

## LAYANAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI KEPERCAYAAN DIRI AKIBAT BULLYING DI SMA NEGERI 4 TEBING TINGGI

Natassya Yasmin<sup>1</sup>, Ali Daud Hasibuan\*<sup>2</sup>

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

\*Korespondensi: [alidaudhasibuan@uinsu.ac.id](mailto:alidaudhasibuan@uinsu.ac.id)

### Abstract

*This article is about individual counseling services using the directive counseling method to overcome decreased self-confidence due to bullying. The purpose of this study was to find out individual counseling services in overcoming decreased self-confidence due to bullying at SMA NEGERI 4 TEBING TINGGI. Self-confidence is a person's ability to convince themselves to believe in their potential. Individual counseling services are face-to-face service delivery with the aim of self-direction to complete developmental tasks or solve problems they are experiencing. This research method uses descriptive qualitative, data collection procedures used by researchers include interviews, observation, documentation that can obtain a general description of the efforts of individual counseling services in overcoming decreased self-confidence due to bullying.*

**Keywords:** Individual Counseling Services; Confidence; Bullying

### Abstrak

Artikel ini berisi tentang layanan konseling individual dengan metode konseling direktif dalam mengatasi penurunan kepercayaan diri akibat bullying. Penelitian ini bertujuan mengetahui layanan konseling individu dalam mengatasi penurunan kepercayaan diri akibat bullying di SMA Negeri 4 Tebing Tinggi. Kepercayaan diri adalah kemampuan seseorang dalam meyakinkan dirinya untuk mempercayai potensi yang dimiliki. Layanan Konseling individu adalah pemberian layanan secara tatap muka dengan tujuan pengarahan diri untuk menyelesaikan tugas perkembangan atau penyelesaian masalah yang sedang dialaminya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif deskriptif, prosedur pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti diantaranya wawancara, observasi, dokumentasi yang dapat memperoleh gambaran secara umum mengenai upaya layanan konseling individu dalam mengatasi penurunan kepercayaan diri akibat bullying. Melalui penelitian dan pengumpulan data yang digunakan dengan adanya pemberian layanan konseling individu dalam mengatasi penurunan kepercayaan diri dengan teknik konseling direktif akibat bullying dinyatakan berhasil meningkatkan kepercayaan diri siswa.

**Kata Kunci :** Layanan Konseling Individu; Kepercayaan Diri; Bullying

**How To Cite :** .(2023). *Layanan Konseling Individu Dalam Mengatasi Kepercayaan Diri Akibat Bullying Di Sma Negeri 4 Tebing Tinggi*, 6(2), 59-67



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2023 by author

## PENDAHULUAN

Dalam salah satu contoh kasus, akhir-akhir ini terdapat suatu masalah yang cukup menarik perhatian dalam dunia pendidikan, yaitu kasus-kasus bullying (perundungan) pada lingkungan sekolah yang kerap kali terjadi. Salah satu kasus yang terjadi belakangan ini ialah pada tanggal 11 November lalu seorang siswa sekolah dasar di Kabupaten Malang, Jawa Timur, sempat mengalami koma setelah dianiaya kakak kelas karena menolak menyerahkan uang jajannya. Korban dipegangi oleh 7 orang kakak kelasnya lalu memukuli bagian dada, hingga memelintir kepala korban (detik.com/11/10/2019).

Dampak yang ditimbulkan karena perilaku bullying juga sangat beragam mulai dari yang paling berat dapat mengancam jiwa dan yang paling ringan membuat siswa malas bersekolah. Perilaku yang mengarah kepada kekerasan dapat berbentuk pemaksaan yang terjadi pada seseorang atau sekelompok orang yang dianggap lebih lemah, hal ini bisa saja terjadi pada fisik ataupun psikologis seseorang. Anak yang terlihat patuh dan nurut, mudah menunjukkan rasa khawatir dan takut, memiliki kepercayaan diri yang rendah, serta pendiam cenderung gugup juga cenderung menjadi korban bullying karena tidak suka menyelesaikan konflik tanpa kekerasan (ZAKIYAH et al., 2017).

Kepercayaan diri yang rendah tidak hanya menyebabkan individu tidak mampu untuk mengerjakan suatu hal dengan baik, akan tetapi juga kehilangan kemampuan untuk merasakan kenyamanan dan kenikmatan selama proses pengerjaan hal tersebut. Hal ini juga membuat individu sulit untuk merasakan kebahagiaan atau kepuasan atas apa yang diperoleh dirinya. Dalam Bahasa Inggris percaya diri disebut dengan self confidence yang memiliki makna percaya kepada kemampuan penilaian kekuatan terhadap diri sendiri (Habibah, 2019). Sikap positif yang dimiliki setiap orang yang digunakan dalam melakukan perkembangan atas nilai-nilai yang baik untuk dirinya serta berbagai hal dan situasi disekitarnya (Rais, 2022).

Pemberian Layanan konseling individu dianggap sangat efektif dalam membantu siswa mengatasi permasalahan bullying dikarenakan layanan diberikan secara face to face relationship hanya ada antara siswa dan guru bk sehingga siswa dapat menceritakan masalahnya tanpa harus takut diketahui oleh pihak lain, dalam rangka pembahasan mengarahkan diri dalam menyelesaikan tugas perkembangannya atau pengentasan masalah yang sedang dialami di kehidupannya (Hindayah et al., 2018). Konsep diri dapat meningkat akibat dari pemberian layanan konseling individu yang dilakukan konselor kepada klien (siswa) yang menjadi korban bullying sehingga kedepannya korban dapat memiliki semangat serta percaya diri terhadap lingkungan (Amnar Saputra et al., 2022).

Layaknya pada penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh (Susilawati, 2018) melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik life model, penguatan informasi yang didapatkan dari hubungan interaksi kelompok sehingga semakin memiliki kesadaran dalam perilaku serta sikap anggota kelompok. Selain itu penelitian (Kiswanto, 2015) menyebutkan layanan konseling individu rational emotif behavioral yang ditinjau dari dampak pemberian layanan konseling individu pendekatan rational emotif behavioral. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian dalam bidang konseling individu yang memiliki konsep adanya pertemuan antara konselor yang membantu klien dalam mengoptimalkan perkembangan dirinya sehingga nantinya ia dapat menghadapi berbagai masalah yang ada dengan baik.

Seperti yang terjadi pada siswa inisial D dan A di SMA Negeri 4 Tebing Tinggi yang dilakukan oleh teman sekelasnya yang memaksa untuk memberikan tugas sekolah kepada pelaku jika tidak diberikan pelaku akan mengolok-olok korban dengan menghina fisik dan ekonomi siswa sehingga korban mengalami penurunan kepercayaan diri lalu guru bk memberikan layanan konseling individu dengan teknik konseling direktif yaitu mendengarkan masalah individu lalu membuat keputusan secara bersama sama dan memberikan motivasi dalam mengaplikasikan hal tersebut.

Penelitian diatas setidaknya dapat menjelaskan bahwa kepercayaan diri korban bullying dapat diatasi melalui bimbingan kelompok teknik life model, konseling individu rational emotif behavioral. Adapun pada penelitian ini, akan digunakan pemberian layanan konseling individu dalam mengatasi kepercayaan diri akibat bullying di sekolah SMA Negeri 4 Tebing Tinggi dengan metode konseling direktif, sebagai novelty dan pembaruan penelitian.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif, kualitatif ialah salah satu jenis penelitian yang menjadikan permasalahan sosial dan manusia menjadi masalah utama untuk diteliti. Dalam penelitian ini, hasil dari pandangan data dan analisa data yang diperoleh peneliti dari lapangan akan di deskripsikan secara terperinci dalam sebuah laporan penelitian. (Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches - John W. Creswell - Google Buku, n.d.).

Subjek pada penelitian ini adalah siswa/i yang mengalami penurunan kepercayaan diri akibat bullying, yang nantinya subjek penelitian akan menjadi sumber data dan memberikan informasi terkait penelitian. Jenis data yang diperoleh merupakan data primer, karena peneliti mengumpulkan data dan keterangan secara langsung melalui survey lapangan di SMA Negeri 4 Tebing Tinggi. Populasi dalam penelitian ini adalah Guru BK dan siswa/i kelas 11 di SMA Negeri 4 Tebing Tinggi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik snowball sampling.

Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini yaitu : observasi, wawancara, dokumentasi.

Observasi dilakukan dengan mengamati secara langsung berbagai hal yang berhubungan dengan topik penelitian untuk mendapatkan berbagai data akurat yang dibutuhkan seperti identitas data diri siswa dalam di SMA Negeri 4 Tebing Tinggi.

Wawancara dilakukan dengan tanya jawab antara subjek penelitian dengan peneliti, sebelum melakukan penelitian peneliti menyusun panduan wawancara berdasarkan topik permasalahan yang telah disiapkan dari 4 indikator yaitu : percaya pada kemampuan diri sendiri, menjadi pribadi sendiri, pengendalian diri yang baik, berpikir positif.

Dokumentasi dilakukan dengan mengumpulkan dan mencatat data dari arsipan seperti catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah sebagai bukti pendukung yang dibuat oleh subjek sendiri atau oleh orang lain mengenai subjek.

Data yang diperoleh akan dianalisis dengan metode analisis kualitatif induktif. Langkah penelitian ini yaitu menganalisis data, mereduksi data asli yang telah terkumpul melalui observasi, wawancara dan dokumentasi, menyajikan data (display), memverifikasi data lalu memutuskan suatu hasil penelitian. Metode keabsahan data yang digunakan adalah triangulasi, data asli yang diperoleh serta kondisi dan situasi penelitian dibandingkan dengan berbagai pandangan secara umum (Sugiyono,2013).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 4 Tebing Tinggi ini memiliki tujuan untuk mengetahui layanan konseling individu dalam mengatasi kepercayaan diri akibat bullying. Subjek dalam penelitian ini adalah dua orang siswa kelas 12 IPS 4 yang pernah mengalami *bullying* di lingkungan sekolah. Siswa berinisial D dan A mengalami bullying sehingga penurunan kepercayaan diri akibat kekerasan secara fisik, verbal dan mental. Siswa tersebut merasa ditindas oleh dua orang temannya berawal dari pelaku yang selalu meminta secara paksa tugas sekolah yang sudah dikerjakan oleh korban, jika tidak diberikan pelaku mengolok-olok korban dengan menghina fisik dan kondisi ekonomi korban ditambah lagi dengan konflik yang memuncak, pada saat sosial media korban dilihat oleh pelaku yang dimana berisi obrolan korban dengan teman temannya yang sedang menceritakan pelaku, sehingga menyebabkan pelaku marah dan memberikan ancaman kepada korban lalu melakukan penyerangan dalam bentuk kekerasan secara fisik menarik bagian leher dan mengantukkan kepala korban sehingga korban harus dirawat inap satu malam di rumah sakit, dan pada saat itu tidak ada satupun teman kelas yang membantunya ketika di *bully*.

Siswa merasa takut dan membatasi komunikasi dengan pelaku *bullying* dan menjauh tidak memperdulikan tingkah lakunya. Hasil dari pemberian layanan konseling individu membawa pengaruh bagi siswa yang mengalami penurunan kepercayaan diri akibat *bullying* siswa menjadi termotivasi sehingga bangkit percaya diri dan tidak *insecure* lagi. Orang tua juga memiliki peranan penting dalam mengatasi kepercayaan diri akibat *bullying* terutama dalam hal pengendalian diri karena orang tua merupakan orang terdekat didalam keluarga.

Upaya Guru BK dalam mengatasi kepercayaan diri akibat *bullying* dengan pendekatan dan memberi pujian sehingga siswa yang mengalami *bullying* bisa lebih percaya pada kemampuan diri sendiri, memberikan pengarahan pola pikir positif sehingga siswa yang mengalami *bullying* dapat mengendalikan dirinya, guru bk memilih layanan konseling individu dalam mengatasi kepercayaan diri akibat *bullying* karena dianggap lebih efektif dan kondusif karena siswa juga lebih nyaman jika berbicara tatap muka.

Hambatan yang dialami Guru BK adalah masalah waktu yaitu guru BK tidak diberikan waktu khusus untuk memberikan layanan bimbingan konseling ke kelas peserta didik. Dimana hal ini menjadi salah satu hambatan yang cukup serius karena kurangnya intensitas Guru BK dalam melihat perkembangan seluruh peserta didik yang diampunya. Tidak adanya waktu khusus yang diberikan kepada guru BK cukup berdampak buruk bagi pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah, seperti tidak tersampainya materi sesuai kebutuhan siswa, tidak optimalnya pelaksanaan program BK dan sulitnya guru BK untuk melakukan tatap muka dengan siswa asuh.

Observasi, dokumentasi serta wawancara yang dilakukan di lapangan memberikan hasil bahwa pemberian layanan konseling individu membawa pengaruh bagi siswa yang mengalami penurunan kepercayaan diri akibat *bullying*, yang mana siswa menjadi termotivasi sehingga bangkit percaya diri dan tidak *insecure* lagi.

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, menyatakan *bullying* ialah kegiatan menindas dan melakukan kekerasan oleh individu atau kelompok orang yang merasa memiliki kekuasaan atau kekuatan lebih dengan sengaja yang bertujuan untuk merendahkan serta menyakiti korban yang dianggap lebih lemah. Percaya diri dalam bahasa Inggris disebut *self confidence* yang memiliki arti percaya pada diri sendiri baik secara kemampuan, rasa kuat serta nilai yang ada dalam diri.

Kepercayaan diri memiliki peranan penting bagi manusia karena kepercayaan diri dapat membantu manusia untuk mencapai suatu pencapaian dalam hidup. Kepercayaan diri muncul karena adanya sikap positif serta keyakinan pada diri sendiri atas kebolehan dan kekuatan dalam diri sehingga dapat memantapkan hati dan tidak merasa rendah diri untuk membuat suatu putusan serta tidak mudah dipengaruhi orang lain (Rais, 2022).

Siswa yang mengalami *bullying* secara fisik, verbal dan mental berinisial A dan D, akibat *bullying* tersebut korban mengalami penurunan kepercayaan diri.

Adapun kategori *bullying* dibagi menjadi beberapa kelompok :

#### 1. Fisik (*Physical Bullying*)

Jenis *bullying* ini dilakukan karena pelaku merasa lebih kuat dan berkuasa dibanding dengan korban. Jenis *bullying* ini sangat mudah dikenali karena pelaku melakukan tindakan secara fisik yang dapat secara langsung dilihat oleh panca indra/dilihat oleh semua orang. contohnya yakni : memukul, mendorong, menggigit, menjambak, menendang, menampar, mencubit, mencakar.

#### 2. Verbal (*Non Physical Bullying*)

*Bullying* ini terjadi secara lisan yang disampaikan oleh pelaku kepada korban dengan tujuan membuat korban merasa takut, malu dan merasa dirinya tidak berharga. Jenis *bullying* ini sulit untuk diketahui karena biasanya tidak dapat dilihat langsung ditempat kejadian. contohnya yakni : mengolok-olok, mengancam, menghina, menjuluki, menuduh.

#### 3. Mental

Tindakan *bullying* ini dilakukan dengan mengajak orang lain untuk tidak menyukai orang tersebut dengan tujuan membuat korban takut bergaul di lingkungannya dikarenakan ada berita palsu dan provokasi yang sudah beredar. Jenis ini adalah yang paling membahayakan sebab jejaknya tidak dapat dilihat oleh mata dan didengar langsung oleh telinga. contohnya yakni : memandang sinis, mendiamkan, mengucilkan, meneror, mempermalukan secara diam diam

Dampak *bullying* yang dirasakan oleh korban yaitu kurangnya rasa percaya diri, siswa menjadi murung, lebih suka menyendiri, siswa tersebut juga merasa kesakitan akibat kekerasan fisik yang dilakukan secara sengaja oleh pelaku (Yuliani, 2013). Siswa merasa takut dan membatasi komunikasi dengan pelaku *bullying* dan menjauh tidak memperdulikan tingkah lakunya. *Bullying* menyebabkan seorang siswa merasa tidak nyaman berada di lingkungan sekolah, menerima ancaman dari pelaku sehingga merasa tertekan, membuat korban *bullying* menarik diri dari lingkungannya berubah menjadi pribadi yang lebih *introvert*, korban berfikir jika teman di kelasnya banyak yang tidak menyukainya dan apabila korban melaporkan kepada Guru BK maka masalahnya akan bertambah besar, siswa yang menjadi korban *bullying* merasa tidak nyaman sehingga ia juga ingin segera lulus dari sekolah tersebut.

*Bullying* memberikan dampak bagi pihak mana saja yang terkait, baik pelaku maupun korbannya:

##### 1. Bagi Pelaku

Pelaku *bullying* mempunyai sifat yang merasa dirinya berkuasa, egois, mudah marah dan biasanya juga memiliki sifat kurang empati terhadap orang lain. Maka dari itu jika dibiarkan secara terus menerus akan menyebabkan pelaku semakin meningkatkan kebiasaannya menjadi lebih parah ke arah kekerasan dan kriminal lainnya.

##### 2. Bagi Korban

Menyebabkan rendahnya kontrol emosi korban sehingga mudah depresi dan marah, fokus belajar korban pun menjadi terganggu mengakibatkan menurunnya kecerdasan dan prestasi akademik.

### 3. Bagi Siswa yang Menyaksikan

Ketika kasus *bullying* tidak mendapatkan penindakan lanjutan, maka siswa-siswa yang terbiasa menyaksikan *bullying* akan menganggap *bullying* menjadi hal yang wajar dan diterima di lingkungan sosialnya (Yuliani, 2013).

Salah satu cara mengatasi dampak-dampak *bullying* tersebut melalui layanan konseling individu. Layanan konseling individu adalah pertemuan antara konselor dan klien yang dilakukan secara tatap muka dengan tujuan memecahkan masalah yang dialami oleh klien untuk perubahan sikap, tingkah laku dan pengembangan kesehatan mental. Terdapat tujuan secara khusus mengenai layanan konseling individu: 1). Dengan layanan konseling individu, klien dapat lebih memahami masalah yang sedang dihadapi 2). Pemahaman ini dikembangkan melalui persepsi dan sikap yang harus dilakukan dengan fokus, konkrit dan langsung ditangani saat itu juga. 3). Pemeliharaan pengembangan mengenai potensi klien disusul dengan terentaskannya masalah dan juga diharapkan kedepannya dapat mencegah permasalahan permasalahan baru yang akan datang. 4). Ketika klien menghadapi permasalahan yang berkaitan dengan hak klien dan klien merasa teraniaya maka perlu dilakukannya penanganan advokasi dalam layanan konseling individu.

Adapun proses layanan konseling individu di SMA Negeri 4 Tebing Tinggi melalui proses pendekatan seperti menyapa/menegur siswa di luar ruangan. Ditinjau dari prosesnya, konseling individu terbagi menjadi tiga tahap; pertama, tahap awal dimulai dari klien menemui konselor lalu klien mampu mendefinisikan masalah yang sedang dialami. Kedua, tahap pertengahan konselor membantu klien memfokuskan masalahnya dan memberikan bantuan yang tepat serta menyesuaikan dengan permasalahan yang dihadapi oleh klien. Ketiga, tahap akhir, tahapan ini ditandai dengan mengoreksi masalah, menghilangkan secara perlahan sikap tidak baik yang dimiliki klien sehingga klien dapat berpikir realistis dan percaya diri. Kegiatan layanan konseling individu ini menggunakan teknik konseling direktif yaitu kegiatan perubahan tingkah laku secara langsung yang dilakukan oleh klien dengan konselor dengan tujuan membantu menyelesaikan masalah yang dialami klien, dengan mengutamakan inisiatif serta peranan dalam pemecahan masalah lebih banyak ditangani oleh konselor berdasarkan hasil diagnosa dan tes (Husni & Kunci, n.d.).

Kerjasama orang tua juga berpengaruh terhadap keberhasilan layanan konseling individu dalam mengatasi penurunan kepercayaan diri akibat *bullying*. Menurut Kemendikbud upaya pencegahan oleh keluarga yaitu membangun komunikasi antara anak dengan orang tua. Adapun solusi yang sudah diterapkan di SMA Negeri 4 Tebing Tinggi yaitu memberikan pujian sekaligus motivasi kepada korban untuk semangat serta meyakini potensi yang dimilikinya memberikan pengarahan pola pikir positif sehingga siswa yang mengalami *bullying* dapat mengendalikan dirinya memberikan pengertian kepada pelaku *bullying* untuk ikut mencegah, menyiapkan anak untuk menghadapi *bullying* dengan berani berkata tidak dan melaporkan kepada pihak sekolah jika anak menjadi korban *bullying* (Oktavia & Dewi, 2021). Kerjasama orang tua juga berpengaruh terhadap keberhasilan layanan konseling individu dalam mengatasi penurunan kepercayaan diri akibat *bullying* sehingga setelah dilakukannya layanan konseling individu siswa menjadi termotivasi lalu secara berangsur-angsur percaya diri dapat meningkat dengan sendirinya.

Hambatan yang dialami Guru BK adalah masalah waktu yaitu guru BK tidak diberikan waktu khusus untuk memberikan layanan bimbingan konseling ke kelas peserta didik. Dimana hal ini menjadi salah satu hambatan yang cukup serius karena kurangnya intensitas Guru BK dalam melihat perkembangan seluruh peserta didik yang diampunya. Tidak adanya waktu khusus yang diberikan kepada guru BK cukup berdampak buruk bagi

pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah, seperti tidak tersampainya materi sesuai kebutuhan siswa, tidak optimalnya pelaksanaan program BK dan sulitnya guru BK untuk melakukan tatap muka dengan siswa asuh.

Untuk membahas permasalahan diatas,peneliti mengeksplorasi penelitian terdahulu mengenai meningkatkan kepercayaan diri siswa korban bullying melalui layanan konseling individu teknik *homework assignment*,yang dimana dengan teknik ini klien diberi tugas rumah untuk berlatih latihan sesuai dengan pola yang diharapkan,diharapkan klien dapat menghilangkan trauma,perasaan-perasaan tertentu,teknik ini dianggap berhasil meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* (Riries & Awaliyah, 2014).

Perbedaan dengan penelitian terdahulu adalah teknik yang digunakan, peneliti membahas tentang layanan konseling individu dalam mengatasi kepercayaan diri akibat *bullying* menggunakan teknik konseling direktif yaitu mendengarkan masalah emosional individu,lalu mencetuskan keputusan secara bersama sama mengenai apa yang akan dilakukan,serta memberikan motivasi untuk melakukan hal tersebut setelah melewati pengamatan,penelitian ini terbukti berhasil mengatasi kepercayaan diri siswa akibat bullying,meskipun terdapat keterkaitan pembahasan penelitian ini masih sangat berbeda dengan penelitian terdahulu.

## KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian di SMA N 4 Tebing Tinggi maka dapat disimpulkan bahwa *bullying* ialah kegiatan menindas secara fisik maupun verbal oleh individu atau kelompok orang yang menganggap dirinya mempunyai kekuatan lebih dengan tujuan membuat korban merasa tertindas. *Bullying* berdampak pada pribadi korban yang berubah menjadi *introvert* suka menyendiri dari lingkungannya sehingga mengalami penurunan kepercayaan diri.

Guru BK berupaya dalam mengatasi kepercayaan diri yang menurun akibat *bullying* dengan memberikan layanan konseling individu melalui proses pendekatan, menggali informasi dari orang tua lalu memberikan wawasan kepada pelaku tentang dampak negatif *bullying* dan juga memberikan wawasan kepada pelaku mengenai dampak negatif *bullying* ditambah lagi dengan memberikan pujian kepada korban untuk percaya pada potensi yang dimiliki.

Adapun hambatan Guru BK pada saat melaksanakan layanan konseling individu adalah tidak memiliki jam khusus sehingga waktu layanan tidak optimal. Jika sekolah mempunyai jam khusus untuk pelaksanaan bimbingan konseling, maka seluruh program BK yang telah dirancang akan dapat terlaksana secara optimal. Sekolah yang memberikan jam khusus untuk bimbingan dan konseling juga akan menciptakan adanya kedekatan dan hubungan emosional antara guru BK dan siswa sehingga BK tidak hanya sekedar menerima laporan permasalahan siswa saja. Jam khusus BK dapat dimanfaatkan dengan pemberian layanan orientasi untuk siswa baru, layanan informasi untuk seluruh siswa, layanan penempatan, layanan penyaluran dan layanan lainnya yang dibutuhkan siswa.Penelitian ini penting karena dapat membuktikan tentang kebenaran pengetahuan yang telah diteliti,nantinya dapat digunakan sebagai pengembangan pengetahuan dan rujukan. Dapat disimpulkan dengan adanya pemberian layanan konseling individu dalam mengatasi penurunan kepercayaan diri akibat *bullying*, dapat merubah siswa yang tadinya tidak percaya diri akibat *bullying* menjadi termotivasi untuk lebih percaya diri.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih penulis ucapkan kepada bapak Ali Daud Hasibuan M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, kepada Guru BK di SMA Negeri 4 Tebing Tinggi dan siswi yang telah terlibat dalam penelitian ini, serta kepada keluarga besar dan sahabat-sahabat yang selalu memberikan dukungan serta doa

## REFERENSI

- Amnar Saputra, T., Al-Hilal Sigli, P., & Bimbingan dan Konseling SMK Negeri, G. (2022). Konseling Individual untuk meningkatkan konsep diri korban Bullying di Sekolah. *Counselor/ Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 2(2), 156–167. <https://doi.org/10.32923/COUNS.V2I02.2818>
- DetikJatim. (2022, 23 November). Polisi Selidiki Kasus Siswa SD Korban Bully Kakak Kelas di Malang. Diakses pada 17 Januari 2023, dari <https://www.detik.com/jatim/hukum-dan-kriminal/d-6423226/polisi-selidiki-kasus-siswa-sd-korban-bully-kakak-kelas-di-malang>
- Habibah, S. (2019). Pengaruh Penguasaan Kosakata dan Rasa Percaya Diri Terhadap Prestasi Belajar Bahasa Inggris. *INFERENCE: Journal of English Language Teaching*, 2(3), 196.
- Hindayah, Y., SW, B., & Rosita, T. (2018). Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 1(1), 37. <https://doi.org/10.22460/fokus.v1i1.69>
- Husni, M., & Kunci, K. (n.d.). *Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme*.
- Kiswanto, A. (2015). Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Life Model Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Atlet Persinas Asad Kabupaten Kudus Tahun 2015. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 1(2). <https://doi.org/10.24176/jkg.v1i2.402>
- Rais, M. R. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja. *Al-Irsyad*, 12(1), 40. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v12i1.11935>
- Riries, G., & Awaliyah, N. (2014). Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban Bullying Melalui Konseling Individu Teknik Homework Assignment. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 3(1), 58–64.
- Susilawati. (2018). Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Korban Bullying Melalui Konseling Individual Rational Emotif Behavior Therapy. *Jurnal Global Edukasi*, 5(1), 565–572. <http://jurnal.goretanpena.com/index.php/JGE/article/view/160>
- Oktavia, R., & Dewi, S. F. (2021). Upaya Guru dalam Mengatasi Perilaku Bullying Siswa di SMAN 7 Padang. *Journal of Civic Education*, 4(1), 81–86. <https://doi.org/10.24036/jce.v4i1.482>
- Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* - John W. Creswell - Google Buku. (n.d.). Retrieved January 16, 2023, from [https://books.google.co.id/books?id=4uB76IC\\_pOQC&printsec=copyright&hl=id#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?id=4uB76IC_pOQC&printsec=copyright&hl=id#v=onepage&q&f=false)
- Rais, M. R. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja. *Al-Irsyad*, 12(1), 40. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v12i1.11935>

- Sukawati, A., Abdul Muiz, D. L., & Ganda, N. (2021). PEDADIDAKTIKA: JURNAL ILMIAH PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR Fenomena Bullying Berkelompok di Sekolah Dasar. *All Rights Reserved*, 8(2), 354–363. <http://ejournal.upi.edu/index.php/pedadidaktika/index>
- Susilawati. (2018). Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Korban Bullying Melalui Konseling Individual Rational Emotif Behavior Therapy. *Jurnal Global Edukasi*, 5(1), 565–572. <http://jurnal.goretanpena.com/index.php/JGE/article/view/160>
- Yuliani, N. (2013). Fenomena bullying di sekolah. *Journal of Chemical Information and Modeling*, a(1), 1689–1699. [http://ir.obihiro.ac.jp/dspace/handle/10322/3933%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.jag.2018.07.004%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41598-018-25369-w%0Ahttps://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/BSt/Publikationen/GrauePublikationen/MT\\_Globalization\\_Report\\_](http://ir.obihiro.ac.jp/dspace/handle/10322/3933%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.jag.2018.07.004%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41598-018-25369-w%0Ahttps://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/BSt/Publikationen/GrauePublikationen/MT_Globalization_Report_)
- ZAKIYAH, E. Z., HUMAEDI, S., & SANTOSO, M. B. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 324–330. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14352>