

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan yakni upaya yang dilaksanakan dengan sengaja dan terencana agar membuat lingkungan belajar yang mendukung supaya siswa bisa dengan aktif membangun potensi mereka. Tujuan dari pendidikan ini adalah agar siswa mempunyai kekuatan rohani, kemampuan kontrol diri, kepribadian yang baik, kepintaran, akhlak yang mulia, dan keahlian yang dibutuhkan untuk dirinya sendiri, masyarakat, bangsa, dan negara (UU No 20 Tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional). Dengan demikian, pendidikan bukan cuman bermaksud untuk membuat individu yang dapat melaksanakan kegiatan sehari-hari layaknya makan, minum, berpakaian, dan memiliki tempat tinggal. Lebih dari itu, pendidikan juga berfokus pada upaya untuk mengembangkan kemanusiaan seseorang, yang sering disebut sebagai proses "memanusiakan manusia" (Ab Marisyah, Firman, 2019). Kegiatan belajar mengajar di sekolah adalah pusat dari pendidikan di institusi tersebut. Semua rencana yang telah disusun akan dilaksanakan melalui proses ini. Melalui kegiatan ini, transfer dan transformasi pengetahuan kepada siswa dapat dilakukan. Daripada itu, sekolah pun mengandung posisi utama dalam mendisiplinkan siswa, dengan tujuan untuk menjaga perilaku mereka tetap selaras dengan norma, kebijakan, dan peraturan yang ada di sekolah, serta mendorong mereka agar berperilaku sesuai dengan ketentuan tersebut.

Satu dari fenomena yang menarik minat dalam pendidikan sekarang ini ialah kejadian *bullying* di sekolah, baik yang dijalankan oleh siswa terhadap guru ataupun oleh siswa terhadap teman-temannya. Frekuensi perilaku *bullying* yang meningkat di sekolah telah menarik perhatian berbagai media, mengindikasikan hilangnya nilai-nilai kemanusiaan dalam lingkungan pendidikan. Perilaku *bullying* ini merusak citra pendidikan sebagai wadah pembelajaran yang optimal dan bermutu, bertentangan dengan maksud Pendidikan Nasional yang diatur dalam Undang-undang RI Nomor 20 Tahun 2003. Sebagaimana tercantum dalam Undang-undang RI Nomor 20 Tahun 2003, Bab II Pasal 3, pendidikan nasional bertujuan membangun keahlian serta membuat karakter dan peradaban suatu bangsa yang berfungsi untuk meningkatkan kecerdasan kehidupan masyarakat. Pendidikan ini bermaksud agar mengembangkan kekuatan murid agar jadi individu yang beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki akhlak mulia, berpengetahuan luas, pandai, imajinatif, mandiri, serta jadi masyarakat yang demokratis dan bertanggung jawab (Kemendiknas, 2019:8). Fokus di aksi negatif membentuk *bullying* dikaitkan dengan perilaku yang dilaksanakan dengan sengaja untuk menyebabkan ketidaknyamanan pada orang lain.

Adapun kasus yang ditemukan di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Binakarya Mandiri seperti Menghina, meremehkan, mengejek, memberi label, menendang, mendorong, memukul, meminta uang (merampas, memeras), menjauhi, dan membantah untuk berteman yakni contoh konkret dari aksi *bullying*. Saat ini, sikap *bullying* yang lebih umum di kelompok siswa ialah menekan siswa baru atau junior. dengan tujuan untuk menyenangkan perasaan individu / kelompok.

Bullying malah mungkin sudah dipandang sebagai budaya sekolah, sering kali dibalut dengan pernyataan seperti "aku dulu sewaktu jadi anak baru juga begitu." Perilaku *bullying* sekarang ini sangat mengkhawatirkan untuk guru, orang tua, dan masyarakat. Sekolah, yang harusnya jadi tempat untuk memperoleh pengetahuan dan membuat karakter yang baik, justru jadi tempat berkembangnya sikap *bullying*. Sikap ini jadi rantai yang tak terputus, di mana tiap generasi menjalankan hal yang serupa sebagai respons terhadap tekanan situasional, sampai perilaku yang diturunkan ini berkembang menjadi budaya kekerasan. Siswa yang terbebani akibat perundungan yang mereka terima cenderung mengambil budaya perundungan tersebut. Harga diri yang menurun akibat aksi *bullying* terhadap korban di lingkungan mereka (Sari, 2021).

Bullying yakni salah satu wujud kekerasan dalam institusi pendidikan yang dapat dijalankan oleh siapa pun, baik oleh geng murid di sekolah, siswa terhadap guru, ataupun siswa terhadap siswa lainnya. Peristiwa tersebut mungkin terjadi di taman, gerbang, kamar kecil, kantin, ruang kelas, atau bahkan di luar lingkungan sekolah. Akibatnya, anak-anak sekarang memandang sekolah sebagai tempat yang menakutkan dan bukan tempat untuk bersenang-senang. Dampak dari perilaku *bullying* sangat bervariasi, mulai dari yang paling parah bahkan bisa berakibat fatal hingga yang paling ringan, yang membuat siswa enggan bersekolah. Perilaku agresif ini dapat bermanifestasi sebagai paksaan yang dilihatkan pada seseorang atau sekelompok yang dianggap kurang kuat, baik secara mental maupun fisik. Anak yang tampak patuh, mudah merasa cemas serta takut, mengandung kepercayaan diri rendah, pendiam, dan kerap merasa cemas, lebih rentan jadi

korban *bullying* sebab mereka cenderung tidak memilih untuk menyelesaikan konflik dengan cara kekerasan (Zakiyah, 2019).

Rasa percaya diri yang rendah tidak hanya menghalangi seseorang untuk melakukan sesuatu dengan benar, tetapi juga membuat mereka sulit menikmati dan merasa nyaman saat melakukannya. Selain itu, hal ini menyulitkan orang untuk merasa puas atau bahagia dengan apa yang telah mereka capai. Pada bahasa Inggris, kepercayaan diri dikenal *self-confidence*, yang artinya percaya pada keahlian dan penaksiran diri sendiri (Habibah, 2019). Ini adalah sifat positif yang dimiliki tiap orang untuk mengembangkan nilai-nilai baik dalam dirinya serta dalam berbagai situasi di sekitarnya (Rais, 2022).

Pada dasarnya, tiap manusia mengandung rasa percaya diri, tapi kadarnya bervariasi di antara individu. Ada yang mengandung kepercayaan diri rendah dan ada yang lebih tinggi, yang menghasilkan perbedaan perilaku. Seseorang dengan kepercayaan diri rendah bakal memperlihatkan perilaku yang bervariasi dari orang lain, seperti tidak mampu melakukan banyak hal, selalu merasa ragu dalam melaksanakan tugas, enggan berbicara banyak tanpa adanya dukungan, dan sebagainya. Kepercayaan diri ialah sikap positif yang membantu seseorang membangun penilaian positif terhadap dirinya, yang penting bagi siswa untuk berinteraksi sosial dan membangun kepercayaan diri (Mukhlis, 2022). Sejalan dengan pengertian tersebut, keinginan menutup diri sering kali timbul dari gambaran diri yang negatif dan kekurangan kepercayaan pada keahlian diri sendiri. Orang yang memiliki rasa percaya diri rendah biasanya mengelak keadaan yang melibatkan komunikasi. Sifat anak yang diem, rendah diri, dan cenderung agresif

dapat menghambat mereka dalam memperlihatkan prestasi yang diinginkan. Anak-anak ini umumnya menyangang konsep diri dan harga diri yang rendah serta kurang merasa aman untuk berkarya dengan baik.

Anak yang memiliki kepercayaan diri tinggi kerap lebih santai daripada orang-orang yang tidak percaya pada keahlian diri mereka. Mereka terlihat tidak gelisah dalam melawan masalah atau peralihan lingkungan, karena merasa mampu mengatasi situasi tersebut. Selain itu, anak dengan kepercayaan diri tinggi lebih berani menerima tantangan dan mencoba pengalaman baru. Sifat-sifat ini terlihat dalam tiap elemen kehidupan mereka, baik di kehidupan sosial, pendidikan, atau pekerjaan. Individu yang gemar hal-hal baru kebanyakan belajar dari keberhasilan dan kekecewaan mereka. Mereka tidak memandang kegagalan selaku hal yang mengharukan, memalukan, atau mengurangi motivasi, tetapi sebagai langkah agar mencapai keberhasilan nantinya. Mereka tidak melihat kesalahan selaku tanda ketidakmampuan atau ketidakterampilan, melainkan sebagai hal yang biasa dan perlu dipelajari untuk dihindari atau dikurangi. Dengan sikap pantang menyerah inilah, anak-anak ini pesat tumbuh menjadi ahli di bidangnya.

Posisi ini tentunya akan makin memperkuat rasa percaya diri anak. Mendidik anak agar mengandung kepercayaan diri artinya mengarahkan mereka menuju jalur positif yang berkelanjutan dalam hidupnya. Kepercayaan diri membuat anak menjadi lebih kreatif, berani mencoba hal baru, dan siap menghadapi risiko. Kegembiraan dan keberanian ini bakal meningkatkan keterampilan dan keahlian mereka; peningkatan keterampilan ini akan menambah rasa percaya diri, yang pada saatnya bakal memotivasi lebih banyak imajinasi, dan selanjutnya sepanjang hidup

anak. Kebalikannya, anak yang rendah percaya diri cenderung takut berinovasi dan kurang kreatif, sampai keterampilan dan kemampuan mereka tidak tumbuh dengan baik, yang akhirnya bakal menurunkan rasa percaya diri mereka lebih jauh. Tanpa adanya perubahan atau intervensi, ini akan membentuk lingkaran negatif yang berkelanjutan dalam kehidupan anak.

Dalam penelitian ini, kurangnya rasa percaya diri diartikan sebagai keinginan untuk menutup diri. Seseorang dengan rasa percaya diri rendah bakal kerap mengelakkan keadaan komunikasi. Kasus ini menggambarkan seorang siswa yang menunjukkan sikap berbeda dibandingkan teman-teman sekelasnya sebagai akibat dari menjadi korban *bullying*, layaknya kerap diam, bernapas panjang, tampak sendirian, penurunan prestasi, dan terlihat takut. Layanan konseling individu dipandang amat berguna dalam menolong siswa menangani masalah *bullying* karena layanan ini dilakukan secara langsung diantara siswa serta guru bimbingan konseling, sampai siswa bisa mengungkapkan masalahnya tanpa khawatir disadari oleh orang lain. Ini bertujuan untuk membantu siswa menyelesaikan tugas perkembangan atau mengatasi masalah yang mereka hadapi (Hidayah et al., 2019). Pemberian layanan konseling individu bisa menumbuhkan konsep diri siswa korban *bullying*, sehingga mereka dapat mengembangkan semangat dan rasa percaya diri terhadap lingkungan mereka (Amnar Saputra et al., 2022).

Pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) ialah metode konseling yang bertujuan memperbaiki pemahaman yang keliru atau tidak akurat akibat kejadian merugikan, untuk fisik ataupun psikologis. Pendekatan ini berfokus pada peralihan pola pikir, perasaan, dan sikap dengan menyoroti kegunaan otak dalam berpikir,

membuat keputusan, bertanya, bertindak, dan menentukan ulang (AD & Megalia, 2020). CBT berusaha mengubah pola pikir yang keliru serta mengubah sistem kognitif supaya seseorang menjadi lebih berhasil. Metode ini diutamakan untuk meningkatkan kepercayaan diri melalui konseling, dengan harapan dapat menolong siswa menumbuhkan rasa percaya diri mereka. Penelitian oleh Sulistyowati (2020) memperlihatkan yakni konseling kelompok melalui teknik CBT berhasil menumbuhkan kepercayaan diri peserta didik, dengan peningkatan dari 59,1% pada siklus pertama menjadi 61,8%, dan menggapai 68,6% pada siklus kedua. Ini menunjukkan terdapat penumbuhan kepercayaan diri dari tahap awal, siklus pertama, hingga siklus kedua (Sulistyowati, 2020).

Dari pemaparan diatas penulis untuk melakukan penelitian mengenai konseling individu guna meningkatkan kepercayaan diri pada siswa korban *bullying* di SMK Binakarya Mandiri Bekasi, peneliti memutuskan untuk menyusun penelitian ini dengan judul. **“Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*”**.

B. Fokus Penelitian

1. Bagaimana kepercayaan diri siswa yang menjadi korban *bullying* di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Binakarya Mandiri Bekasi?
2. Bagaimana proses konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri yang menjadi korban *bullying* di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Binakarya Mandiri Bekasi?
3. Bagaimana hasil dari konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa yang menjadi korban *bullying* di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Binakarya Mandiri Bekasi?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui kondisi awal kepercayaan diri siswa yang menjadi korban *bullying* di SMK Binakarya Mandiri Bekasi.
2. Untuk mengetahui konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa yang menjadi korban *bullying* di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Binakarya Mandiri Bekasi.
3. Untuk mengetahui hasil dari konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa yang menjadi korban *bullying* di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Binakarya Mandiri Bekasi.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang membutuhkan, baik secara praktis maupun akademis, diantaranya:

1. Secara Praktis

- a. Bagi siswa, penelitian ini bertujuan memberikan pemahaman yang lebih baik kepada siswa mengenai bagaimana konseling individu dapat meningkatkan kepercayaan diri pada siswa korban *bullying* di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Binakarya Mandiri Bekasi.
- b. Bagi guru bimbingan konseling, penelitian ini dapat memberikan gambaran dan pemahaman baru bagi guru bimbingan konseling tentang pentingnya konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*, yang pada akhirnya akan memberikan dampak besar terutama bagi siswa-siswa mereka.
- c. Bagi peneliti, penelitian ini dapat memberikan wawasan dan referensi baru mengenai konseling individu untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Binakarya Mandiri Bekasi.

2. Secara Akademis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya, khususnya dalam mengidentifikasi peran konselor dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*. Dan bisa menjadi referensi akademik khususnya bimbingan dan konseling islam serta dapat menjadi motivasi dan inisiatif konselor dalam membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*.

E. Landasan Pemikiran

Pada bagian dibahas mengenai landasan teoritis dan kerangka konseptual, yaitu sebagai berikut:

1. Landasan Teoritis

Teori-teori yang digunakan untuk melandasi penelitian ini diantaranya konseling individu, kepercayaan diri, *bullying*.

a. Konseling Individu

Menurut Willis (2014), konseling individu ialah pertemuan diantara konselor dan klien yang melibatkan ikatan yang mendukung dan penuh kecocokan, di mana konselor berusaha menolong klien untuk mengembangkan karakter dan menangani masalah yang dialaminya.

Konseling individu menurut Prayitno dan Erman Amti ialah suatu metode dukungan yang diberikan lewat wawancara oleh orang yang berpengetahuan (konselor) keda orang yang menghadapi kesulitan (konseli), dengan tujuan menyelesaikan masalah tersebut. Terapi individu/individu adalah jenis layanan bantuan konseling yang memungkinkan klien membicarakan dan menyelesaikan masalahnya sendiri dengan seorang konselor secara langsung (Ketut, Nila, 2019).

Konseling individual ialah ikatan langsung diantara konselor dan klien, di mana konselor, yang menyandang keahlian khusus, menciptakan keadaan pembelajaran bagi pelanggan. Dalam proses ini, klien, sebagai individu yang sehat, ditolong agar memahami dirinya sendiri, keadaan yang dihadapinya, dan masa depannya, sampai ia bisa memanfaatkan kualitasnya untuk meraih kegembiraan personal dan sosial (Syamsu Yusuf, 2020).

Konseling individu ialah layanan unik di mana klien dan konselor mempunyai kontak langsung dan tatap muka. Dalam proses ini, konselor berfokus pada pemahaman dan upaya penyelesaian masalah klien, dengan memanfaatkan kekuatan dan potensi yang dimiliki klien itu sendiri (Prayitno, Erman Amti, 2020).

Dari uraian di atas bisa disimpulkan yakni konseling individu ialah tahap di mana individu ahli atau konselor memberikan bantuan secara langsung kepada klien dalam mengatasi berbagai masalah yang dihadapinya dalam kehidupan.

Demikian pengembangan landasan teori untuk penelitian konseling individu dalam menumbuhkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*. Pendekatan yang dipakai pada penelitian ini yaitu Teori *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT). Menurut Wright pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) merupakan pendekatan psikoterapi yang membantu klien memahami bagaimana pikiran mereka mempengaruhi perasaan dan perilaku mereka. *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) membantu mengubah pola pikir negatif menjadi lebih konstruktif dan produktif.

Oleh karena itu, pemberian konseling individu dalam menumbuhkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* berdasarkan pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT). *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) bersifat aktif dan berorientasi solusi. *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) tidak berfokus pada masa lalu atau penyebab masalah, tetapi lebih bagaimana mengatasi masalah saat ini dengan Langkah konkret. Hal ini cocok untuk menumbuhkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*.

Dengan begitu, konseling individu bisa menumbuhkan kepercayaan diri siswa korban bullying lewat pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT).

b. Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (2019), Kepercayaan diri mengandung efek yang sangat menguntungkan. Ketika seseorang mengangung kepercayaan diri, mereka punya keyakinan pada keterampilan mereka sendiri, yang membantu mereka mengurangi rasa gugup dan lebih nyaman saat bertindak. Seseorang akan lebih nyaman mengungkapkan minat dan hobinya ketika memiliki rasa percaya diri. Selain itu, ketika berinteraksi dengan orang lain, orang biasanya menunjukkan sikap yang kuat, bertanggung jawab, sopan, menyenangkan, dan ceria. Kepercayaan diri adalah komponen penting yang membantu orang mengatasi hambatan, menghadapi masalah sehari-hari, dan menjaga pandangan positif bahkan dalam keadaan sulit.

Berdasarkan penjelasan diatas kepercayaan diri ialah keyakinan seseorang terhadap keahlian dirinya, yang memungkinkan mereka menerima situasi diri sendiri lewat sikap positif dan bisa membereskan masalah, baik yang dihadapinya sendiri maupun yang dihadapi orang lain.

c. Bullying

Menurut Senekal (2020), *bullying* yakni tindakan diskriminasi yang tidak adil baik secara langsung atau tidak langsung terhadap korban. *Bullying* juga dapat dianggap sebagai bentuk agresi, intimidasi, atau paksaan yang dilakukan secara berulang terhadap individu. Oleh karena itu, pelaku perundungan tidak menghargai kesetaraan, yang menyebabkan ketidaksetaraan yang signifikan serta merusak

martabat manusia, yang mengarah pada pelanggaran hak yang lebih lanjut.

Kata "*bullying*" asalnya dari bahasa Inggris, dari kata "*bull*" yang artinya banteng yang gemar menghantam ke sana kemari. Pada bahasa Indonesia, secara etimologis, "*bully*" artinya pengganggu atau seseorang yang menindas orang yang lebih lemah. Secara terminologis, menurut Nasir (2019), *bullying* didefinisikan sebagai wujud perundungan atau kekejaman yang dijalankan dengan sengaja oleh seseorang atau golongan yang lebih kuat, dengan maksud agar melukai orang lain secara berulang.

Bullying adalah perilaku kekerasan yang melibatkan tekanan psikologis atau fisik pada individu atau golongan orang yang dianggap lebih "lemah" oleh pelaku. Pelaku *bullying*, yang dikenal *bully*, dapat seperti seseorang atau segolongan yang merasa memiliki wewenang untuk menjalankan apa pun terhadap korban mereka. Di sisi lain, korban memandang dirinya selaku bagian Yang rentan, tidak berdaya, dan selalu merasa terancam oleh aksi *bullying* (Ariesto, 2019).

Menurut Edy (dalam Putro, 2021: 54), *bullying* ialah bentuk kekejaman dan aksi kriminal yang perlu cepat diatasi. Bantuan yang diberikan kepada pelaku harus difokuskan pada penurunan agresivitas dan peningkatan empati. Sementara itu, bantuan kepada korban harus difokuskan pada peningkatan keberanian dan kepercayaan diri.

Menurut Swearer korban *bullying* sering mengalami kesakitan, menjauhi sekolah, penurunan hasil akademik, meningkatnya ketakutan dan kegelisahan, keinginan untuk mengakhiri hidup, dan pada jangka panjang menghadapi masalah internal seperti rendahnya harga diri, gelisah, serta depresi.

Penelitian oleh Riauskina (2020) juga mengidentifikasi yakni korban mengalami beragam emosi negatif seperti kemarahan, dendam, frustrasi, stres, ketakutan, rasa malu, kesedihan, ketidaknyamanan, dan ancaman muncul saat mengalami *bullying*. Tapi, mereka merasa tidak mampu mengatasinya. Dalam jangka panjang, emosi-emosi tersebut bisa menyebabkan kurangnya kepercayaan diri dan perasaan tidak berharga.

Berdasarkan penjelasan diatas *bullying* adalah perilaku agresif yang dilakukan secara berulang dan sistematis dengan tujuan untuk merendahkan, menyakiti, atau menakut-nakuti seseorang, baik melalui tindakan fisik, kata-kata kasar, pengucilan sosial, atau melalui media digital seperti pesan atau media sosial.

2. Kerangka Konseptual

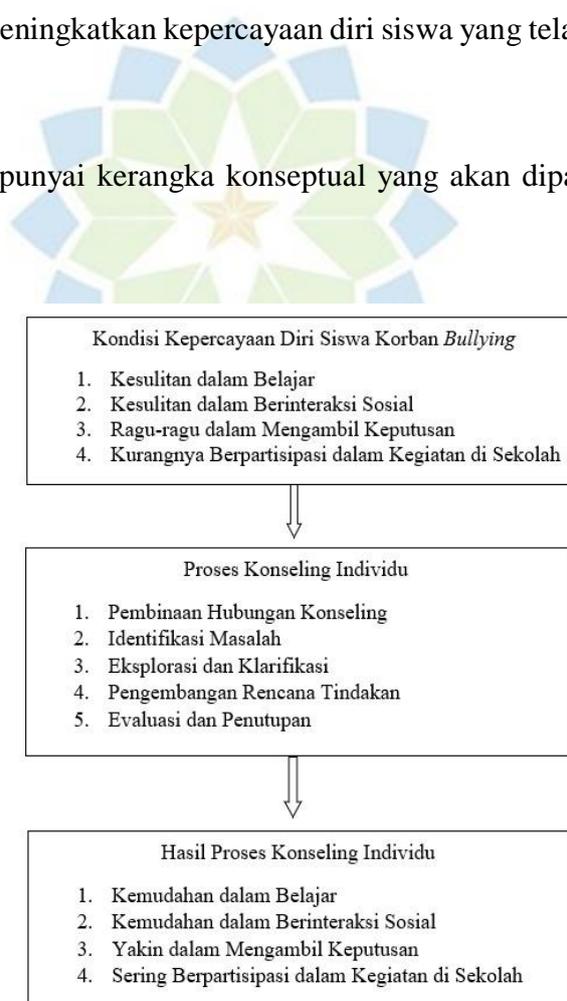
Kerangka konseptual mengilustrasikan ikatan antara berbagai konsep yang relevan dalam penelitian dan bagaimana teori-teori yang digunakan disusun secara sistematis (Eko Sudarmanto, 2021). Tujuan dari kerangka konseptual adalah untuk mempermudah pelaksanaan penelitian supaya lebih fokus pada maksud yang mau diraih. Kerangka konseptual berfungsi sebagai pedoman yang menjelaskan secara terstruktur teori-teori yang diterapkan dalam penelitian.

Dalam konteks pendidikan, kepercayaan diri merupakan salah satu faktor penting yang berpengaruh terhadap perkembangan psikologis dan akademis siswa. Siswa yang menjadi korban *bullying* sering kali mengalami penurunan kepercayaan diri, yang berdampak negatif pada berbagai aspek kehidupannya, baik di lingkungan sekolah atau di luar sekolah. *Bullying*, sebagai tindakan intimidasi atau

kekerasan, dapat mengikis keyakinan diri siswa terhadap kemampuan dirinya.

Konseling individu adalah salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk membantu siswa korban *bullying* mengatasi trauma psikologis yang mereka alami. Melalui interaksi personal yang intensif antara konselor dan siswa, konseling individu bertujuan untuk menggali permasalahan yang dialami siswa, serta membimbing mereka dalam mengembangkan strategi dan mekanisme *coping* yang efektif. Dalam kerangka ini, konseling individu diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa yang telah dirusak oleh pengalaman *bullying*.

Penelitian ini mempunyai kerangka konseptual yang akan dipaparkan dalam gambar berikut:



Gambar 1. 1 Kerangka Konseptual

Berdasarkan peta konseptual di atas Berdasarkan peta konseptual di atas, dapat dijelaskan bahwa kondisi kepercayaan diri siswa korban *bullying* memiliki beberapa dampak negatif yang dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka di sekolah. Kondisi ini ditandai dengan kesulitan dalam belajar, kesulitan dalam berinteraksi sosial, keragu-raguan dalam mengambil keputusan, serta kurangnya partisipasi dalam kegiatan sekolah.

Untuk mengatasi kondisi tersebut, proses konseling individu diterapkan sebagai intervensi yang terdiri dari beberapa tahapan penting, yaitu: pembinaan hubungan konseling, identifikasi masalah, eksplorasi dan klarifikasi, pengembangan rencana tindakan, serta evaluasi dan penutupan. Melalui tahapan-tahapan ini, konselor bekerja untuk membantu siswa mengatasi masalah yang mereka hadapi dan membangun kembali kepercayaan diri mereka.

Hasil dari proses konseling individu ini diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa, yang ditunjukkan oleh kemudahan dalam belajar, kemudahan dalam berinteraksi sosial, keyakinan dalam mengambil keputusan, dan peningkatan partisipasi dalam kegiatan sekolah. Peta konseptual ini mengilustrasikan hubungan antara kondisi awal siswa korban *bullying*, intervensi melalui konseling individu, dan perubahan positif yang diharapkan terjadi sebagai hasil dari proses konseling tersebut.

F. Langkah-Langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi yang dipakai sebagai objek dalam penelitian adalah Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Binakarya Mandiri Bekasi yang beralamat di Jl Raya Jatimulya Samping SPBU Pondok Hijau Permai, Pengasinan, Kec. Rawalumbu, Kota Bekasi Prov. Jawa Barat. Alasan penulis menjadikan sekolah tersebut selaku objek penelitian sebab didasarkan hasil observasi serta wawancara yang sudah saya lakukan sebelumnya melalui guru bimbingan konseling disana disimpulkan bahwasannya fokus penelitian serta data dan permasalahan yang saya cari sudah sesuai dengan judul skripsi saya.

2. Paradigma Dan Pendekatan

Paradigma adalah cara tertentu dalam memandang suatu hal atau kejadian yang membuat pandangan khusus (Denzin & Lincoln, 2018, p. 45). Denzin dan Lincoln mengidentifikasi lima jenis paradigma penelitian, yaitu positivisme atau naturalisme, *post-positivisme*, teori kritik, konstruktivisme, dan partisipatoris (Denzin & Lincoln, 2018, p. 31). Paradigma konstruktivisme fokus pada pengertian yang dibangun kembali mengenai dunia sosial, yang berasal dari pengalaman dan interpretasi masyarakat (Denzin & Lincoln, 2018, pp. 196-197). Pada penelitian ini, realitas empiris berlandaskan pada pengalaman kelompok tertentu, yaitu generasi milenial. Dengan demikian, penelitian ini menggunakan paradigma konstruktivisme, yang beramsumsi kebenaran realitas sosial selaku hasil dari konstruksi sosial dan sifatnya relatif.

Metode penelitian merupakan pendekatan yang digunakan untuk

menyelesaikan masalah atau memperluas ilmu pengetahuan melalui metode ilmiah. Menurut Sugiyono, metode penelitian ialah cara ilmiah agar memperoleh data yang *valid*, dengan maksud mendeteksi, memperluas, dan memperlihatkan wawasan khusus, sampai bisa diterapkan untuk memahami, mengatasi, dan mengantisipasi masalah (Sugiyono, 2009:6). Di penelitian ini, pendekatan yang dipakai ialah kualitatif untuk mengamati dan memahami karakteristik suatu fenomena. Denzin dan Lincoln dalam Moleong (2011: 5) menyiratkan yakni penelitian kualitatif melibatkan pengamatan di latar alamiah dengan tujuan mengartikan fenomena yang muncul, dan dijalankan dengan memanfaatkan bermacam metode yang tersedia.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini yakni penelitian lapangan (*field research*), yang dilaksanakan dengan menghimpun data dan informasi langsung dari informan terkait masalah yang ditelaah (Sutrisno Hadi, 1989). Pendekatan yang dipakai ialah kualitatif, di mana prosedur penelitian membuahkan data deskriptif dalam bentuk kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diawasi. Penelitian ini bermaksud agar menguraikan secara deskriptif bagaimana konseling individu dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*.

4. Jenis Data Dan Sumber Data

a. Jenis Data

Jenis data yang digunakan di penelitian ini ialah hasil dari jawaban atas pertanyaan penelitian yang disajikan terkait dengan masalah yang telah dirumuskan dan tujuan yang ingin dicapai. Data yang dikumpulkan meliputi:

- 1) Data mengenai berapa siswa korban *bullying* di SMK Binakarya Mandiri Bekasi.
- 2) Data Mengenai proses konseling individu yang diberikan oleh sekolah maupun guru bimbingan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* di SMK Binakarya Mandiri Bekasi.
- 3) Data mengenai hasil dari konseling individu yang diberikan oleh sekolah maupun guru bimbingan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* di SMK Binakarya Mandiri Bekasi.

b. Sumber Data

- 1) Sumber Data Primer

Sumber data primer yakni informasi yang diraih langsung dari objek penelitian, yaitu melalui guru bimbingan konseling dan siswa. di SMK Binakarya Mandiri Bekasi serta sumber lain yang terlibat di dalamnya.

- 2) Sumber Data Sekunder

Data sekunder yakni informasi tambahan yang dipakai dalam penyusunan laporan penelitian, yang diraih dari bermacam sumber literatur layaknya buku, jurnal, skripsi, berkas arsip, dan sumber ilmiah lainnya yang serupa dengan topik penelitian.

5. Informan Atau Unit Analisis

a. Informan

Informan adalah orang yang menyediakan informasi atau data kepada peneliti atau pihak yang membutuhkannya. Dalam konteks konseling atau penelitian, informan bisa berupa individu atau kelompok yang memiliki pengalaman,

pengetahuan, atau pandangan yang relevan dengan tujuan penelitian atau konseling tersebut. Di penelitian ini, informan terdiri dari guru bimbingan dan konseling dan siswa korban *bullying* di SMK Binakarya Mandiri Bekasi.

b. Teknik Penentuan Informan

Di penelitian ini, penentuan informan dilaksanakan dengan memakai teknik *purposive sampling*. Teknik ini dipilih agar memperoleh informan atau narasumber yang dianggap memiliki informasi relevan sesuai dengan tema penelitian. Informan dipilih berdasarkan keyakinan bahwa mereka memiliki pengetahuan yang sesuai dengan permasalahan yang dikaji. Pemilihan informan berlandaskan pada perhitungan yakni mereka bisa menyajikan informasi yang dapat dikembangkan untuk mendapatkan data yang diperlukan. Creswell (2007) menjelaskan bahwa *purposive sampling* melibatkan pemilihan informan berdasarkan karakteristik tertentu yang relevan dengan pertanyaan penelitian, sehingga memungkinkan peneliti untuk mendapatkan informasi yang mendalam dan kontekstual.

c. Unit Analisis

Menurut Sugiyono (2016:54), unit analisis ialah elemen yang menjadi fokus atau bagian dalam penelitian. Unit analisis bisa seperti individu, kumpulan, lembaga, barang, atau waktu khusus, tergantung pada fokus permasalahan penelitian.

6. Teknik Pengumpulan Data

Berikut adalah teknik-teknik yang dipakai untuk menghimpun data di penelitian ini:

a. Observasi

Observasi ialah proses pengawasan yang melibatkan fokus pada suatu objek dengan memanfaatkan seluruh indera untuk memperoleh pemahaman langsung terkait keadaan objek tersebut (Arikunto, 2010: 119). Di penelitian ini, peneliti memilih teknik observasi langsung untuk meraih gambaran yang objektif terkait keadaan dan kondisi di lokasi penelitian. Peneliti juga secara aktif mengamati berbagai aktivitas siswa, terutama dalam konteks program bimbingan konseling yang dijalankan oleh guru bimbingan dan konseling.

b. Wawancara

Wawancara yakni sebuah percakapan yang menyertakan dua orang atau lebih, di mana penanya menyajikan pertanyaan dan yang diwawancarai memberikan jawaban sesuai dengan tujuan tertentu (Haris Herdiansyah, 2015). Dalam penelitian ini, wawancara yang dilakukan termasuk jenis bebas terpimpin, di mana petunjuk wawancara yang telah disiapkan mencakup sebagian pertanyaan yang akan ditanyakan, namun pelaksanaannya tidak selalu harus mengikuti pedoman secara ketat.

c. Dokumentasi

Dokumentasi ialah rekaman kejadian yang telah terjadi yang bisa layaknya keterangan, buku, artikel, makalah, nota, surat, catatan rapat, dan berbagai bentuk lainnya.

7. Teknik Penentuan Keabsahan Data

Pengujian keabsahan data di penelitian ini memakai teknik triangulasi. Triangulasi ialah metode verifikasi data dengan membandingkan data yang ada

menggunakan sumber atau metode lain. Di penelitian ini, triangulasi sumber diterapkan dengan menyandingkan data yang diraih dari bermacam sumber seperti observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data dari siswa dan guru bimbingan konseling diperiksa untuk memastikan konsistensi. Misalnya, penulis mengajukan pertanyaan seperti, “Apakah ada perubahan setelah melakukan konseling individu ini?” kepada siswa dan guru bimbingan konseling untuk memverifikasi kesesuaian informasi yang diraih dari kedua sumber tersebut.

8. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data kualitatif melibatkan tahap sistematis agar menghimpun dan menata data yang diraih dari wawancara, catatan lapangan, dan sumber lainnya, sehingga data tersebut bisa dimengerti dengan gampang dan hasilnya bisa disuguhkan pada pihak lain. Dalam penelitian ini, tahap analisis data mengikuti model interaktif yang mencakup tahap-tahap berikut:

a. Reduksi Data

Reduksi data melibatkan pembuatan ringkasan, pemilihan tema, pengelompokan, dan pembentukan pola untuk memberikan makna pada data. Proses ini bertujuan untuk mengasah, memilih, memusatkan, membuang, dan menata data dalam rangka penarikan kesimpulan. Dengan reduksi data, data yang serupa ditata dan dikelompokkan dalam pola dan kelompok khusus, sementara data yang tidak diperlukan dibuang. Di penelitian ini, reduksi data dilaksanakan dengan mengumpulkan informasi mengenai tahapan konseling individu untuk meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying* dari wawancara, observasi, dan dokumentasi. Data yang diraih nantinya disimpulkan menjadi tahapan

konseling individu yang relevan dengan tujuan penelitian.

b. Display Data

Display data adalah tahap menampilkan data sesudah tahap reduksi. Agar data mudah dipahami oleh pembaca, informasi harus ditata secara metodis berlandaskan syarat khusus, seperti topik, konsep, kelompok, dan pola. Teks narasi merupakan metode penyajian data yang kerap dipakai dalam penelitian kualitatif, menurut Miles dan Huberman. Ringkasan, bagan, ikatan antar kategori, tabel, grafik, dan alat bantu visual lainnya juga dapat digunakan untuk menampilkan data. Penyajian dan pendeskripsian data yang telah dikumpulkan merupakan langkah selanjutnya setelah disusun dalam tahapan terapi individu untuk meningkatkan rasa percaya diri korban *bullying* melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.

c. Penyimpulan Data

Pengambilan kesimpulan dan verifikasi adalah tahap sesudah penyajian data. Kesimpulan dari penelitian perlu menjawab pertanyaan-pertanyaan yang dirumuskan dalam masalah penelitian dan harus memberikan temuan baru dalam bidang ilmu yang belum ada sebelumnya. Temuan awal dalam penelitian kualitatif bersifat spekulatif dan dapat direvisi jika tidak ada bukti yang meyakinkan. Meskipun demikian, suatu kesimpulan dianggap dapat dipercaya jika didukung oleh bukti yang andal dan konsisten. Pada penelitian ini, penarikan kesimpulan dilakukan setelah data terkumpul, disajikan, dan dideskripsikan, dengan mengumpulkan semua data terkait tahapan konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri pada korban *bullying*.