

IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *SELF REINFORCEMENT* UNTUK MENGURANGI *BULLYING VERBAL* DI SMPN 3 INGIN JAYA

SKRIPSI

Disusun Oleh:

AIMAN FADIL
NIM.190213059

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK)
UIN Ar-Raniry Jurusan Bimbingan dan Konseling



**PROGRAM BIMBINGAN KONSELING
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH 2024/2025**

IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *SELF REINFORCEMENT* UNTUK MENGURANGI *BULLYING VERBAL* DI SMPN 3 INGIN JAYA

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK)
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Beban Studi untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Prodi Bimbingan dan Konseling**

Oleh

**AIMAN FADIL
NIM. 190213059**

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Program Pendidikan Bimbingan Konseling

جامعة الرانيري

A R - R A N I R Y

Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing



**Muslima, S.Ag., M.Ed.
NIP. 197202122014112001**

IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *SELF REINFORCEMENT* UNTUK MENGURANGI *BULLYING VERBAL* DI SMPN 3 INGIN JAYA

SKRIPSI

Telah Diuji oleh Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan
Lulus serta Diterima sebagai Salah satu Beban Studi Program
Sarjana (S-1) dalam Ilmu Pendidikan Bimbingan dan Konseling

Pada Hari/Tanggal

Rabu, 12 November 2024
10 Jumadil Awal 1446

Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi

Ketua,

Sekretaris,

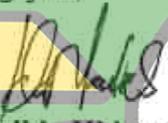

Muslima, S.Ag., M.Ed.
NIP. 197202122014112001


Usfur Ridha, M.Psi., Psikolog
NIDN. 2006078301

Penguji I,

جامعة الرانيري Penguji II,


Dr. Fakhri, M.Ed.
NIP. 196704011991031006


Maulida Hidayati, M.Pd
NIP. -

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry
Darussalam Banda Aceh




Prof. Saiful Mujib, S.Ag., MA., M.Ed., Ph.D
NIP. 1974010211997031003

16

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Aiman Fadhil
Nim : 190213059
Fakultas/prodi : Tarbiyah dan Keguruan/Bimbingan dan Konseling
Judul : Implementasi Konseling Individu Dengan Teknik Self Reinforcement Untuk Mengurangi Bullying Verbal Di Smpn 3 Ingin Jaya

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penelitian skripsi ini, saya:

1. Tidak menggunakan ide orang lain tanpa mampu mengembangkan dan mempertanggungjawabkan.
2. Tidak melakukan plagiasi terhadap naskah karya orang lain.
3. Tidak menggunakan karya orang lain tanpa menyebutkan sumber asli atau tanpa izin pemilik karya.
4. Tidak memanipulasi dan memalsukan data.
5. Mengerjakan sendiri karya ini dan mampu bertanggung jawab atas karya ini.

Bila dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan telah melalui pembuktian yang dapat dipertanggung jawabkan dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap dikenai sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di fakultas tarbiyah dan keguruan UIN Araniry.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Banda Aceh, 13 Januari 2025

Yang menyatakan.



Aiman Fadhil
NIM. 190213059

ABSTRAK

Nama : Aiman Fadil
NIM : 190213059
Fakultas/Prodi : Tarbiyah dan Keguruan/Bimbingan Konseling
Judul : Implementasi Konseling Individu Dengan Teknik *Self-Reinforcement* Untuk Mengurangi *Bullying Verbal* Di SMPN 3 Ingin Jaya
Tebal Skripsi : 94
Pembimbing I : Muslima, S.Ag., M.Ed.
Kata Kunci : Konseling individu, *self-reinforcement*, bullying verbal

Bullying verbal sering kali dianggap tidak terlalu berbahaya, selain karena dampaknya tidak terlihat secara fisik, *Bullying verbal* merupakan *bullying* yang disampaikan secara verbal dapat berbentuk perkataan yang mencela, menyoraki, penghinaan, julukan nama, menebar gosip/fitnah, kritikan yang menjatuhkan, ajakan dan ungkapan yang mengarah ke pelecehan seksual, dan sebagainya. Penelitian ini mengkaji efektivitas konseling individu dengan teknik *self-reinforcement*, dalam mengurangi perilaku *bullying* verbal di SMPN 3 Ingin Jaya Banda Aceh. Dengan subjek siswa di kelas VIII SMPN 3 Ingin Jaya Banda Aceh. Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi perilaku *bullying* verbal di SMPN VIII Ingin Jaya Banda Aceh. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif deskriptif, penelitian berfokus pada siswa korban *bullying* verbal. Hasil menunjukkan bahwa implementasi teknik *self-reinforcement*, ini efektif dalam meningkatkan kemampuan siswa mengendalikan diri dan kepercayaan diri menghadapi *bullying*, ditandai dengan penurunan frekuensi menjadi korban dan peningkatan kemampuan mengelola emosi. Siswa yang mengikuti program ini peningkatan kepercayaan diri dan kemampuan mengelola emosi mereka saat. Kendala utama dalam penerapan teknik ini adalah kurangnya dukungan dari lingkungan luar sekolah, seperti keluarga dan teman sebaya. Jumlah Meningkat secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa teknik *self-reinforcement* merupakan metode yang efektif untuk mengurangi *bullying* verbal di sekolah, terutama jika didukung oleh lingkungan sekolah yang mendukung serta adanya pendampingan dari guru BK.

Kata Kunci: Konseling individu, *self-reinforcement*, *bullying* verbal.

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "**Implementasi Konseling Individu dengan Teknik *Self Reinforcement* untuk Mengurangi Bullying Verbal di SMPN 3 Ingin Jaya**" dengan lancar. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Tarbiyah, Universitas UIN AR-Raniry Banda Aceh.

Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, dukungan, dan bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. **Prof. Dr. H. Mujiburrahman, Mag.** rektor universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh yang bertanggung jawab terhadap penyelenggaraan pendidikan di Universitas Islam Negeri UIN Ar-Raniry Banda Aceh
2. **Prof Safrul Muluk, S.Ag. MA. M.Ed. Ph.D.** Selaku dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh yang telah memberi izin peneliti melakukan peneliti.
3. **Muslima, S.Ag, M.Ed** selaku ketua Program Studi Bimbingan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
4. **Muslima, S.Ag, M.Ed Pembimbing** yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini, serta memberikan berbagai masukan yang sangat berharga.

5. **Para Guru dan Siswa di SMPN 3 Ingin Jaya** yang telah bersedia menjadi responden dan memberikan kerjasama dalam pelaksanaan penelitian ini.

6. **Keluarga tercinta**, terutama orang tua, yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan semangat tanpa henti sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas ini dengan baik.

7. **Teman-teman seangkatan** yang telah memberikan dukungan moral dan berbagi pengalaman selama masa perkuliahan dan penyusunan skripsi.

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan kontribusi positif terhadap upaya pengurangan bullying verbal di lingkungan sekolah, khususnya di SMPN 3 Ingin Jaya, melalui teknik konseling individu dengan pendekatan self reinforcement. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menjadi referensi dan sumbangsih dalam mengatasi permasalahan bullying di dunia pendidikan, serta memberikan manfaat bagi pengembangan pendidikan karakter di sekolah.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan dan penyempurnaan karya ilmiah ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan menjadi sumbangsih bagi pengembangan ilmu pendidikan, khususnya di bidang konseling.

Banda Aceh, 12 November 2024


Aiman Fadil

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Kajian Terdahulu yang Relevan	9
E. Definisi Operasional.....	12
BAB II LANDASAN TEORITIS	
A. Konseling Individual	15
1. Pengertian Konseling Individual	15
2. Tujuan Konseling Individual	16
3. Teknik-Teknik Konseling Individual	17
4. Langkah-Langkah Dalam Konseling Individual	19
5. Azas Dalam Konseling Individual.....	21
6. Keterampilan Dasar Konseling Individual	23
7. Metode Konseling Individual	24
B. Teknik <i>Self Reinforcement</i>	27
1. Pengertian Teknik <i>Self Reinforcement</i>	27
2. Tujuan Teknik <i>Self Reinforcement</i>	29
3. Langkah-Langkah Teknik <i>Self Reinforcement</i>	30
4. Manfaat Teknik <i>Self Reinforcement</i>	31
5. Tahap-Tahap Teknik <i>Self Reinforcement</i>	32
C. <i>Bullying Verbal</i>	33
1. Pengertian <i>Bullying Verbal</i>	33
2. Faktor Penyebab <i>Bullying Verbal</i>	34
3. Karakteristik Perilaku <i>Bullying Verbal</i>	36
4. Dampak <i>Bullying Verbal</i>	37
5. Cara Mengurangi <i>Bullying Verbal</i>	38
6. Indikator <i>Bullying Verbal</i>	39
7. Aspek-Aspek <i>Bullying Verbal</i>	40
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	41
B. Lokasi Penelitian	42

C. Subyek Penelitian	42
D. Instrumen Pengumpulan Data	42
E. Analisis Data	43
F. Pengecekan Keabsahan Data	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Lokasi Penelitian	47
B. Hasil Penelitian	48
1. Bentuk Perilaku Bullying Verbal di SMPN 3 Ingin Jaya Banda Aceh.....	48
2. Implementasi Konseling Individu dengan Teknik Self Reinforcement	52
3. Persepsi Siswa Terhadap Teknik Self-Reinforcement	57
4. Efektivitas dan Kendala Implementasi	57
C. Analisis Temuan	58
1. Pengaruh Positif Self Reinforcement Terhadap Kepercayaan Diri Siswa	58
2. Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Penerapan Teknik Ini	58
3. Kendala dalam Penerapan Teknik Self-Reinforcement.....	59
D. Implikasi Penelitian	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	65
1. Perilaku Bullying Verbal di SMPN 3 Ingin Jaya Banda Aceh.....	65
2. Efektivitas Konseling Individu dengan Teknik Self-Reinforcement ...	65
3. Peran Guru Bimbingan Konseling Kendala dalam Penerapan Teknik.	66
4. Self-Reinforcement	66
B. Saran	67
1. Untuk Guru Bimbingan Konseling.....	67
2. Untuk Sekolah	67
3. Untuk Siswa.....	67
4. Untuk Orang Tua.....	68
5. Untuk Penelitian Selanjutnya	68
DAFTAR PUSTAKA	69

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : SK Pembimbing Skripsi
- Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3 : Kuisinoer
- Lampiran 4 : Rencana Pelaksanaan Konseling Individual
- Lampiran 5 : Riwayat Hidup



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bullying verbal sering kali dianggap tidak terlalu berbahaya, selain karena dampaknya tidak terlihat secara fisik, orang-orang yang melakukannya pun seringkali tidak menyadari telah melakukan *bullying verbal*. Padahal, *bullying verbal* dapat menimbulkan dampak buruk yang cukup besar terhadap kesehatan mental dan perkembangan psikologis seseorang. *Bullying verbal* bahkan memiliki dampak yang lebih besar dan buruk dibandingkan dengan *bullying fisik*, karena sifatnya yang tersembunyi dan melukai aspek mental dan psikologis seseorang, yang akan lebih sulit disembuhkan dibanding luka fisik.¹

Dari data yang dihimpun oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI), kasus *bullying* masih menjadi teror bagi anak-anak di lingkungan sekolah. Dari data tersebut diketahui, tercatat terjadi 226 kasus *bullying* pada tahun 2022. Lalu di tahun 2021 ada 53 kasus, dan tahun 2020 sebanyak 119 kasus.

Sementara itu untuk jenis *bullying* yang sering dialami korban ialah *bullying fisik* (55,5%), *bullying verbal* (29,3%), dan *bullying psikologis* (15,2%). Untuk tingkat jenjang pendidikan, siswa SD menjadi korban *bullying* terbanyak (26%), diikuti siswa SMP (25%), dan siswa SMA (18,75%).

Penelitian yang dilakukan oleh Devita, sebanyak 53% anak sekolah dan remaja di Pekanbaru pernah mengalami kejadian *bullying* dengan perlakuan

¹ Ani, S dan Nurcahyati, T. (2019). *Pengaruh Bullying Verbal di Lingkungan Sekolah Terhadap Perkembangan Perilaku Siswa*. Jurnal Edueksos. 8(2), 89-101, hal. 2.

bullying fisik sebanyak 52,8%, *bullying verbal* 51,8%, dan mengalami *bullying psikologis/mental* 62,3%². Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Latifah dari hasil penelitiannya didapatkan bahwa mayoritas tindakan *bullying* yang sering terjadi pada anak usia sekolah yaitu *bullying verbal* sebanyak 87% seperti mengejek nama teman, mengejek nama orang tua, menghina dan menjelekkkan bentuk tubuh teman serta melakukan *bullying fisik* sebanyak 74% seperti memukul, meludah, menendang temannya.³ Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anwari tindakan *bullying verbal* sering terjadi di kalangan siswa yakni sebanyak 98% dan *bullying fisik* sebanyak 50%⁴.

Bullying verbal merupakan *bullying* yang disampaikan secara verbal dapat berbentuk perkataan yang mencela, menyoraki, penghinaan, julukan nama, menebar gosip/fitnah, kritikan yang menjatuhkan, ajakan dan ungkapan yang mengarah ke pelecehan seksual, dan sebagainya. Efek dari perilaku *bullying* dapat menyebabkan perkembangan anak secara psikologis, emosional maupun sosial, hal ini bisa menjadi masalah di masa depan dan menyakiti anak-anak lain.⁵

Ironisnya orang yang mengalami *bullying verbal* seringkali tidak menyadari bahwa dirinya telah menjadi korban, sehingga dia (korban) merasa bahwa semua hal-hal buruk yang dikatakan terhadap dirinya adalah benar. Korban *bullying* juga mulai percaya bahwa semua hal buruk yang terjadi kepadanya adalah sepenuhnya

² Devita, Y. (2019). *The Effect of Health Education on Bullying Knowledge Among Primary School Student. Jurnal Proteksi Kesehatan*, 8(2), 28-34, hal. 1.

³ Latifah, F. (2012). *Hubungan Karakteristik Anak Usia Sekolah dengan Kejadian Bullying Di Sekolah Dasar X Di Bogor*. Skripsi. Jakarta: Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, hal 8

⁴ Anwari, M. (2018). *Gambaran Perilaku Bullying Siswa di Sekolah Dasar Negeri Jember Lor 1 Kecamatan Patrang Kabupaten Jember*, hal 10

⁵ Sucipto, S. (2016). *Bullying Dan Upaya Meminimalisasikannya. Psikopedagogia Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(1), hal. 1.

karena kesalahannya. Ini membuat mereka (korban *bullying*) tumbuh menjadi pribadi dengan kepercayaan diri dan konsep diri yang rendah.

Banyak sekali faktor-faktor penyebab terjadinya *bullying*, salah satunya yaitu media masa atau media elektronik. Media masa atau media elektronik memiliki pengaruh yang sangat besar dalam terjadinya perilaku *bullying*. Misalkan film-film yang sering peserta didik tontonan di televisi, kebanyakan dari film yang mereka tonton lebih menunjukkan perilaku kekerasan dari perilaku yang kurang mendidik. Pada tahap usia sekolah dasar, peserta didik senang dengan hal-hal yang baru bagi mereka, oleh karena itu mereka cenderung untuk meniru dan melakukan kekerasan seperti yang mereka lihat dalam film-film media masa.

Dengan banyaknya fenomena *bullying* yang terjadi sekarang berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 11 Mei 2024 pada 3 siswa, *bullying* ini diawali dengan candaan yang mengejek dan mengolok, menggunakan bahasa lisan seperti gendut, kurus, keriting, yang memberikan dampak buruk bagi korban sehingga dapat menyebabkan kepercayaan diri rendah, kurang dapat berinteraksi dan bersosialisasi dengan baik, dan lebih cenderung pemurung. *Bullying verbal* ini mudah terjadi karena rasa percaya diri yang rendah. Kondisi ini semakin diperparah dengan rendahnya rasa percaya diri yang dimiliki korban, yang menjadikan mereka target yang mudah bagi pelaku *bullying*.

Penelitian meta-analisis ini mengungkapkan bahwa self-reinforcement memiliki pengaruh signifikan terhadap prestasi akademik dengan effect size 0.68. Temuan menunjukkan bahwa siswa yang menerapkan teknik self-reinforcement secara konsisten mengalami peningkatan motivasi intrinsik dan pencapaian

akademik yang lebih tinggi. Studi ini juga mengidentifikasi empat komponen kunci dalam praktik self-reinforcement yang efektif: penetapan tujuan yang spesifik, monitoring progress regular, sistem reward yang proporsional, dan evaluasi berkala.⁶

Menurut Rodriguez, M., & Thompson, K, Menganalisis mekanisme self-reinforcement dalam perubahan perilaku, penelitian ini menemukan bahwa kombinasi antara penguatan internal dan eksternal menghasilkan perubahan perilaku yang lebih sustainable.⁷ Ini merupakan bagian penting dari konsep *self-regulation* (regulasi diri) dalam teori kognitif sosial. Teknik ini memungkinkan siswa untuk mengidentifikasi, mengatur, dan memperkuat perilaku positif mereka melalui pemberian penghargaan terhadap diri sendiri.

Implementasi konseling individu dengan teknik *self-reinforcement* di SMPN 3 Ingin Jaya bertujuan untuk membantu siswa korban bullying verbal dalam meningkatkan kepercayaan diri, mengembangkan keterampilan sosial, dan membangun ketahanan menghadapi situasi *bullying*. Melalui teknik ini, siswa diharapkan dapat mengembangkan mekanisme pertahanan diri yang positif dan mampu mengelola dampak psikologis dari *bullying* verbal yang mereka alami.

Pentingnya penelitian ini juga didukung oleh fakta bahwa *bullying* verbal seringkali kurang mendapat perhatian dibandingkan bentuk *bullying* fisik, padahal dampaknya dapat sama atau bahkan lebih serius terhadap perkembangan psikologis siswa. Dengan mengimplementasikan konseling individu menggunakan teknik *self-reinforcement*, diharapkan dapat memberikan solusi

⁶ Zhang, Y., & Chen, B. (2023). "The Role of Self-Reinforcement in Academic Achievement: A Meta-Analysis." *Journal of Educational Psychology*, 45(2), 178-195.

⁷ Rodriguez, M., & Thompson, K. (2022). "Self-Reinforcement Mechanisms in Behavioral Change: Current Perspectives." *Psychological Review*, 129(4), 567-582..

yang efektif dalam mengurangi kasus bullying verbal dan menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif di SMPN 3 Ingin Jaya.

Berikut adalah langkah-langkah yang dapat dilakukan oleh guru BK (Bimbingan dan Konseling) dalam menangani fenomena *bullying* verbal melalui konseling individu, berdasarkan pernyataan di atas:

1. **Identifikasi Kasus Bullying**

Guru BK melakukan observasi dan wawancara awal dengan siswa untuk mengidentifikasi korban, pelaku, serta bentuk bullying yang terjadi. Mengumpulkan informasi dari sumber-sumber lain seperti wali kelas, guru mata pelajaran, atau teman-teman di lingkungan siswa.

2. **Pendekatan kepada Korban**

Mengundang korban untuk berbicara secara pribadi di ruang konseling. Memberikan rasa aman dan nyaman kepada korban untuk bercerita tanpa merasa takut atau dihakimi. Mendengarkan cerita korban dengan empati dan perhatian penuh.

3. **Identifikasi Dampak Bullying pada Korban**

Memetakan dampak bullying pada korban, seperti kepercayaan diri rendah, kesulitan berinteraksi, dan sikap pemurung. Menggunakan teknik seperti tes kepribadian atau skala kecemasan untuk memahami kondisi emosional korban lebih dalam.

4. **Pemberian Dukungan Psikologis kepada Korban**

Membantu korban mengenali potensi dan kelebihan diri untuk membangun kembali kepercayaan diri. Memberikan teknik pengelolaan stres, seperti relaksasi atau latihan pernapasan. Melatih korban untuk merespons bullying secara asertif, seperti menggunakan bahasa tubuh dan kata-kata yang tegas tetapi sopan.

5. **Pendampingan Berkala**

Guru BK merancang jadwal pertemuan berkala untuk memastikan perkembangan korban. Memonitor perubahan sikap korban dalam interaksi sosial dan kehidupan sehari-hari.

6. **Melibatkan Orang Tua atau Wali**

Mengkomunikasikan kondisi siswa kepada orang tua atau wali dengan tujuan mendapatkan dukungan dari keluarga. Memberikan saran kepada keluarga untuk mendukung korban dalam proses pemulihan, seperti menciptakan lingkungan rumah yang positif.

7. **Pendekatan kepada Pelaku Bullying**

Memanggil pelaku secara individu untuk memahami motivasi di balik perilaku bullying. Memberikan pembinaan kepada pelaku agar memahami dampak buruk dari tindakan mereka terhadap korban. Memberikan sanksi edukatif yang bertujuan untuk mengubah perilaku negatif pelaku.

8. **Pencegahan Jangka Panjang**

Mengadakan program anti-bullying di sekolah, seperti seminar, diskusi kelompok, atau kampanye kesadaran. Melibatkan siswa, guru, dan staf sekolah dalam menciptakan lingkungan sekolah yang inklusif dan suportif. Membentuk

kelompok dukungan sebaya untuk membantu siswa menghadapi masalah interpersonal.

Langkah-langkah ini diharapkan dapat membantu korban pulih dari trauma bullying sekaligus mencegah terulangnya kasus serupa.

Menurut pernyataan ibu Lisma Handayani selaku guru bimbingan konseling bahwasannya perilaku *bullying verbal* masih terjadi di SMPN 3 Ingin Jaya Banda Aceh, akan tetapi tidak sampai terjadi pertikaian. Misalnya mengejek, mengolok, serta mencemooh sesama teman sebaya. Perilaku *Bullying* tersebut terjadi karena beberapa faktor, baik itu faktor dari dalam peserta didik maupun lingkungan sekitarnya. Peran pendidik di sini hanya mendidik dan mengawasi peserta didik di lingkungan sekolah saja. Setelah keluar dari wilayah sekolah sudah menjadi kewajiban orang tuanya untuk mengawasi anaknya.

Maka dari itu berdasarkan kasus-kasus *bullying* yang terjadi, kenyataannya perilaku *bullying* ini tidak bisa dianggap sepele lagi, ini bukan merupakan tindakan yang wajar. Jika *bullying* di lakukan terus-menerus maka akan memberikan dampak yang buruk terhadap peserta didik, bukan hanya kepada korban tapi juga terhadap si pelaku *bullying*.

Dampak yang dialami oleh korban *bullying* adalah mengalami berbagai macam gangguan yang meliputi kesejahteraan psikologis yang rendah (*low psychological wellbeing*) korban akan merasa tidak nyaman, takut, rendah diri, serta tidak berharga, penyesuaian sosial yang buruk di mana korban merasa takut ke sekolah bahkan tidak mau ke sekolah, menarik diri dari pergaulan, prestasi akademik yang menurun karena mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi dalam

belajar, bahkan berkeinginan untuk bunuh diri daripada harus menghadapi tekanan-tekanan berupa hinaan dan hukuman.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Implementasi Konseling Individu dengan Teknik *Self reinforcement* untuk mengurangi *Bullying Verbal* di SMPN 3 Ingin Jaya Banda Aceh”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah adalah sebagai berikut.

1. Bagaimanakah bentuk perilaku *bullying verbal* di SMPN 3 Ingin Jaya Banda Aceh?
2. Bagaimanakah implementasi konseling individu dengan teknik *self reinforcement* dalam mengatasi perilaku *bullying verbal* di SMPN 3 Ingin Jaya Banda Aceh?
3. Apa saja kendala implementasi konseling individu dengan teknik *Self reinforcement* untuk mengurangi *Bullying Verbal* di SMPN 3 Ingin Jaya Banda Aceh?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mengidentifikasi masalah bentuk-bentuk perilaku *bullying* di SMPN 3 ingin jaya Banda Aceh

2. Mengetahui implementasi konseling individu dengan Teknik *self reinforcement* dalam mengatasi perilaku *bullying* di SMPN 3 Ingin Jaya Banda Aceh
3. Mengetahui Hasil Implementasi bimbingan konseling Individu dengan Teknik Self Reinforment Untuk Mengurangi Bullying Verbal di SMPN 3 Ingin Jaya

D. Kajian Terdahulu yang Relevan

Untuk mendukung pembahasan terkait permasalahan ini, peneliti menyertakan berbagai literatur dan penelitian yang relevan dengan objek penelitian saat ini. Berdasarkan penelusuran terhadap penelitian-penelitian terdahulu, peneliti menemukan beberapa penelitian yang sangat relevan dengan penelitian ini., yaitu:

1. Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Perilaku *Bullying* pada Kalangan Peserta Didik di SMP Negeri 4 Gunung Sugih oleh Umatul Khoiriyah Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa yang menyebabkan *bullying* pada kalangan peserta didik di SMP Negeri 4 Gunung Sugih yaitu karena adanya konflik dan perpecahan rumah tangga orangtua peserta didik serta hingga menyebabkan kurangnya komunikasi dengan orang tua. Adapun pendukung guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi perilaku *bullying* pada kalangan peserta didik, adalah adanya kerja sama antar guru dan lingkungan sekitar, adapun hasil program guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi perilaku *bullying* pada kalangan peserta didik di SMP Negeri 4 Gunung Sugih seperti

perubahan perilaku terhadap peserta didik dengan tidak melakukan kesalahan yang sama (perilaku *bullying*), peserta didik mendapatkan pemahaman materi tentang perilaku *bullying* sehingga dapat menekan perilaku *bullying* yang dilakukan oleh peserta didik dengan menggunakan layanan klasikal, peserta didik menjadi lebih paham serta dapat mengontrol diri untuk tidak melakukan perilaku *bullying*. Selain itu peserta didik juga menjadi percaya diri serta merasa dihargai oleh orang lain setelah dilakukan layanan konseling individu oleh konselor, Peserta didik mendapatkan treatment khusus berupa menjadi petugas kebersihan sekolah. Seperti membersihkan ruang kelas, ruang guru, membantu petugas perpustakaan, dan membersihkan lingkungan sekolah, peserta didik mendapatkan nasihat dari wali murid sehingga hal ini dapat menjadi salah satu *treatment* berupa nasihat-nasihat positif dari orang tua sehingga hal ini dapat membantu kinerja guru bimbingan konseling.⁸

2. Pengaruh Verbal *Bullying* Terhadap Kecerdasan Interpersonal Siswa di SDN 81 Kota Bengkulu, oleh Wahyu Rike Lestari Maraknya perilaku verbal *bullying* yang terjadi di kalangan peserta didik sehingga dapat berpengaruh terhadap kecerdasan interpersonal siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh verbal *bullying* terhadap kecerdasan interpersonal siswa di SDN 81 Kota Bengkulu. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *ex post facto*. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *non probability sampling*. teknik pengumpulan data

⁸ Khoiriyah Umatul, “Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Perilaku *Bullying* Pada Kalangan Peserta Didik di SMP Negeri 4 Gunung Sugih “, Skripsi, UIN Raden Intan Lampung, 2019, hal. 98.

melalui observasi, kuesioner (angket), dokumentasi. Populasi penelitian ini yaitu dari kelas 4A 21 orang dan kelas 4B 19 orang. Sedangkan untuk teknik analisis data menggunakan uji t. Untuk mencari ada atau tidaknya pengaruh verbal *bullying* terhadap kecerdasan interpersonal siswa di SDN 81 Kota Bengkulu. Teknik analisis data menggunakan uji t. Dapat dilihat dari hasil hipotesis yang diperoleh yaitu dibuktikan dari hasil pengujian uji “t” diperoleh thitung = 11,186 sedangkan ttabel dengan df 78 pada taraf signifikan 5% yaitu 2,285 . Dengan demikian thitung > ttabel (11,186 > 2,285) yang berarti hipotesis kerja (Ho) dalam penelitian ini ditolak dan hipotesis kerja (Ha) diterima, yaitu artinya ada pengaruh yang signifikan antara verbal *bullying* terhadap kecerdasan interpersonal siswa di SDN 81 Kota Bengkulu.⁹

3. Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Kasus *Bullying* Peserta Didik oleh Fitria Kasih, Septya Suarja. Berdasarkan hasil penelitian tentang peran guru bimbingan dan konseling mengatasi kasus *bullying* peserta didik di MTsN 1 Lubuk Basung Kabupaten Agam. Berdasarkan temuan penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut: Peran guru bimbingan dan konseling mengatasi kasus *bullying* dilihat dari segi fisik sangat penting seperti guru BK menegur peserta didik yang melakukan *bullying* terhadap temannya dan memanggil kedua belah pihak dan memberikan sanksi kepada teman yang berbuat salah dan guru BK menindak lanjuti kasus tersebut agar

⁹ Rike Wahyu Lestari, *Pengaruh Verbal Bullying Terhadap Kecerdasan Interpersonal Siswa Di SDN 81 Kota Bengkulu*, Skripsi, IAIN Bengkulu, 2020, hal. 89.

kasus tersebut tidak terjadi lagi, Peran guru bimbingan dan konseling mengatasi kasus *bullying* peserta didik di MTsN 1 Lubuk Basung Kabupaten Agam dilihat dari segi *Bullying* yaitu guru BK menasihati peserta didik ketika peserta didik lain menertawakan peserta didik lain dan guru BK memberikan konsekuensi terhadap setiap perlakuan tidak baik yang dilakukan oleh peserta didik.¹⁰

E. Definisi Operasional

Dalam melaksanakan penelitian ini, penulis menjelaskan dan mendefinisikan istilah-istilah yang digunakan agar lebih terlihat operasional untuk menghindari terjadinya pengecoh dalam memahami istilah yang digunakan.

1. Konseling individu

Menurut Corey menyatakan bahwa konseling individu adalah hubungan profesional yang bertujuan , pengembangan, membantu individu mengoptimalkan potensi dirinya dalam berbagai aspek kehidupan. Menyediakan dukungan dan strategi untuk membantu individu menghadapi dan menyelesaikan masalah yang spesifik.

Pendekatan Corey ini menekankan bahwa konseling individu adalah proses yang terstruktur dan profesional dengan konselor sebagai fasilitator, yang mendukung individu mencapai kesejahteraan dan tujuan hidupnya.

¹⁰Firma Yandi, Fitria Kasih, dkk, “Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Kasus *Bullying* Peserta Didik” Jurnal, Program Studi Bimbingan dan Konseling STKIP PGRI Sumatera Barat, 2019, hal. 9.

Dari pandangan di atas secara biologis konseling individu merupakan pendekatan konseling yang dilakukan secara tatap muka antara konselor dan konseli (siswa) secara perorangan. Dalam hal ini, konselor berfokus pada membantu siswa yang melakukan *bullying* verbal untuk memahami dampak perilaku mereka, mengenali faktor-faktor penyebabnya, dan memotivasi mereka untuk berubah.

2. Teknik *self reinforcement*

Teknik *Self-reinforcement* adalah proses di mana individu memberikan penghargaan kepada dirinya sendiri ketika berhasil mencapai target perilaku tertentu. Dalam konteks *verbal bullying*, penghargaan ini diberikan saat individu berhasil. Seperti menghindari ucapan yang menyakitkan kepada orang lain, menggunakan komunikasi positif dalam situasi tertentu yang biasanya memicu perilaku *bullying*, mengontrol dorongan untuk melontarkan ejekan, hinaan, atau kata-kata negatif lainnya.¹¹

3. *Bullying Verbal*

Bullying verbal dapat terjadi secara langsung (tatap muka) atau tidak langsung, seperti melalui media sosial atau pesan elektronik. Meskipun tidak meninggalkan bekas fisik, dampak psikologisnya¹²

Definisi yang diberikan oleh Isnayanti menggambarkan perundungan verbal sebagai perilaku menyimpang yang melibatkan penggunaan bahasa dan kata-kata kasar seperti mengejek, menghina, mengejek, atau memberikan julukan

¹¹ Fatimatusa'Diah, B. A. I. Q. "Halaman Judul *Teknik Self Management Untuk Mengatasi Kurangnya Percaya Diri Pada Remaja Di Dusun Bagek Rebak Desa Sengkerang Kecamatan Praya Timur.*"

¹² Gainau, Maryam B. *Perkembangan remaja dan problematikanya.* PT Kanisius, 2015.

yang tidak diinginkan, yang secara signifikan mengganggu kenyamanan hidup individu yang terkena dampak. Hal ini menyoroti bagaimana perundungan verbal dapat memiliki dampak emosional dan psikologis yang mendalam¹³



¹³ Isnayanti, Isnayanti, and Abdurakhman Abdurakhman. "Metode Diagonally Weighted Least Square (DWLS) Pada Structural Equation Modelling Untuk Data Ordinal: Studi Kasus Dari Pengguna Jasa Kereta Api Majapahit Malang–Pasar Senen." *Media Statistika* 12.1 (2019): 100-116.