

**PENERAPAN TEKNIK *SELF ASSERTIVE* PADA KORBAN *BULLYING*
UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI
DI MTsN 3 BANDA ACEH**

SKRIPSI

Diajukan oleh:

INTAN VENIA SARI

NIM. 200213007

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Program Studi Bimbingan dan Konseling



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
TAHUN AJARAN 2024 H / 1444 H**

**PENERAPAN TEKNIK *SELF ASSERTIVE* PADA KORBAN *BULLYING*
UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI
DI MTsN 3 BANDA ACEH**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan (FTK)
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Beban Studi Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Dalam Ilmu
Pendidikan**

Bimbingan Dan Konseling

Oleh:

INTAN VENIA SARI

NIM. 200213007

**Mahasiswa Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan
Prodi Bimbingan Dan Konseling**

Disetujui oleh:

جامعه الرانيري

A R - R A N I R Y

Dosen Pembimbing


Prof. Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd

NIP. 196412201984122001

**PENERAPAN TEKNIK *SELF ASSERTIVE* PADA KORBAN *BULLYING*
UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI
DI MTsN 3 BANDA ACEH**

SKRIPSI

Telah Diuji Oleh Panitia 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

Selasa, 28 Oktober 2024
25 Rabi'ul Akhir 1446 H

Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi

Ketua Sidang,


Sekretaris Sidang,



Prof. Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd
NIP. 196412201984122001


Maulida Hidavati, M.Pd
NIP. -

Penguji I,

Penguji II,


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


Wanty Khaira, S.Ag., M.Ed
NIP. 197606132014112002

Mengetahui,

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


Prof. Safrul Muhi, S.Ag., M.A., M.Ed., Ph.D
NIP. 19730102 199703 1 003

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Intan Venia Sari
NIM : 200213007
Prodi : Bimbingan Konseling
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
Judul Skripsi : Penerapan Teknik *Self assertive* Pada Korban *Bullying*
Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri di MTsN 3 Banda
Aceh

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penulisan 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 ampu 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 Ar- Raniry Banda Aceh.

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

جامعة الرانيري

AR - RANIRY

Banda Aceh, 28 Oktober 2024

Yang menyatakan,




Intan Venia Sari

ABSTRAK

Nama : Intan Venia Sari
NIM : 200213007
Fakultas/Prodi : Fakultas Tarbiyah dan Keguruan/ Bimbingan Konseling
Judul : Penerapan Teknik *Self assertive* Pada Korban *Bullying* Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri di MTsN 3 Banda Aceh
Pembimbing : Prof. Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd
Kata Kunci : *Self Assertive*, *Bullying*, Kepercayaan Diri, Korban *Bullying*

Berdasarkan penelitian awal di MTsN 3 Banda Aceh, ditemukan kasus *bullying*, terutama pada siswa kelas VII dan VIII. Tindakan *bullying* meliputi fisik dan verbal, seperti mengejek, mengucilkan, serta melontarkan kata-kata tidak pantas, baik di dalam maupun luar kelas sehingga membuat siswa korban *bullying* tersebut berkurang rasa percaya dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas teknik *self assertive* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* di MTsN 3 Banda Aceh. Dengan menggunakan desain pre-eksperimental *one-group Pre-test dan Post-test*, penelitian ini melibatkan 12 siswa yang diidentifikasi sebagai korban *bullying*. Hasil uji *paired samples test* yang telah dilakukan diperoleh selisih rata-rata (mean difference) antara skor *Pre-test* dan *Post-test* adalah -17.000, yang menunjukkan adanya peningkatan pada skor *Post-test*. Nilai t yang diperoleh adalah -8.878 dengan derajat kebebasan (df) sebesar 11. Hasil uji *paired samples test* menunjukkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0.001, yang lebih kecil dari batas signifikansi 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Dengan kata lain, hasil ini menunjukkan bahwa penerapan teknik *self assertive* efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa korban *bullying* di MTsN 3 Banda Aceh.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Syukur Alhamdulillah senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa pula sholawat serta salam senantiasa penulis hantarkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW yang senantiasa kita harapkan syafaatnya kelak di hari akhir. Penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada program Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Judul yang penulis ajukan adalah **“Penerapan Teknik *Self assertive* Pada Korban *Bullying* Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri di MTsN 3 Banda Aceh”**.

Penyusunan dan penulisan dalam skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis dengan senang hati menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Mujiburrahman, M.Ag selaku rektor Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
2. Bapak Prof. Safrul Muluk, S.Ag., M.Ed., M.A., Ph.D. Selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
3. Ibu Muslima, S.Ag., M.Ed selaku ketua Program Studi Bimbingan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

4. Ibu Prof. Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd atas semua arahan, masukan, saran, dan bimbingan yang diberikan selama penulisan Skripsi berlangsung hingga dapat selesai dengan baik dan lancar.
5. Bapak Masbur, S.Ag, M. Ag. selaku pembimbing akademik saya, atas bimbingan dan nasihat.
6. Kepada pihak sekolah MTsN 3 Bnada Aceh yang telah memberikan kesempatan dan waktu untuk melaksanakan penelitian.
7. Kepada orang tua penulis yang menjadi sebuah alasan utama penulis untuk dapat bertahan dalam setiap proses yang penulis jalani selama perkuliahan, untuk cinta pertama dan panutan penulis, Ayahanda Effendi dan pintu surga Ibunda Nani Satria S. Pd. Sebagai wujud jawaban dari tanggung jawab atas kepercayaan yang diamatkan kepada penulis serta atas cinta dan kasih sayang, kesabaran yang tulus ikhlas membesarkan, merawat, dan memberikan dukungan moral dan material, selalu mendoakan, serta terima kasih sebesar besarnya untuk tidak egois satu sama lain dalam menemani putri kedua kalian dalam menempuh studi.
8. Kepada nenek tercinta Nurmalia yang telah melindungi, menasihati, memberikan doa, dukungan, semangat yang tidak didapat dimana pun, memberikan berbagai saran saat penulis mengalami kesulitan.
9. Saudara-saudari tersayang kepada Wanda Abi Aufa, Imam Subqi, dan Aira Shakila yang telah memberikan doa yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta serta selalu memberikan motivasi serta doa sehingga penulis mampu menyelesaikan studi.

10. Alfia Tutnur Putri S.Pd dan Desy Mauliza S.Pd sahabat terbaik penulis semasa menempuh studi yang selalu kebersamai meniti pahitnya kehidupan di perantauan ini. Terima kasih telah hadir dan menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis, yang telah berkontribusi banyak dari awal perkuliahan hingga akhir penulisan skripsi.

11. Kepada teman-teman seperjuangan. Cut Lisa Elidar, Cut Intan Nurul Khairani S.Pd, Dilla Ramadani, Nazirah S.Pd, Nadilla Vita Yola, Nuraini, Yumna Simahate. Yang telah berjuang bersama untuk meraih impian kita bersama dan menjadi penghibur dikala susah.

12. Intan Venia Sari, ya! diri saya sendiri yang cantik dan mempesona apresiasi yang sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab menyelesaikan apa yang telah dimulai, dan tetap menikmati prosesnya, tetap memotivasi diri sendiri, dan meminta bantuan kepada Allah SWT sampai akhirnya bisa menyelesaikan penelitian ini

Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu. Terima kasih atas segala bantuan, dukungan dan kerja sama serta do'a. Semoga Allah memberikan pahala yang berlipat, Amin. N I R Y

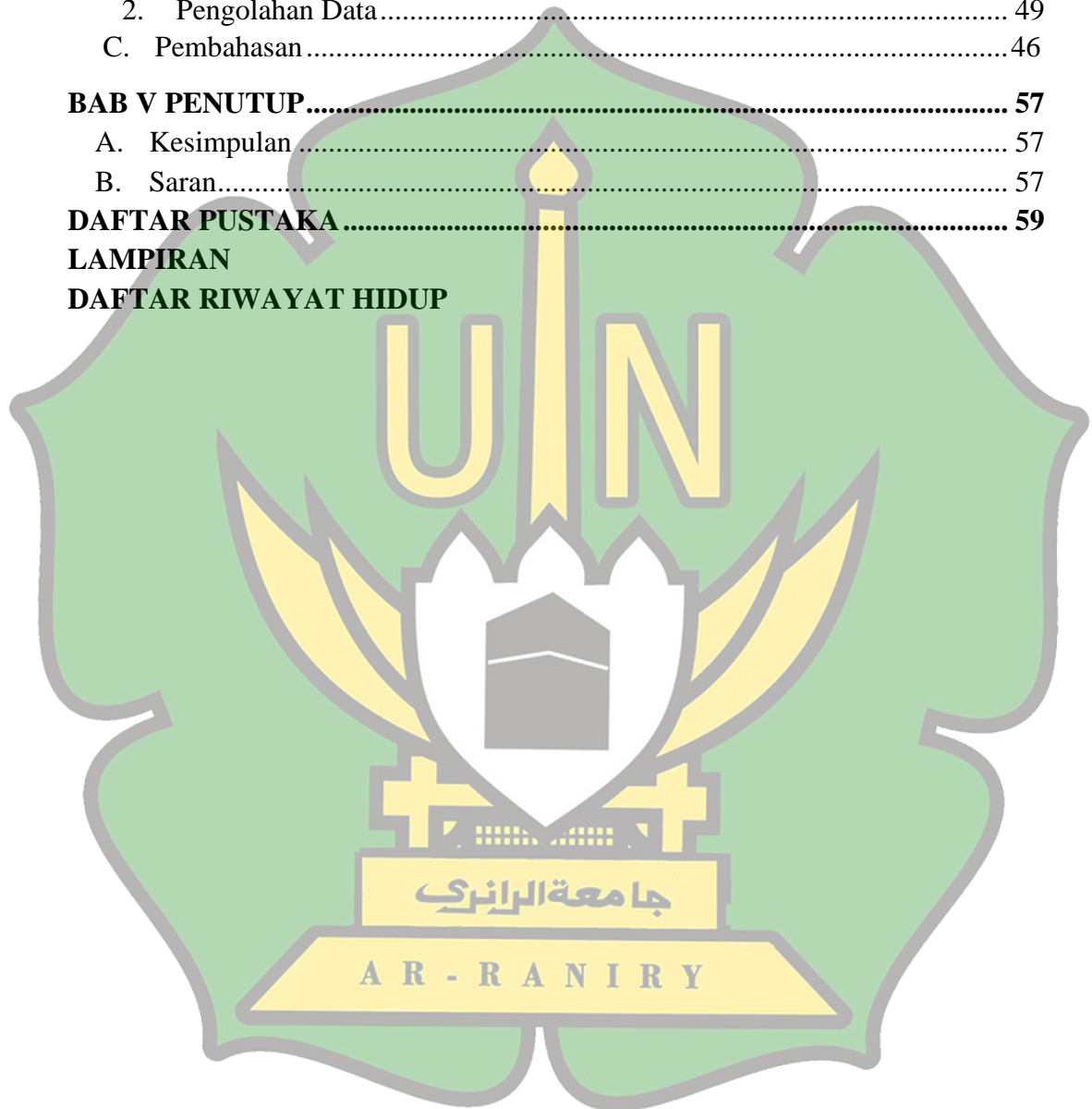
Banda Aceh, 28 Oktober 2024
Penulis

Intan Venia Sari

DAFTAR ISI

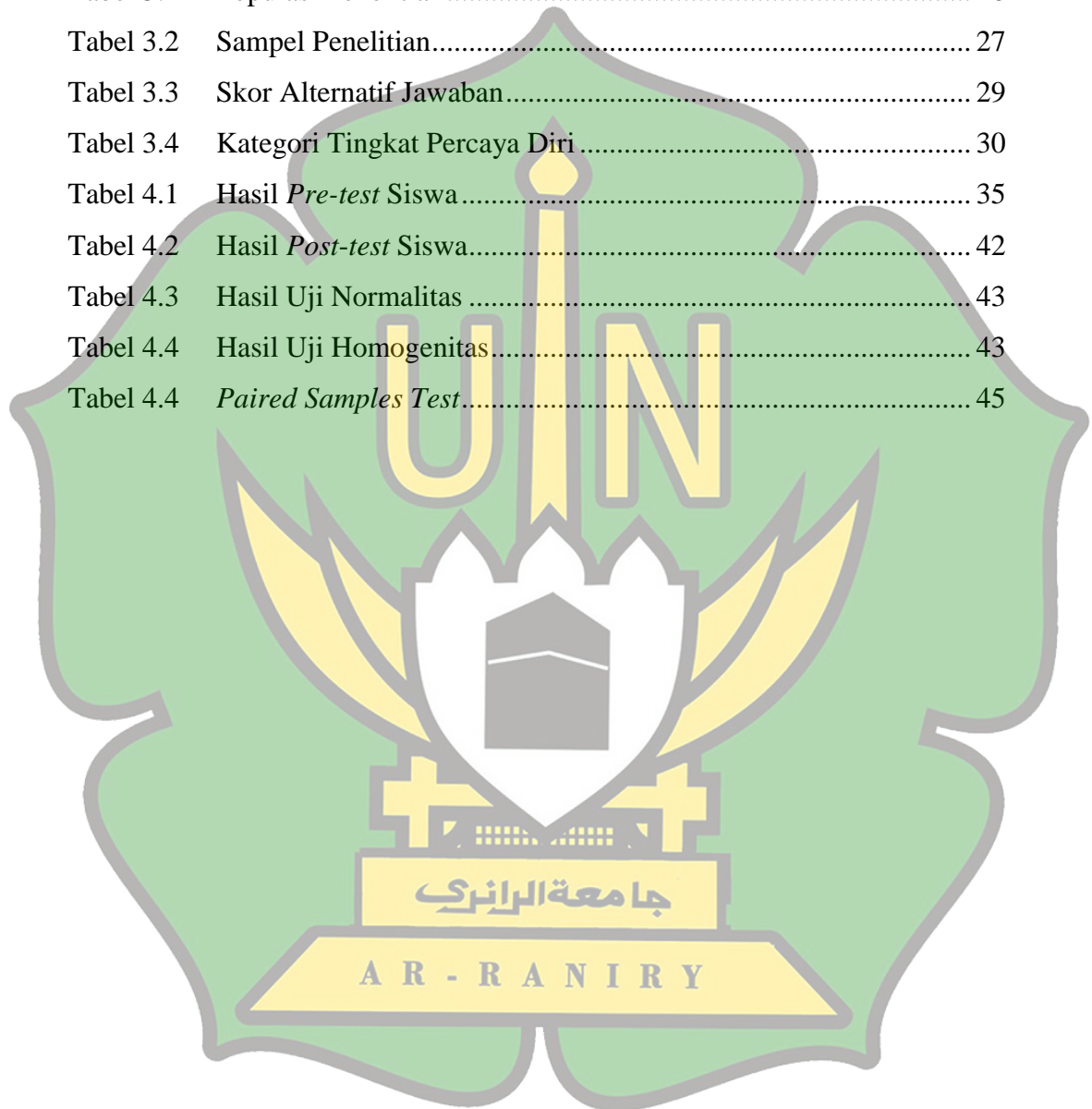
HALAMAN SAMPEL JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Hipotesis Penelitian.....	7
E. Kegunaan dan Manfaat Penelitian	7
F. Definisi Operasional.....	8
BAB II KAJIAN TEORITIS	10
A. Konseptual <i>Self assertive</i>	10
1. Pengertian <i>Self assertive</i>	10
2. Tujuan Teknik <i>Self assertive</i>	12
3. Prosedur Teknik <i>Self assertive</i>	14
4. Kelebihan dan Kekurangan Teknik <i>Self assertive</i>	15
B. Konseptual <i>Bullying</i>	16
1. Pengertian <i>Bullying</i>	16
2. Jenis <i>Bullying</i>	18
3. Faktor <i>Bullying</i>	20
4. Dampak <i>Bullying</i>	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	24
A. Rancangan Penelitian	24
B. Populasi dan Sampel Penelitian	25
1. Populasi Penelitian	25
2. Sampel Penelitian	26
C. Instrumen Pengumpulan Data	28
D. Teknik Pengumpulan Data.....	28
1. Angket (Kuesioner)	28
2. Observasi	31
E. Teknik Analisis Data.....	31

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Gambaran Umum Penelitian	33
B. Hasil Penelitian	46
1. Penyajian Data.....	35
2. Pengolahan Data.....	49
C. Pembahasan	46
BAB V PENUTUP.....	57
A. Kesimpulan	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Populasi Penelitian.....	26
Tabel 3.2	Sampel Penelitian.....	27
Tabel 3.3	Skor Alternatif Jawaban.....	29
Tabel 3.4	Kategori Tingkat Percaya Diri.....	30
Tabel 4.1	Hasil <i>Pre-test</i> Siswa.....	35
Tabel 4.2	Hasil <i>Post-test</i> Siswa.....	42
Tabel 4.3	Hasil Uji Normalitas.....	43
Tabel 4.4	Hasil Uji Homogenitas.....	43
Tabel 4.4	<i>Paired Samples Test</i>	45



DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Desain Penelitian..... 25



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Keputusan Dekan Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan UIN Ar-Raniry
- Lampiran 2 Surat Keterangan Izin Penelitian dari Dekan Fakultas
- Lampiran 3 Surat Keterangan Izin Penelitian dari Kantor Dinas Pendidikan
- Lampiran 4 Surat Keterangan Selesai Penelitian Dari Kepala Sekolah
- Lampiran 5 Permohonan Izin Adopsi Instrumen Penelitian
- Lampiran 6 Angket Penelitian
- Lampiran 7 Skoring Angket
- Lampiran 8 Hasil *Output* SPSS
- Lampiran 9 Dokumen Penelitian
- Lampiran 10 Riwayat Hidup Penulis



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan proses bagi seseorang dalam mengembangkan kemampuan diri dan kekuatannya untuk melangsungkan kehidupan. Pendidikan juga diartikan sebagai usaha sadar untuk mewujudkan suasana pembelajaran agar peserta didik mampu mengembangkan potensi dirinya. Sekolah sebagai salah satu lembaga pendidikan berperan penting untuk memajukan pendidikan budi pekerti, pikiran, serta membentuk karakter pribadi individu yang positif.

Pembentukan karakter telah menjadi salah satu isu terpenting dalam dunia pendidikan. Fenomena yang tampak menunjukkan bahwa sekolah tidak hanya menjadi tempat transfer ilmu pengetahuan, tetapi juga menjadi institusi yang berperan dalam pembentukan nilai-nilai moral dan karakter siswa.¹ Namun pada kenyataannya masih banyak sekali kasus-kasus kekerasan yang berpengaruh terhadap pembentukan moral serta karakter siswa disekolah, salah satunya adalah kasus yang tidak pernah ada habisnya menjadi pembahasan didunia pendidikan yaitu kasus *bullying*.

Bullying telah lama diakui sebagai masalah serius dalam lingkungan pendidikan, termasuk di Indonesia. Tingginya kasus *bullying* terletak pada minimnya upaya pencegahan yang bersifat jangka panjang dan komprehensif dalam

¹ Putri Nur Shoumi & Evicenna Yuris, "Peran Lingkungan Sekolah Dalam Pembentukan Karakter Siswa di SD Al Washiliyah 15 Medan", *Jurnal Ilmu Sosial*, Vol. 2, No. 2, September 2024, h. 84.

mengatasi bullying di lingkungan sekolah.² Fenomena ini tidak hanya menimbulkan dampak negatif terhadap kesejahteraan fisik korban, tetapi juga memiliki konsekuensi psikologis mendalam, salah satunya adalah penurunan kepercayaan diri. Bullying harus segera dihilangkan karena dapat menyebabkan efek yang sangat serius baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang bagi para korbannya. Dalam jangka pendek *bullying* dapat menimbulkan luka akibat kekerasan fisik, menimbulkan perasaan tidak aman, takut pergi ke sekolah, merasa terisolasi. Anak-anak yang diganggu sering menderita akademik karena bahwa mereka takut pergi ke sekolah di mana sekolah adalah sumber stres dan ketakutan mereka. Sedangkan dalam jangka panjang hingga berlangsung efek seumur hidup pada korban, korban *bullying* dapat menderita masalah gangguan emosional dan perilaku seperti perasaan harga diri yang rendah, ketidakmampuan bersosialisasi, depresi, bahkan dapat berakhir dengan bunuh diri bagi korban.³

Siswa yang menjadi korban *bullying* akan mengalami penurunan harga diri dan rasa percaya diri. Perlakuan yang merendahkan dan serangan verbal dapat merusak citra diri mereka, membuat mereka merasa rendah diri, tidak berharga dan kurang mampu untuk berinteraksi dengan percaya diri.⁴ Hal ini senada dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Nor Hadijah dkk pada tahun 2023 Korban *bully* akan mengalami kesulitan dalam mengungkapkan perasaannya, merasa stress

² Daffa Rizky Febriansyah & Yuyun Yuningsih, "Fenomena Perilaku Bullying Sebagai Bentuk Kenakalan Remaja di SMK-TI Pembangunan Cimahi", *Jurnal Ilmiah Perlindungan dan Pemberdayaan Sosial*, Vol. 6, No. 1, Juni 2024, h. 27.

³ Hariyanto Wibowo, dkk, "Fenomena Perilaku Bullying di Sekolah", *Jurnal Unindra*, Vol. 1, No. 2, 2021. h. 158.

⁴ Windy Freska, *Bullying dan Kesehatan Mental Remaja*, (Yogyakarta : CV. Mitra Edukasi Negeri, 2023), h. 97.

yang menyebabkannya kurang percaya diri, malu, sulit fokus dan cemas, sehingga tidak dapat berbaur dengan lingkungan sekitar. Semakin besar bullying yang diterima oleh korban semakin rendah rasa percaya diri, sebaliknya semakin rendah bullying pada korban, maka akan semakin tinggi rasa percaya dirinya.⁵

Menurut Rais kepercayaan diri merupakan kemampuan peserta didik dalam memahami dirinya dan yakin akan kapasitas yang dimilikinya, tidak cemas dalam bertindak, hangat dan sopan dalam berinteraksi.⁶ Kepercayaan diri menjadi atribut yang paling berharga dalam diri peserta didik. Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja, akan tetapi melalui proses tertentu dalam pribadinya. Terbentuknya proses percaya diri dalam peserta didik diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dari suatu pergaulan. Pergaulan kelompok yang didapatkan peserta didik dapat berdampak positif ataupun negatif. Dampak negatif yang menyebabkan hilangnya kepercayaan peserta didik seperti seringnya diremehkan dan dikucilkan oleh teman sejawat.⁷

Perilaku *bullying* dapat terjadi dimana saja dalam berbagai sisi kehidupan. Di lingkungan pendidikan *bullying* muncul dari berbagai jenjang pendidikan, mulai dari tingkat SD, SMP, SMA bahkan perguruan tinggi tidak menutup kemungkinan terjadinya perilaku *bullying*. *Bullying* tidak selalu bersifat menyakiti atau melukai fisik korbannya, namun juga melalui ucapan, ketikan, juga dapat dikategorikan kedalam bentuk *bullying*.

⁵ Nor Hadijah, dkk. "Hubungan Tindakan Bullying Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Di Sma "X" Banjarmasin". *Jurnal Keperawatan Jiwa*. Vol. 11, No. 3, Agustus 2023, h. 578.

⁶ Rais, "Kepercayaan Diri (Self Confidence) dan Perkembangannya Pada Remaja", *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. Vol. 1, No. 1, Januari 2022, h. 40.

⁷ Khairur Rahmah & Budi Purwoko, "Dampak Bullying Verbal terhadap Menurunnya Rasa Percaya Diri", *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*. Vol. 5, No. 1, Juni, 2024, h. 746.

Menurut Olweus dalam Ni Wayan Rati berdasarkan jenisnya perilaku *bullying* dapat terbagi menjadi 2 yaitu *bullying* verbal dan non verbal. *Bullying* verbal merupakan aktivitas *bullying* atau perundungan yang dilakukan dengan melibatkan kata-kata yang dapat menyakiti, mempermalukan atau bahkan menghina korbannya. Sedangkan *bullying* non-verbal merupakan aktivitas perundungan yang dilakukan dengan melibatkan kekuatan fisik yang terjadi secara langsung dengan tujuan untuk menyakiti bagian dari tubuh korbannya, contohnya seperti tindakan mencekik, memukul, menendang dan sebagainya.⁸

Perilaku tidak terpuji tersebut saat ini sudah berani dilakukan secara terang-terangan oleh siswa yang masih dalam kategori dibawah umur, misalnya saja siswa tingkat sekolah menengah pertama. Berdasarkan *preliminary research* yang dilaksanakan di MTsN 3 Banda Aceh masih ditemukannya beberapa kasus yang masuk kedalam kategori *bullying*. Kasus *bullying* seringkali terjadi pada siswa kelas VII dan VII. Tindakan *bullying* yang dilakukan pun beragam, mulai dari *bullying* fisik dan verbal. Siswa pelaku *bullying* biasanya mengejek, mengucilkan dan melontarkan kata-kata tidak pantas kepada siswa lainnya yang menjadi korban *bullying* baik di dalam maupun di luar kelas sehingga membuat siswa korban *bullying* tersebut berkurang rasa percaya dirinya. Meskipun kasus *bullying* yang terjadi di MTsN 3 Banda Aceh tidak terlalu banyak seperti kebanyakan kasus yang terjadi di lembaga pendidikan lainnya, namun tetap membutuhkan penanganan yang serius untuk memberantas kasus tersebut sampai ke akar-akarnya.

⁸ Ni Wayan Rati, dkk, *Stop Bullying*, (Bali : Nilacakra, 2024), h. 10-11.

Pada kasus *bullying* ini perlu ditangani khusus oleh seluruh elemen masyarakat dan pihak sekolah khususnya pada program layanan bimbingan dan konseling. Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah wajib diberikan kepada siswa dengan optimal dalam pencegahan dan mengatasi perilaku *bullying*. Salah satu kegiatan bimbingan dan konseling yang dapat dilakukan misalnya dengan kegiatan bimbingan dan kelompok menggunakan teknik *assertive* yang digunakan untuk membantu korban *bullying* dalam meningkatkan rasa percaya dirinya. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Silvia Yula Wirdani & Risca Pramudi Trisnani, dari hasil penelitian yang telah dilakukan korban *bullying* memiliki kepercayaan diri yang rendah, terlihat korban merasa minder dengan teman sebayanya. Melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri korban *bullying*.

Menurut Ratnasari dan Arifin teknik *assertive* adalah prosedur-prosedur terapi tingkah laku yang berusaha untuk lebih mudah mengekspresikan perasaan-perasaan yang masuk akal, atau rasa benci dan dendamnya, atau rasa persetujuannya.⁹ Teknik asertif juga dikenal sebagai istilah latihan asertif (*assertive training*) yang merupakan teknik yang digunakan untuk melatih keberanian individu dalam mengekspresikan perilaku-perilaku yang diharapkan, sehingga dapat melatih ketegasan yang merupakan kegiatan yang dilakukan untuk membantu individu-individu dalam mengembangkan cara-cara berhubungan yang

⁹ Ratnasari, S., & Arifin, A. A, "Teknik Assertive Training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa", *Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, Vol. 2, No. 2, 2021, h. 49-55.

lebih langsung dalam situasi-situasi interpersonal. Fokusnya adalah mempraktekkan melalui peran, kecakapan-kecakapan bergaul yang baru diperoleh sehingga individu-individu diharapkan mampu mengatasi ketidakmampuannya dan belajar bagaimana mengungkapkan perasaan dan pikiran mereka secara lebih terbuka disertai keyakinan bahwa mereka berhak menunjukkan reaksi-reaksi terbuka itu.¹⁰ Kemampuan untuk berperilaku *assertive* telah diidentifikasi sebagai komponen kunci dalam membangun kepercayaan diri.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti penerapan teknik *self assertive* pada korban *bullying* untuk meningkatkan rasa percaya diri di MTsN 3 Banda Aceh. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan strategi efektif yang dapat diterapkan oleh pendidik untuk mendukung siswa dalam menghadapi dan mengatasi *bullying*, serta meningkatkan kepercayaan diri mereka.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah : Apakah penerapan teknik self assertive pada korban *bullying* mampu meningkatkan rasa percaya diri siswa di MTsN 3 Banda Aceh?

C. Tujuan Penelitian

¹⁰ Wifaqul Azmi & Nurjannah, “Teknik Assertive Training Dalam Pendekatan Behavioristik Dan Aplikasinya Konseling Kelompok”, *Journal of Contemporary Islamic Counselling*, Vol. 2, No. 2, 2022, h. 102.

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan teknik *self assertive* pada korban *bullying* mampu meningkatkan rasa percaya diri siswa di MTsN 3 Banda Aceh?

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian tersebut, maka peneliti membuat rumusan hipotesis:

Ha : Penerapan *self assertive* pada korban *bullying* di MTsN 3 Banda Aceh dapat meningkatkan rasa percaya diri.

Ho : Penerapan *self assertive* pada korban *bullying* di MTsN 3 Banda Aceh tidak dapat meningkatkan rasa percaya diri.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dapat dikategorikan sebagai manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Secara Teoritis

- a. Menambah wawasan tentang efektivitas teknik *self-assertive* dalam konteks pendidikan, khususnya dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri korban *bullying*.
- b. Menjadi referensi bagi penelitian lanjutan terkait penerapan teknik *self-assertive* di lingkungan pendidikan, khususnya di tingkat MTs atau setara.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Korban *Bullying*: Teknik *self-assertive* membantu korban *bullying* di MTsN 3 Banda Aceh untuk meningkatkan rasa percaya diri dan

keberanian dalam menghadapi situasi bullying, sehingga mereka mampu melindungi diri secara verbal maupun non-verbal.

- b. Bagi Guru dan Konselor: Memberikan panduan praktis dalam membantu siswa yang menjadi korban bullying, serta memperkaya strategi intervensi dalam mendukung pengembangan kepercayaan diri siswa.

F. Definisi Operasional

1. *Self Assertive*

Menurut Cawood dalam Dwi Wahyu Astuti, *self assertive* merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, kebutuhan dan hak pribadinya tanpa kecemasan, mampu bersikap jujur dan langsung serta memperhitungkan hak-hak sendiri tanpa meniadakan hak orang lain. Ekspresi yang langsung dimaksudkan sebagai yang tidak berputar-putar, pesan jelas, dan terfokus serta tidak menghakimi. Ekspresi jujur dimaksudkan sebagai perilaku yang selaras antara kata-kata, gerak-gerik, perasaan semua mengatakan hal yang sama.¹¹

Self assertive yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu kemampuan yang digunakan untuk menyatakan pikiran, perasaan, serta hak-haknya secara jujur, langsung dan tepat namun tanpa menyakiti perasaan orang lain.

2. Rasa Percaya Diri

Rasa percaya diri menurut Mastuti dalam Indriana Ulul Azmi merupakan sikap mental seseorang dalam menilai diri maupun objek sekitarnya sehingga orang tersebut memiliki keyakinan atau kemampuan dirinya untuk dapat melakukan

¹¹ Dwi Wahyu Astuti & Muslikah, "Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Perilaku Asertif Siswa Kelas XI", *Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol. 5, No. 2, 2020, h. 172.

sesuatu sesuai dengan kemampuannya. Kepercayaan diri merupakan fungsi langsung dari interpretasi seseorang terhadap keterampilan atau kemampuan yang dimilikinya.¹²

Rasa percaya diri dalam penelitian ini adalah keberanian, keterbukaan, dan kemandirian mereka dalam interaksi sosial di sekolah, termasuk pula keyakinan siswa terhadap kemampuan, nilai, dan potensi diri sendiri dalam menghadapi berbagai situasi atau tantangan. Rasa percaya diri bukan berarti merasa lebih baik dari orang lain, tetapi lebih kepada penerimaan diri apa adanya, termasuk kekuatan dan kelemahan.



¹² Indriana Ulul Azmi dkk, “Studi Komparasi Kepercayaan Diri (*Self Confidence*) Siswa yang Mengalami Verbal Bullying dan Yang Tidak Mengalami Verbal Bullying di Sekolah Dasar”, *Jurnal basic edu*, Vol. 5, No. 5, 2021.