

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN  
TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN  
*SELF ESTEEM* KORBAN *BULLYING*  
(Penelitian Pada Siswa Kelas X IPS SMA Negeri 1 Kota Magelang)**

**SKRIPSI**



Disusun Oleh :  
ADIB BAGAS SAMUDRA  
23.0301.0038

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG  
2025**

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Perubahan zaman yang semakin pesat telah membawa dampak di berbagai aspek kehidupan tidak terkecuali dalam dunia pendidikan. Terselenggaranya pendidikan yang efektif dan efisien pada satuan pendidikan sangat dipengaruhi oleh suasana kondusif yang diciptakan oleh semua komponen yang berperan dalam mengantar peserta didik untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Dalam kenyataannya tujuan dari pendidikan itu sendiri belum sepenuhnya tercapai, karena masih adanya kasus penyimpangan perilaku kekerasan yang dilakukan di kalangan remaja yang memerlukan perhatian dari berbagai pihak.

Salah satu masalah yang berkembang di sekolah adalah kecenderungan siswa melakukan perilaku *bullying*. Menurut (Budiana et al., 2022) Perilaku *bullying* adalah penggunaan kekuasaan atau kekuatan untuk menyakiti seseorang sehingga korban merasa tertekan, trauma, tidak berdaya, dan peristiwanya terjadi berulang-ulang. *Bullying* melibatkan kekuatan dan kekuasaan tidak seimbang yang dimiliki antara pelaku dan korban. Sehingga korban berada pada kondisi yang tidak berdaya untuk mempertahankan diri secara efektif melawan tindakan negatif yang diterimanya. Umumnya orang lebih mengenal istilah-istilah pemalakan, pengucilan, intimidasi, dan lain-lain. Kasus kekerasan di lingkungan sekolah, seperti tawuran, pencurian, pelecehan

seksual, guru memukul siswa, senior menganiaya junior, dipaksa membuat tugas sekolah oleh temannya.

Pada dasarnya penilaian terhadap diri sendiri maupun orang lain ini biasa disebut dengan *Self esteem* pada remaja sering dikaitkan dengan pencarian identitas diri dengan berusaha mencari status sebagai seorang yang berdiri sendiri tanpa bantuan ayah dan ibu. Berdasarkan uraian di atas, perlu kiranya siswa yang memiliki masalah tentang perilaku asertif dibantu memecahkan masalah yang dihadapi. Banyak cara yang dapat dilakukan salah satu diantaranya melalui *Assertive Training* (pelatihan asertif). Penekanan *Assertive Training* adalah pada "keterampilan" dan penggunaan keterampilan tersebut dalam tindakan, (Alberti, 2008:130).

Berdasarkan hasil Observasi dan wawancara dengan guru BK peneliti mendapat informasi bahwa siswa kelas x ips sman kota mgl memiliki berbagai permasalahan yang berkaitan dengan harga diri rendah diantaranya Siswa merasa tidak mampu mengikuti berbagai kegiatan akademik maupun non akademik siswa akan cenderung menyendiri dan menjauh dari teman-temannya, Siswa tidak dapat berhubungan sosial dengan teman sebayanya sehingga dalam kegiatan kelompok siswa tersebut akan kesulitan untuk menemukan kelompok belajar yang sesuai Dan Saat proses pembelajaran didalam kelas siswa enggan mengungkapkan pendapatnya sehingga terkesan pasif dalam proses pembelajaran. Berkaitan dengan permasalahan diatas mayoritas siswa yang memiliki *self esteem* rendah yang disebabkan adanya perlakuan *bullying* yang dilakukan teman sebayanya.

*Self esteem* memiliki peranan yang sangat penting dalam menciptakan kondisi atau suatu proses yang mengarahkan siswa untuk mengembangkan potensi diri dan perkembangan dirinya. sehingga dapat tercapai pula prestasi belajar dan kehidupan yang baik serta dalam perkembangannya individu dapat mengaktualisasikan dirinya. Dalam hal ini sudah tentu peran konselor sangatlah penting. Bagaimana seorang konselor bisa melakukan usaha-usaha untuk dapat mengembangkan *self esteem* agar konseli melakukan aktivitas belajar dan kehidupan dengan baik.

Konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya Mujiyanti (2015). Konseling memiliki peran yang sangat penting untuk membantu terciptanya tujuan pendidikan, karena konselor merupakan salah satu pendidik yang memiliki peran dalam mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki oleh peserta didik, sehingga peserta didik mampu memberdayakan segenap potensi yang ada pada dirinya untuk dapat menjadi pribadi yang bermanfaat.

Teknik *assertive training* merupakan sarana untuk memperbaiki hubungan interpersonal dalam kehidupan sehari-hari, teknik ini memungkinkan kita untuk meningkatkan hidup menjadi lebih baik dan efektif secara pribadi dan berinteraksi dengan lingkungan. *Assertive training* menunjukkan bagaimana hubungan sosial dapat dicapai dengan baik. Tujuan

dari teknik *assertive training* adalah untuk mengajarkan kepada konseli agar bertindak atau berbuat sesuai dengan kebutuhan dan keinginan mereka dengan tetap menghormati hak dan kepentingan orang lain. *Assertive training* menunjukkan cara berkomunikasi yang diinginkan, mengubah pola pemikiran negatif, menghargai pendapat diri sendiri, menyampaikan penolakan dan kritik serta cara membangun harga diri dan kepercayaan diri. Selain itu pendidik juga memiliki kewajiban untuk membantu peserta didik ketika mengalami masalah dalam mengembangkan kemampuan yang dimilikinya termasuk juga dalam penanganan pengembangan potensi pribadi korban *bullying*. Melalui pendekatan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training*, peneliti mencoba meningkatkan *self esteem* korban *bullying* yang terjadi di SMA N 1 Kota Magelang khususnya pada siswa sisiwi kelas X IPS.

Berdasarkan uraian permasalahan yang ada peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “*Efektivitas* Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Korban *Bullying*”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Rendahnya *self esteem* siswa kelas X IPS di SMA N 1 Kota Magelang yang merupakan dampak dari perlakuan *bullying*.
2. Siswa yang mengalami pada kesulitan dalam mengikuti kegiatan akademik dan non-akademik, yang berhubungan dengan pengalaman *bullying*.

3. Siswa cenderung menyendiri, serta kesulitan berinteraksi sosial dengan teman sebaya.
4. Siswa dengan harga diri rendah juga cenderung pasif dalam proses pembelajaran.

### **C. Batasan Masalah**

Pembatasan masalah bertujuan untuk mengetahui masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini agar tidak terlalu luas cakupannya, maka berdasarkan latar belakang masalah, penelitian membatasi permasalahannya adalah “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive training* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Pada Peserta Didik Korban *Bullying* Kelas X IPS di SMA Negeri 1 Kota Magelang”.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang peneliti paparkan tersebut, maka permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini yaitu “Apakah konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa kelas X IPS di SMA Negeri 1 Kota Magelang?”

### **E. Tujuan**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektivitas konseling kelompok dengan teknik *assertive* untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying* kelas X IPS di SMA Negeri 1 Kota Magelang.

## F. Manfaat

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis yaitu sebagai berikut :

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat terkait keefektifan dalam mengetahui Efektivitas konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying* kelas X IPS di SMA Negeri 1 Kota Magelang, sehingga dapat dijadikan referensi dalam penggunaan Teknik konseling kelompok untuk meningkatkan kualitas layanan konseling.

### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian yang diperoleh diharapkan memiliki manfaat praktis sebagai berikut:

#### a. Untuk Guru

- 1) Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan kepada guru untuk memanfaatkan berbagai jenis konseling kelompok dalam proses pemberian bimbingan dan konseling kepada siswa.
- 2) Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bagi guru untuk menggunakan kelompok dengan teknik *assertive training* sebagai salah satu alternatif dalam pemberian konseling kelompok sebagai upaya meningkatkan *self esteem* pada siswa korban *bullying*.

### 3. Untuk Sekolah

- 1) Dapat dijadikan sebagai salah satu pedoman bahwa penerapan konseling kelompok dengan *teknik assertive* merupakan upaya dalam menyelesaikan permasalahan *bullying* yang dilakukan siswa.
- 2) Diharapkan hasil penelitian ini akan sangat berguna sebagai bahan masukan bagi Sekolah dalam meningkatkan layanan Bk di lingkungan sekolah

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### ***A. Bullying***

##### **1. Pengertian *Bullying***

Permasalahan sosial yang kerap terjadi pada lingkungan masyarakat maupaun sekolah adalah *bullying*. Menurut (Manalu,2019) *bullying* merupakan suatu perilaku negatif yang dilakukan berulang-ulang dan bermaksud menyebabkan ketidaksenangan atau menyakitkan yang dilakukan oleh orang lain (satu atau beberapa orang) secara langsung terhadap seseorang yang tidak mampu melawannya.

Pendapat tersebut sejalan dengan (Budian ,2022) yang menyebutkan *bullying* diartikan sebagai seperangkat tingkah laku yang dilakukan secara sengaja dan menyebabkan kecederaan fisik serta psikologikal yang menerimanya. Tingkah laku *bullying* yang dimaksudkan termasuk tindakan yang bersifat mengejek, penysisihan sosial, dan memukul.

Berdasarkan pendapat ahli diatas maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa *bullying* merupakan permasalahan sosial yang kerap terjadi baik dilingkungan keluarga, masyarakat maupaun sekolah yang memiliki dampak negatif bagi korban baik seacara fisik maupun psikologi yang dilakukan secara berulang-ulang oleh orang yang lebih kuat terhadap orang yang lebih lemah

## 2. Aspek *Bullying*

Pada dasarnya *bullying* berbeda dengan perilaku agresif pada umumnya. Karakteristik *bullying* nampak pada tingkah laku agresif atau kejahatan disengaja, dilakukan berulang kali dalam waktu lama, dan dilakukan pada kondisi interpersonal yang tidak seimbang kekuatannya. Menurut (Darwin ,2018) mengemukakan jenis-jenis perilaku *bullying* diantaranya

### a. *Bullying* Fisik

*Bullying* fisik adalah jenis *bullying* yang kasat mata, karena terjadi sentuhan fisik antara pelaku *bullying* dan korbannya. Contoh *bullying* fisik antara lain:

1. Menampar, menjegal, merampas atau mengambil uang/ barang secara paksa.
2. Melempar dengan barang, menghukum dengan berlari keliling lapangan, menghukum dengan cara push up.

### b. *Bullying* Verbal

*Bullying* Verbal merupakan jenis *bullying* yang bisa terdeteksi karena bisa tertangkap indra pendengaran kita. Contoh *bullying* verbal antara lain:

1. Memaki “Goblok!”, menghina “Gendut!”, menjuluki “Si Culun”, meneriaki, menyoraki.
2. Mempermalukan didepan umum “Hei, kamu kan bukan kelompok kita”, menuduh, menebar gosip, memfitnah.

c. *Bullying* Psikologis

*Bullying* Mental / Psikologis adalah yang paling berbahaya karena tidak tertangkap mata atau telinga kita jika kita tidak cukup awas mendeteksinya. Contoh *bullying* mental/psikologis antara lain:

1. Memandang sinis dan mengucilkan seseorang
2. Mempermalukan di depan umum dan melakukan teror

Pendapat tersebut sejalan dengan yang menyebutkan terbagi dalam beberapa diantaranya:

a. *Bullying* fisik

Suatu perilaku yang dilakukan individu terhadap orang lain untuk menyakiti fisik seseorang, menindas. Hal ini dapat dilihat dari perlakuan yang paling tampak karena berhubungan dengan fisik individu. Bentuk dari *bullying* ini dapat dilihat misalnya memukul, menendang, menampar, mencubit dan lain sebagainya.

b. *Bullying* verbal

Tindakan seseorang yang dilakukan untuk menyakiti seseorang melalui lisannya dengan memakai sebuah ucapan atau kata-kata yang kurang pantas diucapkan. Bentuk dari *bullying* verbal ini misalnya mengolok-olok, memanggil nama dengan panggilan yang kurang baik, mengancam.

c. *Bullying* psikis

Perilaku psikis ialah yang memiliki harga diri yang merasa lemah dengan adanya sebuah pengucilan dari lingkungan sekolah yang dapat berupa mempermalukan individu sehingga individu tidak memiliki kepercayaan diri. Penindasan jenis ini sangat sulit dideteksi. Pengucilan yang dilakukan dapat berupa pengucilan dan mempermalukan.

Berdasarkan pendapat ahli diatas maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa perilaku *bullying* terbagi menjadi tiga jenis yaitu *bullying* secara fisik, *verbal* dan *psikis* dari ketiga perilaku *bullying* ini memberikan dampak negatif pada setiap korbannya yang apabila dibiarkan maka akan berdampak pada korban.

3. Faktor yang Mempengaruhi *Bullying*

*Bullying* tidak hanya terjadi melalui satu faktor saja, namun memiliki beberapa faktor pengaruh. Faktor yang mempengaruhi ialah sebagai berikut (Putri & Suyanto 2016):

a. Faktor keluarga

Keluarga terutama pola asuh memiliki peran penting dalam pembentukan perilaku, dalam mengantisipasi tindakan *bullying* pada salah satu anggota keluarga. Penerapan pola asuh permisif dalam sebuah keluarga akan membuat anak terbiasa untuk bebas dengan melakukan apa saja yang diinginkan. Akibatnya anak tidak akan paham dengan

perilaku yang salah dan selalu merasa paling benar. Kebebasan anak akan terpengaruh dengan adanya pola asuh yang keras.

Menurut peneliti (Bakhtiyar 2018) sikap anak dapat dipengaruhi dari lingkungan keluarga yang menunjuk ke perilaku negatif seperti menendang meja, memukul, mengejek menggunakan istilah yang dirasa kurang baik, melihat kekerasan yang ditayangkan pada salah satu program televisi sehingga membuat anak merasa ingin mengikuti perilaku tersebut. Sifat bawaan anak yang suka meniru (*imitation*) akan beranggapan bahwa anak merasa perlu melakukan hal yang tak jarang ia temui.

b. Faktor dari pergaulan

Tindakan kekerasan yang dilakukan oleh teman sebaya kemungkinan akan memiliki imbas yang lebih terhadap perkembangan anak. Dari perilaku anak dapat meniru sebagian anak yang lainnya, maka dari itu *bullying* akan lebih cepat berkembang karena faktornya sangat dekat dengan pelaku.

c. Kondisi lingkungan sosial

Penyebab ketiga yaitu kondisi lingkungan sosial sehingga *bullying* dilakukan. Contoh nyata yaitu kemiskinan. Beberapa orang hidup dalam belenggu kemiskinan sehingga mereka dapat berlaku sedemikian rupa untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, tak jarang jika orang yang miskin sering dibully oleh orang yang dalam kehidupannya lebih mapan.

Menurut Lantip ,(Sari&Azwar,2018) faktor yang dapat berpengaruh dalam tindakan *bullying* ialah:

a. Kontribusi anak

Kontribusi anak merupakan sebuah tingkah laku anak yang dipengaruhi pada diri individu tersebut. Individu tempramen biasanya sudah dimiliki anak sejak kecil. Maka dari itu kontribusi anaka dapat menjadi penyebab terjadinya *bullying*. Karena tidak bisa mengontrol emosional, sensitive, agresif dan mendominasi.

b. Pola asuh

Keluarga berperan penting dalam dalam perilaku *bullying* yang berada dalam pola asuh pemisif. Karena dengan pola asuh pemisif anak akan menjadi individu yang memiliki kebebasan, menjadi anak yang manja dan mendominasi Anak menjadi tidak memahami letak kekeliruannya waktu melakukan hal tersebut, sehingga sesuatu yang dilakukan dianggap menjadi hal yang tidak menyalahi aturan sosial. Dengan pola didik yang otoriter, anak kemungkinan akan memiliki kebiasaan yang memiliki perlakuan kasar dan dikekang oleh orang tua. Hal ini membuat anak ingin melakukan perilaku tersebut ke teman sebaya dengan dalih meniru perilaku dari pola asuh keluarga.

c. Teman sebaya

Tindakan kekerasan seringkali dilakukan oleh teman sebaya yang berimbas ke perkembangan anak. Akibatnya anak akan melakukan perlakuan sama terhadap teman sebaya yang lainnya. Selain dari anak

dengan kondisi sosial kalangan rendah maupun kalangan atas pun melakukan perilaku *bullying* dengan dalih mendapatkan pengakuan dari teman sebayanya. Secara sosial anak usia sekolah dasar merupakan fase awal dalam melakukan hubungan dengan teman sebaya.

## ***B. Self Esteem***

### 1. Pengertian Self Esteem

*Self Esteem* atau harga diri adalah sesuatu yang lebih mendasar daripada yang terkait dengan naik turunnya perubahan situasi. Bagi orang-orang dengan harga diri yang baik, naik turun perasaan mereka tentang diri mereka sendiri dapat menyebabkan fluktuasi sementara, tetapi itu hanya sampai batas waktu tertentu saja. Sebaliknya, bagi orang-orang yang miskin harga diri atau 'self steem', pasang surut ini secara drastis mempengaruhi cara mereka memandang diri mereka (Maulida & Dhania 2017). Berdasarkan kata selfesteem itu dapat dikatakan sebagai penghargaan seseorang terhadap dirinya sendiri karena apa yang ada pada diri seseorang itu adalah kekuatan yang mesti dihargai dan dikembangkan.

Berdasarkan uraian mengenai pengertian self esteem yang telah dikemukakan oleh beberapa ahli tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa self esteem adalah penilaian individu terhadap diri sendiri dalam rentang positif hingga negatif sebagai kebutuhan utama untuk menjalani kehidupan yang diperoleh dari pengalaman hidup dan pandangan lingkungan terhadap individu.

## 2. Faktor Yang Mempengaruhi *Self Esteem*

Menurut (Mujiyanti 2015), harga diri (*self esteem*) dalam perkembangannya terbentuk dari hasil interaksi individu dengan lingkungan dan atas sejumlah penghargaan, penerimaan, dan pengertian orang lain terhadap dirinya. Beberapa faktor yang mempengaruhi *self esteem* antara lain:

### a. Jenis Kelamin

Menurut (Dewi & Ibrahim ,2019), wanita selalu merasa *self esteemnya* lebih rendah daripada pria seperti perasaan kurang mampu, kepercayaan diri yang kurang mampu, atau merasa harus dilindungi. Hal ini mungkin terjadi karena peran orang tua dan harapanharapan masyarakat yang berbeda-beda baik pada pria maupun wanita. Pendapat tersebut sama dengan penelitian (Amalia et al ,2019) yang membuktikan bahwa *self esteem* wanita lebih rendah daripada *self esteem* pria.

### b. Intelegensi

Intelegensi sebagai gambaran lengkap kapasitas fungsional individu sangat erat berkaitan dengan prestasi karena pengukuran intelegensi selalu berdasarkan kemampuan akademis. Menuurut (Siti Anisah et al , 2021) individu dengan *self esteem* yang tinggi akan mencapai prestasi akademik yang tinggi daripada individu dengan *self esteem* yang rendah. Selanjutnya, dikatakan individu dengan *self esteem* yang tinggi

memiliki skor intelegensi yang lebih baik, taraf aspirasi yang lebih baik, dan selalu berusaha lebih keras.

c. Kondisi Fisik

Individu dengan kondisi fisik yang menarik cenderung memiliki *self esteem* yang lebih baik dibandingkan dengan kondisi fisik yang kurang menarik. Hal tersebut sejalan dengan penelitian oleh (Fitra et al ,2021) yang menemukan bahwa *body image dissatisfaction* memiliki hubungan dengan rendahnya *self esteem*.

d. Lingkungan Keluarga

Peran keluarga sangat menentukan bagi perkembangan *self esteem* anak. Dalam keluarga, seorang anak untuk pertama kalinya mengenal orang tua yang mendidik dan membesarkannya serta sebagai dasar untuk bersosialisasi dalam lingkungan yang lebih besar. Keluarga harus menemukan suatu kondisi dasar untuk mencapai perkembangan *self esteem* anak yang baik. (Coopersmith,1976) berpendapat bahwa perlakuan adil, pemberian kesempatan untuk aktif, dan mendidik yang demokratis akan membuat anak mendapat *self esteem* yang tinggi.

Berkenaan dengan hal tersebut Savary berpendapat bahwa keluarga berperan dalam menentukan perkembangan *self esteem* anak. Orang tua sering memberikan hukuman dan larangan tanpa alasan dapat menyebabkan anak merasa tidak berharga.

e. Lingkungan Sosial

Pembentukan *self esteem* dimulai dari seseorang yang menyadari dirinya berharga atau tidak. Hal ini merupakan hasil proses lingkungan,

penghargaan, penerimaan, dan perlakuan orang lain kepadanya. Terdapat beberapa ubahan dalam *self esteem* yang dapat dijelaskan melalui konsep-konsep kesuksesan, nilai, aspirasi, dan mekanisme pertahanan diri. Kesuksesan tersebut dapat timbul melalui pengalaman dalam lingkungan, kesuksesan dalam bidang tertentu, kompetisi dan nilai kebaikan. Selanjutnya Branden menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi *self esteem* dalam lingkungan pekerjaan adalah sejumlah dimensi pekerjaan seperti kepuasan kerja, penghasilan, penghargaan orang lain dan kenaikan jabatan ataupun pangkat.

Berdasarkan penjelasan di atas, kondisi fisik merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya penghargaan diri (*self esteem*) pada diri seseorang. Bagi seseorang yang merasa puas dengan kondisi fisiknya, maka akan merasa dirinya berharga. Sebaliknya, seseorang yang merasa tidak puas dengan kondisi fisiknya maka akan berpengaruh menimbulkan ketidakpuasan pada tubuh (*body image dissatisfaction*) yang akan menimbulkan harga diri yang rendah di dalam diri seseorang tersebut.

### 3. Aspek *Self Estem*

*Self esteem* seseorang akan berkembang melalui berbagai interaksi antara individu didalam lingkungannya. Menurut Coopersmit (Armita, pipin ,2016) terdapat empat aspek penting yang berperan dalam pembentukan harga diri individu diantaranya

a. *Significance (keberartian)*

keberartian atau significance adalah penerimaan yang diperoleh berdasarkan penelitian orang lain, ditandai oleh adanya kepedulian dan afeksi yang diterima individu dari orang lain. Keberartian menunjukkan pada kepedulian, perhatian, afeksi dan ekspresi cinta yang di terima oleh seseorang dari orang lain yang menunjukkan adanya penerimaan dan popularitas individu dari lingkungan sosial. Penerimaan dari lingkungan ditandai dengan adanya kehangatan, respon yang baik dari lingkungan dan adanya ketertarikan lingkungan terhadap individu dan lingkungan menyukai individu sesuai dengan keadaan diri yang sebenarnya.

b. *Power (kekuatan)*

Kekuatan atau power adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengatur dan mengontrol tingkah laku dan mendapat pengakuan atas tingkah laku tersebut dari orang lain. Kekuatan dinyatakan dengan pengakuan dan penghormatan yang diterima seorang individu dari orang lain dan adanya kualitas atas pendapat yang diutarakan oleh seorang individu yang nantinya diakui oleh orang lain

c. *Competence (kemampuan)*

kemampuan atau competence adalah kemampuan untuk berhasil sesuai dengan tujuan yang dimiliki, ditandai oleh individu yang berhasil memenuhi tuntutan prestasi dan dalam beradaptasi. Kemampuan menunjukkan suatu performansi yang tinggi untuk

memenuhi kebutuhan dan mencapai prestasi (*need of achievement*) diman level dan tugas-tugas tersebut tergantung pada variasi usia seseorang. *Self esteem* pada masa remaja meningkat menjadi lebih tinggi bila remaja tahu apa tugas-tugas yang penting untuk mencapai tujuannya, dan karena mereka telah melakukan tugas- tugasnya tersebut atau tugas lain yang serupa.

Kemampuan ini tentu bisa diasah dengan berbagai cara. Mulai dari belajar otodidak dari lingkungan, membaca buku, hingga mengikuti kursus *online* gratis dan kursus *online* berbayar. Jika Anda ingin mengembangkan kemampuan, baik *hard skill* maupun *soft skill* sesuai perkembangan zaman.

d. *Virtue (kebajikan)*

Kebajikan atau virtue adalah suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral dan etika serta agama dimana individu akan menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku. Kebajikan menunjukkan suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral dan etika serta agama dimana individu akan menjauhi tingkah laku yang harus di hindari dan melakukan tingkah laku yang diizinkan oleh moral, etika dan agama. Dianggap memiliki sikap yang positif dan akhirnya membuat penilaian positif terhadap diri yang artinya seseorang telah mengembangkan *Self esteem* yang positif pada dirinya sendiri.

#### 4. Kategorisasi *Self-Estem*

*Self esteem* merupakan hasil evaluasi individu terhadap dirinya sendiri. Penilaian terhadap diri sendiri tersebut akan berpengaruh pada banyak aspek dalam kehidupan individu. *Self esteem* berpengaruh pada nilai-nilai dan tujuan hidup individu, pada proses berpikir emosi dan perilaku individu. (Dewi & Ibrahim ,2019) membagi *self esteem* menjadi 3 kategori:

##### a. *Self esteem* tinggi

*Self esteem* tinggi adalah penilaian individu bahwa dirinya adalah individu yang penting dan berharga. Individu yang mempunyai *self esteem* tinggi percaya bahwa mereka adalah pribadi yang berhasil, menerima diri, bahagia, lebih mampu memenuhi harapan lingkungan, memandang diri sebagai individu yang beruntung, dan dapat menerima hidup dan menerima kegagalan dan keberhasilan dengan lebih realistis.

##### b. *Self esteem* sedang

Individu dengan *self esteem* sedang mempunyai ciri-ciri yang hampir sama seperti *self esteem* tinggi seperti ekspresif, optimis dan terbuka terhadap kritik. Perbedaannya terletak pada adanya keraguan dalam menilai diri sehingga memerlukan dukungan sosial yang lebih tinggi dibandingkan individu dengan *self esteem* tinggi.

##### c. *Self esteem* rendah

Individu dengan *self esteem* rendah merasa dirinya tidak berarti, tidak berharga, dan tidak percaya akan kemampuan dirinya. Mereka menilai kekurangan dan keterbatasan yang dimiliki secara berlebihan.

*Self esteem* yang rendah membuat individu merasa tidak aman, merasa cemas dan ragu terhadap diri. Perasaan-perasaan tersebut menimbulkan rasa sakit sehingga membuat individu melarikan diri, menyangkal perasaan takut yang ada, merasionalisasikan perilakunya dan mencari penghargaan dari luar diri secara berlebihan.

#### 5. Karakteristik Siswa dengan *Self Esteem* Rendah

*Self esteem* remaja merupakan bagian besar yang ada pada diri mereka dan juga empati diri yang cenderung berfluktuasi dan mudah untuk menerima pengaruh yang terbuka maupun rahasia. Oleh sebab itu perlunya seseorang memiliki *self esteem* tinggi. Berikut ini adalah karakteristik siswa dengan *self esteem* rendah menurut (Rahayu et al ,2013) sebagai berikut:

##### a. Perilaku

Individu dengan *self esteem* rendah kurang menghargai dirinya sendiri. Hal ini dapat ditunjukkan dengan pikiran atau perkataan seseorang yang sifatnya merendahkan diri sendiri. Individu seringkali menyalahkan kondisi sekitar terkait keadaan dirinya, sehingga individu menjadi kurang bertanggungjawab. Karakteristik lain yang muncul pada individu yang memiliki *self esteem* rendah adalah individu kurang bersikap terbuka terhadap orang lain dan cenderung menarik diri dari pergaulan.

##### b. Sikap

*Self esteem* yang rendah menjadikan seseorang memandang dirinya dalam perspektif negatif. Pandangan tersebut menggiring seseorang

memandang kehidupan dalam pandangan yang negatif pula. Seseorang dengan *self esteem* rendah tidak memiliki tujuan jelas dalam hidup. Individu tidak dapat mempercayai argumennya sendiri sehingga mudah terpengaruh oleh orang lain.

c. Perasaan

Individu dengan *self esteem* rendah merasa tidak dicintai oleh orang-orang di sekitarnya, meskipun sebenarnya orang-orang di sekitarnya telah menunjukkan perasaan tersebut.

Sebuah penelitian yang dikutip oleh (Manurung,2021) mengemukakan bahwa rendahnya *self esteem* pada masa remaja merupakan prediktor kesehatan fisik dan mental yang buruk, selain itu Penelitian lain juga menyebutkan bahwa *self esteem* yang rendah ditemukan pada individu yang memiliki gangguan psikiatris yaitu depresi, gangguan makan, gangguan kecemasan, penyalahgunaan zat.

## C. Konseling Kelompok

### 1. Pengertian Konseling Kelompok

Secara etimologis, konseling berasal dari kata *counsel* diambil dari bahasa latin yaitu *counselium* artinya “bersama” atau “bicara Bersama-sama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”(Prayitno & Amti,2016: 99). Sedangkan konseling kelompok menurut merupakan proses pemberian bantuan kepada orang lain memahami dirinya dan lingkungan yang mempunyai tujuan untuk dicapai bersama, berinteraksi dan berkomunikasi secara intensif satu sama lain pada waktu berkumpul,

saling tergantung pada proses kerjasama dan mendapatkan keputusan pribadi dari interaksi psikologis dengan seluruh anggota yang tergabung dalam suatu satuan.

Pendapat tersebut sejalan dengan yang berpendapat bahwa konseling kelompok adalah hubungan beberapa konselor dengan klien yang berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari. Ia menyatakan bahwa konseling kelompok ini memiliki tujuan untuk memberikan dorongan dan pemahaman pada klien untuk memecahkan masalahnya.

Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan oleh seorang profesional yang disebut konselor kepada individu atau klien melalui dinamika kelompok dengan wawancara atau bertatap muka untuk membahas suatu pokok permasalahan yang dihadapi individu secara bersama-sama agar klien dapat mandiri, mengembangkan kemampuan dirinya dalam mempertimbangkan segala keputusan atau tindakan tertentu.

## 2. Tujuan Konseling Kelompok

Kehidupan kelompok dalam hidup seseorang memiliki peranan dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan dari hubungan konseling ini ialah terjadinya perubahan pada tingkah laku klien. Menurut (Gaho et al,2021) konseling kelompok mempunyai tujuan pokok menciptakan suasana bantuan antarpribadi yang memungkinkan tiap individu mengembangkan insight pada dirinya sendiri dan mencapai penyesuaian personal yang lebih sehat, dapat pula menekankan masalah perkembangan, melibatkan pilihan

dan nilai, sikap dan emosi, bersifat pencegahan dan penyembuhan masalah. Konseling kelompok, dengan demikian dapat berorientasi preventif dan dapat pula berorientasi remedia.

Berdasarkan pendapat ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dari adanya konseling secara kelompok adalah untuk menciptakan suasana konseling baru dengan tujuan mengembangkan insihht pada setiap anggota kelompok.

### 3. Elemen-Elemen Konseling Kelompok

Pelaksanaan konseling kelompok dapat mencapai hasil yang maksimal apabila memenuhi elemen-elemen yang lengkap. Menurut (Prayitno & Amti ,2016) elemen-elemen yang harus ada didalam pelaksanaan konseling kelompok adalah

#### a. Individu

Kesadaran akan pengakuan terhadap individu yang memiliki keunikan dan sebagai manusia dengan harapan, nilai-nilai dan permasalahan yang dihadapinya.

#### b. Suasana kelompok

Kebutuhan individu untuk diterima, bertukar pengalaman, dan bekerjasama dengan orang lain, sehingga mendorong mereka mampu memahami dirinya dan memberikan sumbangan pemikiran bagi anggota yang lainnya.

c. Pencegahan

Konseling kelompok mampu mencegah munculnya permasalahan yang akan mengganggu kehidupan klien sebagai individu maupun anggota masyarakat.

d. Pertumbuhan dan perkembangan

Mampu mendorong klien memahami kelebihan dan kelemahan dirinya serta bagaimana potensi yang mereka miliki menjadi modal bagi perwujudan diri dalam kehidupan selanjutnya.

e. Penyembuhan

Berusaha mengubah persepsi individu melalui tukar pengalaman dengan individu lain sehingga perilaku yang cenderung melemahkan, bahkan menyalakan diri sendiri segera bisa diubah dan tidak terlalu parah”.

Berteman dengan orang-orang yang positif atau mencari orang yang mampu saling menghargai dan saling memotivasi agar Kembali semangat dan jangan sampai menghabiskan waktu dengan orang-orang yang hanya akan menjerumuskan pada *toxic relationship* selalu terima dan evaluasi kekuranganmu.

4. Tahapan Konseling Kelompok

Menurut Prayitno dalam dalam pelaksanaan konseling kelompok memiliki 4 bagian yaitu:

a. Tahap Pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan dan pelibatan dari tujuan kegiatan kelompok dan menumbuhkan suasana sekaligus minat antar anggota kelompok

b. Tahap Peralihan

Tahap ini merupakan jembatan pertama antara tahap pertama dan ketiga adapun bertujuan agar anggota kelompok tidak ragu, malu dan saing tidak percaya.

c. Tahap kegiatan

Tahap ini bertujuan untuk membahas suatu masalah atau topik yang relevan dengan kehidupan anggota secara mendalam dan tuntas. Tahap ini juga tugas pemimpin kelompok mengumumkan suatu masalah atau topik tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal yang menyangkut masalah secara tuntas dan mendalam.

d. Tahap Pengakhiran

Merupakan penilaian dan tindak lanjut agar adanya tujuan terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan konseling kelompok. Membahas kegiatan lanjutan dan mengemukakan perasaan dan harapan.

5. Kelebihan Konseling Kelompok

Suatu sistem pemberian bantuan, konseling kelompok memiliki kelebihan (Ulfa & Suarningsih ,2018) sebagai berikut :

- a. *Episiensi*: dibandingkan dengan strategi bantuan yang bersifat individual, konseling kelompok lebih efisien karena dalam waktu yang sama konselor dapat memberikan layanan bantuan kepada sejumlah individu.
- b. Keragaman sumber dan sudut pandang: dalam suasana kelompok, sumber bantuan tidak hanya dari konselor dengan sudut pandang yang tersendiri, tetapi juga dari sejumlah individu/klien sebagai anggota kelompok dengan sudut pandang yang lebih kaya.
- c. Pengalaman kebersamaan: individu tidak akan merasa bahwa hanya dirinya yang mengalami permasalahan tertentu dalam kehidupannya, dia akan menjadi sadar bahwa ternyata orang lain pun mengalami permasalahan walaupun sedikit berbeda.
- d. Rasa saling memiliki: dalam suasana kelompok yang kohesif, kebutuhan untuk dicintai dan mencintai, menerima dan diterima, menghargai dan dihargai akan tumbuh dan dirasakan langsung oleh masing-masing anggota kelompok.
- e. Belajar menemukan makna: dalam suasana kelompok, individu tidak hanya memperhatikan dirinya sendiri, dia juga harus mendengar, melihat, dan merasakan bagaimana perasaan orang lain dalam menghadapi suatu permasalahan hidup.
- f. Kenyataan hidup: dalam hal-hal tertentu, suasana kelompok bukan hanya mencerminkan suasana kehidupan masyarakat, melainkan

kehidupan kenyataan sosial yang sebenarnya. Apa yang terjadi dimasyarakat terjadi pula dalam kehidupan kelompoknya”.

Sejalan dengan pendapat diatas, (Jacobs , Harvill dan Marson Gaho et al ,2021) mengemukakan bahwa keuntungan konseling kelompok adalah sebagai berikut:

- a. Perasaan membagi keadaan bersama
- b. Rasa memiliki
- c. Kesempatan untuk mempraktek dengan orang lain
- d. Kesempatan untuk menerima berbagai umpan balik
- e. Belajar seolah olah mengalami berdasarkan kepedulian orang lain
- f. Perkiraan untuk menghadapi kenyataan hidup
- g. Dorongan teman guna memelihara komitmen.

Berdasarkan pendapat ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa keuntungan konseling kelompok, dapat dipahami bahwa dengan mengikuti konseling dalam bentuk kelompok dapat memberikan beberapa keuntungan untuk setiap anggota kelompok yang mengikutinya

#### **D. Teknik *Assertive Training***

##### 1. Pengertian Teknik *Assertive training*

*Assertive training* merupakan salah satu dari sekian banyak teknik yang tergolong populer dalam terapi perilaku (*behaviour*) untuk menjelaskan arti perkataan *assertive* dapat dilakukan dengan melalui uraian pengertian perilaku *assertif*. Perilaku *asertif* adalah perilaku antar seseorang yang melibatkan kejujuran, keterbukaan pikiran dan perasaan yang ditandai

dengan kesesuaian sosial dan kemampuan untuk menyesuaikan diri tanpa merugikan diri sendiri atau orang lain. (Deliati ,2019) *assertive training* merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya. Menurut (N. Rusmana et al ,2020) latihan asertif digunakan untuk melatih konseli yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Latihan ini terutama berguna, diantaranya, untuk membantu individu yang tidak mampu mengungkapkan afeksi, dan respon positif lainnya. Cara yang digunakan adalah dengan permainan peran dengan bimbingan konselor.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat dipahami bahwa teknik *assertive training* merupakan salah satu teknik dalam pendekatan behavioral yang digunakan untuk melatih keterampilan konseli dalam mengemukakan pendapat, melatih keberanian untuk tampil didepan orang banyak, keterampilan komunikasi efektif dalam bergaul, cara untuk menolak dengan baik dalam komunikasi, dan sebagainya. Latihan ini terutama berguna diantaranya untuk membantu individu yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya. Dengan latihan asertif ini diharapkan individu mampu mengembangkan cara cara berhubungan yang baik dan lebih langsung dalam situasi interpersonal

## 2. Tujuan Teknik *Assertive training*

*Assertive training* merupakan salah satu teknik dalam konseling behaviour, dalam pelaksanaannya tentu memiliki beberapa tujuan yang ingin dicapai oleh konselor dan konseli sehingga dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi. Menurut (F. A. Rusmana et al ,2018) tujuan dari penggunaan Teknik *assertive* adalah:

- a. Mengekspresikan perasaan baik yang positif maupun negatif.
- b. Mengekspresikan perasaan-perasaan kontradiktif.
- c. Mengembangkan perilaku atas dasar perkara sendiri.
- d. Membantu individu yang tidak dapat mengungkapkan kemarahan atau kejengkelanya.
- e. Membantu individu yang kesulitan mengungkapkan afersi dan respon positif lainnya.
- f. Membantu individu yang menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya.

Sejalan dengan pendapat diatas (Mashudi ,2017:140) mengemukakan bahwa tujuan dari *assertive training* adalah untuk melatih keberanian siswa dalam mengekspresikan tingkah laku bermain peran, latihan atau meniru model model sosial, Sedangkan tujuan utama dari *assertive training* adalah sebagai berikut:

- a. Mendorong kemampuan siswa mengekspresikan berbagai hal yang berhubungan dengan emosinya.

- b. Membangkitkan kemampuan siswa dalam mengungkapkan hak asasinya sendiri tanpa menolak atau memusuhi hak asasi orang lain.
- c. Mendorong siswa untuk meningkatkan kepercayaan dan kemampuan diri sendiri.
- d. Meningkatkan kemampuan individu untuk memilih tingkah laku asertif yang cocok untuk diri sendiri.
- e. Menghindari kesalahpahaman dari pihak lawan komunikasi.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat, dipahami dan ditarik tujuan *assertive training* untuk melatih individu mengungkapkan dirinya, mengemukakan apa yang dirasakan dengan keyakinan yang tinggi, menyesuaikan diri dalam berinteraksi sehingga dapat menghindari terjadinya kesalahpahaman dalam berkomunikasi.

### 3. Prosedur Teknik *Assertive training*

- a. Mengidentifikasi keadaan yang menimbulkan persoalan bagi konseli;
- b. Konselor dan anggota kelompok mampu membedakan perilaku *assertive* dan tidak *assertive* serta menentukan perubahan perilaku yang diharapkan, dengan pemberian model perilaku yang lebih baik
- c. Anggota kelompok bermain peran serta pemberian umpan balik
- d. Melaksanakan latihan dan mempraktikkan perilaku seperti saran dan umpan balik yang diberikan peneliti dan anggota kelompok yang lain;

- e. Konseli mengulang latihan kembali tanpa bantuan konselor dan anggota kelompok yang lain;
- f. Konselor memberi tugas rumah kepada konseli untuk mempraktikkan perilaku yang sudah diperankan dalam kehidupan sehari-hari.

Konselor dan anggota kelompok mendiskusikan hasil dan perlakuan berupa teknik *assertive training* yang sudah dilakukan. Konselor dan anggota kelompok menyampaikan perasaan yang dimiliki selama proses konseling kelompok dan masing-masing anggota kelompok menceritakan pengalaman mereka dalam mengatasi masalahnya, serta menceritakan kegagalan maupun keberhasilan mereka ketika melakukan perubahan. Terakhir, konselor dan anggota kelompok melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*

#### **E. Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive training* untuk**

##### **Meningkatkan *Self Esteem* Korban *Bullying***

Konseling kelompok dengan teknik *assertive training* merupakan proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok, dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam bentuk yang dinamis untuk memfasilitasi perkembangan individu dalam mengatasi masalah yang dihadapi secara bersama melalui pendekatan teknik *assertive training*.

*Self Esteem* merupakan penilaian individu terhadap diri sendiri dalam rentang positif hingga negatif sebagai kebutuhan utama untuk menjalani kehidupan yang diperoleh dari pengalaman hidup dan pandangan lingkungan

terhadap individu. Aspek *self esteem* dalam penelitian ini adalah *Significance* (keberartian), *power* (kekuatan), *competence* (kemampuan), *virtue* (kebijakan)

Akan tetapi tidak semua siswa memiliki *self esteem* yang tinggi khususnya untuk korban *bullying*. Korban *bullying* cenderung terkena *self esteem* rendah karena memiliki tanda-tanda yang terlihat jelas, seperti kurang percaya diri, mudah merasa tidak dihargai, takut gagal serta terlalu banyak membandingkan diri dengan orang lain. Terdapat beberapa faktor penyebab rendahnya *self esteem* siswa yaitu faktor internal dan eksternal seperti kondisi anak, interaksi anak dengan lingkungannya serta faktor defisit lain yaitu kurangnya informasi yang diterima atau dimiliki anak.

Melalui konseling kelompok dengan teknik *Asserive Training* siswa akan diberikan ruang untuk dapat menyampaikan pendapatnya tanpa merasa terintimidasi serta membebaskan siswa khususnya korban *bullying* untuk membela dirinya dengan percaya diri. Konseling kelompok ini akan memberikan rasa nyaman bagi korban *bullying* untuk menceritakan pengalamannya secara bebas serta mendapatkan dukungan. Dengan adanya konseling kelompok melalui teknik *Assertive Training*, siswa juga akan mendapatkan pembelajaran tentang keterampilan sosial agar siswa menyadari nilai dan harga diri agar mereka dapat merasa lebih dihargai dalam lingkungan sosial. Siswa juga akan mendapatkan pembelajaran tentang keterampilan komunikasi dan menghadapi konflik agar siswa berani untuk berbicara dan mengatasi rasa trauma akibat *bullying*. Konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training* dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan *self*

*esteem* korban *bullying*. Teknik ini membantu siswa belajar mengekspresikan pikiran, perasaan, dan hak mereka dengan cara yang tegas, tanpa adanya intimidasi.

## **F. Korban Bullying**

Menurut Riauskina, Djuwita, dan Soesetio Bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa/siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut.

Ciri-ciri korban bullying:

- a. Perasaan tidak nyaman, sakit hati, dan tertekan
- b. Percaya diri rendah dan cemas sosial tinggi
- c. Perubahan perilaku, seperti menjadi lebih sering diam, murung, dan mudah tersinggung
- d. Masalah di sekolah, seperti sering mengeluh sakit perut atau pura-pura sakit untuk menghindari sekolah
- e. Barang-barang sering hilang
- f. Muncul luka atau lebam
- g. Gangguan tidur dan makan
- h. Enggan bercerita tentang teman

Bullying dapat berdampak jangka panjang pada korban.

Beberapa faktor yang dapat membuat seseorang menjadi korban bullying:

- a. Memiliki kondisi badan yang berbeda, baik secara fisik maupun non-fisik
- b. Cenderung sulit bersosialisasi

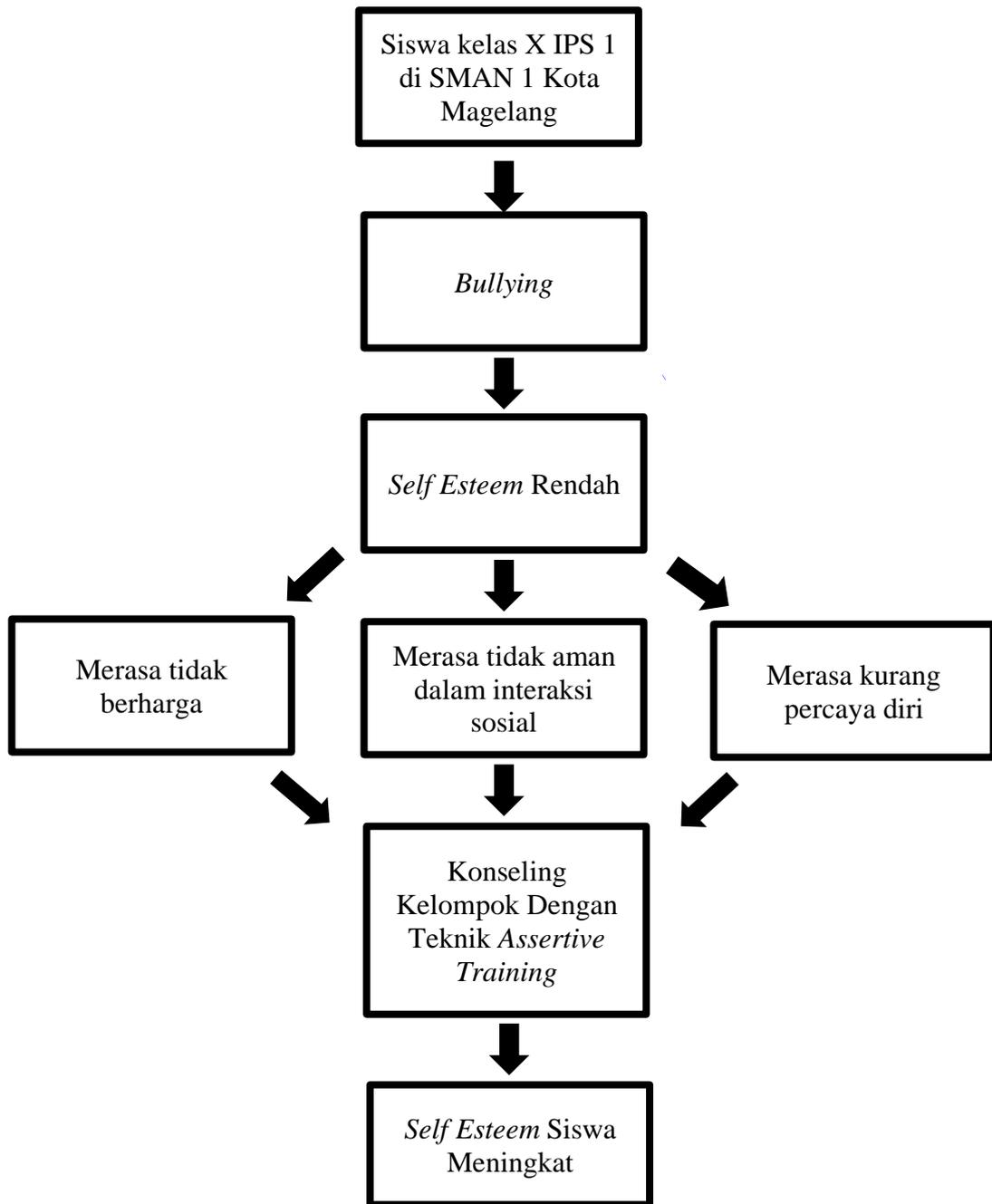
- c. Berasal dari keluarga yang berbeda, misalnya kaya atau miskin

Bullying dapat dicegah dengan:

- a. Menanamkan nilai-nilai empati kepada siswa
- b. Menjaga pola komunikasi yang baik antara guru dan siswa
- c. Melakukan pengawasan terhadap perilaku siswa
- d. Memberikan perhatian kepada siswa yang menjadi korban bullying

### **G. Kerangka Berpikir**

*Self esteem* memiliki peranan yang sangat penting dalam menciptakan kondisi atau suatu proses yang mengarahkan siswa untuk mengembangkan potensi diri dan perkembangan dirinya. sehingga dapat tercapai pula prestasi belajar dan kehidupan yang baik serta dalam perkembangannya individu dapat mengaktualisasikan dirinya. Namun faktanya tidak semua siswa memiliki *self esteem* tinggi hal ini dipengaruhi oleh berbagai hal salah satunya tindakan *bullying* yang diterima seseorang. Hal ini sesuai dengan pendapat (Rusli ,2018) apabila siswa memiliki *self esteem* yang rendah maka setiap tindakannya akan didorong oleh kepercayaan diri yang rendah pula. Siswa yang memiliki *self esteem* yang rendah akan memunculkan dampak negatif diantaranya: kurang menghargai dirinya sendiri, memandang dirinya dalam perspektif negatif, merasa tidak dicintai oleh orang-orang di sekitarnya.



**Gambar 2. 1 Kerangka Pikir**

## **H. Hipotesis Penelitian**

Merujuk pada teori di atas maka hipotesis pada penelitian ini adalah “Efektifitas konseling kelompok dengan teknik *assertive* untuk meningkatkan *self esteem* korban *bullying* pada siswa kelas X IPS SMA N 1 Kota Magelang Tahun Ajar 2022/2023”

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel penelitian merupakan komponen yang sangat penting bagi peneliti dalam melakukan penelitian, sebab dalam sebuah penelitian variabel adalah suatu hal yang dijadikan sebagai pusat perhatian. Menurut (Sugiono 2015: 61) variabel penelitian merupakan atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik sebuah kesimpulan. Satu variabel dengan variabel yang lain saling berhubungan, oleh sebab itu variabel dalam penelitian ini terdapat variabel bebas dan variabel terikat.

#### **B. Definisi Operasional Variabel**

Definisi operasional variabel merupakan batasan atau uraian yang bersisian jumlah indikator yang diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang akan digunakan. Definisi operasional variabel selain sebagai alat komunikasi dengan siswa, juga dapat sebagai petunjuk untuk menguku dan mengobservasi variabel. Dalam penelitian ini, peneliti merumuskan definisi operasional variabel sebagai berikut:

1. *Konseling kelompok teknik Assertive Training* merupakan pendekatan konseling yang melibatkan kelompok siswa yang mengalami *bullying* untuk meningkatkan *self esteem*-nya.
2. *Self esteem* korban *bullying* merupakan tingkat rasa percaya diri dan penghargaan diri yang dirasakan oleh siswa yang sebelumnya menjadi

korban bullying. Adapun aspeknya adalah : *significance* ,*power* ,  
*competence*, *virtue* .

### C. Subjek Penelitian

#### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X IPS 1 di SMA N 1 Kota Magelang dengan jumlah 30 siswa

#### 2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah 5 siswa kelas siswa kelas X IPS 1 di SMA N 1 Kota Magelang yang menjadi korban *bullying*.

#### 3. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan menentukan sampel berdasarkan kriteria tertentu sesuai dengan tujuan penelitian. Prosedur pengambilan sample ini berdasarkan hasil *pretest* siswa yang rendah dan sedang.

### D. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menggunakan desain penelitian *one group pretest-posttest*. Desain penelitian ini dilaksanakan pada satu kelompok saja yang dipilih berdasarkan *try out* instrument kemudian diberikan pretest dengan tema *self esteem* rendah korban bullying untuk menentukan sampel yang akan diberi treatment. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasi Experimental Design* dengan model *One Group Pre-*

*test – Post-test Design*. Adapun desain penelitian *One group Pretes Post tes design* adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.1 Desain Penelitian**

<b>Kelas</b>	<b><i>Pre-test</i></b>	<b><i>Treatment</i></b>	<b><i>Post-test</i></b>
Eksperimen	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>

Keterangan:

- O<sub>1</sub> Test awal (*Pre-test*) dilakukan sebelum diberikan perlakuan
- X Perlakuan (*Treatment*) berupa konseling kelompok dengan teknik *assertive training*
- O<sub>2</sub> Tes akhir (*Post-test*) dilakukan setelah diberikan perlakuan

Pemilihan rancangan penelitian eksperimen dimaksudkan untuk mengetahui efektifitas konseling kelompok teknik *assertive training* terhadap *self esteem* korban *bullying*. Efektifitas tersebut ditunjukkan dengan ada tidaknya perbandingan atau perbedaan *self esteem* siswa sebelum dan sesudah diberikannya konseling kelompok teknik *assertive training*.

#### **E. Metode Pengumpul Data**

Pengumpulan data merupakan cara yang digunakan untuk mengumpulkan informasi-informasi sebagai data. Metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian. Pada penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan oleh penulis adalah:

## 1. Angket (Kuesioner)

Angket adalah salah satu teknik pengumpulan data dengan mengajukan beberapa pertanyaan tertulis yang telah disusun oleh peneliti, yang kemudian dijawab secara tertulis pula oleh responden atau subyek penelitian. Angket ini bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap mengenai permasalahan dan responden tanpa merasa khawatir memberikan jawaban dalam pengisian daftar pertanyaan angket (Ratnawulan, 2015). Angket yang digunakan oleh peneliti yaitu dengan menggunakan metode *Skala Likert* yang dikembangkan *Rensis Likert*. Jawaban yang menggunakan *Skala Likert* mempunyai gradasi dari sangat positif atau skor paling tertinggi sampai negatif atau skor paling rendah. Ukuran gradasi dapat berupa kata-kata sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju. Berdasarkan ketentuan skala likert, peneliti menilai jawaban angket yaitu jawaban opsi sangat sesuai (SS) = 4, opsi sesuai (S) = 3, opsi tidak sesuai (KS) = 2, opsi sangat tidak sesuai (TS) = 1.

<b>Penilaian Skor Angket</b>		
Jawaban	Item Positif	Item Negatif
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Kuesioner dikembangkan dalam kisi-kisi yang berisi materi regulasi diri dan item-item tersebut kemudian dibagi menjadi dua, yaitu item positif dan negatif. Sebelum menggunakan angket untuk *pre-test* dan *post-test*, *validitas* dan *reliabilitas* angket diuji dengan menggunakan *try out* (uji coba).

Angket penelitian ini dikembangkan dalam kisi-kisi yang memuat tentang *self esteem*

**Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Angket Self Esteem**

No	Dimensi	Indikator	Positif	Negative
1	<i>Significance</i>	Penerimaan	1,13,26	5,11,28
		Penghargaan	18,22,37	48,31,55
		Perhatian	39,46,42	33,29,43
		Kasih sayang	36,45,21	34,60,59
2	<i>Power</i>	Mengontrol diri sendiri	3,10,30	8,16,50
		Mempengaruhi orang lain	15,49,57	38,41,47
3	<i>Competence</i>	Performance untuk mendapatkan prestasi	7,23,27	2,19,25
		keyakinan terhadap menyelesaikan masalah	14,35,44	24,40,51
4	<i>Virtue</i>	Nilai nilai moral etika	4,17,52	6,9,12
		Aturan-aturan	54,56,58	20,53,32
<b>Jumlah</b>			30	30

## 2. Wawancara

Wawancara atau interview merupakan salah satu metode untuk mendapatkan data tentang individu atau kelompok dengan mengadakan

hubungan secara langsung dengan narasumber atau informan secara langsung (*face to face relation*). Dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara langsung. Pelaksanaan wawancara langsung dilakukan terhadap guru pembimbing. Wawancara terhadap guru pembimbing dilakukan untuk membicarakan dan mencari informasi tentang siswa yang mengalami bullying di sekolah atau siswa yang terlihat memiliki *self esteem* yang rendah. Peneliti mencari informasi tentang kondisi subjek penelitian, mengenai latar belakang, masalah yang sering muncul tentang *self esteem* korban bullying yang dimiliki siswa dan cara untuk mengatasi meningkatkan *self esteem* korban bullying siswa yang kurang atau rendah. Instrumen yang digunakan adalah pedoman wawancara dengan guru pembimbing.

1. Tahapan perencanaan penelitian

Perencanaan penelitian merupakan suatu hal yang dilakukan oleh peneliti sebelum melaksanakan penelitian. Tahapan perencanaan penelitian meliputi kegiatan observasi awal, penyusunan proposal penelitian, perizinan, dan persiapan bahan dan materi. Kegiatan dalam tahapan perencanaan penelitian sebagai berikut:

- a. Observasi awal

Kegiatan observasi dilakukan dengan mengamati siswa kelas X IPS SMA N 1 Kota Magelang yang memiliki permasalahan mengenai *self esteem* rendah serta menjadi korban *bullying*. Kegiatan ini

dilaksanakan untuk mengali informasi dan menemukan masalah yang akan diteliti.

b. Penyusunan Proposal Penelitian

Penyusunan proposal penelitian dilaksanakan melalui proses bimbingan oleh Dosen Pembimbing 1 dan Dosen Pembimbing 2.

c. Pembuatan surat izin penelitian ke sekolah yang menjadi tempat dilakukannya penelitian

Setelah proposal penelitian, peneliti mengajukan permohonan izin kepada pihak sekolah untuk melakukan penelitian pada siswa dengan *self esteem* rendah.

d. Persiapan Bahan dan Materi

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti mempersiapkan bahan dan materi yang akan digunakan selama proses penelitian, sehingga kegiatan penelitian dapat berjalan lancar dengan hasil yang maksimal. Persiapan yang dilakukan meliputi materi pembelajaran, materi konseling, serta seluruh perangkat konseling yang digunakan dalam penelitian.

e. Try Out instrument

Sebelum angket digunakan untuk pre test dan post test. Terlebih dahulu peneliti melakukan try out. Pelaksanaan try out skala keterampilan sosial siswa dilakukan untuk mengetahui valid tidaknya instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Pelaksanaan try out dilaksanakan pada bulan Oktober.

## 2. Tahapan pelaksanaan

Tahapan pelaksanaan penelitian terdapat beberapa kegiatan yang akan dilaksanakan, kegiatan tersebut meliputi :

### a. Pemberian pengukuran awal (*pretest*)

Sebelum dilaksanakan perlakuan atau *treatment*, siswa akan mengerjakan soal sebagai *pretest*. Kegiatan ini dilaksanakan guna mengetahui keadaan siswa sebelum diberikan perlakuan berupa konseling kelompok dengan Teknik *assertive*.

### b. Pemberian perlakuan (*treatment*)

Pemberian perlakuan dilakukan selama 5 kali pertemuan. Perlakuan yang dilaksanakan berupa pembelajaran melalui konseling kelompok dengan Teknik *assertive* yang dilaksanakan dalam kelas eksperimen.

### c. Pemberian pengukuran akhir (*posttest*)

Setelah dilaksanakan perlakuan atau *treatment*, siswa akan mengerjakan soal sebagai *posttest*. Kegiatan ini dilaksanakan guna mengetahui keadaan siswa setelah diberikan perlakuan berupa konseling kelompok dengan Teknik *assertive*.

## 3. Tahap Analisis Data

Analisis data yang dilakukan oleh peneliti yaitu pengumpulan data kuantitatif dan kualitatif deskripsi pembelajaran. Data kuantitatif berupa pengolahan dan penganalisisan hasil dari *pretest* dan *posttest* siswa kelas dengan *self esteem* rendah.

#### 4. Tahap Pembuatan Kesimpulan

Tahap ini akan dilakukan penyimpulan terhadap penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti berdasarkan hipotesis yang dilakukan.

### F. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan bagian terpenting dalam sebuah penelitian. Analisis data dilakukan untuk mengetahui jawaban dari permasalahan yang telah dirumuskan.

#### 1. Teknik Analisis Instrumen

Istrumen merupakan alat ukur yang mampu memberikan informasi secara jelas dan akurat dalam proses penelitian. Suatu alat ukur dapat dinyatakan sebagai alat ukur yang jelas dan akurat dalam memberikan informasi apabila telah memenuhi beberapa kriteria yang telah ditentukan oleh para ahli psikometri yaitu kriteria valid dan reliable. Oleh karena itu agar simpulan tidak keliru dari keadaan yang sebenarnya, diperlukan uji validitas dan reliabilitas dari alat ukur yang digunakan penelitian

##### a. Uji Validitas Instrumen

Validitas instrumen menunjukkan bahwa hasil dari suatu pengukuran menggambarkan segi atau aspek yang diukur (Sudjana, 2002: 228). Pengujian reliabilitas instrumen dilakukan dengan bantuan *IBM SPSS 23*. Teknik yang digunakan untuk uji validitas yaitu menggunakan tekni korelasi *product moment* dari *karl pearson*. Selanjutnya koefisien korelasi hitung tiap butir soal dibandingkan

dengan  $r_{\text{tabel}}$ . Apabila besar  $r_{\text{hitung}}$  lebih besar dibandingkan dengan  $r_{\text{tabel}}$  maka butir soal dinyatakan valid. Berikut hasil uji validitas :

**Tabel 3.5**  
**Hasil Uji Reliabilitas Instrumen**

No Item	r tabel 5%	r hitung	Keterangan
Item_1	0,361	0,428	Valid
Item_2	0, 361	0,1756	Valid
Item_3	0, 361	0,3314	Valid
Item_4	0, 361	0,3314	Valid
Item_5	0, 361	0,3572	Valid
Item_6	0,361	0,3564	Valid
Item_7	0, 361	0,5001	Valid
Item_8	0, 361	0,3125	Valid
Item_9	0, 361	0,223	Valid
Item_10	0, 361	0,4495	Valid
Item_11	0,361	0,3641	Valid
Item_12	0, 361	-0,073	Gugur
Item_13	0, 361	0,96	Valid
Item_14	0, 361	-0,22	Gugur
Item_15	0, 361	0,2021	Valid
Item_16	0,361	0,3918	Valid
Item_17	0, 361	0,4535	Valid
Item_18	0, 361	0,1978	Valid
Item_19	0, 361	0,2467	Valid
Item_20	0, 361	0,3656	Valid
Item_21	0,361	0,323	Valid
Item_22	0, 361	0,4015	Valid
Item_23	0, 361	0,2066	Valid
Item_24	0, 361	0,0054	Gugur
Item_25	0, 361	0,349	Valid
Item_26	0,361	0,1446	Valid
Item_27	0, 361	0,388	Valid

No Item	r tabel 5%	r hitung	Keterangan
Item_28	0,361	0,508	Valid
Item_29	0,361	0,493	Valid
Item_30	0,361	0,420	Valid
Item_31	0,361	0,386	Valid
Item_32	0,361	0,414	Valid
Item_33	0,361	0,459	Valid
Item_34	0,361	0,438	Valid
Item_35	0,361	0,397	Valid
Item_36	0,361	0,529	Valid
Item_37	0,361	0,401	Valid
Item_38	0,361	0,429	Valid
Item_39	0,361	0,221	Gugur
Item_40	0,361	0,350	Gugur
Item_41	0,361	0,224	Gugur
Item_42	0,361	0,382	Valid
Item_43	0,361	0,439	Valid
Item_44	0,361	0,431	Valid
Item_45	0,361	0,582	Valid
Item_46	0,361	0,544	Valid
Item_47	0,361	0,397	Valid
Item_48	0,361	0,254	Gugur
Item_49	0,361	0,542	Valid
Item_50	0,361	0,455	Valid
Item_51	0,361	0,571	Valid
Item_52	0,361	0,432	Valid
Item_53	0,361	0,432	Valid
Item_54	0,361	0,516	Valid
Item_55	0,361	0,409	Valid
Item_56	0,361	0,583	Valid
Item_57	0,361	0,443	Valid
Item_58	0,361	0,523	Valid
Item_59	0,361	0,429	Valid
Item_60	0,361	0,626	Valid

Hasil try out angket tingkat *self esteem* menunjukkan pernyataan yang valid 56 pertanyaan dan pernyataan yang gugur 4 item. Angket tersebut terdiri dari 60 item, sehingga 56 pertanyaan layak digunakan sebagai angket dalam penelitian. Dan hasil Tryout setelah di bagikan menjadi.

**Tabel 3. 6 Kisi-Kisi Angket Self Esteem**

No	Dimensi	Indikator	Positif	Negative
1	<i>Significance</i>	Penerimaan	1,13,26	5,11,28
		Penghargaan	18,22, 37	48,31
		Perhatian	39,46,42	33,29,43
		Kasih sayang	36,45,21	34,60,59
2	<i>Power</i>	Mengontroldiri sendiri	3,10 ,30	8, 16, 50
		Mempengaruhi orang lain	15,49,57	38,41,47
3	<i>Competence</i>	Performance untuk mendapatkan prestasi	7,23,27	2, 19,25
		keyakinan terhadap menyelesaikan masalah	35,44	40,51
4	<i>Virtue</i>	Nilai nilai moral etika	4,17,52	6,9
		Aturan-aturan	54,56,58	20,53,32
<b>Jumlah</b>			29	27

b. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas mampu menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan yaitu berupa konsistensi terhadap hasil pengukuran. Reliabilitas dinyatakan dalam nilai *alfa cronbach's*.

**Tabel 3.6**  
**Hasil Uji Reliabilitas**

N	Croanbach Alpha	Keterangan
60	0,940	Reliabel

Berdasarkan hasil uji Reliabilitas menggunakan Croanbach Alpha diperoleh nilai Alpha = 0,940 lebih besar dari 0,60. Sehingga dapat dinyatakan bahwa angket tersebut reliabel.

2. Teknik Analisis Data

Metode analisis data merupakan cara untuk mengolah suatu data yang diperoleh dalam penelitian untuk mengambil sebuah kesimpulan. Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini bertujuan untuk menyempitkan dan membatasi penemuan-penemuan hingga menjadi suatu data kuantitatif. Data kuantitatif dilakukan dengan menggunakan statistik untuk menghitung data-data yang bersifat kuantitatif atau dapat diwujudkan dalam angka yang didapat peneliti lapangan.

Untuk menganalisis data hasil penelitian dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon. Uji wilcoxon signed Rank Test adalah sebuah tes hipotesis non-parametrik statistik yang digunakan ketika

membandingkan dua sampel yang berhubungan untuk melihat perbedaan diantara sampel yang berpasangan. Uji Wilcoxon digunakan untuk menganalisis hasil-hasil pengamatan yang berpasangan dari dua data apakah terdapat perbedaan atau tidak. Uji ini merupakan alternatif pengganti dari *Uji Paired Sampel T-test* jika data tidak berdistribusi normal. Pembuktian metode ini menggunakan analisis statistik dengan metode Pengujian *Wilcoxon Test* dengan menggunakan program spss versi 25.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas X IPS di SMA N 1 Kota Magelang, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu layanan konseling kelompok teknik assertive training dapat meningkatkan self esteem siswa pada siswa kelas X IPS di SMAN 1 Kota Magelang ditunjukkan dari perubahan cara berfikir yang sebelum diberikan perlakuan memiliki self esteem rendah, tetapi setelah diberi perlakuan dengan pemberian layanan konseling kelompok teknik assertive training, self esteem meningkat. maka layanan konseling kelompok teknik assertive training dapat digunakan untuk meningkatkan self esteem siswa.

#### **B. Saran**

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut:

1. Kepada siswa kelas X IPS di SMAN 1 Kota Magelang hendaknya mengikuti kegiatan dengan menggunakan layanan konseling kelompok teknik assertive training untuk meningkatkan self esteem
2. Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya mengadakan kegiatan dengan menggunakan layanan konseling kelompok teknik assertive training secara rutin untuk meningkatkan self esteem siswa yang rendah pada

khususnya, dan untuk memecahkan berbagai permasalahan lain pada umumnya.

3. Bagi peneliti selanjutnya penelitian selanjutnya sebaiknya melibatkan jumlah sampel yang lebih besar serta menggunakan desain yang lebih komprehensif, seperti adanya kelompok kontrol, guna menganalisis dampak jangka panjang dari teknik *assertive training* dalam meningkatkan *self esteem* pada korban *bullying*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R., Pahrul, Y., Pahlawan, U., & Tambusai, T. (2019). *SELF ESTEEM BAGI ANAK KELUARGA BROKEN HOME*. 3(2003), 632–640.
- Arifin, Z. (2016). *Evaluasi Pembelajaran*. PT Remaja Rosdakarya.
- Arikunto, & Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (VI). Rineka Cipta.
- Bakhtiyar. (2018). Peran Keluarga Sebagai Pendamping Belajar Anak Dalam Meraih Prestasi Belajar Di Sekolah Melalui Pemanfaatan Layanan Jasa Informasi Perpustakaan: Suatu Kajian Dalam Perspektif Sosio Kultural. *Jurnal Perpustakaan Universitas Airlangga*, 8(1), 37–45.
- Budiana, A. A. M., Shalahuddin, I., & Maulana, I. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Bullying Di SMA Tamansiswa Rancaekek. *Malahayati Nursing Journal*, 4(4), 919–927. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i4.6124>
- Darwin, Mubin, M. F., & Hidayati, E. (2018). Siswa Yang Mendapatkan Bullying Di SMAN 15 Semarang Pengalaman. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 2(1), 1–6.
- Deliati, D. (2019). Implementasi Assertive Training untuk Meningkatkan Kecerdasaan Emosional Mahasiswa pada Mata Kuliah Psikologi Pendidikan. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 2(1), 1–13. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v2i1.2323>
- Dewi, C. G., & Ibrahim, Y. (2019). *Hubungan Self-Esteem ( Harga Diri ) dengan Perilaku Narsisme Pengguna Media Sosial Instagram pada Siswa SMA*. 1(2), 1–7. <https://doi.org/10.24036/0099kons2019>
- Fitra, N. A., Rahayu Z, S. P., Desmita, D., & Irman, I. (2021). Hubungan Self-Esteem dan Body Image pada Remaja Putri di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). *Istinarah: Riset Keagamaan, Sosial Dan Budaya*, 3(2), 84. <https://doi.org/10.31958/istinarah.v3i2.4534>
- Gaho, J., Telaumbanua, K., & Laia, B. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Role Playing Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Lahusa Tahun Pembelajaran 2020/2021. *COUNSELING FOR ALL : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(2).
- Manalu, L. O., Patimah, S. S., & Haryanto, M. S. (2019). Hubungan Pola Asuh Orangtua terhadap Perilaku Bullying di SMA Al-Mas’udiyah Cigondewah Hilir Kabupaten Bandung. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 8(2), 147–153.

- Manurung, A. (2021). Hubungan karakteristik dosen, pola asuh orangtua, dan peer group dengan konsep diri self esteem remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*, 9(1), 61–68.
- Maulida, S. R., & Dhania, D. R. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Orang Tua Dengan Motivasi Berwirausaha Pada Siswa Smk. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 9. <https://doi.org/10.14710/jpu.11.2.9>
- Mujiyanti. (2015). Peningkatan Self Esteem Siswa Korban Bullying Melalui Teknik Assertive Training. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(1), 12.
- Prayitno, & Amti, E. (2016). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. PT Renika Cipta.
- Putri, F., & Suyanto, T. (2016). Strategi Guru Dalam Mengatasi Perilaku Bullying Di Smp Negeri 1 Mojokerto. *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan*, 1(4), 62–76.
- Rahayu, P., Ulfah, M., & Dewi, L. R. (2013). Pembelajaran Analisis Artikel Ilmiah Untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Ilmiah. *Prosiding Seminar Biologi*, 10(2), 1–4.
- Ratnawulan, E. & R. (2015). *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung : CV Pustaka Setia.
- Rusmana, F. A., Dahlan, S., & Andriyanto, R. E. (2018). *Peningkatan Keberanian Siswa Berbicara Dalam Diskusi Kelas Menggunakan Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training The Improvement Of Students ' Courageousness To Speak In Class Discussion Using Group Conscients Using Assertive Training Techniques*.
- Rusmana, N., Hafina, A., Siddik, R. R., & Nur, L. (2020). Self-esteem development of vocational high school students in Indonesia: Does group counseling with assertive training technique help? *Cakrawala Pendidikan*, 39(3), 573–582. <https://doi.org/10.21831/cp.v39i3.31363>
- Sari, Y. P., & Azwar, W. (2018). Fenomena Bullying Siswa: Studi Tentang Motif Perilaku Bullying Siswa di SMP Negeri 01 Painan, Sumatera Barat. *Ijtimaiyya: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, 10(2), 333–367. <https://doi.org/10.24042/ijpmi.v10i2.2366>
- Siti Anisah, A., Katmajaya, S., & Zakiyyah, W. L. (2021). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Sikap Sosial Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan UNIGA*, 15(1), 434. <https://doi.org/10.52434/jp.v15i1.1178>
- Sudjana. (2002). *Metode Statistika*. Tarsito.
- Sugiono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.

- Sugiyono. (2013). *METODE PENELITIAN Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (19th ed.). ALFABETA.
- Sutja, A. (2017). *Penulisan Skripsi: Untuk Prodi Bimbingan Konseling*. Wahana Resolusi.
- Ulfa, M., & Suarningsih, N. K. (2018). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa Kelas Viii Smpn 1 Kapontori. *Psikologi Konseling*, 12(1), 120–132. <https://doi.org/10.24114/konseling.v12i1.12181>
- Amalia, R., Pahrul, Y., Pahlawan, U., & Tambusai, T. (2019). *SELF ESTEEM BAGI ANAK KELUARGA BROKEN HOME*. 3(2003), 632–640.
- Arifin, Z. (2016). *Evaluasi Pembelajaran*. PT Remaja Rosdakarya.
- Arikunto, & Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (VI). Rineka Cipta.
- Bakhtiyar. (2018). Peran Keluarga Sebagai Pendamping Belajar Anak Dalam Meraih Prestasi Belajar Di Sekolah Melalui Pemanfaatan Layanan Jasa Informasi Perpustakaan: Suatu Kajian Dalam Perspektif Sosio Kultural. *Jurnal Perpustakaan Universitas Airlangga*, 8(1), 37–45.
- Budiana, A. A. M., Shalahuddin, I., & Maulana, I. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Bullying Di SMA Tamansiswa Rancaekek. *Malahayati Nursing Journal*, 4(4), 919–927. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i4.6124>
- Darwin, Mubin, M. F., & Hidayati, E. (2018). Siswa Yang Mendapatkan Bullying Di SMAN 15 Semarang Pengalaman. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 2(1), 1–6.
- Deliati, D. (2019). Implementasi Assertive Training untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa pada Mata Kuliah Psikologi Pendidikan. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 2(1), 1–13. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v2i1.2323>
- Dewi, C. G., & Ibrahim, Y. (2019). *Hubungan Self-Esteem ( Harga Diri ) dengan Perilaku Narsisme Pengguna Media Sosial Instagram pada Siswa SMA*. 1(2), 1–7. <https://doi.org/10.24036/0099kons2019>
- Fitra, N. A., Rahayu Z, S. P., Desmita, D., & Irman, I. (2021). Hubungan Self-Esteem dan Body Image pada Remaja Putri di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). *Istinarah: Riset Keagamaan, Sosial Dan Budaya*, 3(2), 84. <https://doi.org/10.31958/istinarah.v3i2.4534>
- Gaho, J., Telaumbanua, K., & Laia, B. (2021). Efektivitas Layanan Konseling

Kelompok Dengan Teknik Role Playing Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Lahusa Tahun Pembelajaran 2020/2021. *COUNSELING FOR ALL : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(2).

- Manalu, L. O., Patimah, S. S., & Haryanto, M. S. (2019). Hubungan Pola Asuh Orangtua terhadap Perilaku Bullying di SMA Al-Mas'udiyah Cigondewah Hilir Kabupaten Bandung. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 8(2), 147–153.
- Manurung, A. (2021). Hubungan karakteristik dosen, pola asuh orangtua, dan peer group dengan konsep diri self esteem remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*, 9(1), 61–68.
- Maulida, S. R., & Dhania, D. R. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Orang Tua Dengan Motivasi Berwirausaha Pada Siswa Smk. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 9. <https://doi.org/10.14710/jpu.11.2.9>
- Mujiyanti. (2015). Peningkatan Self Esteem Siswa Korban Bullying Melalui Teknik Assertive Training. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(1), 12.
- Prayitno, & Amti, E. (2016). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. PT Renika Cipta.
- Putri, F., & Suyanto, T. (2016). Strategi Guru Dalam Mengatasi Perilaku Bullying Di Smp Negeri 1 Mojokerto. *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan*, 1(4), 62–76.
- Rahayu, P., Ulfah, M., & Dewi, L. R. (2013). Pembelajaran Analisis Artikel Ilmiah Untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Ilmiah. *Prosiding Seminar Biologi*, 10(2), 1–4.
- Ratnawulan, E. & R. (2015). *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung : CV Pustaka Setia.
- Rusmana, F. A., Dahlan, S., & Andriyanto, R. E. (2018). *Peningkatan Keberanian Siswa Berbicara Dalam Diskusi Kelas Menggunakan Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training The Improvement Of Students ' Courageousness To Speak In Class Discussion Using Group Conscients Using Assertive Training Techniques*.
- Rusmana, N., Hafina, A., Siddik, R. R., & Nur, L. (2020). Self-esteem development of vocational high school students in Indonesia: Does group counseling with assertive training technique help? *Cakrawala Pendidikan*, 39(3), 573–582. <https://doi.org/10.21831/cp.v39i3.31363>
- Sari, Y. P., & Azwar, W. (2018). Fenomena Bullying Siswa: Studi Tentang Motif Perilaku Bullying Siswa di SMP Negeri 01 Painan, Sumatera Barat. *Ijtimaiyya: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, 10(2), 333–367. <https://doi.org/10.24042/ijpmi.v10i2.2366>

- Siti Anisah, A., Katmajaya, S., & Zakiyyah, W. L. (2021). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Sikap Sosial Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan UNIGA*, 15(1), 434. <https://doi.org/10.52434/jp.v15i1.1178>
- Sudjana. (2002). *Metode Statistika*. Tarsito.
- Sugiono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *METODE PENELITIAN Kuantitatif, Kualitatif DAN R&D* (19th ed.). ALFABETA.
- Sutja, A. (2017). *Penulisan Skripsi: Untuk Prodi Bimbingan Konseling*. Wahana Resolusi.
- Ulfa, M., & Suarningsih, N. K. (2018). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa Kelas Viii Smpn 1 Kapontori. *Psikologi Konseling*, 12(1), 120–132. <https://doi.org/10.24114/konseling.v12i1.12181>