini juga dapat memberikan masukan baru bagi pengembangan ilmu khususnya bimbingan dan konseling.

2. Secara Praktis

a. Bagi Peserta Didik

Setelah dilaksanakannya penelitian ini, peserta didik diharapkan dapat mengurangi perilaku *verbal bullying* dan mengembangkan sifat-sifat serta emosi-emosi positif.

b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi guru bimbingan dan konseling di SMK Negeri 1 Bandar Lampung dalam memberikan layanan konseling individu untuk mengurangi perilaku *verbal bullying*

c. Bagi Sekolah

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk memperhatikan peserta didik menjadi pribadi yang lebih baik lagi bagi kehidupan masa depan peserta didik.

H. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

Dalam penelitian ini penulis melakukan penelaahan terhadap penelitian-penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian yang akan penulis teliti. Pada penelitian ini terdapat 7 penelitian yang relevan, yaitu diantaranya adalah:

1. Penulis Sri Sukarti, dkk., tahun 2018, *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, dengan judul Mengurangi *Bullying Verbal* Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku. Tujuan penelitian ini yaitu untuk membuktikan efektivitas konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku *bullying verbal* peserta didik. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan *design one group pretest dan post test* yang melibatkan 5 peserta didik kelas VIII G SMP Negeri 37 Semarang. yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kategori kecenderungan perilaku *verbal bullying* tinggi-sangat tinggi. Instrumen pengambilan

data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala perilaku *bullying* verbal dengan koefisien realibilitas 0,950, wawancara, dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya penurunan perilaku *bullying* verbal sesudah diberikan *treatment* secara signifikan ($Z = -2,060$, $P < 0,05$). Kesimpulan dari penelitian yang dilakukan oleh Sri Sukarti, dkk yaitu penelitian ini efektif untuk mengurangi perilaku *bullying* verbal pada peserta didik.²¹

2. Penulis Nurlinda, tahun 2015, Skripsi dengan judul Pengaruh Teknik pembuatan Kontrak Terhadap *Bullying* Verbal Peserta Didik Kelas IX SMP Negeri 9 Tarakan Tahun Pelajaran 2015/2016. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik pembuatan kontrak terhadap *bullying* verbal peserta didik kelas IX SMP Negeri 9 Tarakan Tahun Pelajaran 2015/2016. Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah *pre-experimental design* dengan bentuk *one group pre test* dan *post test*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini melibatkan 6 peserta didik kelas IX SMP Negeri 9 tarakan. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *likert bullying* verbal. Hasil penelitian diperoleh uji hipotesis t_{hitung} sebesar 4.893 sedangkan t_{tabel} dengan db $N-1 = 5$ dan taraf signifikan 5% (0,05) sebesar 2,015. Berdasarkan hasil pengelolaan *t-test* menunjukkan $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau $4.893 > 2,015$ maka dapat disimpulkan penelitian ini efektif karena adanya pengaruh teknik pembuatan kontrak terhadap *bullying* verbal peserta didik kelas IX SMP Negeri 9 Tarakan tahun pelajaran 2015/2016.²²

²¹ Mulawarman Sri Sukarti, Kusnarto Kurniawan, "Mengurangi Bullying Verbal Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku," *Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application* 7, no. 1 (2018): Hlm. 52.

²² Nurlinda, "Pengaruh Teknik Pembuatan Kontrak Terhadap Bullying Verbal Siswa Kelas IX SMP Negeri 9 Tarakan Tahun Pelajaran 2015/2016 Skripsi" (Universitas Borneo Tarakan, 2015). Hlm. iv

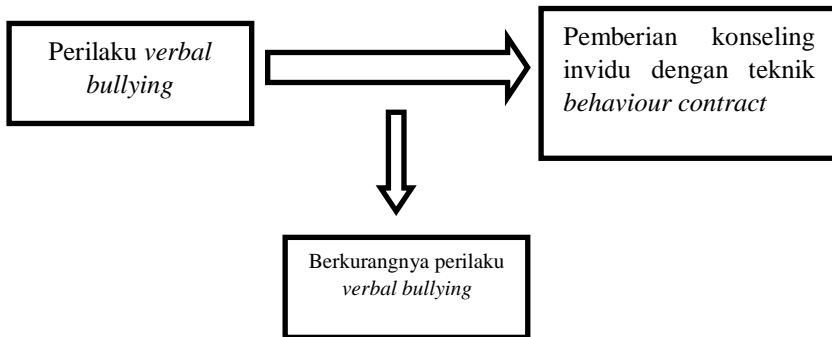
3. Penulis Nicodemus Hukubun, tahun 2021, Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Pattimura, dengan judul Penerapan Teknik *Behaviour Contract* Untuk Mengurangi Agresi Verbal Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling UNPATTI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan teknik *behaviour contract* untuk mengurangi agresi verbal pada mahasiswa program studi Bimbingan Konseling UNPATTI. Dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan metode kuasi eksperimen dengan *one group pre test dan post test design*. Adapun populasi dalam penelitian ini melibatkan 25 mahasiswa menjadi subjek yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* yang memiliki tingkat agresi verbal tinggi. Teknik analisa data yang digunakan adalah menggunakan uji t atau *t-test*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan menggunakan teknik *behaviour contract* dapat mengurangi tingkat agresi verbal mahasiswa. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisa data nilai- $t_{hitung} < -t_{tabel}$ ($-13.752 < -1.942$) dan signifikan $< 0,05$ ($0,000 < 0,05$) maka H_0 ditolak. Adapun hipotesa penelitian yaitu H1 yaitu efektif diterima.²³

I. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir adalah suatu konsep tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai suatu masalah yang dianggap penting. Jadi kerangka berfikir dalam penelitian ini adalah layanan konseling individu dengan teknik *behaviour contract* untuk mengurangi perilaku *verbal bullying* pada peserta didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung. Setelah subjek atau peserta didik mendapatkan *treatment*, diharapkan subjek dapat mengurangi perilaku *verbal bullying* dan hidup lebih produktif. Berikut dapat digambarkan kerangka berfikir dalam penelitian ini.

²³ Nicodemus Hukubun, "Penerapan Teknik Behaviour Contract Untuk Mengurangi Agresi Verbal Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling UNPATTI." (Maluku, 2021), 52–57.

Gambar 1.1 Kerangka Berfikir



J. Sistematika Penulisan

Penelitian ini disusun dalam 5 Bab dengan sistematika sebagai berikut :

BAB I. PENDAHULUAN

Bagian ini memaparkan Penegasan Judul, Latar Belakang Masalah, Identifikasi Masalah, Batasan Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan, Kerangka Berfikir dan Sistematika Penulisan.

BAB II. LANDASAN TEORI

Bagian ini berisi tentang teori-teori yang digunakan dalam penelitian ini meliputi, Konseling Individu, Teknik *Behaviour Contract*, dan *Verbal Bullying*.

BAB III. METODELOGI PENELITIAN

Bagian ini membahas tentang Metode Penelitian, dalam penelitian ini di bahas tentang, Tempat dan Waktu Penelitian, Subjek Penelitian, Metode dan Jenis Penelitian, Desain Penelitian, Pemilihan Partisipan Penelitian, Variabel Penelitian, Definisi Operasional Partisipan, Teknik Pengumpulan Data, Instrumen Penelitian, dan Analisis Data.

BAB IV. HASIL PENELITIAN

Bagian ini membahas tentang hasil yang diperoleh kemudian disajikan lalu dianalisis untuk menganalisis data yang didapatkan dari hasil observasi, wawancara, dokumentasi, dan instrument penelitian berupa lembar observasi.

BAB V. PENUTUP

Bagian ini berisi kesimpulan dan rekomendasi yang diberikan untuk peserta didik, pendidik, dan peneliti lain.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. **Konseling Individu**

1. **Pengertian Konseling Individu**

Konseling individu merupakan suatu layanan konseling yang diberikan oleh konselor kepada konseli untuk membahas permasalahan serta membantu mengentaskan permasalahan yang diderita konseli, sehingga konseli tersebut dapat hidup lebih produktif dan tercapainya tugas-tugas perkembangan secara optimal.

Sedangkan menurut Prayitno dan Erman Amti berpendapat bahwa konseling individu merupakan suatu layanan yang diberikan konselor secara langsung tatap muka dengan konseli. Dalam layanan tersebut berfokus pada pengentasan masalah konseli sesuai dengan kemampuan dan kekuatan konseli tersebut. Konseling juga dapat dikatakan sebagai jantung hatimya pelayanan bimbingan secara menyeluruh. Jika layanan konseling telah terlaksana, maka permasalahan konseli akan teratasi secara efektif dan upaya-upaya bimbingan yang lainnya dapat mengikuti atau sebagai peran pendamping.²⁴

Sofyan Willis mengatakan bahwa “Konseling individu merupakan pertemuan konselor dan konseli secara individual bertatap muka langsung, dimana terjadi suatu hubungan konseling yang bernuansa *rapport* dan konselor berusaha untuk memberikan bantuan untuk membantu konseli dapat mengantisipasi masalah-masalah

²⁴ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: RINEKA CIPTA, 2015).

yang dihadapinya serta dapat mengembangkan pribadi konseli tersebut”.²⁵

Adapun ayat Al-Qur’an yang menerangkan adanya konseling dalam firmanNya:

فَقُولَا لَهُ قَوْلًا لَّيِّنًا لَّعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَىٰ

Artinya: “Berbicaralah kamu berdua kepadanya (Fir’aun) dengan perkataan yang lemah lembut, mudah-mudahan dia sadar atau takut”. (Q.S: Taha: 44)²⁶

Ayat tersesebut menceritakan Nabi Musa dan Nabi Harun dalam berdakwah untuk menyampaikan ayat-ayat Allah kepada Raja Fir’aun menggunakan bahasa yang lemah lembut. Kaitannya dengan konseling yaitu, menjelaskan bahwa konselor dalam memberikan nasehat atau melarang konseli dari perilaku yang tidak baik harus bersabars serta menggunakan tutur kata yang lemah lembut, supaya tidak menyinggung dan menyakiti perasaan konseli. Sehingga konseli tersebut dapat sadar dan berfokus mengentaskan permasalahannya dengan optimal.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa konseling individu merupakan suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan secara tatap muka langsung oleh konselor kepada konseli yang membahas serta mengentaskan permasalahan yang dihadapi konseli secara optimal. Sehingga konseli tersebut dapat hidup lebih produktif dan dapat mengembangkan pribadinya menjadi lebih baik.

2. Tujuan Konseling Individu

Tujuan konseling individu ada 2 tujuan, yaitu secara umum dan secara khusus. Secara umum tujuan

²⁵ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori Dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2019), www.cvalfabeta.com.

²⁶ “Surat Taha,” Litequran.net, 2022, <https://litequran.net/taha>.

konseling individu yaitu supaya konseli dapat mengubah hidupnya ke arah yang lebih teratur dan produktif, melalui terlaksananya tugas-tugas perkembangan secara optimal, kemandirian, dan kebahagiaan hidup.²⁷ Sedangkan secara khususnya bertujuan untuk membantu konseli agar dapat mencapai tujuan perkembangannya yang meliputi aspek pribadi-sosial, akademik (belajar), dan karir.²⁸

Selain itu tujuan dari konseling individu supaya terciptanya pribadi individu yang dapat menjalankan tugas-tugas perkembangannya dengan baik, serta dapat mengentaskan segala permasalahan yang dihadapinya secara optimal, baik dalam lingkungan keluarga ataupun social.²⁹ Dengan kata lain tujuan konseling individu yaitu upaya konselor untuk membantu mengentaskan permasalahan yang dihadapi konseli.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa, tujuan dari konseling individu yaitu membantu konseli dalam mengentaskan permasalahan yang dihadapinya secara optimal, serta membantu konseli untuk mencapai tugas-tugas perkembangannya. Setelah mendapatkan layanan konseling individu, diharapkan konseli dapat melakukan tindakan preventif terhadap permasalahan-permasalahan yang ada dihidupnya, mendapatkan pemahaman diri dan lingkungannya, serta dapat memelihara kondisi diri yang sudah baik agar tetap baik, atau bahkan dapat mengupgrade diri menjadi jauh lebih baik lagi.

²⁷ Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2012).

²⁸ Maya Nadia Septiani, "Pengaruh Bimbingan Dan Konseling Individu Terhadap Perilaku Konsumtif Remaja," *Irsyad : Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam* 7, no. 2 (2019): 167–90, <https://doi.org/10.15575/irsyad.v7i2.877>.

²⁹ Zulamri Zulamri, "Pengaruh Layanan Konseling Individual Terhadap Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas II B Pekanbaru," *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam* 2, no. 2 (2019): 19, <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6526>.

3. Fungsi Konseling Individu

Konseling individu memiliki beberapa fungsi yang dipenuhi melalui pelaksanaan kegiatan konseling. Fungsi-fungsi tersebut adalah sebagai berikut:³⁰

a. Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman adalah fungsi konseling yang menghasilkan pemahaman bagi konseli tentang dirinya (seperti: minat, bakat, pemahaman kondisi fisiknya), lingkungannya, dan berbagai informasi (seperti: informasi pendidikan dan informasi karir).

b. Fungsi Pencegahan

Fungsi pencegahan atau sering disebut fungsi preventif adalah fungsi konseling yang menghasilkan kondisi untuk mencegah atau menghindari konseli dari berbagai permasalahan yang akan timbul, yang dapat menghambat dalam proses perkembangannya.

c. Fungsi Pengentasan

Fungsi pengentasan menghasilkan kemampuan konseli untuk menyelesaikan masalah-masalah yang diderita konseli dalam kehidupan dan perkembangannya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa fungsi konseling individu merupakan suatu layanan dimana konselor memberikan pemahaman kepada konseli tentang permasalahan yang dideritanya, ketika konseli telah memahami, maka permasalahan dapat dientaskan dan dapat dampak dari permasalahan tersebut dapat dicegah.

³⁰ Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, 2015. Hlm 197.

4. Asas-Asas Konseling Individu

Asas-asas konseling akan memperlancar proses yang ada di dalam layanan konseling individu. Konselor dan konseli harus saling mengenal satu sama lain dan memperoleh *chemistry*. Adapun asas-asas konseling yaitu sebagai berikut:³¹

a. Asas Kerahasiaan

Asas kerahasiaan merupakan asas yang menuntut harus dirahasiakannya segenap data dan keterangan konseli yang menjadi sasaran layanan. Data tersebut biasanya merupakan privasi yang tidak boleh atau tidak layak diketahui oleh orang lain. Dalam hal ini konselor berkewajiban untuk menjaga kerahasiaan data konseli dengan baik.

b. Asas Kesukarelaan

Asas kesukarelaan yaitu asas yang menghendaki adanya rasa suka dan rela konseli dan konselor dalam melaksanakan kegiatan konseling. Baik itu konselor dan konseli tidak ada rasa keterpaksaan dalam melakukan konseling, sehingga proses konseling dapat terlaksana dengan lancar.

c. Asas Keterbukaan

Asas keterbukaan yaitu asas yang menghendaki konseli bersifat terbuka, apa adanya, dan tidak berpura-pura. Baik itu dalam memberikan keterangan atau informasi yang berguna bagi pengembangan dirinya. Konselor juga harus terlebih dahulu bersikap terbuka, agar konseli tidak merasa canggung saat melakukan proses konseling. Konselor juga memiliki kewajiban untuk mengembangkan keterbukaan konseli, supaya proses konseling dapat berjalan dengan lancar.

³¹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, Edisi 2 (Jakarta: Rineka Cipta, 2015). Hlm. 114

d. Asas Kegiatan

Asas kegiatan yaitu asas yang menghendaki konseli untuk berpartisipasi secara aktif dalam proses konseling. Konselor juga harus memberikan dorongan dan memotivasi konseli agar dapat berperan aktif dalam setiap proses konseling yang diberikan.

e. Asas Kemandirian

Asas kemandirian yaitu asas yang menunjukkan pada tujuan umum bimbingan dan konseling. Dimana konseli diharapkan dapat menjadi individu yang mandiri, mandiri disini yaitu konseli dapat mengenal dirinya sendiri, lingkungannya, mampu mengambil suatu keputusan, mengarahkan, serta mewujudkan diri sendiri. Konselor juga memiliki peran untuk mengarahkan segenap layanan bimbingan dan konseling agar berkembangnya kemandirian peserta didik.

f. Asas Kekinian

Asas kekinian yaitu asas yang menghendaki agar objek sasaran layanan bimbingan dan konseling atau permasalahan yang dihadapi oleh konseli dalam kondisi kekinian atau terbaru. Masa lalu dan masa depan dianggap sebagai dampak dan memiliki keterkaitan dengan pa yang dilakukan konseli pada saat ini (sekarang).

g. Asas Kedinamisan

Asas kedinamisan yaitu menghendaki agar isi layanan terhadap konseli selalu bersifat dinamis, yaitu bergerak maju, tidak monoton, dan terus berkembang yang mana berkelanjutan sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangannya dari waktu ke waktu.

h. Asas Keterpaduan

Asas keterpaduan yaitu asas yang menghendaki agar berbagai layanan bimbingan dan konseling saling

menunjang, harmonis, dan terpadu. Dalam hal ini bimbingan dan konseling bekerja sama dan berkoordinasi dengan berbagai pihak yang terkait.

i. Asas Kenormatifan

Asas kenormatifan yaitu asas yang menghendaki agar seluruh layanan bimbingan dan konseling didasarkan pada norma-norma. Baik itu norma agama, norma adat istiadat, norma hukum, peraturan yang berlaku, ilmu pengetahuan, hingga kebiasaan-kebiasaan yang berlaku. Konselor juga harus dapat meningkatkan kemampuan konseli dalam memahami dan mengamalkan norma-norma tersebut.

j. Asas Keahlian

Asas keahlian yaitu asas yang menghendaki agar layanan bimbingan dan konseling diselenggarakan atas dasar-dasar kaidah-kaidah professional. Profesionalitas konselor harus terwujud baik dalam menyelenggarakan jenis-jenis layanan bimbingan dan konseling, dan dalam penegakan kode etik bimbingan dan konseling.

k. Asas Alih Tangan Kasus

Asas alih tangan kasus yaitu asas yang menghendaki agar konselor dapat menerima alih tangan kasus dari orang tua, guru, dan lain-lain. Selain dapat menerima alih tangan kasus, konselor juga dapat mengalih-tanggankan kasus kepada pihak-pihak yang berkaitan yang lebih kompeten.

l. Asas Tut Wuri Handayani

Asas Tut Wuri Handayani yaitu asas yang menghendaki agar pelayanan bimbingan dan konseling secara keseluruhan dapat mengayomi, memberikan rasa aman, mengembangkan keteladanan, dan memberikan motivasi kepada konseli untuk hidup lebih maju.

5. Teknik Umum Koseling Individu

Teknik umum konseling individu merupakan teknik konseling yang sering digunakan dalam tahapan-tahapan konseling dan merupakan teknik dasar konseling yang harus dikuasai konselor. Teknik umum konseling individu diantaranya sebagai berikut:³²

a. Perilaku *attending*

Perilaku *attending* atau biasa dikenal sebagai perilaku konselor saat menghampiri atau menyambut konseli. Perilaku *attending* menunjukkan komponen perilaku non verbal, contohnya seperti kontak mata dan ekspresi wajah. Perilaku *attending* konselor akan membuat konseli merasa dihargai, merasa nyaman untuk bercerita dan bersikap terbuka.

b. Empati

Empati yaitu perilaku konselor dimana dapat merasakan perasaan, pengalaman, dan pikiran konseli. Konselor yang melakukan empati akan lebih mudah memasuki dunia dalam konseli, sehingga konseli lebih mudah untuk bersikap terbuka dan jujur pada saat bercerita. Adapun 2 jenis perilaku empati yang harus dikuasai seorang konselor, yaitu memasuki dunia dalam konseli dengan cara biasa (*primary empathy-PE*) ataupun dengan cara yang lebih mendalam yaitu (*advance accurate empathy-AAE*).

c. Refleksi

Refleksi yaitu perilaku konselor untuk menangkap perasaan, pikiran, dan pengalaman konseli. Kemudian merefleksikan kembali kepada konseli. Hal ini dilakukan oleh konselor karena seringkali konseli tidak sadar akan

³² Neni Noviza dan Hartika Utami Fitri, *Teknik Umum Dan Teknik Khusus Dalam Konseling Individual* (Palembang: Noerfikri offset, 2018).

perasaan, pikiran, dan pengalaman yang menguntungkan atau merugikan.

d. Eksplorasi

Eksplorasi yaitu perilaku konselor yang digunakan untuk menggali perasaan, pikiran, dan pengalaman konseli. Eksplorasi akan membuat konseli jujur untuk menceritakan perasaan, pikiran, dan pengalamannya. Eksplorasi ada 3 jenis, yaitu eksplorasi perasaan, eksplorasi pikiran, dan eksplorasi pengalaman.

e. Menangkap Pesan Utama (*Paraphrasing*)

Dalam praktiknya, seringkali konseli sulit mengarahkan pembicaraan kepada pokok-pokok permasalahan, oleh karena itu konselor harus bias menangkap pesan utama yang dibahas oleh konseli. Konselor juga harus menggunakan kata-kata yang mudah dipahami konseli.

f. Pertanyaan Terbuka (*Open Question*)

Pertanyaan terbuka atau *open question* yaitu suatu teknik memancing yang digunakan konselor agar konseli dapat berbicara untuk mengungkapkan perasaan, pikiran, dan pengalaman. Biasanya pertanyaan terbuka diawali dengan kata: apakah, bagaimana, adakah, dapatkah, bolehkah.

g. Pertanyaan Tertutup (*Closed Question*)

Pertanyaan tertutup atau *closed question* yaitu teknik yang digunakan konselor agar konseli dapat berbicara untuk mengungkapkan perasaan, pikiran, dan pengalaman. Biasanya bentuk-bentuk pertanyaan yang sering dimulai dengan kata-kata; apakah, adakah. Kemudian konseli harus menjawab dengan kata-kata singkat seperti “ya” atau “tidak”.

h. Dorongan Minimal

Dorongan minimal merupakan teknik yang dilakukan konselor pada saat konseli terbata-bata atau tersendat

dalam mengungkapkan emosinya (perasaan, pikiran, dan pengalaman). Untuk mempermudah konseli, maka konselor harus memberikan dorongan minimal seperti “lalu...?” “terus...?” “.

i. Interpretasi

Interpretasi merupakan teknik yang digunakan oleh konselor untuk mengulas perasaan, pikiran, dan pengalaman konseli dengan mengarah pada teori-teori, bukan berdasarkan pandangan subjektif konselor. Konselor yang professional harus menjadi rujukan konseli, pada saat konseli kebingungan karena kurang rujukan.

j. Mengarahkan (*Directing*)

Mengarahkan atau *directing* merupakan teknik yang digunakan oleh konselor untuk mengarahkan konseli dalam melakukan sesuatu. Mengarahkan atau *directing* merupakan teknik konseling yang akan membuat konseli terarah kepada tujuan dari konseling itu sendiri.

k. Menyimpulkan Sementara

Menyimpulkan sementara merupakan teknik yang digunakan oleh konselor untuk menyimpulkan hasil dari pembicaraan antara konseli dan konselor secara bertahap ke arah pembicaraan yang jelas, maka setiap waktu tertentu konselor dan konseli harus menyimpulkan pembicaraan yang sudah dilakukan.

l. Memimpin (*Leading*)

Memimpin atau *leading* merupakan teknik yang digunakan oleh konselor untuk mengarahkan pembicaraan konseli dalam wawancara konseling sehingga tujuan konseling tercapai dan konseli pun menjadi lebih terarah karena dipimpin oleh konselor yang professional.

m. Fokus

Dalam proses konseling, konseli yang sudah dapat terbuka kepada konselor, seringkali pembicaraannya menyimpang keluar topik pembicaraan. Oleh sebab itu, konselor harus membantu konseli untuk fokus berkonsentrasi pada topik pembicaraan.

n. Konfrontasi

Konfrontasi merupakan teknik yang digunakan konselor untuk menantang konseli untuk melihat adanya inkonsistensi antara perkataan dengan bahasa tubuh, ide awal dengan ide berikutnya, senyum dan kepedihan dan sebagainya. Oleh karena itu konselor harus menguasai teknik konfrontasi agar konseli kembali bersikap konsisten.

o. Menjernihkan (*Clarifying*)

Menjernihkan atau *clarifying* merupakan teknik yang digunakan konselor untuk jeli dalam mengamati konseli yang ragu, berbicara samar-samar. Karena mungkin saja konseli tersebut menyimpan rahasia, maka konseli kurang jelas dalam mengungkapkan perasaan, pikiran, dan pengalamannya.

p. Memudahkan

Memudahkan yaitu teknik yang digunakan oleh konselor untuk membuka komunikasi agar konseli lebih leluasa dalam berbicara. Sehingga konseli dapat dengan mudah menyampaikan perasaan, pikiran, dan pengalamannya. berbicara, menyatakan perasaan, pikiran, dan pengalamannya secara bebas.

q. Diam

Diam merupakan teknik yang dilakukan oleh konselor untuk memberi jeda waktu kepada konseli. Konselor menunggu konseli yang sedang berfikir sejenak sekitar 5-10 detik., supaya konseli dapat berfikir secara jernih.

r. Mengambil Inisiatif

Mengambil inisiatif dilakukan konselor ketika konseli kurang aktif, kurang bersemangat untuk berkomunikasi, seringkali bersikap pasif sehingga kurang berpartisipasi. Konselor yang professional harus berinisiatif menemukan cara untuk membuat konseli mau diajak berkomunikasi kembali.

s. Memberikan Nasehat

Memberikan nasehat merupakan teknik yang dilakukan oleh konselor untuk membantu konseli dalam mempertimbangkan pembuatan keputusan, supaya konseli lebih yakin.

t. Pemberian Informasi

Pemberian informasi merupakan teknik yang dilakukan konselor untuk membantu konseli melalui informasi-informasi yang konselor miliki. Jika konselor tidak memiliki informasi sebaiknya jujur katakan tidak memiliki. Namun jika konselor memiliki informasi, sampaikan kepada konseli untuk membantunya.

u. Merencanakan

Merencanakan merupakan teknik yang digunakan oleh konselor menjelang akhir sesi konseling, teknik ini digunakan untuk membantu agar konseli membuat rencana produktif agar tercapainya perkembangan pribadi konseli.

v. Menyimpulkan

Menyimpulkan merupakan teknik terakhir dalam sesi konseling, dimana konselor menyimpulkan secara keseluruhan yang menyangkut perasaan, pikiran, dan pengalaman hasil dari pembicaraan dengan konseli. Konselor juga harus membantu konseli yakin kepada rencana yang telah disusunnya.

Teknik umum konseling individu yang sudah dijelaskan di atas, sangat penting dilakukan, karena teknik-teknik tersebut dapat menjadi panduan konselor dalam menghadapi konseli. Sehingga konselor dapat membantu menyelesaikan permasalahan konseli dan memantapkan rencana yang sudah disusun konseli.

6. Tahapan Konseling Individu

Menurut Prayitno, layanan konseling individu atau konseling perorangan terdiri dari beberapa tahapan, diantaranya yaitu sebagai berikut:³³

a. Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan meliputi mengidentifikasi konseli, mengatur waktu pertemuan dengan konseli, mempersiapkan tempat dan perangkat teknis yang akan digunakan, menetapkan fasilitas layanan konseling, dan menyiapkan kelengkapan administrasi konseli.

b. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, dibagi menjadi 3 tahapan, 1) tahap awal, pada tahap awal konselor harus membangun *rapport*, mengadakan penstrukturan, dan kontrak waktu dengan konseli; 2) tahap kegiatan, pada tahap kegiatan terdiri dari identifikasi masalah konseli, diagnosis, prognosis, dan pemberian *treatment* untuk konseli dan 3) tahap akhir, dimana pada tahap akhir konselor dan konseli membuat kesimpulan, menyusun rencana tindakan, dan melakukan penilaian segera.

³³ Fitriana Khusnul Khotimah, Dini Rakhmawati, and Chr.Argo Widiharto, "Perbedaan Kinerja Konselor Dalam Melaksanakan Layanan Konseling Perorangan Antara Konselor Lulusan PPK Dengan Konselor Yang Belum Menempuh PPK Se-Jawa Tengah," *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 5, no. 1 (2019): 39–44.

c. Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi, konselor melakukan evaluasi jangka pendek atau evaluasi sementara dari sesi konseling.

d. Tahap Analisis Hasil Evaluasi

Pada tahap analisis hasil evaluasi yaitu konselor menafsirkan hasil keseluruhan dari sesi konseling.

e. Tahap Tindak Lanjut

Pada tahap tindak lanjut, terdiri dari konselor membantu konseli untuk menetapkan jenis arah tindak lanjut dan mengkomunikasikan rencana tindak lanjut.

f. Tahap Laporan

Pada tahap laporan, terdiri dari menyusun laporan, kemudia menyampaikan laporan kepada pihak terkait, dan yang terakhir yaitu mendokumentasikan laporan.

B. Teknik *Behaviour Contract*

1. Pengertian Teknik *Behaviour Contract*

Teknik *behaviour contract* pertama kali digunakan oleh L.P Homme pada tahun 1996. Terdapat berbagai upaya yang dapat digunakan untuk mengurangi perilaku verbal bullying pada peserta didik, salah satunya yaitu dengan menerapkan memodifikasi perilaku dengan konseling behavioural teknik *behaviour contract* atau kontrak perilaku. Behaviour contract termasuk salah satu teknik pembelajaran pendekatan konseling terapi behavioural yang dapat digunakan untuk membantu menyelesaikan permasalahan perilaku maladaptif pada diri konseli yang ingin diubah menjadi lebih baik.³⁴

³⁴ Muchammad Kahfi Chalimi, "Implementasi Teknik Behavior Contract Untuk Memotivasi Siswa Dalam Penyelesaian Pekerjaan Rumah (PR) Di Madrasah

Menurut Miltenberger *behaviour contract* merupakan kesepakatan tertulis antara dua orang atau lebih yang terdiri dari konselor dan konseli yang sepakat untuk terlibat dalam sebuah perilaku target.³⁵ Pendapat Miltenberger menjelaskan bahwa *behaviour contract* merupakan kesepakatan antara konselor dan konseli, dimana konselor membantu konseli dalam memodifikasi perilaku yang ingin diubah.

Sedangkan menurut Latipun, *behaviour contract* adalah persetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk mengubah perilaku tertentu pada diri konseli. Konselor dapat memilih perilaku yang realistis dan dapat disepakati. Setelah konseli dapat mengubah perilakunya sesuai dengan kesepakatan, maka konseli akan mendapatkan *reward* atau hadiah. Dalam hal ini pemberian *reward* positif lebih diperlukan daripada pemberian *punishment*.³⁶

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *behaviour contract* adalah kesepakatan modifikasi perilaku antara konselor dan konseli untuk mengetahui dan menilai perilaku yang telah disepakati sudah dilakukan dengan baik. Apabila sudah dilakukan dengan baik, maka konsel akan diberikan *reward* atau penghargaan atas keberhasilan dalam merubah perilaku yang sudah disepakati.

Pelaksanaan teknik *behaviour contract* diharapkan peserta didik dapat mengubah perilakunya menjadi lebih baik, konselor juga harus memberikan penguatan agar konseli tidak mengulangi perilaku sebelumnya. Penguatan tidak harus selalu memberikan hadiah, tetapi bisa juga melalui kata-kata positif yang membuat semangat, acungan jempol, memberi tepuk tangan, dan lain-lain.

Tsanawiyah Negeri (MTSN) Pilangkenceng Madiun,” *Jurnal Pendidikan Islam*, n.d., Hlm. 82.

³⁵ Bradley T. Effort, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor Edisi Kedua*, Edisi 2 (Jakarta: Pustaka Belajar, 2016). Hlm. 405.

³⁶ Saputra, “Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Behavioral Contract Untuk Meminimalisir Perilaku Membolos Siswa SMA.”

Dengan dilakukannya *behaviour contract*, peserta didik berusaha untuk mengubah perilakunya sesuai dengan kontrak yang telah disepakati. Hal ini dikarenakan, jika peserta didik melakukan apa yang telah disepakati dalam *behaviour contract*, maka peserta didik akan mendapatkan *reinforcement* (penguatan) yang membuat peserta didik termotivasi.

2. Tujuan *Behaviour Contract*

Tujuan *behaviour contract* atau kontrak perilaku menurut Sarafino adalah untuk memperoleh tingkah laku yang baru (positif), mengurangi tingkah laku yang dianggap kurang baik, dan mempertegas tingkah laku baru yang sudah disepakati. Raymond berpendapat bahwa *behaviour contract* bertujuan untuk mengganti perilaku yang lebih baik yang sesuai dengan kontrak yang sudah disepakati dan harus mampu menerima konsekuensi dari kontrak tersebut. Konselor juga harus membantu konseli dalam mengembangkan perilaku target yang sudah baik menjadi lebih baik lagi.

Sedangkan menurut Reswatiyo dan Rahmi, tujuan dari *behaviour contract* adalah dapat terhapusnya perilaku negatif peserta didik yang sering melakukan pelanggaran di sekolah. Sehingga peserta didik tersebut dapat meningkatkan kedisiplinan dalam berperilaku dan mengembangkannya menjadi lebih baik.³⁷

Dari tujuan yang sudah disampaikan para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan dari teknik *behaviour contract* adalah untuk mengganti perilaku yang kurang baik menjadi perilaku yang baik, serta mengembangkan perilaku yang baik menjadi lebih baik. Dengan menambah atau

³⁷ Cindy Marisa et al., "Konseling Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Sekolah Di Tingkat Menengah Kejuruan" 4, no. 2 (2020): Hlm. 334, <https://doi.org/10.26539/teraputik-42421>.

mengurangi tingkat perilaku melalui sebuah kontrak perilaku yang sudah disepakati oleh kedua belah pihak (konselor dan konseli).

3. Syarat-Syarat *Behaviour Contract*

Sebelum melakukan teknik *behaviour contract*, konselor harus menjelaskan kepada konseli apa saja syarat-syarat dalam melakukan *behaviour contract*, yaitu sebagai berikut:

- a. Memiliki batasan yang tepat mengenai permasalahan konseli.
- b. Kesiediaan konseli untuk melakukan suatu prosedur
- c. Menjelaskan tugas yang harus dilakukan secara *detail* dan menentukan *reinforcement* yang akan diberikan secara jelas.

Hal ini sesuai dengan prinsip dasar *behaviour contract* menurut Komalasari, yaitu sebagai berikut:

- a. Kontrak disertai dengan penguatan
- b. *Reinforcement* diberikan dengan segera
- c. Kontrak harus dinegosiasikan secara terbuka dan bebas serta disepakati oleh kedua belah pihak (konselor dan konseli)
- d. Kontrak harus *fair* atau adil bagi konselor dan konseli
- e. Kontrak harus jelas, baik itu target *behaviour*, frekuensi, dan lamanya kontrak berlangsung.

4. Langkah-Langkah Pelaksanaan *Behaviour Contract*

Dalam buku Teori dan Teknik Konseling, Komalasari menjelaskan langkah-langkah yang digunakan dalam membuat *behaviour contract*, yaitu sebagai berikut:³⁸

- a. Memilih perilaku yang diinginkan untuk diganti dengan menggunakan analisis Anteseden-Behaviour-Consequence (ABC).
- b. Menentukan data awal sesuai dengan tingkah laku yang ingin diganti.
- c. Menentukan reinforcement yang akan diberikan setiap target *behaviour* muncul.
- d. Memberikan reinforcement setiap kali tingkah laku yang diinginkan ditampilkan sesuai jadwal dan kesepakatan kontrak.
- e. Memberikan penguatan setiap saat tingkah laku yang ditampilkan menetap.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat penulis simpulkan bahwa langkah-langkah pelaksanaan *behaviour contract* yaitu sebagai berikut:

- a. Membuat analisis ABC

A = *Antecedent* (pencetus perilaku)

Suatu peristiwa yang membuat individu melakukan perilaku maladaptif, dalam penelitian ini yaitu perilaku *verbal bullying*.

B = *Behaviour* (Perilaku yang dianggap bermasalah)

Dapat dilihat dari tipe tingkah laku, bisa dengan frekuensi tingkah laku, ataupun dengan durasi tingkah laku, serta dengan intensitas tingkah laku, dan data tingkah laku itu sendiri. Data yang telah didapat akan menjadi data awal

³⁸ Andry Anshari, "Penerapan Teknik Behavioral Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Di SMK Negeri 3 Sidrap," *Artikel Jurnal Universitas Negeri Makasar*, 2020, Hlm. 9.

pada fase *baseline* A1 dan dibandingkan dengan data setelah dilakukannya intervensi.

C = *Consequence* (Konsekuensi atau akibat dari perilaku)

b. Menentukan tujuan perilaku

Setelah mengetahui perilaku maladaptif apa yang akan dimodifikasi, kemudian menentukan tujuan perilaku adaptif yang akan dicapai sesuai kesepakatan kedua belah pihak.

c. Menetapkan *reinforcement* yang tepat

Menentukan penguatan dan *punishment* dari perilaku yang sudah dilakukan, sesuai dengan kesepakatan kedua belah pihak.

d. Menjelaskan proses kontrak

Konselor harus menjelaskan mengenai isi kontrak perilaku secara keseluruhan, bagaimana prosesnya, apa saja peraturan yang harus dipatuhi, berapa lama waktu yang dibutuhkan, apa dan bagaimana *feedback* yang akan didapatkan jika kontrak sudah tercapai dan sampai pada proses pengakhiran sesi konseling.

e. *Review* dan negosiasi

Konselor dapat memilih untuk melakukan peninjauan kontrak secara mingguan atau sesuai waktu yang telah ditentukan, untuk memastikan konseli tidak mengulangi perilaku maladaptif dan untuk mengevaluasi kemajuan konseli. Apabila tidak ada kemajuan, mungkin pemberian *reinforcement* kurang sesuai.

Selain itu terdapat juga langkah-langkah *behaviour contract* menurut Ketut Dewa Sukardi Kusumawati Nila Desek P.E, sebagai berikut:

a. Persiapan, meliputi kesiapan fisik dan psikis konselor, tempat dan lingkungan sekitar, perlengkapan, pemahaman konseli dan waktu.

- b. *Rapport*, yaitu konselor menjalin hubungan pribadi yang baik dengan konseli sejak awal, proses, hingga konseling berakhir. Ditandai dengan adanya rasa aman, bebas, saling percaya dan terbuka.
- c. Pendekatan masalah, konselor memberikan motivasi kepada konseli agar bersedia bercerita persoalan yang dihadapi dengan bebas dan terbuka.
- d. Pengungkapan, dimana konselor mengadakan pengungkapan untuk mendapatkan kejelasan tentang inti masalah konseli secara mendalam dan mengadakan kesepakatan bersama dalam menentukan masalah inti. Sehingga konseli dapat memahami dirinya dan mengadakan perubahan atas perilakunya.
- e. Diagnostik, langkah untuk menetapkan latar belakang atau faktor penyebab masalah yang dihadapi konseli.
- f. Prognosa, langkah dimana konselor dan konseli menyusun rencana-rencana pemberian bantuan atau pemecahan masalah yang dihadapi konseli.
- g. *Treatment*, merupakan tahap realisasi dari tahap prognosa. Tahap ini berdasarkan kesepakatan antara konselor dan konseli dalam menangani masalah yang dihadapi. Konselor melaksanakan untuk mengatasi masalah tersebut, dan konselor memberikan motivasi agar konseli dapat mengubah perilakunya menjadi yang diharapkan dan lebih baik.
- h. Evaluasi dan tindak lanjut, langkah untuk mengetahui keberhasilan dan efektifitas konseling yang telah diberikan. Berdasarkan hasil yang telah dicapai oleh konseli, selanjutnya konselor melakukan tindak lanjut.

5. Manfaat *Behaviour Contract*

Menurut Komalasari manfaat dari teknik *behaviour contract* yaitu sebagai berikut:³⁹

- a. Membantu konseli untuk mengurangi perilaku maladaptif dan mengembangkan perilaku adaptif.
- b. Membantu konseli meningkatkan kedisiplinan dalam berperilaku.
- c. Memberi pengetahuan kepada konseli tentang perubahan perilaku dirinya sendiri.
- d. Meningkatkan kepercayaan diri konseli.

6. Format *Behaviour Contract*

Untuk lebih jelas memahami tentang bagaimana penerapan teknik *behavior contract* atau kontrak perilaku, maka di bawah ini ada beberapa contoh format *behavior contract*:

- a. Format *behaviour contract* menurut Munawir Yusuf dan Edy Legowo:⁴⁰

³⁹ Gantina Komalasari, *Teori Dan Teknik Konseling*, ed. Bambang Sarwiji (Jakarta: INDEKS, 2011). Hlm. 415.

⁴⁰ Munawir Yusuf dan Edy Legowo, *Mengatasi Kebiasaan Buruk Anak Dalam Belajar Melalui Modifikasi Perilaku* (Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Direktorat Ketenagaan, 2007). Hlm. 219.

**Tabel 2.1 Format *behaviour contract* menurut
Munawir Yusuf dan Edy Legowo**

Banda Aceh, 30 Mei 2018	
Siswa	: Ayu Haslianti
Guru	: Zaitun Jannah
Tujuan	: Untuk mengurangi perilaku menyontek
Persetujuan	
Siswa	: Saya setuju untuk mengurangi perilaku menyontek dan berusaha tidak akan melakukannya lagi
Guru	: Ibu Zaitun, Guru saya, setuju untuk memuji ulasan saya.
Surat Peringatan	
Siswa	: Saya akan di berikan tugas tambahan jika masih menyontek.
Guru	: Ketua kelas dan guru mata pelajaran akan menmberei informasi kepada saya tentang perubahan perilaku setelah diberikan kontrak perilaku.
Konsekuensi	
Jika kontrak berhasil:	
Siswa	: Saya dengan bangga akan menceritakan kepada orang tua bahwa saya tidak menyontek lagi.
Guru	: Akan diberi pujian di depan teman-temannya.
Jika kontrak gagal:	
Siswa	: Saya harus membaca dua buku dalam sehari dan harus meringkasnya, dan saya harus mengerjakan soal sebanyak dua bab buku

Guru : Tidak akan memberikan pujian dan bertepuk tangan untuknya di depan kelas.

Kontrak berlaku: mulai tanggal 01 Juni sampai 10 Juni 2018

Peserta Didik

Guru BK

Ayu Haslianti

Zaitun Jannah

b. Format *behaviour contract* menurut Komalasari

Tabel 2.2 Format *behaviour contract* menurut Komalasari

KONTRAK TINGKAH LAKU	
<p>Saya,.....pada tanggal.....menyatakan saya bahwa setuju melakukan hal-hal di bawa ini:</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	
.....
Ttd Peserta Didik	Ttd Guru BK
<p>Usaha saya dianggap berhasil jika:</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	

Bila saya telah berhasil melakukan hal di atas, maka saya akan mendapatkan

.....

Tanggal berakhirnya kontrak,

.....

Ttd Peserta Didik

.....

Ttd Guru BK

Pada format ini menjelaskan bahwa siswa setuju melakukan hal yang diinginkan bahwa akan mengurangi *verbal bullying* lagi serta jika berhasil maka akan mendapatkan *reinfocement* positif serta ada tertera batas berakhirnya kontrak perilaku. Apabila kontrak perilaku berakhir diharapkan siswa tidak akan terulang lagi perilaku yang tidak diinginkan karena telah terikat dengan kontrak perilaku. Kontrak perilaku juga harus ditandatangani oleh kedua belah pihak yaitu konselor dan konseli.

C. *Verbal Bullying*

1. Pengertian *Verbal Bullying*

Bullying berasal dari kata Bahasa Inggris “*bull*” yang artinya banteng, maksud dari kata tersebut adalah binatang banteng yang suka merunduk kesana kemari. Dalam Bahasa Indonesia, *bullying* disebut juga dengan istilah perundungan yang artinya suatu bentuk atau perilaku agresi yang dilakukan secara berulang-ulang dengan tujuan mengganggu korban yang dianggap lebih lemah dari pelaku

bullying. Victorian Departement of Education and Early Childhood Development menjelaskan bahwa *bullying* dapat terjadi jika seseorang atau sekelompok orang bersikap mengganggu baik itu secara fisik ataupun psikologis yang bersifat mengancam property, reputasi, atau penerimaan social seseorang yang dilakukan secara terus menerus.⁴¹

Ken Rigby mendefinisikan *bullying* sebagai hasrat untuk menyakiti korban yang dianggap lemah, yang dilakukan oleh seorang atau sekelompok orang yang merasa dominan dan kuat secara langsung dan berulang-ulang. Sedangkan menurut Chakrawati *bullying* berarti perilaku yang mengganggu orang yang dianggap lemah, sehingga *bullying* dapat didefinisikan sebagai perundungan, penindasan, perpeloncoan, penggertakan, pengucilan, pemalakan dan sebagainya.⁴²

Berdasarkan pemaparan di atas, terdapat salah satu jenis *bullying* yang seringkali dilakukan karena dapat menjadi awal dari perilaku *bullying* jenis lainnya, dan dapat menjadi langkah awal pada *bullying* atau kekerasan selanjutnya, yaitu *verbal bullying*. Coloroso dalam Zakiyah, berpendapat bahwa *verbal bullying* merupakan suatu bentuk penindasan yang paling sering dilakukan, baik itu oleh laki-laki ataupun perempuan, berupa ejekan, celaan, julukan nama, kritikan kejam, fitnah, dan penghinaan lainnya.⁴³

Sedangkan menurut Suciartini dan Sumartini jenis *verbal bullying* sering dijumpai di kalangan remaja ataupun siswa di sekolah dan merupakan salah satu jenis *bullying* yang paling mudah dilakukan, mengarah pada suatu

⁴¹ Slamet Riyadi, *Materi Layanan Klasikal Bimbingan Dan Konseling Untuk SMK Kelas 10* (Yogyakarta: Paramitha, 2016).

⁴² Fitria Chakrawati, *Bullying Siapa Takut* (Solo: PT. Tiga Serangkai Pustaka Mandiri, 2015).

⁴³ Ela Zain Zakiyah Dkk, "Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying," *Jurnal Penelitian Dan PPM* 4 (2017): 324–30.

tindakan yang dilakukan untuk merendahkan harga diri seseorang yang dianggap lebih lemah.⁴⁴

Teori lain yang diungkapkan yaitu teori oleh Slonje, Smith, dan Bhat pada tahun 2008 dalam Silmia Putri yang mengembangkan bentuk *bullying* menjadi lebih variatif, yang mana terdapat jenis verbal *bullying*. Dalam penelitian ini perilaku *verbal bullying* dapat disimpulkan sebagai tindakan yang paling sering dilakukan, berupa ejekan, pemberian julukan, pengertakan dengan kata-kata kasar dan sebagainya yang ditujukan untuk menyakiti dan merendahkan harga diri seseorang yang dilakukan secara terus menerus.

2. Jenis-Jenis *Bullying*

Barbara Coloroso dalam Yuyarti membagi *bullying* dalam 4 jenis, diantaranya yaitu sebagai berikut.⁴⁵

a. *Bullying* Fisik

Bullying secara fisik merupakan jenis *bullying* yang paling mudah untuk diidentifikasi. Seseorang yang seringkali melakukan *bullying* fisik sudah termasuk dalam tingkatan *bullying* yang paling tinggi (parah) dan cenderung akan melakukan tindakan-tindakan kriminal lainnya. Indikator *bullying* fisik meliputi: memukul, menojok, mendorong, menunjuk kepala, menjambak, menendang, mencubit, menampar, mengunci sendirian di ruangan, dan mendengungkan kepala.

b. *Bullying* Verbal

Bullying secara verbal merupakan jenis *bullying* yang paling mudah untuk dilakukan dan merupakan langkah awal untuk melakukan jenis *bullying* yang lainnya.

⁴⁴ Ni Luh Putu Unix Sumartini, Ni Nyoman Ayu Suciartini, "Verbal Bullying Dalam Media Sosial," *Jurnal Pendidikan Bahasa Indonesia* 6, no. 2 (2018): 152–171.

⁴⁵ Yuyarti, "Mengatasi Bullying Melalui Pendidikan Karakter," *Jurnal Kreatif* 9, no. 1 (2018): 52–57.

Bullying verbal dilakukan lewat perkataan yang ditujukan untuk menyakiti. Indikator verbal *bullying* meliputi: mengejek, memanggil dengan sebutan buruk atau nama orang tua, membentak, mengeluarkan kata-kata kasar, mengancam, sering memerintah, menyoraki, memfitnah, mempermalukan, menakut-nakuti, dan menyebarkan gosip.⁴⁶

c. *Bullying* Relasional

Bullying secara relasional merupakan jenis *bullying* yang paling sulit untuk diidentifikasi karena mencakup perilaku dan sikap yang tersembunyi seperti, lirikan yang sinis, helaan nafas, tertawa mengejek, bahasa tubuh yang mengejek, pandangan yang agresif.

d. *Cyberbullying*

Cyberbullying merupakan jenis *bullying* yang dilakukan di media elektronik seperti, *handphone*, *computer*, *website*, *email*, *social media*, *chatting room*, dan sebagainya. Indikator *cyberbullying* meliputi: mengirim pesan berisi hinaan, mengancam melalui *chat*, menghina melalui telepon, menyindir di media sosial, dan menyebarkan foto atau video memalukan.

3. Faktor Penyebab Verbal Bullying

Menurut Ariesto dalam Dian ada beberapa factor penyebab terjadinya *verbal bullying*, yaitu sebagai berikut:⁴⁷

a. Faktor Keluarga

Keluarga merupakan tempat dimana karakter seorang individu pertama kali dibentuk, peran orang tua serta

⁴⁶ Silmia Putri, "Profil Perilaku Bullying Di Pesantren Dan Implikasinya Bagi Bimbingan Dan Konseling Pribadi Sosial" (Universitas Pendidikan Indonesia, 2013), <http://repository.upi.edu/4598/>.

⁴⁷ Dian Toberi Sugiarta, "Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Role Playing Dalam Mengurangi Perilaku Bullying Pada Peserta Didik Di Kelas VII SMPN 3 Bandar Lampung" (UIN Raden Intan Lampung, 2019).

pola asuh terhadap pembentukan karakter individu sangat berpengaruh. Di dalam keluarga juga anak akan mengamati serta merekam apa yang dilakukan oleh orang tua ataupun anggota keluarga lain. Apabila orang tua atau anggota keluarga lain memberikan contoh perbuatan yang tidak baik, sering berkata-kata yang tidak pantas, membentak, dan bergosip di depan anak, maka anak tersebut cenderung akan menirukan apa yang dilakukan orang tuanya kepada teman-temannya.

b. Faktor Lingkungan Sekolah

Lingkungan sekolah yang kurang memperhatikan perilaku *bullying*, sudah pasti banyak kasus *bullying* yang terjadi. Kurangnya sosialisasi serta informasi tentang *bullying* membuat anak kurang paham tentang *bullying*. Bahkan seringkali *bullying* berawal dari sebuah candaan antar teman, peserta didik yang kurang paham akan perilaku *bullying* akan menganggap bercandaan yang sudah terlewat batas sebagai hal yang wajar dilakukan.

c. Faktor Teman Sebaya

Faktor teman sebaya sudah jelas sangat mempengaruhi sikap seseorang, apabila individu salah dalam memilih teman sebaya bahkan berada dalam lingkup pertemanan yang sering melakukan *bullying*, maka individu tersebut akan mudah terpengaruh oleh ajakan melakukan perilaku *bullying*.

d. Faktor Kondisi Lingkungan Sosial

Faktor lingkungan sosial yang kurang baik pasti akan memberikan dampak yang tidak baik juga bagi seorang individu. Kondisi lingkungan sosial yang kurang memperhatikan pendidikan, biasanya sering terjadi tindakan *bullying*.

e. Faktor Tayangan Televisi dan Media Sosial

Di era yang serba digital seperti saat ini, semua orang dapat mengakses apapun dan kapanpun, tidak terlepas dari seorang remaja yang mana memiliki rasa ingin tahu yang sangat tinggi. Tidak menutup kemungkinan remaja yang melakukan *bullying* berawal dari melihat tayangan di televisi atau mencontoh dari hal-hal viral yang menjadi *trending* di sosial media.

4. Dampak Perilaku *Verbal Bullying*

Menurut Rigby dampak perilaku *verbal bullying* dibagi menjadi 4 kategori, diantaranya yaitu:⁴⁸

a. Rendahnya Kesejahteraan Psikologis

Dampak dari perilaku *verbal bullying* yaitu korban akan memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah, mental korban akan lemah, perasaan korban akan lebih sensitif, korban menjadi mudah marah, dan merasa harga dirinya rendah.

b. Rendahnya Percaya Diri

Korban dari perilaku *verbal bullying* sudah pasti akan merasa kurang percaya diri. Korban akan memiliki pandangan serta kemampuan bersosial yang rendah, sehingga korban akan menarik diri dari pergaulan dan lingkungannya. Korban akan cenderung bersikap tertutup dan mengisolasi diri dari sekitarnya.

c. *Psychological Distress* (Tekanan Psikologis)

Dampak perilaku *verbal bullying* yang selanjutnya adalah korban akan merasa tertekan kondisi psikologisnya. Korban akan memiliki tingkat kecemasan yang sangat tinggi. Korban yang merasa *stress* yang sudah memasuki tingkat tinggi akan berfikir untuk melakukan bunuh diri.

⁴⁸ Hasyim Asy'ari and Lia Dahlia, "School Bullying Pada Siswa Smp Al Fajar Ciputat Tangerang Selatan Banten," *El-Idare: Journal of Islamic Education Management* 1, no. 01 (2015): 1-14.

d. Dampak Secara Fisik

Dampak yang terakhir yaitu dampak secara fisik. Korban dari perilaku *verbal bullying* akan merasakan terluka secara fisik seperti sakit kepala karena banyak pikiran dan kurang istirahat, hilangnya nafsu makan, gangguan tidur (*insomnia*), dan jika korban melakukan *self harm* (melukai dirinya sendiri) dapat ditemukan luka bekas goresan benda-benda tajam.

5. Upaya Mengatasi Perilaku *Verbal Bullying*

Banyak sekali kasus *verbal bullying* yang dilakukan oleh peserta didik, menunjukkan bahwa kurangnya tingkat pemahaman peserta didik terhadap perilaku *verbal bullying*. Oleh karena itu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi perilaku *verbal bullying* yaitu sebagai berikut:

a. Menegakan Kedisiplinan Sekolah

Penegakan kedisiplinan sekolah harus ditaati oleh seluruh peserta didik, guru, dan pegawai di sekolah. Kedisiplinan tentang berpakaian sesuai aturan, kehadiran dengan tepat waktu, guru harus disiplin untuk masuk kelas sesuai jam pelajarannya akan mengurangi perilaku *bullying*. Jika sekolah sudah menerapkan kedisiplinan dengan baik, seperti tidak adanya kelas yang kosong tanpa guru, maka akan mengurangi celah peserta didik untuk melakukan kegiatan yang negatif.

b. Tersedianya Fasilitas, Sarana, dan Prasarana yang Memadai

Sekolah secara bertahap harus melengkapi fasilitas, sarana dan prasarana yang memadai dan sesuai kebutuhan peserta didik. Agar proses kegiatan belajar mengajar dapat berjalan dengan baik, sehingga peserta didik dapat menyalurkan serta mengembangkan bakatnya dengan

baik. Dengan banyaknya kegiatan yang positif tentu saja akan mengurangi perilaku *verbal bullying* di sekolah.

c. Membantu Mengatasi Permasalahan Peserta Didik

Salah satu penyebab terjadinya perilaku menyimpang di sekolah yaitu karena adanya permasalahan yang tidak terselesaikan dengan baik. Dalam hal ini guru BK harus lebih peka untuk mengamati perilaku peserta didik yang mulai menyimpang dan perlu melakukan sesi konseling untuk peserta didik yang dianggap bermasalah. Guru bimbingan dan konseling juga harus dapat menggali informasi tentang latar belakang peserta didik.

d. Menjalin Kolaborasi dengan Pihak Terkait

Upaya untuk mengatasi perilaku *verbal bullying*, tentu saja guru bimbingan dan konseling tidak dapat bekerja seorang diri. Guru BK harus berkolaborasi dengan wali kelas, guru mata pelajaran, teman kelas, orang tua, KPAI setempat, bahkan dengan pihak kepolisian.

e. Melakukan Sosialisasi Anti-Bullying

Sosialisasi juga sangat diperlukan untuk meningkatkan pemahaman peserta didik, dengan adanya sosialisasi tentang *bullying* maka dapat melakukan tindakan pencegahan. Slogan-slogan tentang anti-*bullying* juga dapat menjadi peringatan untuk peserta didik agar tidak melakukan perilaku *bullying*.

6. Verbal Bullying Dalam Pandangan Islam

Di dalam Islam, *bullying* sudah ada sejak zaman dahulu, bahkan sebelum Nabi Muhammad lahir ke dunia. Salah satunya pada zaman Nabi Yusuf, dimana Nabi Yusuf sering mendapat perlakuan kasar dari kakak-kakaknya. Sampai suatu hari kakak-kakaknya merencanakan untuk menganiaya Nabi Yusuf, kemudian menenggelamkannya ke dalam sumur. Hal tersebut dilakukan karena rasa cemburu

kepada Nabi Yakub (ayah mereka) yang terlalu perhatian kepada Nabi Yusuf, padahal Nabi Yakub melakukan hal tersebut, karena Nabi Yusuf sejak kecil sudah ditinggal wafat oleh ibunya dan kurang mendapatkan kasih sayang.⁴⁹ Perilaku kakak-kakak Nabi Yusuf merupakan suatu bentuk *bullying* karena berupa perbuatan yang disengaja untuk menyakitkan dan dilakukan terus menerus oleh pihak yang kuat kepada pihak yang dianggap lemah.

Selanjutnya perilaku *verbal bullying* dialami oleh Nabi Muhammad SAW pada saat berdakwah, orang-orang Quraisy berusaha segala macam cara dan taktik untuk menghentikan dakwah Nabi Muhammad. Taktik yang dilakukan berupa ejekan, penghinaan, olok-olok untuk melemahkan mental Nabi Muhammad. Orang-orang Quraisy juga melemparkan berbagai macam fitnah kepada Nabi Muhammad, bahkan mereka menyebut Nabi sebagai orang yang gila, penyihir, dan pendusta.⁵⁰ Namun perbuatan orang-orang Quraisy tidak membuat Nabi Muhammad menghentikan dakwahnya, Nabi tetap melakukan dakwah baik dengan cara terang-terangan atau bersembunyi. Pada saat didzalimi Nabi tidak membalas perbuatan orang-orang Quraisy, Nabi memilih untuk berdoa dan tetap melanjutkan dakwahnya kepada orang-orang Quraisy.

Di dalam Al-Qur'an juga menjelaskan bahwa perbuatan *verbal bullying* atau mengolok-olok merupakan perbuatan yang tercela dan Allah benci, sebagaimana yang tertera dalam ayat-ayat berikut:

⁴⁹ Sindy Kartika Sari, "Bullying Dan Solusinya Dalam Al-Quran," *Academic Journal of Islamic Principles and Philosophy* 1, no. 1 (2020): 63–76, <https://doi.org/10.22515/ajipp.v1i1.2421>.

⁵⁰ Muhammad Sabir and M Ag, "Amar Ma'ruf Dan Nahi Munkar (Suatu Pendekatan Hadis Dakwah Dalam Perubahan Sosial)," *Potret Pemikiran* 19, no. 2 (2015): Hlm. 18.

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرُونَ مِنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا
 مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءً مِنْ نِسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِمَّنَّ وَلَا تَلْمِزُوا
 أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِاللِّقَابِ ۗ بئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ
 الْإِيمَانِ ۚ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ﴿١١﴾

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barangsiapa yang tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim. (Q.S Al-Hujurat:11).

Dalam Q.S Al-Hujurat menjelaskan bahwa orang-orang yang beriman baik itu laki-laki ataupun perempuan tidak diperbolehkan merendahkan dengan memberi julukan yang mengandung ejekan, dan barangsiapa yang tidak mau bertaubat maka termasuk orang yang zalim.

Sedangkan dalam Q.S An-Nisa ayat 148 menjelaskan bahwa Allah Maha Mendengar dan Maha Mengetahui, Allah sangat tidak menyukai perkataan buruk yang diucapkan, kecuali perkataan tersebut adalah doa dari orang-orang yang didzalimi oleh orang lain.

﴿ لَا تَحِبُّ اللَّهُ الْجَهْرَ بِالسُّوِّءِ مِنَ الْقَوْلِ إِلَّا مَنْ ظَلَمَ ۗ وَكَانَ اللَّهُ

سَمِيْعًا عَلِيْمًا ﴿١٤٨﴾

Artinya: “Allah tidak menyukai perkataan buruk, kecuali yang diucapkan secara terus terang oleh orang yang didzalimi. Dan Allah Maha Mendengar dan Maha Mengetahui”.

Allah juga menegaskan kembali, bahkan bersumpah kepada orang-orang yang sering melakukan perilaku dzalim atau tercela, yaitu mereka orang yang suka mengumpat dan mencela orang lain, orang yang suka ghibah, dan orang yang menggunakan isyarat mata dan alis dengan sengaja untuk menyakiti hati, dalam Q.S Al-Humazah ayat 1, yaitu sebagai berikut:

وَيْلٌ لِّكُلِّ هُمَزَةٍ لُّمَزَةٍ ۝

Artinya: “Celakalah bagi setiap pengumpat dan pencela”

Di dalam Islam perbuatan menyakiti atau membenci sesama merupakan perbuatan yang tercela, sebagaimana terdapat dalam sebuah hadist dari Anas, bahwasanya Rasulullah bersabda: “Janganlah engkau semua saling benci-membenci, saling dengki-mendengki, saling belakang-membelakangi, dan saling putus-memutuskan ikatan persahabatan atau kekeluargaan dan jadilah engkau semua wahai hamba-hamba Allah sebagai saudara-saudara. Tidaklah halal bagi seseorang Muslim kalau ia meninggalkan, yakni tidak menyapa sudaranya lebih dari tiga hari (Muttafaq ‘Alaihi).

Menurut Garib Ahmad, dalam undang-undang pidana Mesir, membedakan perbuatan penghinaan kepada tiga tindakan:

1. *Al-Ihanah*, yaitu setiap ucapan yang dianggap kebiasaan terdapat unsur hinaan dan penyerangan terhadap harkat dan martabat dalam pandangan manusia.
2. *Al-Qadaf*, yaitu menuduhkan kepada seseorang atas perbuatan yang tercela.

3. *Al-Subbu*, secara bahasa adalah kutukan, yaitu setiap hinaan yang menuduh dan menempelkan aib kepada seseorang.⁵¹

Islam menjunjung tinggi moral, kasih sayang, karakter kejujuran dan keadilan. Secara langsung manusia juga diamanahi untuk menjadi khalifah di muka bumi untuk menegakan keadilan. Islam tidak membedakan kedudukan manusia atas dasar apapun kecuali berdasarkan ketakwaan. Oleh karena itu *verbal bullying* memiliki keterkaitan dengan ajaran di dalam islam, karena Allah sangat melarang perbuatan tercela seperti mengejek, megolok-olok, menggunjing, memfitnah, memberi julukan yang mengandung ejekan, dan perbuatan yang dapat menyakiti hati sesama. Bahkan Allah pun bersumpah “Celakalah!” untuk orang-orang yang dzalim, karena sesungguhnya Allah Maha Melihat, Allah Maha Mendengar, dan Allah Maha Mengetahui apa yang kita kerjakan.

⁵¹ Yayan Muhammad Royani, “Kajian Hukum Islam Terhadap Ujaran Kebencian/Hate Speech Dan Batasan Kebebasan Berekspresi,” *UIN Walisongo Semarang*, 2015, 1–27.

DAFTAR RUJUKAN

- Alfiah, Nur. "Group Guidance Using Rational Emotive Behaviour Therapy Approach To Reduce Verbal Bullying (Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan Terapi Perilaku Emosional Rasional Untuk Mengurangi Bullying Verbal)." *Pamomong: Journal of Islamic Educational Counseling* 3, no. 1 (2022): 50–61. <https://doi.org/10.18326/pamomong.v3i1.50-61>.
- Amti, Prayitno dan Erman. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Edisi 2. Jakarta: Rineka Cipta, 2015.
- Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: RINEKA CIPTA, 2015.
- Anshari, Andry. "Penerapan Teknik Behavioral Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Di SMK Negeri 3 Sidrap." *Artikel Jurnal Universitas Negeri Makasar*, 2020, Hlm. 9.
- Asy'ari, Hasyim, and Lia Dahlia. "School Bullying Pada Siswa Smp Al Fajar Ciputat Tangerang Selatan Banten." *El-Idare: Journal of Islamic Education Management* 1, no. 01 (2015): 1–14.
- Catatan Kasus Keadaan Siswa RDJ (Arsip Guru Bimbingan dan Konseling Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung) Pada 16 September 2022 (n.d.).
- Catatan Kasus Keadaan Siswa RDJ (Arsip Guru Bimbingan dan Konseling Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung) Pada 25 Agustus 2022 (n.d.).
- Chakrawati, Fitria. *Bullying Siapa Takut*. Solo: PT. Tiga Serangkai Pustaka Mandiri, 2015.
- Chalimi, Muchammad Kahfi. "Implementasi Teknik Behavior Contract Untuk Memotivasi Siswa Dalam Penyelesaian Pekerjaan Rumah (PR) Di Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTSN) Pilangkenceng Madiun." *Jurnal Pendidikan Islam*, n.d., Hlm. 82.

- Dihni, Vika Azkiya. “KPAI: Aduan Anak Jadi Korban Kekerasan Fisik Mendominasi Pada 2021.” Katadata Media Network, 2022.
[https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/01/27/kpai-aduan-anak-jadi-korban-kekerasan-fisik-mendominasi-pada-2021#:~:text=Komisi Perlindungan Anak Indonesia \(KPAI\) menerima pengaduan masyarakat terkait kasus,kekerasan fisik dan atau psikis.](https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/01/27/kpai-aduan-anak-jadi-korban-kekerasan-fisik-mendominasi-pada-2021#:~:text=Komisi%20Perlindungan%20Anak%20Indonesia%20(KPAI),menerima%20pengaduan%20masyarakat%20terkait%20kasus,kekerasan%20fisik%20dan%20atau%20psikis.)
- Dkk, Ela Zain Zakiyah. “Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying.” *Jurnal Penelitian Dan PPM* 4 (2017): 324–30.
- Effort, Bradley T. *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor Edisi Kedua*. Edisi 2. Jakarta: Pustaka Belajar, 2016.
- Farena, Yossi. “Konseling Individu Dengan Teknik Modeling Dalam Meningkatkan Self Control (Studi Kasus Pada Klien ‘L’ Di Perumnas Talang Kelapa Alang-Alang Lebar Palembang.” 2019, 29–69. <http://repository.radenfatah.ac.id/5251/>.
- Fitri, Neni Noviza dan Hartika Utami. *Teknik Umum Dan Teknik Khusus Dalam Konseling Individual*. Palembang: Noerfikri offset, 2018.
- Hasanah, Hasyim. “Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial).” *At-Taqaddum* 8, no. 1 (2017): 21. <https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163>.
- “Hasil Observasi Peneliti Terhadap Peserta Didik Insial RDJ Di Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung, 07 November 2022,” n.d.
- “Hasil Wawancara Peneliti Dengan Bapak Ridia Dinata Selaku Guru BK Kelas X TKJ 3 Di SMKN 1 Bandar Lampung, 08 November 2022.” n.d.
- “Hasil Wawancara Peneliti Dengan Bapak Ridia Dinata Selaku Guru BK Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung, 08 November 2022.” n.d.
- “Hasil Wawancara Peneliti Dengan Ibu Carissa Noviandri Selaku

Wali Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung, 08 November 2022.” n.d.

“Hasil Wawancara Peneliti Dengan Inisial RDJ Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung, 08 November 2022.” n.d.

“Hasil Wawancara Peneliti Dengan Inisial RS Selaku Teman Sekelas RDJ, Kelas X TKJ 3 SMKN 1 Bandar Lampung, 08 November 2022.” n.d.

Hukubun, Nicodemus. “Penerapan Teknik Behaviour Contract Untuk Mengurangi Agresi Verbal Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling UNPATTI.” 52–57. Maluku, 2021.

Indra, Prahmana Rully Charitas. *Single Subject Research (Teori Dan Implementasinya: Suatu Pengantar)*. *Journal of Chemical Information and Modeling*. Vol. 53, 2021.

Juang Sunanto, Koji Takeuchi, Hideo Nakata. *Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal*. Tsukuba: CRICED University of Tsukuba, 2005.

Khotimah, Fitriana Khusnul, Dini Rakhmawati, and Chr.Argo Widiharto. “Perbedaan Kinerja Konselor Dalam Melaksanakan Layanan Konseling Perorangan Antara Konselor Lulusan PPK Dengan Konselor Yang Belum Menempuh PPK Se-Jawa Tengah.” *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 5, no. 1 (2019): 39–44.

Komalasari, Gantina. *Teori Dan Teknik Konseling*. Edited by Bambang Sarwiji. Jakarta: INDEKS, 2011.

“Kontrak Perilaku RDJ 20 Februari 2023 Di SMKN 1 Bandar Lampung.Pdf,” n.d.

Kratochwill, Thomas R. *Single Subject Research Strategies for Evaluating Change*. New York: Academic Press, 1978.

Legowo, Munawir Yusuf dan Edy. *Mengatasi Kebiasaan Buruk Anak Dalam Belajar Melalui Modifikasi Perilaku*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Direktorat Ketenagaan, 2007.

- Marisa, Cindy, Wildha Banu Yekti, Yeni Karneli, Universitas Indraprasta Pgri, S M K Taruna Bhakti, and Universitas Negeri Padang. "Konseling Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Sekolah Di Tingkat Menengah Kejuruan" 4, no. 2 (2020): Hlm. 334. <https://doi.org/10.26539/teraputik-42421>.
- Maryam, Siti, and Fatmawati Fatmawati. "Kematangan Emosi Remaja Pelaku Bullying." *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 3, no. 2 (2018): 69–74. <https://doi.org/10.17977/um001v3i22018p069>.
- Masdin. "Fenomena Bullying Dalam Pendidikan." *Jurnal Al-Ta'dib* 6, no. 2 (2013): 73–83.
- Mita, Rosaliza. "Wawancara Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif." *Jurnal Ilmu Budaya* 11, no. 2 (2015): 9. <https://media.neliti.com/media/publications/100164-ID-wawancara-sebuah-interaksi-komunikasi-da.pdf>.
- Mukhsin, Raudhah, Palmarudi Mappigau, Andi Nixia Tenriawaru, and Orientasi Kewirausahaan. "Pengaruh Orientasi Kewirausahaan Terhadap Tahan Hidup Usaha Mikro Kecil Dan Menengah Kelompok Pengolahan Hasil Perikanan Di Kota Makassar." *Jurnal Analisis* 6, no. 2 (2017): 188–93.
- Nasution, Leni Masnidar. "Statistik Deskriptif." *Jurnal Hikmah* 1, no. 14 (2017): Hlm. 49.
- Nurlinda. "Pengaruh Teknik Pembuatan Kontrak Terhadap Bullying Verbal Siswa Kelas IX SMP Negeri 9 Tarakan Tahun Pelajaran 2015/2016 Skripsi." Universitas Borneo Tarakan, 2015.
- Prahmana, Rully Charitas Indra. *Single Subject Research (Teori Dan Implementasinya Suatu Pengantar)*. Yogyakarta: UAD Press, 2021. <http://bookstore.uad.ac.id>.
- . *Single Subject Research Teori Dan Implementasinya: Suatu Pengantar*. Yogyakarta: UAD Press, 2021.
- Prasetyo, Anggun Resdasari, Dr. phil. Dian Veronika Sakti Kaloeti, Amalia Rahmandani, Salma, and Jati Ariati. *Buku Ajar*

Metodologi Penelitian Eksperimen. Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952., 2020.

- Puji nurlaelawati. “Pengaruh Media Kartu Kata Fokus Warna Dalam Meningkatkan Kemampuan Belajar Membaca Permulaan Anak Tunagrahita Ringan.” *Universitas Pendidikan Indonesia / Repository.Upi.Edu | Perpustakaan.Upi.Edu*, 2014.
- Putri, Fellinda Arini, Suyanto Totok. “Strategi Guru Dalam Mengatasi Perilaku Bullying Di Smp.” *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan* 1, no. 4 (2016): 62–76.
- Putri, Silmia. “Profil Perilaku Bullying Di Pesantren Dan Implikasinya Bagi Bimbingan Dan Konseling Pribadi Sosial.” *Universitas Pendidikan Indonesia*, 2013. <http://repository.upi.edu/4598/>.
- Riyadi, Slamet. *Materi Layanan Klasikal Bimbingan Dan Konseling Untuk SMK Kelas 10*. Yogyakarta: Paramitha, 2016.
- Royani, Yayan Muhammad. “Kajian Hukum Islam Terhadap Ujaran Kebencian/Hate Speech Dan Batasan Kebebasan Berekspresi.” *UIN Walisongo Semarang*, 2015, 1–27.
- Sabir, Muhammad, and M Ag. “Amar Ma’ruf Dan Nahi Munkar (Suatu Pendekatan Hadis Dakwah Dalam Perubahan Sosial).” *Potret Pemikiran* 19, no. 2 (2015): Hlm. 18.
- Saputra, Ichwan Dwi. “Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Behavioral Contract Untuk Meminimalisir Perilaku Membolos Siswa SMA,” Hlm. 10, n.d.
- Sari, Sindy Kartika. “Bullying Dan Solusinya Dalam Al-Quran.” *Academic Journal of Islamic Principles and Philosophy* 1, no. 1 (2020): 63–76. <https://doi.org/10.22515/ajipp.v1i1.2421>.
- Septiani, Maya Nadia. “Pengaruh Bimbingan Dan Konseling Individu Terhadap Perilaku Konsumtif Remaja.” *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam* 7, no. 2 (2019): 167–90. <https://doi.org/10.15575/irsyad.v7i2.877>.
- Setiawan, Ebta. “Kamus Besar Bahasa Indonesia (Online),” n.d. <https://kbbi.web.id/kurang>.

- Soedarmadji, Hartono dan Boy. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Prenadamedia Group, 2012.
- Sri Sukarti, Kusnarto Kurniawan, Mulawarman. “Mengurangi Bullying Verbal Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku.” *Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application* 7, no. 1 (2018): Hlm. 52.
- Sriwahyuni, Irna, Departemen Pendidikan Khusus, Fakultas Ilmu Pendidikan, and Universitas Pendidikan Indonesia. “Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Hiperaktif Pada Peserta Didik Low Vision.” *Jassi Anakku* 19, no. 1 (2018): 49–54.
- Suci Arischa. “Analisis Beban Kerja Bidang Pengelolaan Sampah Dinas Lingkungan Hidup Dan Kebersihan Kota Pekanbaru.” *Jurnal Online Mahasiswa Universitas Riau* 6, no. Edisi 1 Januari-Juni 2019 (2019): 1–15. <http://weekly.cnbnews.com/news/article.html?no=124000>.
- Sugiarta, Dian Toberi. “Pemberian Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Role Playing Dalam Mengurangi Perilaku Bullying Pada Peserta Didik Di Kelas VII SMPN 3 Bandar Lampung.” UIN Raden Intan Lampung, 2019.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta, 2018.
- Sukmadinata, N.S. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011.
- Sumartini, Ni Nyoman Ayu Suciartini, Ni Luh Putu Unix. “Verbal Bullying Dalam Media Sosial.” *Jurnal Pendidikan Bahasa Indonesia* 6, no. 2 (2018): 152–71.
- “Surat An-Nisa Ayat 30.” TafsirWeb, n.d. <https://tafsirweb.com/1562-surat-an-nisa-ayat-30.html>.
- “Surat Taha.” Litequran.net, 2022. <https://litequran.net/taha>.
- Susilo, Puji, and Denok Setiawati. “Studi Tentang Perilaku Bullying Verball Dan Penanganannya Pada Siswa Kelas XI SMA I Al-Aly Kelitidu Bojonegoro.” *Jurnal BK Unesa* 12, no. 1 (2021):

54–63.

Ulfa, Rafika. “Variabel Penelitian Dalam Penelitian Pendidikan.” *Al-Fathonah: Jurnal Pendidikan Dan Keislaman* 1, no. 1 (2021): 342–51.

Willis, Sofyan. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: Alfabeta, 2019. www.cvalfabeta.com.

Yuwono, Imam. *Penelitian SSR (Single Subject Research)*. Jilid 1. Banjarmasin: Plb Unlam, n.d.

Yuyarti. “Mengatasi Bullying Melalui Pendidikan Karakter.” *Jurnal Kreatif* 9, no. 1 (2018): 52–57.

Zulamri, Zulamri. “Pengaruh Layanan Konseling Individual Terhadap Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas II B Pekanbaru.” *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam* 2, no. 2 (2019): 19. <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6526>.

