

**KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN  
DIRI PADA KORBAN *BULLYING* DI SMP N 1 PLERET BANTUL**



Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Memperoleh Gelar Sarjana

Disusun oleh:

**Lia Kurnia Dewi**

**NIM 16220046**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

Pembimbing  
**Slamet, S. Ag, M.Si**  
NIP. 19691214 199803 1 002

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA  
2020**



KEMENTERIAN AGAMA  
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
 FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
 Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

**PENGESAHAN TUGAS AKHIR**

Nomor : B-40/Un.02/DD/PP.00.9/01/2021

Tugas Akhir dengan judul : **KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA KORBAN BULLYING DI SMP N 1 PLERET BANTUL**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : LIA KURNIA DEWI  
 Nomor Induk Mahasiswa : 16220046  
 Telah diujikan pada : Jumat, 08 Januari 2021  
 Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

**TIM UJIAN TUGAS AKHIR**



Ketua Sidang  
 Slamet, S.Ag, M.Si  
 SIGNED

Valid ID: 6012a3ef6d9e5



Penguji I  
 Dr. Muhsin, S.Ag, M.A.  
 SIGNED

Valid ID: 60125e079d860



Penguji II  
 Zaen Musyrifin, S.Sos.I.M.Pd.I.  
 SIGNED

Valid ID: 6004852805b9



Yogyakarta, 08 Januari 2021  
 UIN Sunan Kalijaga  
 Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
 Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.  
 SIGNED

Valid ID: 60137eb417bb3



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA**  
**YOGYAKARTA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**  
Jl. Masda Adisucipto Telp. (0274) 515856  
Yogyakarta 55281

---

---

**SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI**

Kepada :  
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara :

Nama : Lia Kurnia Dewi

NIM : 16220046

Judul Skripsi : Konseling Individu dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Korban *Bullying* di SMP N 1 Pleret Bantul

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan/Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Bimbingan Konseling Islam.

Dengan ini kami mengharapkan agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 29 Desember 2020

Mengetahui,

Ketua Prodi BKI

**Slamet S. Ag., M.Si**  
**NIP. 19691214199803 1 002**

Pembimbing Skripsi

**Slamet S. Ag., M.Si**  
**NIP. 19691214199803 1 002**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lia Kurnia Dewi  
NIM : 16220046  
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul **Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Korban *Bullying* Di SMPN 1 Pleret Bantul** adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 29 Desember 2020

Yang menyatakan,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KARTASURA  
YOGYAKARTA



Lia Kurnia Dewi

NIM 16220046



## SURAT PERNYATAAN MEMAKAI JILBAB

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lia Kurnia Dewi  
NIM : 16220046  
Prodi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya tidak menuntut kepada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (atas pemakaian jilbab dalam ijazah Strata Satu saya. Seandainya suatu hari terdapat instansi yang menolak ijazah tersebut karena penggunaan jilbab.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 29 Desember 2020

Yang Menyatakan,

  
METERAI  
TEMPEL  
Rp146AHF811467310  
6000  
TUJUH RIBURUPIAH

Lia Kurnia Dewi

NIM 16220046

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Skripsi ini penulis persembahkan untuk kedua orangtua:*

- 1. Ibunda tercinta Sriyati*
- 2. Ayahanda yang terhebat Sarjiyo*



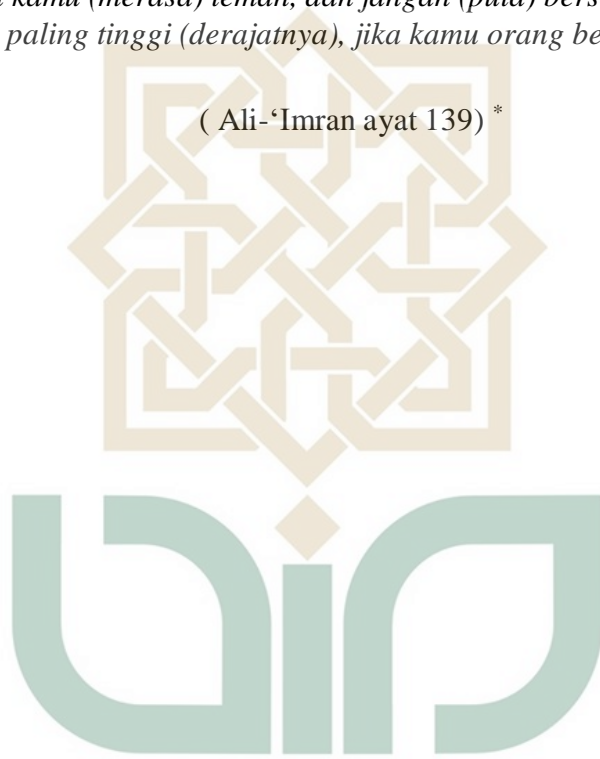
STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

*Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.*

( Ali-'Imran ayat 139) \*



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

---

\* Departemen Agama, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah* (Bandung: Diponegoro, 2013), hal. 67.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang sudah memberikan kemudahan serta kelancaran kepada penulis. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada baginda besar Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Konseling Individu dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Korban *Bullying* di SMP N 1 Pleret Bantul”

Penelitian skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana strata satu di bidang Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dalam menyelesaikan skripsi ini tentu tidak lepas dari bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil Al Makin, M.A., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Slamet S. Ag, M. Si., selaku ketua prodi Bimbingan Konseling Islam, Dosen Penasihat Akademik dan Dosen Pembimbing Skripsi yang telah sabar membimbing dan meluangkan waktu hingga penelitian skripsi ini selesai.
4. Segenap Dosen Bimbingan Konseling Islam yang telah membagi ilmu, mendidik, dan membimbing selama masa perkuliahan.



5. TU Program Studi Bimbingan Konseling Islam yang telah membantu dalam menyelesaikan administrasi skripsi.
6. SMP N 1 Pleret Bantul, sebagai tempat pelaksanaan penelitian. Terimakasih karena telah memberikan izin untuk melakukan penelitian, Ibu Nenden Tia Pramtiona, Ibu Ika Astriyani, Ibu Adinda Farahdiba dan seluruh pegawai dan staff di SMP N 1 Pleret Bantul, terimakasih atas ilmu dan pengalamannya selama penelitian.
7. Sahabatku seperjuangan Ida, Arum, Lisna yang telah menjadi pendengar setia, menghibur dan telah memberikan motivasi serta dorongan tiada henti.
8. Sahabat SMA ku Fia, Ivah, Meli yang selalu memberikan semangat dan dorongan kepada penulis.
9. Sahabat SMP ku Nena, Antya dan Asri yang selalu memberikan semangat dan dorongan kepada penulis.
10. Teman-Teman BKI 2016 yang selalu memberikan semangat dan dorongan kepada penulis.
11. Teman-teman BKI terkhusus Nina, Suci, Hindun, Elsa, Nurlia, yang selalu memberikan bantuan dan semangat di saat susahny mikir skripsi.
12. Semua pihak yang telah memberikan bantuan penulis dalam penyusunan skripsi dari awal sampe akhir.

Semoga dukungan dan bimbingan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amal baik dan mendapatkan pahala dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa

penyusunan skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan masukan dan saran untuk penyempurnaan dalam perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 29 Desember 2020

Penulis

Lia Kurnia Dewi



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## ABSTRAK

LIA KURNIA DEWI. NIM (16220046). *Konseling Individu dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Korban Bullying di SMP N 1 Pleret Bantul*. Skripsi. Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2020.

Kepercayaan diri menjadi salah satu aspek kepribadian yang penting dalam kehidupan manusia khususnya korban *bullying*, tanpa adanya rasa percaya diri maka banyak masalah yang akan timbul pada diri siswa seperti tidak maunya bersosialisasi antar teman dan minder. Agar korban *bullying* dapat mengatasi permasalahannya, maka guru BK memberikan konseling individu untuk mengembalikan rasa percaya dirinya kembali. Fokus penelitian ini yaitu tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying* di SMP N 1 Pleret.

Adapun pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan jenis penelitian (*field research*). Analisis data dilakukan dengan analisis deskriptif kualitatif, pengumpulan data yang dilakukan penulis menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Kemudian dilakukan dengan teknik triangulasi sumber untuk mengetahui keabsahan data yang didapatkan. Subjek dari penelitian ini adalah guru bimbingan dan konseling, wali kelas, dan siswa yang menjadi korban *bullying*. Sedangkan objek penelitian ini yaitu tahap-tahap konseling individu untuk meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying* di SMP N 1 Pleret.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri korban *bullying* adalah (1) tahap awal: Membangun hubungan konseling (pembukaan, apersepsi pikiran, melakukan pendekatan dengan siswa, memperjelas dan mendefinisikan masalah, tidak ada kontrak konseling (2) tahap pertengahan : memfokuskan masalah yang dialami siswa dan mencari alternatif pemecahan masalah, dan (3) tahap akhir : Perubahan perilaku maupun emosi.

**Kata Kunci:** Konseling Individu, Kepercayaan Diri, Korban *Bullying*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO .....	viii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I: PENDAHULUAN .....	1
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang .....	5
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	10
E. Kajian Pustaka .....	11
F. Kerangka Teori .....	17

G. Metode Penelitian .....	45
<b>BAB II:    GAMBARAN UMUM BIMBINGAN DAN KONSELING SMP N 1             PLERET BANTUL.....</b>	<b>54</b>
A. Gambaran Umum SMP N 1 Pleret .....	54
B. Gambaran Umum Bimbingan dan Konseling SMP N 1 Pleret.....	57
C. Gambaran Konseling Individu di SMP N 1 Pleret Bantul .....	63
<b>BAB III :  TAHAP-TAHAP KONSELING INDIVIDU DALAM             MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI KORBAN <i>BULLYING</i>             DI SMP N 1 PLERET .....</b>	<b>65</b>
A. Tahap Awal Konseling .....	65
B. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja) .....	76
C . Tahap Akhir Konseling (Tahap Tindakan) .....	86
<b>BAB IV :  PENUTUP .....</b>	<b>93</b>
A. Kesimpulan.....	93
B. Saran .....	95
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>97</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>100</b>



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Penegasan Judul**

Penelitian ini berjudul “Konseling Individu dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Korban *Bullying* di SMP N 1 Pleret Bantul” untuk menghindari kesalahpahaman dan kekeliruan pengertian serta memudahkan pembaca dalam memahami maka dari itu penulis akan menjelaskan istilah-istilah dari judul tersebut.

#### **1. Konseling Individu**

Konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.<sup>1</sup>

Berdasarkan istilah di atas maka konseling individu dapat diartikan sebagai layanan yang diberikan guru bimbingan dan konseling di sekolah berupa bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli kepada individu yang membutuhkan bantuan yang bermuara pada terselesaikannya masalah yang sedang dihadapi oleh individu.

---

<sup>1</sup> Prayitno, Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1994), hal. 105.

## 2. Meningkatkan Kepercayaan Diri

Meningkatkan atau peningkatan secara epistemologi menaikkan derajat taraf dan sebagainya mempertinggi memperhebat produksi dan sebagainya.<sup>2</sup>

Kepercayaan diri berasal dari bahasa Inggris yaitu *self confident* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan, dan penilaian diri sendiri. Secara sederhana dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki oleh individu dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai tujuan hidupnya.<sup>3</sup>

Adapun yang dimaksud meningkatkan kepercayaan diri dalam penelitian ini kesadaran individu akan kelebihan dan kelemahan yang dimilikinya dan kesadaran tersebut membuat merasa yakin pada kemampuan yang dimiliki, menerima diri dan bersikap positif sehingga dapat bertindak sesuai kapasitasnya dan dapat mengendalikannya.

## 3. Korban *Bullying*

Menurut Arif Gosita korban adalah orang yang menderita jasmani dan rohani yang diakibatkan dari tindakan orang lain yang mencari

kepentingan diri sendiri dan yang berkepentingan hak asasi yang dirugikan.<sup>4</sup>

Kata *bullying* berasal dari bahasa Inggris, yaitu dari kata *bull* yang berarti banteng yang senang menyeruduk kesana kemari. Istilah ini akhirnya diambil untuk menguraikan suatu tindakan destruktif, berbeda dengan Negara lain seperti Norwegia, Finlandia, dan Denmark yang menyebut *bullying* dengan istilah *mobbing* atau *mobbing*. Istilah aslinya berasal dari bahasa Inggris, yaitu *mob* yang menekankan bahwa biasanya *mob* adalah kelompok orang yang anonim dan berjumlah banyak serta terlibat kekerasan. Dalam bahasa Indonesia, secara etimologi kata *bully* berarti penggertak, orang yang mengganggu orang lemah. Istilah *bullying* dalam bahasa Indonesia bisa menggunakan *menyakat* (berasal dari *sakat*) dan pelakunya (*bully*) disebut penyakat. *Menyakat* berarti mengganggu, mengusik, dan merintangi orang lain.<sup>5</sup>

Berdasarkan istilah di atas korban *bullying* adalah orang/individu yang mengalami suatu tindakan yang tidak menyenangkan baik secara verbal, fisik, ataupun sosial di dunia maya ataupun di dunia nyata.

---

<sup>2</sup> Peter Salim dan Yeni Salim, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*, (Jakarta: Modern Pers, 1995), hal. 160.

<sup>3</sup> Hakim Thursan, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri* (Jakarta: Puspa Swara, 1995), hal. 6.

<sup>4</sup> Arief Gosita, *Masalah Korban Kejahatan*, (Jakarta: Presindo, 1993), hal. 63.

<sup>5</sup> Novan Ardy Wiyani, *Save Our Children From School Bullying*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hal. 11-12.

#### 4. SMP N 1 Pleret Bantul

SMP N 1 Pleret Bantul merupakan Sekolah Standar Nasional (SNN) yang didirikan pada tahun 1964 dan disahkan oleh Menteri Pendidikan dan Menteri Kebudayaan. Sebelumnya SMP N 1 Pleret bernama SMP Gondowulung yang kemudian diganti menjadi SLTP 1 Pleret dan pada tahun 1997 ditetapkan menjadi SMP N 1 Pleret. SMP N 1 Pleret terletak di Desa Jejeran, Wonokromo, Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul. Tepatnya berada di Jl. Imogiri Timur Km. 10. SMP N 1 Pleret mempunyai 45 guru dengan karyawannya, sedangkan siswanya ada 649 siswa, kelas VII terdapat 218 siswa, kelas VIII terdapat 217 siswa dan kelas IX terdapat 214 siswa<sup>6</sup>

Berdasarkan dari penegasan-penegasan istilah tersebut maka yang dimaksud dari judul “Konseling Individu dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Korban *Bullying* di SMP N 1 Pleret Bantul” adalah pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor atau guru bimbingan dan konseling untuk membantu klien yang mempunyai kepercayaan diri yang rendah akibat suatu tindakan yang tidak menyenangkan baik secara verbal, fisik, dan sosial sehingga individu mampu mempunyai rasa percaya diri kembali.

---

<sup>6</sup> Observasi di SMP N 1 Pleret Bantul, Selasa, 02 November 2020.

## B. Latar Belakang

Selama hidup manusia tidak terlepas dari pendidikan. Pendidikan membentuk manusia yang cerdas dan berkualitas. Sesuai dengan Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Bab II Pasal 3 yaitu pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Tertulis dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 1 bahwa yang dimaksud dengan pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.<sup>7</sup>

Sekolah sebagai tempat untuk menuntut ilmu memiliki peranan penting setelah lingkungan keluarga, pembentukan kepribadian, tingkah laku. Namun pada era saat ini sekolah yang diharapkan orangtua mampu membentuk moral anak malah bertolak belakang, adanya kekerasan yang marak terjadi di

---

<sup>7</sup> Indra Bangkit Komara, *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa*”, Jurnal Psikopedagogia Vol. 5 No. 1, 2016, Hal. 33.



lingkungan sekolah entah dilakukan oleh guru kepada siswa, staf, bahkan antar siswa itu sendiri.

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyatakan tindakan *bullying* atau perundungan di dunia pendidikan menempati urutan keempat dalam kasus kekerasan anak yang terjadi di Indonesia<sup>8</sup>. Adanya beberapa kasus seperti itu sangat disayangkan jika tetap terus terjadi, hal tersebut tidak boleh dianggap masalah sepele karena kekerasan akan menjadi momok bagi para generasi bangsa ini.

Kekerasan yang terjadi di lembaga pendidikan ini harus dicegah, agar kasus serupa tidak terulang kembali sehingga para siswa merasa nyaman untuk menimba ilmu di sekolah. Di Indonesia khususnya di kota Yogyakarta yang dijuluki kota pelajar tentunya banyak menampung pelajar atau mahasiswa untuk menimba ilmu disana, banyaknya peserta didik atau pelajar tentunya menimbulkan dampak positif atau negatif. Dampak positif yang terjadi seperti perekonomian yang meningkat, wisata yang semakin maju. Tetapi juga ada dampak negatifnya seperti banyaknya terjadinya penyimpangan sosial, pergaulan bebas, kejahatan, bahkan *bullying*.

*Bullying* merupakan perilaku yang tidak menyenangkan baik secara verbal dan non verbal, ada beberapa jenis *bullying* yang sering terjadi diantaranya *bullying* secara fisik meliputi tindakan fisik seperti memukul, mendorong,

---

<sup>8</sup> Yudha Manggala P Putra, *Perundungan Urutan Keempat Kasus Kekerasan Anak*, diakses dari [www.https://m.Republika.co.id](http://www.https://m.Republika.co.id), pada tanggal 3 Desember 2019 pukul 22.30 WIB.

merusak barang, *bullying* secara verbal *bullying* satu ini seringkali tak disadari karena tidak memiliki bukti fisik.

Meski hanya berupa ucapan tapi bukan berarti memiliki efek lebih ringan. *bullying* secara verbal justru dapat mempengaruhi psikis korbannya, seperti menghina, menggoda, intimidasi hingga komentar rasis. *bullying* sosial termasuk kategori *bullying* terselebung karena *bullying* satu ini biasanya dilakukan dibelakang korban yang diintimidasi tujuannya untuk melukai reputasi sosial seseorang atau membuat oranglain merasa dipermalukan atau dihina.

Selanjutnya *cyber bullying* suatu perbuatan atau tindakan yang tidak menyenangkan melalui media sosial seperti memberikan komentar negatif, menyebar berita hoax. Perilaku *bullying* bisa berdampak buruk bagi korban misalnya: malu, merasa terisolasi dari pergaulan, dan kurangnya kepercayaan diri.

Percaya diri merupakan suatu cerminan seseorang berfikir dan menganggap seberapa penting diri sendiri. Kepercayaan diri harus dilakukan kepada setiap individu seperti hanya para siswa agar pelaksanaan pembelajaran di sekolah berjalan dengan baik.

Masalah kepercayaan diri adalah masalah yang selalu aktual dibahas pada umumnya di sekolah masalah kepercayaan diri muncul saat seseorang tidak memiliki pandangan positif tentang dirinya, merasa bahwa dirinya tidak terlihat baik, dan tidak bisa melakukan pekerjaan sebaik orang lain. Terdapat beberapa sebab yang muncul timbulnya dari tidak kepercayaan diri diantaranya, fisik yang

tidak sempurna, tidak mampu melibatkan diri pada situasi baru dan tidak memiliki pandangan untuk maju.

Berdasarkan observasi awal di SMP N 1 Pleret alasan penulis mengambil sekolah ini karena sekolah ini merupakan salah satu sekolah menengah pertama yang favorit di daerah Bantul, dan menurut wawancara dengan guru bimbingan dan konseling masih ada problematika yang masih butuh penanganan seperti *bullying*. Terdapat sepuluh orang siswa yang mengalami *bullying*. Dalam penelitian ini, kepercayaan diri yang diteliti adalah kepercayaan diri dalam tingkah laku. Kepercayaan dalam tingkah laku adalah kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas, baik tugas-tugas yang paling sederhana. Upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* dapat dilakukan dengan konseling individu. Konseling individu merupakan salah satu layanan bimbingan konseling yang dapat membantu siswa dalam mengarahkan dirinya dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dan mengatasi permasalahan yang muncul dalam kehidupan.

Dalam kasus ini terdapat peserta didik yang mengalami kurang percaya diri lebih mencolok dibandingkan dengan teman-temannya. Peserta didik tersebut sulit menyesuaikan dengan lingkungannya dan kurangnya bersosialisasi antar teman. Salah satu bentuk upaya SMP N 1 Pleret dalam menangani siswa *bullying* adalah melakukan konseling individu.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> Wawancara dengan Ibu Nenden Tia Pramtiana S.Pd, Guru BK, 01 Oktober 2020.

Guru bimbingan dan konseling dalam hal ini dapat membantu dengan memberikan konseling individu secara *face to face* sehingga siswa lebih bisa terbuka dengan masalah yang dialaminya sehingga lebih maksimal. Hal ini membuat penulis merasa tertarik meneliti kasus *bullying* ini karena dari guru bimbingan konseling yang menangani mempunyai kiat-kiat khusus untuk korban agar bangkit dari keterpurukan yang dialami, selain itu guru bimbingan konseling juga memberi layanan tidak hanya diruangan saja akan tetapi di luar ruangan seperti di taman atau bahkan di tempat yang menurut korban merasa nyaman, dengan begitu tahap-tahap layanan konseling sekolah yang ada di SMP N 1 Pleret berjalan lancar dan menuai keberhasilan dengan cara yang berbeda dan unik.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Konseling Individu dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Korban *Bullying* di SMP N 1 Pleret Bantul”

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying* di SMP N 1 Pleret?

## D. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan pada rumusan masalah di atas, maka ditemukan tujuan dan manfaat dari penelitian yaitu:

### 1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui, mendeskripsikan dan menganalisis tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying* di SMP N 1 Pleret Bantul.

### 2. Manfaat Penelitian

#### 1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu kontribusi di bidang keilmuan. Selain itu dapat menambah wawasan mengenai jenis layanan dalam meningkatkan kepercayaan diri bagi penelitian selanjutnya, khususnya untuk program studi Bimbingan Konseling Islam.

#### 2. Secara Praktis

##### a. Bagi Sekolah

Sebagai bahan informasi dan masukan kepada kepala sekolah SMP N 1 Pleret Bantul untuk mengarahkan guru pembimbing dalam memberikan konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*.



b. Bagi Siswa

Memberikan informasi mengenai kegunaan konseling individu serta memberi pengetahuan bahwa di dalam bimbingan konseling terdapat konseling individu.

c. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Sebagai bahan masukan dan saran dalam menambah kepercayaan diri siswa dalam lingkungan sekolah antara guru dengan guru, guru dengan siswa, maupun siswa dengan siswa, melalui konseling individu serta sebagai bahan kajian bagi guru pembimbing untuk menangani peserta didik. Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai referensi dalam meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying* pada sekolah tersebut.

d. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi pengembangan ilmu BKI dalam hal konseling individu guna meningkatkan kepercayaan diri pada siswa korban *bullying*.

## E. Kajian Pustaka

Kajian pustaka dalam penelitian ini berisi beberapa penelitian sebelumnya yang relevan dan sejenis dengan penelitian ini yang mengkaji konseling

individu dalam meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying*. Berikut beberapa penelitian sebelumnya dalam 5 tahun terakhir:

1. Skripsi Titi Sari (2017) “Konseling Individu Untuk Meningkatkan Efikasi Diri pada Siswa Tuna Daksa di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD) Prof. Dr. Soeharso Surakarta”.

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data secara observasi dan wawancara. Subjek dalam penelitian ini adalah pengasuh panti, dan siswa tuna daksa. Penelitian ini membahas tentang pelaksanaan konseling pribadi dalam upaya meningkatkan efikasi diri pada siswa tuna daksa di (BBRSBD). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan konseling pribadi dalam upaya meningkatkan efikasi diri pada siswa tuna daksa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling pribadi dalam upaya untuk meningkatkan efikasi diri pada siswa tuna daksa dilakukan melalui beberapa tahap yaitu tahap awal: membangun hubungan konseling, memperjelas dan mendefinisikan masalah, membuat penafsiran dan penjajakan dan menegosiasikan kontrak. Tahap kerja: menjelajah dan mengeksplorasi masalah, menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara dan proses konseling agar berjalan sesuai kontrak, dan tahap akhir: menurunnya kecemasan klien, adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif, sehat, dan dinamis, adanya rencana hidup masa

yang akan datang dengan program yang jelas, terjadinya perubahan sikap positif.<sup>10</sup>

Penelitian ini memiliki persamaan tentang kepercayaan diri, yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah subjek akan diteliti, subjek penelitian sebelumnya adalah tuna daksa sedangkan penelitian ini adalah siswa korban *bullying*.

2. Skripsi Ayu Lestari (2019) "Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa *Introvert* di SMK Tritech Informatika Medan". Penelitian ini membahas tentang peran guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri pada siswa *introvert* di SMK Tritech Informatika Medan. Tujuan dari penelitian ini adalah mendeskripsikan peran guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri pada siswa *introvert* di SMK Tritech Informatika Medan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa peran guru bimbingan konseling yang dilakukan dengan pemberian layanan konseling individu yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling kepada siswa kelas X, XI, XII SMK Tritech Informatika Medan secara

---

<sup>10</sup> Titi Sari, *Konseling Individu untuk Meningkatkan Efikasi Diri pada Siswa Tuna Daksa di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD) Prof. Dr. Soeharso Surakarta*, Skripsi. (Surakarta: Fakultas Ushuludin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Surakarta, 2017).

systematis dan berkelanjutan memberikan perubahan positif dan efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa *introvert*.<sup>11</sup>

Penelitian ini memiliki kesamaan tentang meningkatkan kepercayaan diri, yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah subjek yang akan diteliti, subjek penelitian sebelumnya adalah siswa *introvert* sedangkan penelitian ini adalah siswa *bullying*.

3. Skripsi Tri Pepin Riana (2020) “Pelaksanaan *Client Centered Therapy* dalam Meningkatkan Kepercayaan Anak Korban Kekerasan Keluarga di Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Provinsi Lampung.” Penelitian ini membahas pelaksanaan *client centered therapy* dalam meningkatkan kepercayaan anak korban kekerasan keluarga di Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Lampung. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pelaksanaan *client centered therapy* dalam meningkatkan kepercayaan anak korban kekerasan keluarga di (LPA) Lampung. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan *clien centered* dalam meningkatkan diri anak korban kekerasan keluarga di LPA Lampung menunjukkan sebuah perubahan pada diri anak korban kekerasan.<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> Ayu Lestari, *Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Introvert di SMK Tritech Informatika Medan*, Skripsi. (Medan: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, 2019).

<sup>12</sup> Tri Pepin Riana, *Pelaksanaan Client Centered Therapy dalam Meningkatkan Kepercayaan Anak Korban Kekerasan Keluarga di Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Provinsi Lampung.*, Skripsi. (Lampung: Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2019).

Penelitian ini memiliki kesamaan meningkatkan kepercayaan sedangkan perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini adalah variabel kedua yaitu kekerasan pada anak.

4. Skripsi Dede Misybah Fauziah (2016) “Bimbingan Konseling *Rational Emotif Behavioral Therapy Teknik Homework Assigment* dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* di SMP Negeri 3 Terbanggi Besar Tahun Ajaran 2016/2017.” Penelitian ini membahas bimbingan konseling *rational emotif behavioral therapy teknik homework assigment* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bimbingan konseling *rational emotif behavioral therapy teknik homework assigment* dapat meningkatkan kepercayaan diri korban *bullying*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada peningkatan rasa percaya diri setelah diberikan layanan bimbingan konseling *rational emotif behavioral therapy*.<sup>13</sup>

Penelitian ini memiliki kesamaan pada variabelnya yaitu meningkatkan kepercayaan diri korban *bullying* sedangkan perbedaan penelitian terletak pada metodenya. Penelitian ini menggunakan metode *experimental design* sedangkan penelitian penulis menggunakan metode deskriptif kualitatif.

---

<sup>13</sup> Dede Misybah Fauziah, *Bimbingan Konseling Rational Emotif Behavioral Therapy Teknik Homework Assigment dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban Bullying di SMP Negeri 3 Terbanggi Besar Tahun Ajaran 2016/2017.*, Skripsi. (Lampung: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung 2016).



5. Skripsi Kurniati (2019) “Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Kenakalan Siswa MAN 1 Kota Pekalongan” penelitian ini membahas layanan konseling individu untuk mengatasi kenakalan siswa MAN 1 Kota Pekalongan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui layanan konseling individu untuk mengatasi kenakalan siswa MAN 1 Kota Pekalongan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling individu untuk mengatasi kenakalan siswa MAN 1 Kota Pekalongan yaitu melalui tiga tahap yaitu tahap awal: membangun hubungan konseling, tahap pertengahan: merupakan tahap kerja dalam proses konseling pada tahap ini menggali informasi terkait masalah yang dialami siswa, dan tahap akhir: yaitu tahap mengakhiri konseling, konselor memberi kesimpulan dari proses konseling dan tahap pengambilan keputusan yang dilakukan klien setelah konselor memberikan alternatif pilihan penyelesaian masalah klien.

Penelitian ini memiliki kesamaan pada layanan konseling yang dipakai, sedangkan perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu variabelnya, variabel penelitian ini mengatasi kenakalan siswa sedangkan variabel penelitian penulis meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying*.

Berdasarkan lima telaah pustaka di atas membahas berbagai macam kajian tentang konseling individu, meningkatkan kepercayaan diri dan *bullying*. Skripsi pertama membahas tentang pelaksanaan konseling pribadi meningkatkan efikasi diri siswa tuna daksa, skripsi kedua membahas peran



guru bimbingan dan konseling meningkatkan kepercayaan diri siswa *introvert*. Skripsi ketiga membahas pelaksanaan *client centered therapy* untuk meningkatkan kepercayaan anak korban kekerasan keluarga. Skripsi ke empat membahas bimbingan konseling *rational emotif behavioral therapy* teknik *homework*, dan skripsi kelima membahas layanan konseling individu untuk mengatasi kenakalan siswa.

## **F. Kerangka Teori**

### **1. Tinjauan tentang Konseling Individu**

#### **a. Pengertian Konseling Individu**

- 1) Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati mendefinisikan bahwa konseling individu/perorangan adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan klien mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang di deritanya.<sup>14</sup>
- 2) Tolbert yang dikutip oleh Syamsu Yusuf mengatakan bahwa konseling individual adalah sebagai hubungan tatap muka antara konselor dengan klien, dimana konselor sebagai seseorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada klien sebagai seorang yang

---

<sup>14</sup> Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hal. 62.

normal, klien dibantu untuk mengetahui dirinya, situasi yang dihadapi dan masa depan sehingga klien dapat menggunakan potensinya untuk mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial.<sup>15</sup>

- 3) Prayitno dan Erman Amti mengatakan konseling individu adalah sebagai pelayanan khusus dalam hubungan langsung tatap muka antara konselor dan klien. Dalam hubungan itu dicermati dan diupayakan pengentasan masalahnya, semampu dengan kekuatan klien itu sendiri.<sup>16</sup>

Dari pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling individu adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan seorang ahli/konselor kepada klien secara *face to face* yang sedang mengalami masalah dalam mengatasi problema-problema di dalam kehidupannya.

#### **b. Tujuan dan Fungsi Konseling Individu**

Konseling Individu memiliki dua tujuan, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Secara umum tujuan konseling adalah supaya klien dapat mengubah perilakunya ke arah yang lebih maju, melalui terlaksananya tugas-tugas perkembanagan secara optimal, kemandirian, dan kebahagiaan hidup.

Secara khusus, tujuan konseling tergantung dari masalah yang dihadapi oleh masing-masing klien.<sup>17</sup>

---

<sup>15</sup> Syamsu Yusuf, *Konseling Individual Konsep Dasar dan Pendekatan*, (Bandung: Refika Aditama, 2016), hal. 49.

<sup>16</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta Cetakan ke 3), hal. 288-289.

<sup>17</sup> Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2012), hal. 30.

Dari pernyataan di atas tujuan konseling individu yaitu mengentaskan permasalahan klien agar ia dapat menjadi lebih baik lagi dari sebelumnya dan membuat klien menjadi mandiri.

Sedangkan fungsi konseling individu ada beberapa fungsi diantaranya adalah:

1) Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman adalah fungsi bimbingan dan konseling yang bertujuan membantu klien memahami tentang dirinya sendiri dan permasalahannya dan membantu klien untuk memahami lingkungannya seperti pendidikan, pekerjaan dan lain-lain.

2) Fungsi Pencegahan

Fungsi yang berkaitan dengan upaya konselor mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dengan diri klien.

3) Fungsi Pengentasan

Fungsi ini menghasilkan kemampuan klien untuk memecahkan masalah-masalah yang dialami klien dalam kehidupan dan perkembangannya.

4) Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan

Fungsi pemeliharaan dan pengembangan adalah fungsi yang menghasilkan kemampuan klien untuk memelihara dan

mengembangkan berbagai potensi yang sudah baik tetap menjadi baik untuk dikembangkan secara berkelanjutan.

#### 5) Fungsi Advokasi

Fungsi ini menghasilkan kondisi pembelaan terhadap berbagai bentuk pengingkaran atas hak-hak kepentingan pendidikan dan perkembangan yang dialami klien.<sup>18</sup>

### c. Asas-Asas Layanan Bimbingan dan Konseling

#### 1) Asas Kerahasiaan

Asas bimbingan dan konseling yang menuntut dirahasiakannya segala sesuatu yang dibicarakan klien kepada konselor. Jika asas ini benar-benar dilaksanakan maka penyelenggara atau pemberi bimbingan akan mendapat kepercayaan dari semua pihak.

#### 2) Asas Kesukarelaan

Bimbingan dan konseling yang menghendaki adanya kesukarelaan baik dari klien maupun dari konselor sendiri. Klien diharapkan secara sukarela tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa menyampaikan masalah yang dihadapinya, serta mengungkapkan secara fakta, data dan apapun yang berkaitan dengan masalah klien.

---

<sup>18</sup> *Ibid.*, hal. 36-37.

3) **Asas Keterbukaan**

Asas bimbingan dan konseling yang menghendaki klien maupun konselor sama-sama terbuka. Keterbukaan dari pihak klien, diharapkan mau membuka diri sendiri sehingga apa yang ada di diri klien diketahui konselor, dan mau membuka diri dalam arti mau menerima saran dan masukan dari konselor.

4) **Asas Kekinian**

Asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar klien menceritakan masalah yang dirasakan sekarang atau yang sedang dirasakan saat ini bukan masalah yang lampau atau masalah yang akan datang.

5) **Asas Kemandirian**

Asas bimbingan dan konseling yang bertujuan menjadikan klien dapat berdiri sendiri tidak bergantung pada konselor. Individu yang dibantu diharapkan mampu mengenal diri sendiri dan lingkungan, mampu menerima diri sendiri dan lingkungan, mampu mengambil keputusan dan mampu mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang diambil.

6) **Asas kegiatan**

Asas bimbingan dan konseling yang menghendaki klien melakukan sendiri kegiatan dalam mencapai tujuan bimbingan dan konseling. Hasil usaha bimbingan dan konseling tidak akan tercapai dengan sendirinya, melainkan klien juga berusaha. Konselor hendaklah mampu

membangkitkan semangat klien sehingga ia mampu dan mau melaksanakan kegiatan yang diperlukan di dalam proses konseling.

7) **Asas Kedinamisan**

Asas bimbingan dan konseling yang menghendaki klien bergerak maju untuk mencapai perubahan ke arah yang lebih baik.

8) **Asas Keterpaduan**

Asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar berbagai layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling, baik yang dilakukan konselor ataupun klien harus menunjang seperti keterpaduan isi dan proses yang diberikan.

9) **Asas Kenormatifan**

Asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar segenap layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling tidak boleh bertentangan dengan norma-norma yang berlaku.

10) **Asas Keahlian**

Asas yang menghendaki agar layanan kegiatan bimbingan dan konseling diselenggarakan oleh tenaga-tenaga ahli yang profesional.

11) **Asas Alih Tangan Kasus**

Asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar pihak-pihak yang belum tuntas membantu individu maka kasus tersebut dapat di alih tangankan.



## 12) Asas Tut Wuri Handayani

Asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar pelayanan bimbingan dan konseling secara keseluruhan dapat menciptakan rasa yang aman, mengayomi, dan menjadi suri teladan yang baik bagi kliennya.<sup>19</sup>

## 2. Tahap-Tahap Konseling Individu

Setiap tahap proses konseling individu membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Oleh karena itu konselor seyogyanya harus dapat menguasai berbagai teknik konseling. Namun keterampilan-keterampilan itu bukanlah utama jika hubungan konselor dan klien tidak mencapai *rapport*.

Proses konseling individu ini tidak dirasakan oleh peserta konseling (konselor dan klien) sebagai hal yang menjemukan. Maka dari itu keterlibatan mereka (konselor klien) dalam proses konseling sangat dibutuhkan sejak awal hingga akhir supaya proses konseling dapat dirasakan, bermakna dan berguna.

Sehingga bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien dalam rangka pengentasan masalahnya dapat berjalan secara efektif dan efisien. Secara umum proses konseling individu dibagi menjadi tiga tahap yang terdiri dari tahap awal, tahap pertengahan (kerja) dan tahap akhir<sup>20</sup>

---

<sup>19</sup> Abror Sodiq, *Pengantar Bimbingan dan Konseling* (Yogyakarta: Aswaja Presindo, 2015), hal. 17-22.

<sup>20</sup> Willis. S. Sofyan, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2017), hal. 50.

a. Tahap Awal Konseling

Tahap ini sejak klien menemui konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien atas dasar isu, kepedulian, atau masalah klien. Adapun proses konseling tahap awal sebagai berikut:

1) Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien

Hubungan konseling bermakna ialah jika klien terlibat berdiskusi dengan konselor. Hubungan tersebut dinamakan *a working relationship*, yakni hubungan yang berfungsi, bermakna, dan berguna. Keberhasilan proses konseling individu amat ditentukan oleh keberhasilan pada tahap awal ini. Kunci keberhasilan terletak pada:

a. Keterbukaan konselor, artinya konselor bisa mengakrabkan diri dengan klien sehingga klien merasa nyaman bercerita dengan konselor tersebut.

b. Keterbukaan klien, artinya dia dengan jujur mengungkapkan isi hati, perasaan, harapan, dan sebagainya. Namun, keterbukaan ditentukan oleh faktor konselor yakni dapat dipercayai klien karena dia tidak berpura-pura, akan tetapi jujur, asli, mengerti, dan menghargai.

c. Konselor mampu melibatkan klien terus menerus dalam proses konseling. Karena dengan demikian, maka proses konseling

individu akan lancar dan segera dapat mencapai tujuan konseling individu.

## 2) Memperjelas dan mendefinisikan masalah

Sering klien tidak begitu mudah menjelaskan masalahnya, walaupun mungkin klien hanya mengetahui gejala-gejala yang dialaminya. Karena itu amatlah penting peran konselor untuk membantu memperjelas masalah klien.

Demikian pula klien tidak memahami potensi apa yang dimilikinya, maka tugas konselor untuk membantu mengembangkan potensi, memperjelas masalah, dan membantu mendefinisikan masalahnya bersama-sama.

## 3) Membuat penafsiran dan penjabaran konselor berusaha menjabarkan atau menaksir kemungkinan mengembangkan isu atau masalah, dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan

membangkitkan semua potensi klien, dan dia proses menentukan berbagai alternatif yang sesuai bagi antisipasi masalah.

Menegosiasikan kontrak. Kontrak artinya perjanjian antara konselor dan klien. Adapun kontrak ini meliputi:

- a. Kontrak waktu, artinya berapa lama diinginkan waktu pertemuan oleh klien dan apakah konselor tidak keberatan.
- b. Kontrak tugas, yaitu tugas apa saja yang harus dilakukan konselor dan klien.

c. Kontrak kerjasama dalam proses konseling. Kontrak menggariskan kegiatan konseling, termasuk kegiatan klien dan konselor. Artinya mengandung makna bahwa konseling adalah urusan yang saling ditunjang, dan bukan pekerjaan konselor sebagai ahli. Di samping itu juga mengandung makna tanggung jawab klien, dan ajakan untuk kerja sama dalam proses konseling.

b. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Pada tahap pertengahan memfokuskan pada penjelajahan masalah klien dan bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa yang telah dijelajah tentang masalah klien.

Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperoleh perspektif baru, alternatif baru, yang mungkin berbeda dari sebelumnya, dalam rangka mengambil keputusan dan tindakan.

Dengan adanya perspektif baru, berarti ada dinamika pada diri klien menuju perubahan. Tanpa perspektif maka klien sulit untuk berubah.

Adapun tujuan-tujuan dari tahap kerja ini yaitu:

- 1) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu, dan kepedulian klien lebih jauh. Dengan penjelajahan ini, konselor berusaha agar kliennya mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalahnya. Konselor mengadakan *reassessment* (penilaian

kembali) dengan melibatkan klien, artinya masalah itu dinilai bersama-sama. Jika klien bersemangat, berarti dia sudah begitu terlibat dan terbuka. Dia akan melihat masalahnya dari perspektif atau pandangan yang lain yang lebih objektif dan mungkin pula berbagai alternatif.

2) Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara. Hal ini bisa terjadi apabila, pertama klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling, serta menampakkan kebutuhan untuk mengembangkan potensi diri dan memecahkan masalahnya. Konselor berupaya kreatif dengan keterampilan yang bervariasi, serta memelihara keramahan, empati, kejujuran, keikhlasan dalam memberi bantuan. Kreativitas konselor dituntut pula untuk membantu klien menemukan berbagai alternatif sebagai upaya untuk menyusun rencana bagi penyelesaian masalah dan pengembangan diri.

3) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak. Kontrak dinegosiasikan agar memperlancar proses konseling. Karena itu konselor dan klien agar selalu menjaga perjanjian dan selalu mengingat dalam pikirannya. Pada tahap pertengahan konseling ada lagi beberapa strategi yang perlu digunakan konselor yaitu : pertama, mengkomunikasikan

nilai-nilai inti, yakni agar klien selalu jujur dan terbuka, dan menggali lebih dalam masalahnya. Karena kondisi sudah amat kondusif, maka klien sudah merasa aman, dekat, terundang dan tertantang untuk memecahkan masalahnya. Kedua menantang klien sehingga dia mempunyai strategi baru dan rencana baru, melalui pilihan dari beberapa alternatif, untuk meningkatkan dirinya.

c. Tahap Akhir Konseling (Tahap Tindakan)

Adapun pada tahap akhir konseling ditandai dengan beberapa hal sebagai berikut:

- a. Menurunnya kecemasan klien. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- b. Adanya perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif, sehat, dan dinamis.

c. Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.

d. Terjadinya perubahan sikap positif, yaitu mulai dapat mengoreksi diri menjadikan sikap yang suka menyalahkan dunia luar, seperti orang tua, guru, teman, keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya. Jadi klien sudah berpikir



realistik dan percaya diri.

Adapun tujuan-tujuan tahap akhir adalah sebagai berikut :

- i. Memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadahi. Klien dapat melakukan keputusan tersebut karena sejak awal sudah menciptakan berbagai alternatif dan mendiskusikannya dengan konselor, kemudian klien putuskan alternatif mana yang terbaik. Pertimbangan keputusan itu tentunya berdasarkan kondisi objektif yang ada pada diri dan di luar diri. Saat ini dia sudah berpikir realistik dan dia tahu keputusan yang mungkin dapat dilaksanakan sesuai tujuan utama yang ia inginkan.
- ii. Terjadinya *transfer of learning* pada diri klien. Klien belajar dari proses konseling mengenai perilakunya dan hal-hal yang membuatnya terbuka untuk mengubah perilakunya di luar proses konseling. Artinya, klien mengambil makna dari hubungan konseling untuk kebutuhan akan suatu perubahan.
- iii. Melaksanakan perubahan perilaku. Pada akhir konseling klien sadar akan perubahan sikap dan perilakunya. Hal ini dikarenakan klien datang minta bantuan atas kesadaran akan perlunya perubahan pada dirinya.

- iv. Mengakhiri hubungan konseling. Mengakhiri konseling harus atas persetujuan klien. Sebelum ditutup klien memiliki beberapa tugas yaitu: pertama membuat kesimpulan-kesimpulan mengenai hasil proses konseling. Kedua mengevaluasi jalanya proses konseling dan yang ketiga membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka tahap-tahap konseling sangat penting diketahui oleh konselor, karena tahap- tahap ini harus dilalui untuk sampai pada pencapaian keberhasilan dan kesuksesan konseling. Di balik itu semua peran konselor dan klien juga dibutuhkan untuk memiliki hubungan timbal balik yang baik agar mampu merumuskan solusi yang tepat secara bersama.

### **3. Tinjauan Tentang Kepercayaan Diri**

Beberapa ahli menjelaskan pengertian kepercayaan diri, antara lain sebagai berikut :

- a. Menurut Thantaway dalam kamus istilah bimbingan dan konseling percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis dari seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep dari negatif, kurang percaya diri pada kemampuannya, karena orang itu yang

kurang percaya diri sering menutup diri mereka terhadap dunia luar yang lebih luas.<sup>21</sup>

- b. Menurut Mastuti, kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya<sup>22</sup>

#### A. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Percaya Diri

Menurut Ghufron kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu:<sup>23</sup>

- a. Konsep diri

Menurut Anthony terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan di dalam suatu kelompok, hal ini akan menghasilkan konsep diri.

- b. Harga diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif.

Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri meliputi suatu penelitian, suatu perkiraan mengenai kepantasan diri.

---

<sup>21</sup> Pongky Setiawan, *Siapa Takut Tampil Percaya Diri*, (Yogyakarta : Parasmu, 2014), hal. 13-14.

<sup>22</sup> Mastuti, Indari, *50 Kiat Percaya Diri*, (Jakarta : Hi-Fest Publishing, 2008), hal. 13.

<sup>23</sup> M. Nur Ghufron & Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, hal. 37-38.

c. Pengalaman

Pengalaman masalalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat

d. Pendidikan

Tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat individu merasa di bawah kekuasaan yang lebih pandai. Sebaliknya, individu yang memiliki pendidikan lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu bergantung pada orang lain.<sup>24</sup>

Sedangkan menurut Jubile, faktor yang mempengaruhi tingkat kepercayaan diri adalah sebagai berikut:<sup>25</sup>

a. Keluarga

Latar belakang keluarga yang terdidik, terpendang, dan dihormati di masyarakat tentu akan melahirkan generasi yang memiliki percaya diri yang kuat.

b. Pola pikir

Pola pikir atau *mindset* adalah sekumpulan kepercayaan (*belief*) atau cara berpikir yang mempengaruhi perilaku dan sikap seseorang yang akhirnya akan menentukan level keberhasilan hidup seseorang.

---

<sup>24</sup> Alex Sobour, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2010), hal. 507.

<sup>25</sup> Jubille, *Enterpise, Kiat Mencapai Target Pakai Internet* (Jakarta, Elex Media Komputindo, 2010), hal. 28.

c. Lingkungan Masyarakat

Setiap kali seseorang terlibat di dalam interaksi sosial, sebenarnya orang tersebut melakukan proses belajar untuk memahami diri, orang lain, dan lingkungan. Ketika orang tersebut mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan masyarakat berarti sudah bisa diterima oleh orang lain dan memiliki arti yang cukup baik di mata orang lain.

Kepercayaan diri dibagi menjadi dua rasa percaya diri yang tinggi dan rasa percaya diri yang rendah. Ciri-ciri orang yang mempunyai rasa percaya diri yang tinggi yaitu sebagai berikut:

1. Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu.
2. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
3. Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.
4. Memiliki kemampuan bersosialisasi.
5. Selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah.

Sedangkan orang yang mengalami percaya diri yang rendah memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

1. Mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu.
2. Memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi mental, fisik, sosial, atau ekonomi.
3. Sering menyendiri dari kelompok yang dianggap lebih dari dirinya.

4. Mudah putus asa.
5. Cenderung tergantung pada oranglain dalam mengatasi masalah.
6. Pernah mengalami trauma.
7. Sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah, misalkan dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri yang menyebabkan rasa tidak percaya diri semakin buruk.<sup>26</sup>

### B. Tinjauan Keislaman tentang Kepercayaan diri

Dalam islam juga mengajarkan pentingnya percaya diri. Dalam Al-Quran yang menceritakan percaya diri pada surah Fushilat (41) Ayat 30:

وَلَا تَخَافُوا آلَ الْمَلِكَةِ عَلَيْهِمْ تَنْزِيلٌ أَسْتَقَامُوا ثُمَّ اللَّهُ رَبُّنَا قَالَوا الَّذِينَ إِنَّ  
ثَوْعَدُونَ كُنْتُمْ بِالْجَنَّةِ وَأَبْشِرُوا تَحْزَنُوا

Dari ayat tersebut bahwa orang yang percaya diri dalam Al-Quran tersebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih, serta mengalami kegelisahan adalah orang-orang yang beriman dan beristiqomah. Dari ayat tersebut dapat dijelaskan bahwa percaya diri sangat dianjurkan dalam ajaran Islam.<sup>27</sup>

Ghazi dalam Sayyid Mujaba Musavi Lri mengatakan bahwa manusia yang percaya diri adalah manusia yang tidak mudah putus asa, tidak merasa takut, dan tidak kehilangan sesuatu akan sesuatu selain Allah. Al-Quran

<sup>26</sup> Thursan Hakim, *Mengatasi rasa tidak percaya diri*, (Jakarta:Puspa Swara, 2002), hal. 5-8.

<sup>27</sup> Al-Qur'an, Departemen Agama, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*, (Bandung:Diponegoro 2013), hal. 480.



menyatakan bahwa Rasulullah SAW begitu yakin dengan orang-orang munafik mengancam beliau karena keyakinan ini.<sup>28</sup>

Bukti kepribadian beliau sebagai , pribadi yang percaya diri dapat di lihat melalui indikator yaitu terhadap kemampuan, berani menerima, dan berani menghadapi orang lain, mempunyai pandangan realistis, berfikir positif dan optimis adalah peristiwa ketika Nabi Muhammad SAW menolak tawaran tokoh-tokoh kaum musyrik kepada beliau untuk memperoleh kedudukan harta dan wanita dengan syarat beliau bersedia menghentikan dakwahnya, namun semua itu ditolaknya.<sup>29</sup>

Sementara Islam juga menjelaskan, percaya diri terhadap diri sendiri tanpa adanya keyakinan terhadap Allah SWT merupakan bentuk kesombongan diri akan berakibat ‘*ujub* atau bangga terhadap kelebihan yang dimilikinya, akal dan ilmunya. Oleh karena itu islam melarang umatnya untuk bangga terhadap dirinya meskipun memiliki ilmu, fisik, akhlaq, dan harta yang banyak.<sup>30</sup>

---

<sup>28</sup> Sayid Mujaba Musavi Lari, *Psikolog Islam Membangun Kembali Moral Generasi Muda*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 1995), hal. 29.

<sup>29</sup> M. Quraish Shihab, *Mukjizat Al-Quran* (Bandung: Mizan, 2001), hal. 65.

<sup>30</sup> Khal. il Al-Musawi, *Bagaimana Membangun Hubungan Anda*, Ahli bahasa Ahmad Subandi (Jakarta: Lentera, 1999), hal. 46-47.

#### 4. Tinjauan Tentang Korban *Bullying*

##### a. Pengertian Korban *Bullying*

Di lihat dari pengertian korban menurut beberapa ahli sebagai berikut:

- a. Muladi, korban (*victim*) adalah orang-orang yang baik secara individu maupun kolektif telah menderita kerugian, termasuk kerugian fisik atau mental, emosional, ekonomi.<sup>31</sup>
- b. Arief Gosita, korban adalah orang yang menderita jasmani dan rohani yang diakibatkan dari tindakan orang lain yang mencari kepentingan diri sendiri dan yang berkepentingan hak asasi yang dirugikan.<sup>32</sup>

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

---

<sup>31</sup> Muladi, *Ham dalam Perspektif Sistem Peradilan Pidana*, (Bandung, Refika Aditama, 2005), hal. 108.

<sup>32</sup> Arief Gosita, *Masalah Korban Kejahatan*, (Jakarta: Presindo, 1993), hal. 63.

Istilah aslinya berasal dari bahasa Inggris, yaitu *mob* yang menekankan bahwa biasanya *mob* adalah kelompok orang yang anonim dan berjumlah banyak serta terlibat kekerasan. Dalam bahasa Indonesia, secara etimologi kata *bully* berarti penggertak, orang yang mengganggu orang lemah.

Istilah *Bullying* dalam bahasa Indonesia bisa menggunakan *menyakat* (berasal dari *sakat*) dan pelakunya (*bully*) disebut *penyakat*. *Menyakat* berarti mengganggu, mengusik, dan merintangi orang lain<sup>33</sup>

#### **b. Bentuk- Bentuk *Bullying***

Menurut Yayasan Semai Jiwa Amini (SEJIWA), ada beberapa jenis dan bentuk *bullying* secara umum praktik-praktik *bullying* dapat dikelompokkan menjadi ke tiga kategori, yaitu :

##### 1. *Bullying* Fisik

Jenis *bullying* yang kasat mata. Siapapun bisa melihatnya karena terjadi sentuhan fisik antara pelaku *bullying* dan korbannya. Contoh-contoh *bullying* fisik antara lain memukul, menarik baju, menyenggol dengan bahu, menjewer, menjambak, menendang, menginjak kaki, memalak, meludahi, melempar dengan barang, menghukum dengan cara push up, dan menghukum dengan berlari keliling lapangan.

---

<sup>33</sup> Novan Ardy Wiyani, *Save Our Children From School Bullying*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hal. 11-12.

## 2. *Bullying* Verbal

Jenis *bullying* yang juga bisa terdeteksi karena bisa tertangkap indra pendengaran kita. Contoh-contoh *bullying* verbal antara lain membentak, meledek, mencela, memaki, menjuluki, meneriaki, mempermalukan di depan umum, menuduh, menebar gosip, memfitnah dan menolak.

## 3. *Bullying* Mental/Psikologis

Jenis *bullying* yang paling berbahaya karena tidak tertangkap mata atau telinga kita jika kita tidak cukup was mendeteksinya. Praktik *bullying* ini terjadi diam-diam dan di luar radar pemantauan kita.

Contoh-contohnya: memandang sinis, memandang penuh ancaman, mempermalukan di depan umum, terror via SMS, mencibir, memelototi, dan memandang yang merendahkan, berkoalisi.<sup>34</sup>

Sedangkan menurut Andri Priyatna ada beberapa bentuk *bullying* yang dilakukan pelaku terhadap korbannya diantaranya adalah :

- a) Fisikal, seperti : memukul, menendang, mendorong, dan merusak benda-benda milik korban.
- b) Verbal, seperti : mengolok-olok nama panggilan, melecehkan penampilan, mengancam, menak-nakuti.

---

<sup>34</sup> Sejiwa , *Bullying Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan*, (Jakarta: Grasindo, 2008), hal. 2.

- c) Sosial, seperti : menyebar gossip, rumor, mempermalukan didepan umum, dikucilkan dari pergaulan, atau menjebak seseorang sehingga dia yang dituduh melakukan tindakan tersebut.
- d) Cyber atau elektronik, seperti : mempermalukan orang dengan menyebar gossip di jejaring sosial internet (misal, Facebook), menyebar foto pribadi tanpa izin pemiliknya di internet atau membongkar rahasia orang lain lewat internet atau SMS.<sup>35</sup>

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa bentuk *bullying* ada empat antara lain :

1) *Bullying* secara fisik

Bentuk perilaku *bullying* yang dilakukan secara langsung ke korban atau mengenai secara langsung mengenai fisik korban contohnya seperti memukul, mendorong, menggigit, menjambak, menendang, mengunci seseorang dalm ruangan, mencubit, mencakar juga termasuk memeras dan merusak barangbarang yang di milki orang lain.

2) *Bullying* secara verbal

Bentuk perilaku yag dilakukan secara langsung melalui lisan atau perkataan yang tidak pantas yang dilontarkan ke korban contohnya seperti mengancam, mempermalukan, merendahkan, mengganggu, memberi panggilan nama,memaki, menyebar gosip.

---

<sup>35</sup> Andri Priyatna, *Lets and Bullying, Memahami, Mencegah & Mengatasi Bullying*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2010, hal. 3.

### 3) *Bullying* psikologis

Bentuk perilaku yang dilakukan si pembully dengan korban yang tidak terlihat yang mengakibatkan mental atau psikologis korban menjadi lemah contohnya seperti melihat sinis, menjulurkan lidah, menampilkan ekspresi wajah yang merendahkan, mengejek, memandang dengan penuh ancaman, mempermalukan di depan umum, mengucilkan, memandang dengan hina, mengisolir, menjauhkan, dan lain-lain

### 4) *Cyber Bullying*

Bentuk perilaku *bullying* yang dilakukan pembully dengan korban dengan memperlakukan korban melalui media sosial dengan cara menyebar foto pribadi tanpa izin pemiliknya di internet atau membongkar rahasia orang lain lewat internet atau SMS.

#### a. **Dampak- Dampak *Bullying***

Setiap perbuatan yang dilakukan oleh manusia pasti memiliki dampak, baik itu negatif maupun positif. Perilaku *bullying* pasti juga memiliki dampak tetapi perilaku ini banyak dampak negatifnya daripada dampak positifnya.

Dampak yang paling berbahaya adalah dampak jangka panjang yang ditimbulkan akibat menurunnya kesehatan psikologis korban. Ketika mengalami *bullying* korban merasakan banyak emosi negatif.

Akibatnya korban akan merasa rendah diri, takut, merasa tidak nyaman dengan suasana, dan merasa dirinya tidak bahagia sehingga



menarik diri dari pergaulan.<sup>36</sup> Berikut ini adalah dampak dari psikologis korban *bullying* yaitu :

- 1) Perubahan pola tidur dan pola makan. Ini adalah tanda awal yang umumnya terjadi.
- 2) Ketakutan dan kekhawatiran atau kecemasan. Dua hal ini membuat mereka menarik diri dari pergaulan karena mereka takut tindakan *bullying* yang mereka alami akan terulang kembali.<sup>37</sup>
- 3) Mudah tersinggung. Korban *bullying* biasanya akan mudah tersinggung akan hal-hal yang berkaitan dengan hal-hal seperti itu.
- 4) Kemarahan dan sifat negatif. Korban *bullying* akan marah kepada para pelaku atau penonton yang membiarkan *bullying* terjadi, akan tetapi mereka tidak mau melampiaskannya.
- 5) Konsentrasi buruk - ketidakmampuan untuk mempertahankan perhatian kepada sesuatu terutama pada tugas-tugas yang diberikan guru merupakan pertanda stress.
- 6) Penurunan prestasi. Akibat dari konsentrasi yang buruk , kondisi tertekan mengakibatkan prestasi mereka di sekolah menurun.<sup>38</sup>

---

<sup>36</sup> Novan Ardy Wiyani, *Op.cit.*, hal. 16.

<sup>37</sup> E. Koeswara, *Teori-teori Kepribadian*, (Bandung:Eresco, 1991), hal. 45.

<sup>38</sup> E. Koeswara, *Agresi Manusia*, (Bandung:Ereco, 1988), hal. 82.

### **b. Upaya Mengurangi *Bullying***

Menurut Cohn dan Limber dalam Santrock ada beberapa upaya untuk mengurangi *bullying* di sekolah, diantaranya :

1. Menunjuk sebaya yang lebih tua sebagai pemantau dan meleraikan ketika melihat hal tersebut terjadi.
2. Menetapkan aturan dan sanksi sekolah terhadap *bullying* dan mengumumkannya di seluruh lingkungan.
3. Membentuk kelompok persahabatan bagi remaja yang sering mengalami *bullying* oleh sebaya.
4. Memasukkan pesan program anti *bullying* ke dalam tempat ibadah, sekolah dan konteks lainnya dimana remaja terlibat dalam kegiatan masyarakat.
5. Mendorong orang tua menguatkan perilaku positif anak mereka dan meladankan interaksi interpersonal yang semestinya.
6. Mengidentifikasi *bully* dan korban sejak dini dan menggunakan pelatihan keterampilan sosial untuk memperbaiki perilaku.<sup>39</sup>

---

<sup>39</sup> John W. Santrock, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 2007), hal. 214.

Menurut Felinda Arini Putri dan Totok Suyanto dalam penelitian yang dilakukan, berikut beberapa upaya guru dalam mengatasi perilaku *bullying* :

- 1) Mengetahui akar permasalahan terjadinya *bullying*, dalam mengatasi perilaku *bullying*, guru mencari akar permasalahan kepada perilaku maupun korban *bullying*.
- 2) Memberikan hukuman (*punishment*), adalah sebagai upaya peningkatan kedisiplinan diri.
- 3) Membuat kelompok belajar bertujuan untuk melatih atau membentuk kepribadian siswa serta menjalin kebersamaan antar teman. Penyesuaian diri dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya melalui pembentukan kelompok belajar sehingga siswa yang terlibat *bullying* bisa menyesuaikan dengan teman-temannya.
- 4) Memberikan himbauan kepada siswa yang melakukan *bullying*, memberikan himbauan kepada siswa yang melakukan *bullying* adalah strategi untuk menghindarkan siswa dari tindakan *bullying*.<sup>40</sup>

---

<sup>40</sup> Felinda Arini Putri dan Totok Suyanto, *Strategi Guru Dalam Mengatasi Perilaku Bullying di SMP Negeri 1 Mojokerto, Kajian Moral dan Kewarganegaraan*, Vol. 1, Nomor 4, 2016, hal. 3.

## **G. Perspektif Bimbingan Konseling Islam Meningkatkan Kepercayaan Diri Korban *Bullying* di SMP N 1 Pleret Bantul**

Sebagaimana telah diuraikan di atas, maka kurang percaya diri merupakan masalah dalam konseling islam. Karena apabila korban *bullying* mengalami tidak maunya ber sosialisasi antar teman terlihat murung berarti korban *bullying* itu mengalami kepercayaan diri yang rendah, hal ini disebabkan oleh masalah pribadi maupun sosial di lingkungan sekolah. Akibat hal ini berbagai masalah mulai dari tidak maunya berinteraksi dengan teman-temannya, terlihat murung.

Dari permasalahan tersebut, maka mereka memerlukan bantuan konselor yang profesional dalam hal ini penguatan mental agar nanti siswa korban *bullying* tumbuh dan berkembang secara optimal, dalam hal ini peranan agama sangat penting, maka meningkatkan kepercayaan diri yang profesional setiap individu harus memulainya dari diri sendiri. Menurut Ahmad Mubarak, konseling dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut :

### a) Memberi Nasihat

Nasehat sangat penting karena korban merasa diperhatikan lebih, menurut Nawawi dalam Ahmad Mubarak nasihat perkataan yang mengandung makna komprehensif yang mendorong kebaikan kepada yang dinasehati.

b) Memberi Motivasi

Memberi motivasi kepada klien, motivasi sangat penting diberikan kepada korban yang mengalami *bullying*, supaya korban termotivasi dan semangat menjalani kehidupan lagi.

c) Meningkatkan Keimanan

Dengan menanamkan rasa keimanan atau takdir yang ditemui, maka akan berkurang beban yang ada di dalam jiwa kita.

d) Meningkatkan Kesabaran

Kesabaran mempunyai manfaat besar dalam mendidik diri, memperkuat kepribadian, meningkatkan kemampuan manusia dalam menanggung kesulitan, memperbaiki tenaganya dalam menghadapi cobaan.<sup>41</sup>

## H. METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dalam sebuah penelitian yang terarah dan mendapatkan hasil yang optimal.<sup>42</sup> Berikut metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah:

---

<sup>41</sup> Ahmad Mubarak, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta: Bina Rena Pariwisata, 2002), hal. 126

<sup>42</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 2.

## 1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*), yaitu penelitian yang diperoleh dari lapangan, dilakukan dengan mengumpulkan data dan informasi secara langsung dari informan mengenai fokus permasalahan yang sedang diteliti.<sup>43</sup>

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif yaitu prosedur penelitian, yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis ataupun lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.<sup>44</sup>

Pada penelitian ini, penulis mencoba menjelaskan secara deskriptif tahap-tahap bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying* di SMP N 1 Pleret Bantul.

## 2. Subjek dan Objek Penelitian

### a. Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah orang-orang yang menjadi informan atau menjadi sumber informasi yang dapat memberi data sesuai dengan fokus permasalahan yang sedang diteliti.<sup>45</sup>

Penentuan sumber data pada orang atau subjek yang diwawancarai dilakukan secara *purposive*, yaitu dipilih dengan

---

<sup>43</sup> Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, (Yogyakarta: Andi Offset, 1989), hal. 4.

<sup>44</sup> *Ibid.*, hal. 4.

<sup>45</sup> Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penulisan Kualitatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hal. 21.



pertimbangan dan tujuan tertentu.<sup>46</sup> Maksud dari pertimbangan disini adalah orang yang menjadi subjek penelitian merupakan orang yang dianggap tahu atau menguasai tentang apa yang ingin penulis ketahui.<sup>47</sup>

Adapun kriteria yang digunakan dalam menentukan subjek penelitian yaitu:

1) Guru bimbingan dan konseling SMPN 1 Pleret Bantul. Terdapat empat konselor di SMP N 1 Pleret. Dalam penelitian ini penulis mengambil satu orang konselor. Adapun kriterianya yaitu:

- a) Telah menjadi guru BK kurang lebih satu tahun
- b) Pernah memberikan layanan konseling individu pada anak korban *bullying*

Adapun satu konselor yang menjadi subjek penelitian penulis adalah Ibu Nenden Tia Pramtiana, S.Pd.

2) Siswa yang pernah menjadi korban *bullying*

Terdapat 10 orang anak yang menjadi korban *bullying* di SMP N 1 Pleret. Dalam hal ini penulis mengambil dua orang anak sebagai subjek penelitian yaitu AS dari kelas 8c dan MR dari kelas 8e. Kriteria pengambilan subjek penelitian tersebut adalah

---

<sup>46</sup> Sutrisno Hadi, *Metodologi Research Jilid II*, (Yogyakarta: Yayasan Penelitian Fakultas Psikologi UGM), hal. 107.

<sup>47</sup> Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya), hal. 4.

- a) Pernah mengalami di *bullying* verbal, *bullying* fisik, ataupun *bullying* psikologis
- b) Pernah diberikan layanan konseling individu oleh guru

#### BK

- c) Kepercayaan diri menurun
  - d) Lebih suka mengurung diri
  - e) Jarang bersosialisasi antar teman
- 3) Wali kelas
- a) Ibu Farahdibba selaku wali kelas 8c
  - b) Ibu Ika astriyani selaku wali kelas 8E

#### b. Objek Penelitian

Objek penelitian adalah hal yang akan diteliti. Objek penelitian juga merupakan hal-hal yang berhubungan dan menjadi pokok pembahasan penelitian. Objek pada penelitian ini adalah tahap-tahap konseling individu yang dipakai untuk meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying*.

### 3. Metode Pengumpulan Data

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, data diartikan sebagai kenyataan yang ada yang berfungsi sebagai bahan untuk menyatakan suatu pendapat, keterangan yang benar, dan bahan yang dapat dipergunakan untuk penalaran dan penyelidikan.

Pengumpulan data adalah berbagai cara yang digunakan untuk mengumpulkan data, menghimpun, mengambil, atau menjangkau data penelitian.<sup>48</sup> Dalam penelitian ini penulis menggunakan tiga teknik pengumpulan data yang dikemukakan oleh Patton yaitu:<sup>49</sup>

a. Observasi

Observasi adalah proses pengambilan data dalam penelitian yang pada dasarnya merupakan kegiatan untuk mendapatkan informasi melalui penglihatan atau pengamatan.<sup>50</sup> penulis atau pengamat melihat situasi penelitian, untuk mencapai tujuan pengamatan, diperlukan adanya pedoman pengamatan.

Objek observasi adalah perilaku yang terlihat, yang sengaja dimunculkan (terencana) dan memiliki tujuan tertentu.<sup>51</sup> Pengamatan sebagai alat pengumpul data. Observasi dapat mendokumentasikan dan merefleksikan secara sistematis terhadap kegiatan dan interaksi subjek penelitian.

Semua yang di lihat dan didengar asalkan sesuai dengan tema penelitian, semuanya dicatat dalam kegiatan observasi yang terencana secara fleksibel dan terbuka.

---

<sup>48</sup> Suwartono, *Dasar-dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2014), hal. 41.

<sup>49</sup> Emzir, *Metodologi Penelitian Pendidikan, Kuantitatif dan Kualitatif*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008), hal. 65.

<sup>50</sup> M. Djamal, *Paradigma Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), hal. 66

<sup>51</sup> Suwartono, *Op.cit.*, hal. 43.

Pada penelitian ini teknik yang digunakan penulis adalah teknik observasi nonpartisipan, dimana dalam pengamatannya penulis tidak berada di dalam atau tidak terlibat dalam kegiatan yang diamati.

Metode penelitian ini digunakan untuk mengamati tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying* di SMP N 1 Pleret Bantul, mulai dari langkah identifikasi masalah mengenai gejala yang dialami subjek, tahap awal mengenai materi dan bahan yang digunakan dalam proses bantuan, tahap pertengahan pada teknik, pelaksanaannya dan tahap akhir mengenai perubahan atau kemajuan yang dialami subjek setelah dilakukannya konseling individu.

b. Wawancara

Wawancara adalah suatu percakapan yang dilakukan oleh dua orang atau lebih yang dilakukan oleh pewawancara (*interviewer*) sebagai orang yang mengajukan atau memberi pertanyaan kepada yang diwawancarai (*interviewee*) sebagai orang yang memberikan jawaban atas pertanyaan

yang ditanyakan sesuai dengan maksud dan tujuan tertentu.

52

Wawancara yang dilakukan pada penelitian ini adalah jenis bebas terpimpin. Sebab dalam wawancara memakai pedoman wawancara yang berisi sejumlah pertanyaan-pertanyaan yang sudah dipersiapkan terlebih dahulu, namun dalam penyampain tidak selalu berpatok pada pedoman wawancara.

Pedoman wawancara ini dilakukan untuk menghindari kemungkinan melupakan beberapa persoalan yang relevan serta sebagai bimbingan secara mendasar tentang apa yang diharapkan. Teknik wawancara difokuskan untuk menggali dan memperoleh data-data yang dibutuhkan untuk dalam penelitian ini mengenai tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying* di SMP N 1 Pleret Bantul mulai dari tahap awal, tahap pertengahan, dan tahap akhir. Kepada siswa diperoleh data tentang peningkatan kepercayaan diri yang dirasakan. Kepada wali kelas diperoleh

---

<sup>52</sup> Haris Herdiansyah, *Wawancara, Observasi, dan Focus Group*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), hal. 27.

tentang keadaan kepercayaan diri siswa dan perilakunya ketika di kelas, sedangkan kepada guru BK didapat tentang keadaan siswa sebelum di berikan konseling individu, tahap awal, tahap pertengahan dan tahap akhir.

b. Dokumentasi

Dokumentasi adalah catatan peristiwa yang sudah berlalu yang bentuknya dapat berupa catatan, buku teks, jurnal, makalah, memo, surat, notulen rapat dan sebagainya.<sup>53</sup>

Dalam hal ini yang menjadi sumber adalah catatan-catatan penting yang berhubungan dengan masalah yang diteliti sehingga akan diperoleh data seperti identitas siswa, riwayat penanganan siswa, dan catatan harian tentang tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying* di SMP N 1 Pleret Bantul.

---

<sup>53</sup> Djamal, *Op.cit.*, hal. 86.



#### 4. Uji Keabsahan Data

Pengujian keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data dengan cara memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data untuk pengecekan atau pembandingan terhadap data yang ada.<sup>54</sup>

Dalam penelitian ini, teknik keabsahan data yang digunakan adalah teknik triangulasi sumber dengan cara membandingkan berbagai sumber yang berbeda yang berasal dari observasi, wawancara dan dokumentasi. Sumber data tersebut kemudian akan dibandingkan dengan data yang diperoleh sebelumnya.<sup>55</sup> Penulis mengecek data yang didapat dari siswa yang menjadi subjek, guru BK dan wali kelas. Contoh pertanyaan yang diajukan adalah “apakah ada perubahan setelah melakukan konseling ini?”. Hal yang sama juga dilakukan oleh penulis ketika telah mendapat data dari guru BK, penulis menanyakan pertanyaan yang sama kepada sumber lain yaitu wali kelas dan siswa.

---

<sup>54</sup> Lexy J. Moeleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Raja Rosdakarya, 2002), hal. 178.

<sup>55</sup> Djamal, *Op. Cit*, hal. 131.

## 5. Analisis Data

Analisis data kualitatif merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh melalui wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga mudah untuk dipahami dan hasil temuannya dapat disampaikan kepada orang lain<sup>56</sup>. Proses analisis data model interaktif dalam penelitian ini sebagai berikut:

### a. Reduksi Data

Reduksi data berarti membuat rangkuman, memilih tema, membuat kategori dan pola tertentu sehingga memiliki makna. Reduksi data merupakan bentuk analisis untuk mempertajam, memilih, memfokuskan, membuang dan menyusun data ke arah pengambilan kesimpulan. Melalui proses reduksi data, maka data yang relevan disusun dan di sistematisasikan ke dalam pola dan kategori tertentu, sedangkan data yang tidak terpakai dibuang. Adapun reduksi penulis lakukan dalam penelitian ini adalah dengan cara mengumpulkan data mengenai tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying*

---

<sup>56</sup> *Ibid.*, hal. 138.

yang didapatkan dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi. Lalu dari data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi disimpulkan menjadi tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying*.

b. Display Data

Display data merupakan proses penyajian data setelah dilakukannya reduksi data. Data yang disajikan perlu disusun secara sistematis berdasarkan kriteria tertentu seperti urusan, konsep, kategori, pola, dan lain-

lain agar lebih mudah dipahami oleh pembaca.<sup>57</sup>

Menurut Miles dan Huberman display data yang paling sering digunakan dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.<sup>58</sup> Selain itu

dapat dilakukan dalam bentuk ringkasan (ikhtisar), bagan, hubungan antar kategori, tabel, grafik, charta dan sebagainya.

Setelah data hasil wawancara, observasi dan dokumentasi masuk pada masing-masing tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan

---

<sup>57</sup> *Ibid.*, hal. 148.

<sup>58</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif dan R&D*, hal. 341.

diri pada korban *bullying*, langkah selanjutnya yaitu penyajian data. Pada penyajian data, penulis menyajikan data dan mendeskripsikan data yang telah terkumpul.

### c. Penyimpulan Data

Pengambilan kesimpulan dan verifikasi ialah langkah setelah penyajian data. Kesimpulan hasil penelitian harus dapat memberikan jawaban atas rumusan masalah yang diajukan. Selain itu kesimpulan juga harus menghasilkan temuan baru dibidang ilmu yang sebelumnya belum pernah ada.

Pada penelitian kualitatif kesimpulan awal bersifat sementara, sehingga dapat berubah apabila tidak didukung buki-bukti yang kuat. Tetapi apabila kesimpulan didukung dengan bukti-bukti yang valid dan konsisten, maka

kesimpulan yang diambil bersifat kredibel.<sup>59</sup> Penarikan masalah dalam penelitian ini menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan. Setelah data terkumpul dan disajikan dan dideskripsikan, langkah selanjutnya yaitu penarikan kesimpulan. Penarikan kesimpulan dilakukan dengan mengumpulkan seluruh data mengenai tahap-tahap

---

<sup>59</sup> Djamal., *Op. Cit*, hal. 148-149.

konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying*.



## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian di dalam bab terdahulu, maka dapat disimpulkan bahwa tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri korban *bullying* di SMP N 1 Pleret adalah:

1. Tahap awal meliputi:

a. Membangun Hubungan Konseling

pada tahap ini guru BK di SMP N 1 Pleret membangun hubungan dimulai dari pembukaan sampai mengutarakan masalah, dalam hal ini keberhasilan konseling terlihat dari keterbukaan siswa.

b. Memperjelas dan Mendefinisikan Masalah

guru BK membantu mendefinisikan masalah yang dialami siswa, seperti yang terlihat siswa masih kebingungan mendefinisikan masalahnya sendiri.

c. Penafsiran dan Penjajakan Masalah.

Pada tahap ini guru BK membuat negosiasi kontrak, akan tetapi konseling di SMP N 1 Pleret tidak menggunakan kontrak khususnya waktu karena bersifat fleksibel.



2. Tahap pertengah meliputi:

a. penyamaan persepsi

guru BK menyamakan persepsi terlebih dulu, agar informasi yang didapat sesuai dengan yang dialami siswa. Ketika informasi yang diterima sudah selaras, penyusun rencana pemecahan masalah akan lebih mudah dan jelas, seperti yang guru BK di SMP N 1 Pleret lakukan yaitu dengan menanyakan apa saja perlakuan *bullying* yang diterima.

b. Mengeksplor dan Menjelajah Masalah

pada tahap ini guru BK menumbuhkan rasa percaya diri pada siswa melalui konseling individu agar siswa terbuka dalam bercerita.

3. Tahap Akhir Konseling meliputi:

a. Ditandai dengan perubahan perilaku atau emosi siswa

Pada tahap ini siswa yang semula menutup diri, bahkan tidak mau berangkat sekolah perlahan mulai membuka diri, mulai mau bersekolah lagi, dan berinteraksi dengan teman-teman disekolahnya, siswa mampu membuat keputusan-keputusan sendiri, memiliki keinginan untuk berubah.

b. melihat perkembangan siswa melalui monitoring dengan wali kelas.

Setelah mendapatkan monitoring dari wali kelas, siswa yang awalnya pasif, murung, menutup diri, terlihat minder sekarang mulai terlihat perubahannya.

Ketiga tahap tersebut digunakan dalam konseling individu untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* yang ditandai dengan

perubahan perilaku dan sikap siswa diantaranya mau bersosialisasi dan berinteraksi kembali dengan teman, mau membuka diri, siap menerima saran, mau berubah ke arah yang lebih baik.

Keberhasilan tahap konseling individu itu diukur dari perubahan sikap dan perilaku siswa hal tersebut berdasarkan hasil monitoring guru BK dan wali kelas.

## B. Saran

Berdasarkan penelitian di atas ada beberapa saran dari penulis untuk beberapa pihak terkait yang ada dalam tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* SMP N 1 Pleret yaitu:

1. Guru Bimbingan dan Konseling
  - a. Sebaiknya memberikan sanksi untuk pelaku *bullying* supaya jera dan tidak melakukan perilaku *bullying* lagi.
  - b. Sebaiknya lebih sering mengadakan bimbingan kelompok untuk membangun hubungan antar siswa.
2. Penelitian Selanjutnya
 

Penelitian ini masih banyak sekali kekurangan untuk itu bagi yang akan melakukan penelitian selanjutnya terkait tahap-tahap konseling individu cari lokasi penelitian yang lebih representatif.

### C. Kata Penutup

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *Konseling Individu dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Korban Bullying di SMP N 1 Pleret Bantul*.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu jalannya penelitian ini, berkat doa dan dukungan semua terutama orangtua skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa dalam melakukan penyusunan penelitian ini masih banyak kekurangan sehingga masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis senantiasa mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembacanya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amini, Y. S. J, *Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak*, Jakarta: Grasindo, 2008.
- Badudu, Y, & Zain, S. M, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, 1994.
- Basrowi, S, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Djamal, M, *Paradigma Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- Departemen Agama, *Al-Qur'an Tajwid*, Bandung: Diponegoro, 2013.
- Emzir, M., *Paradigma Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- Fenti, H, *Bimbingan Konseling Edisi Revisi*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2011.
- Fauziah D. M., *Bimbingan Konseling Rational Emotif Behaviour Therapy Teknik Homework Assigment dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban Bullying di SMP Negeri 3 Terbanggi Besar Tahun Ajaran 2016/2017 IAIN Raden Intan Lampung*, 2017.
- Hadi S, *Metodologi Research Jilid I*, Yogyakarta: Andi, 1964.
- Hakim T, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta: Puspa Swara, 2002.
- Herdiansyah, H, *Wawancara Observasi dan Focus Groups Sebagai Instrumen Penggalian Data Kualitatif*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013.
- Hidayat, K., & Minsih, S. A, *Layanan Bimbingan Konseling Dalam Membentuk Kedisiplinan Siswa SD Negeri Gabus 4 Kecamatan Ngrampal Kabupaten Sragen*, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2019.

- Ketut D, & others, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah Edisi Revisi*, 2016.
- Komara I. B, *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa*, Jurnal Psikopedagogia, 2016.
- Lestari A, *Peran Guru Bimbingan dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Introvert di SMK Tritech Informatika Medan*, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2019.
- Lexy J. M, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung : Remaja Rosda Karya, 2002.
- Mubarok Ahmad, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, Jakarta: Bina Rena Pariwara, 2002.
- Partowisastro, K., *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah-Sekolah*, Jakarta: Erlangga, 1985.
- Prayitno & Anti, E, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, Rineka Cipta, 1999.
- Risnawati, R & Ghufron, M, N, *Teori-teori Psikologi*, Yogyakarta: Arr-Ruzz Media Group, 2010.
- Riana, *Pelaksanaan Clie n Centered Therapy Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Korban Kekerasan Keluarga di Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Provinsi Lampung*, UIN Raden Intan Lampung, 2020.
- Sodiq, A & Others, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Aswaja Presindo, 2017.
- Soedarmadji, HDB, *Psikologi Konseling Edisi Revisi*, Jakarta : Kencana Prenada Media, 2012.
- Setiawan, P, *Siapa Takut Tampil Percaya Diri*, Yogyakarta: Parasmu, 2014.
- Sobour, A, *Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah*, Bandung: Pustaka Setia, 2003.

Sugiyono M.P.P, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D cetakan VII*, Bandung: Alfabeta, 2009.

Sutirna H, *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal dan Informal*, Yogyakarta: Andi offset, 2013.

Titi S & Triatmo A.W, *Konseling Individu untuk Meningkatkan Efikasi Diri pada Siswa Tuna Daksa di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD) Prof. Dr. Soeharso Surakarta*, IAIN Surakarta, 2017.

Suwartono M, *Dasar-dasar Metodologi Penelitian*, Penerbit Andi, 2014.

Willi S.S, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung: Alfabeta, 2017.

Yustinus Semiun, O.F.M , *Kesehatan Mental 2*, Yogyakarta : Kanisius, 2006.

