



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA
UNIT PELAKSANA TEKNIS PERPUSTAKAAN**

Jln. Meurandeh Kota Langsa Provinsi Aceh
Telepon. (0641) 425139 Faksimili. (0641) 425129 Surel : info@iainlangsa.ac.id
Website : <http://iainlangsa.ac.id>

**KONSELING DENGAN LATIHAN ASERTIF UNTUK MENSTIMULUS
KEPERCAYAAN DIRI SISWA**

Lushi Delfriani¹, Chery Julida Panjaitan², Rita Sari³

¹²³IAIN LANGSA

¹ lushi753783@gmail.com

² chery.julida@iainlangsa.ac.id

³ ritasari17@iainlangsa.ac.id

Abstract

Cases of bullying are no stranger to the world of education, bullying is to frighten or disturb weak people. Bullying behavior has a very bad impact on the victim, one example of the most severe impact that usually occurs on the victim is depression, lack of confidence, even to the point where someone dies. Therefore, this study aims to find out how the results of assertive training stimulate the victim's self-confidence. The data collection method uses observation, interviews and documentation. The data analysis method used is a qualitative method. The results of this study are assertive exercises to stimulate the victim's self-confidence by showing bullying videos that are the same as what he experienced. Next, place the victim in certain positions and then the researcher gives questions that aim to stimulate his self-confidence. Assertive exercises to stimulate the victim's self-confidence get good results. Victims who were previously afraid and insecure about their abilities, now show confidence and confidence in their abilities to deal with problems.

Keywords: Bullying, Confidence, Assertive Training

PENDAHULUAN

Istilah konseling merupakan bekerja dengan bertemu banyak orang yang berkaitan dengan pengembangan diri, dukungan terhadap krisis, psikoterapis, bimbingan atau pemecahan masalah. Konseling mempunyai tugas ialah memberi peluang bagi klien untuk mendalami, menjumpai, dan menjelaskan cara hidup lebih memuaskan dan bijak ketika menjumpai sesuatu.

Konseling bererti hubungan profesional antara konselor terlatih dan klien. Hubungan ini biasanya bersifat individual, meskipun kadang lebih dari satu orang terlibat.

Konseling dirancang untuk membantu klien dalam memahami dan megklasifikasikan wawasan mereka tentang kehidupan, serta untuk menolong mengapai tujuan penentuan diri (*self-determination*) mereka dengan cara pilihan yang telah diinformasikan dengan baik serta bermanfaat untuk mereka serta, dengan cara memecahkan masalah emosional atau karakter interpersonal.

Dalam jangka waktu yang pendek ataupun yang panjang konseling bisa terjadi, mengambil tempat baik di setting organisasional maupun pribadi dan dapat atau tidak dapat bersingungan dengan problem kesehatan pribadi yang bersifat praktis ataupun medis. konseling ialah sebuah



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA
UNIT PELAKSANA TEKNIS PERPUSTAKAAN

Jln. Meurandeh Kota Langsa Provinsi Aceh
Telepon. (0641) 425139 Faksimili. (0641) 425129 Surel : info@iainlangsa.ac.id
Website : <http://iainlangsa.ac.id>

pekerjaan yang paling dicari oleh orang ketika mereka berada saat situasi tertekan ataupun saat kebingungan, yang memiliki keinginan untuk berdiskusi dan menyelesaikan semua itu dalam sebuah hubungan yang lebih terkontrol dan lebih pribadi daripada pertemanan, dan mungkin lebih simpatik/lebih bermakna dibandingkan dengan hubungan pertolongan dalam praktik medis tradisional atau fasilitas kesehatan mental.

Biasanya konseling dilakukan untuk menangani korban-korban bullying, Konseling biasanya terjadi dalam penanganan korban bullying. Bullying secara konseptual dapat diartikan sebagai suatu bentuk kegiatan yang di dalamnya terdapat kekuatan atau ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku intimidasi (bully/bully) dan korban (victim), dan biasanya pelaku intimidasi. memiliki kekuatan/kekuatan yang lebih besar dari korban. Dalam Bahasa Inggris, bullying berasal dari kata bully maksudnya ialah menggertak atau mengganggu orang yang lemah.(Wisnu Sri Hertinjung,2013). Bullying dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia merupakan sesuatu bentuk penindasan, intimidasi, pelecehan ataupun meintimidasi melalui memakai kekerasan, ancaman, atau paksaan untuk mengeksploitasi atau mengintimidasi orang lain(Komala Sari 2020).

Jika perlakuan kejam (bully) ini sering terjadi disekolah, dan apabila bully berlangsung selama bertahun-tahun maka dapat mempengaruhi kepribadian dan tingkah laku anak yang menjadi korban.

Kepercayaan diri sangat penting bagi korban bullying untuk membentuk identitas. Kepercayaan diri ialah sumber terpenting dalam perkembangan realisasi diri. Orang yang memahami diri mereka sendiri maka mereka akan meningkatkan kepercayaan dirinya. Namun jika tidak demikian maka keraguan pada diri sendiri akan menghalangi

kemampuan seseorang untuk berkembang(Ayu and Muhid 2021). Problem yang akan terjadi apabila ketika anak tidak percaya diri untuk melawan atau menyampaikan pemikirannya ketika dibully maka anak tersebut akan depresi, rendah diri, cemas, paranoid (curiga tanpa alasan), sikap agresif, mengakhiri hidupnya.

Maka korban bully harus percaya diri untuk mengungkapkan emosionalnya, untuk melatih kepercayaan diri tersebut korban bisa mengikuti bimbingan-bimbingan konseling salah satunya ialah dengan metodelatihan asertif. Latihan asertif merupakan suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, rasakan dan dipikirkan terhadap orang lain namun harus tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang tersebut.

Berdasarkan observasi yang dilakukan dikelas VA SDIT Darul Muklishin Aceh Tamiang pada tanggal 5 sampai tanggal 16 september 2022 diketahui beberapa permasalahan terkait dengan bullying dan rasa kepercayaan diri siswa. Berdasarkan fakta yang terjadi dilapangan menunjukkan bahwa perilaku bullying kerap terjadi, misalnya seperti mengejek nama orang tua, mengejek kekurangan satu sama lain, bahkan ada yang sampai dikucilkan atau dimusuhi oleh sebagian besar teman-temannya dalam waktu yang cukup lama.

Faktor yang menyebabkan timbulnya masalah-masalah diatas adalah kurangnya rasa percaya diri siswa dalam mengungkapkan asertifnya, siswa juga kurang percaya diri dengan kemampuannya.

Berdasarkan permasalahan diatas perlu dicari solusi untuk mengatasi rasa kepercayaan diri siswa tersebut, salah satunya adalah dengan latihan asertif untuk korban bullying. Latihan asertif ini diberikan kepada orang-orang yang mengalami kecemasan, tidak



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA
UNIT PELAKSANA TEKNIS PERPUSTAKAAN**

Jln. Meurandeh Kota Langsa Provinsi Aceh
Telepon. (0641) 425139 Faksimili. (0641) 425129 Surel : info@iainlangsa.ac.id
Website : <http://iainlangsa.ac.id>

mampu membela dirinya, terlalu lemah, membiarkan orang lain melecehkan dirinya, tidak mampu mengekspresikan kemarahannya dengan benar dan mudah tersinggung.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul “Konseling dengan Latihan Asertif untuk Menstimulus Kepercayaan Diri Siswa”. Harapan penelitian ini agar para korban bullying dalam meningkatkan kepercayaan dirinya.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif untuk menggambarkan dan mendeskripsikan suatu fenomena secara sistematis dan akurat. (Fiantik, Wasil, M. 2022) Dalam pemelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data yang akan digunakan oleh ialah wawancara dan observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Bully

Di zaman sekarang ini, kebobrokan moral merupakan masalah yang sering terjadi di kalangan pelajar. Salah satunya adalah kekerasan dalam pendidikan, seperti bullying. Bullying adalah suatu bentuk kekerasan terhadap anak yang dilakukan oleh teman sebaya kepada seorang (bawahan) atau yang lebih lemah (anak) untuk mendapatkan keuntungan atau kepuasan tertentu. (Situmeang et al. 2022)

Sejiwa dalam Matraisa menjelaskan bahwa dampak psikologis bullying yang paling ekstrim adalah munculnya gangguan psikologis seperti kecemasan yang berlebihan, rasa takut, depresi, dan keinginan untuk bunuh diri serta munculnya gejala stress pasca trauma. Kekacauan. (Matraisa 2014)

Bullying menurut Olweus dalam Sri rejeki adalah perilaku negatif yang dilakukan secara berulang-ulang dan bermaksud menimbulkan ketidaksenangan atau rasa sakit oleh orang lain (satu atau beberapa orang) secara langsung terhadap seseorang yang tidak mampu melawannya. (Rejeki 2016)

Menurut Barbara Coloroso dalam muzdalifah, jenis-jenis bullying terbagi menjadi empat jenis, yaitu sebagai berikut:

- A. Penindasan verbal
- B. Penindasan fisik
- C. Penindasan relasional
- D. Penindasan elektronik. (Muzdalifah 2020)

2. Kepercayaan diri

Keyakinan adalah keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, optimis, obyektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis dalam memecahkan dan menghadapi masalah dalam keadaan yang sebaik-baiknya sehingga dapat memberikan sesuatu dan diterima oleh orang lain dan lingkungannya. Menurut susilawati dalam Rida dan Abdul Faktor dukungan sosial tersebut sangat berpengaruh bagi mendukung kepercayaan diri pada korban bullying. . (Ayu and Muhid 2021)

Lauster dalam Maria Adelina menyatakan bahwa t: “Kepercayaan diri sangat berkaitan dengan kepribadian, perkembangan, dan stabilitas psikologis. Kepercayaan diri juga terkait dengan kesejahteraan, kebahagiaan. Sedangkan tingkat kepercayaan diri yang



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA
UNIT PELAKSANA TEKNIS PERPUSTAKAAN**

Jln. Meurandeh Kota Langsa Provinsi Aceh
Telepon. (0641) 425139 Faksimili. (0641) 425129 Surel : info@iainlangsa.ac.id
Website : <http://iainlangsa.ac.id>

rendah meningkatkan kemungkinan seseorang akan menghadapi risiko kecemasan, ketegangan, dan depresi". (Adelina 2017)

Ghufron dalam Gus dan Awalya menjelaskan kepercayaan diri sebagai keyakinan untuk melakukan sesuatu bagi subjek sebagai ciri pribadi yang didalamnya terdapat keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, bersifat optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis. Artinya individu yang memiliki kepercayaan diri akan memandang kelemahan sebagai hal yang wajar yang dimiliki setiap individu, karena individu yang percaya diri akan menjadikan kelemahannya sebagai motivasi untuk mengembangkan kelebihanannya dan tidak akan membiarkan kelemahan tersebut menjadi hambatan dalam mengaktualisasikan kelebihanannya. (Ayu and Muhid 2021)

3. Latihan Asertif

Lloyd dalam cucunya menyatakan bahwa ada beberapa ciri asertif, antara lain: a) mampu berkata tidak dengan santun dan tegas, individu mampu berkata tidak ketika ada keinginan dari orang lain atau pandangnya, b) mampu mengungkapkan perasaan jujur, individu tidak mengingkari perasaan atau keinginannya terhadap orang lain. realistis, individu tidak melebih-lebihkan, meminimalkan hal, c) individu akan berbicara sesuai dengan kenyataan dan jujur dengan orang lain, dan d) mampu mengungkapkan preferensi dan prioritas, individu tidak menunda apa pun untuk bergaul dengan siapa pun dan individu akan mengungkapkan prioritas atau preferensi tanpa merasa tertekan. (Arumsari 2017)

Menurut Kadek et al. Pelatihan asertif adalah salah satu dari banyak topik yang relatif populer dalam terapi perilaku. Pelatihan

asertif akan membantu orang yang kesulitan mengungkapkan kasih sayang dan tanggapan positif lainnya, merasa tidak berhak memiliki perasaan dan pikirannya sendiri. Pendekatan ini dilakukan dengan menggunakan metode role play. Siswa diberikan bimbingan dengan menunjukkan bagaimana dan kapan siswa dapat kembali ke perilaku semula, tidak asertif, dan memberikan pedoman untuk memperkuat perilaku self-affirming yang baru diperolehnya melalui role play dengan skenario dimana diharapkan tindakan siswa yang memiliki pembelajaran rendah kedisiplinan dapat mengubah perilakunya ke arah yang lebih baik atau dalam kaitannya dengan penelitian ini diharapkan siswa dapat meningkatkan kedisiplinan dalam belajar. (Dani, Suarni, and Sulastri 2013)

Pembahasan

Perlakuan *bullying* telah terjadi kepada salah satu siswa kelas VA SDIT Darul Mukhlisin Aceh Tamiang yang berinisial FH. FH mengalami *bullying* verbal dari temannya. Setelah peneliti mengetahui adanya *bullying* yang terjadi, tindakan selanjutnya yang akan dilakukan peneliti ialah mewawancarai pelaku dan korban *bullying* sebelum penerapan latihan asertif dilakukan. Peneliti ingin mengetahui apakah terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah latihan asertif diterapkan, dengan kata lain peneliti ingin mengetahui apakah latihan asertif dapat menstimulus kepercayaan diri korban atau tidak. Dibawah ini ialah hasil wawancara kepada korban *bullying* sebelum latihan asertif diterapkan.

Dalam menstimulus kepercayaan diri, aspek yang harus dipastikan ialah keyakinan.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA
UNIT PELAKSANA TEKNIS PERPUSTAKAAN**

Jln. Meurandeh Kota Langsa Provinsi Aceh
Telepon. (0641) 425139 Faksimili. (0641) 425129 Surel : info@iainlangsa.ac.id
Website : <http://iainlangsa.ac.id>

Keyakinan yang dimaksud berupa kepercayaan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan sebuah masalah. Korban bullying yang berinisial FH mengatakan bahwa, pada saat kondisi tertentu dia merasa kurang yakin dengan kemampuannya terlebih lagi dalam menyelesaikan masalah.

Peneliti melihat bahwa FH merasa yakin akan kemampuannya, jika keberadaannya diterima atau dikawani oleh teman-teman dan lingkungannya. Seperti contoh saat pembelajaran sedang berlangsung, FH berani dalam menyampaikan pendapatnya, bahkan dia sering bertanya jika dia tidak mengerti pembelajaran yang guru sampaikan.

Tetapi pada Saat FH dijauhi atau tidak dikawani dengan lingkungannya, dia merasa tidak yakin dengan kemampuannya, apalagi saat menyelesaikan masalah. Dapat dilihat pada saat dia menjadi korban bullying, dia cenderung diam dan enggan menyampaikan pendapatnya saat pembelajaran sedang berlangsung.

Selain aspek keyakinan, objektif juga dinilai untuk menstimulus kepercayaan diri korban. Maksud dari objektif ialah bagaimana sikap korban bullying jika dihadapkan dengan berbagai masalah dan perbedaan. FH mengatakan bahwa jika dia dihadapkan dengan masalah ataupun perbedaan dia cenderung diam dan bingung.

Padahal sebelum dia menjadi korban bullying, dia bisa menerima berbagai perbedaan yang ada dan mampu bersikap objektif. Tetapi disaat dia menjadi korban bullying, FH cenderung bingung dalam menghadapi perbedaan tersebut, FH juga takut untuk mengambil sebuah tindakan. Seperti disaat pembelajaran diskusi sedang berlangsung, FH bisa menerima perbedaan

pendapat yang terjadi saat itu. Namun setelah dia menjadi korban bullying, dia merasa bingung dan takut akan hal itu.

Korban bullying seharusnya dapat bertanggung jawab, serta bisa menerima dampak apa yang akan terjadi dalam setiap tindakan yang diambil. Dalam hal ini FH mengatakan bahwa terkadang dia bingung untuk mengambil sebuah tindakan dan dia takut kalau dampak yang akan terjadi membuat dia semakin tidak percaya diri.

Pada saat FH menjadi korban bullying, dia sering takut kalau disalahkan atas perbuatan dan tindakan yang telah dia lakukan. Karena peneliti melihat bahwa dia selalu merasa diawasi dan ditekan oleh lingkungannya. Padahal sebelum dia menjadi korban bully, dia selalu bisa menerima dampak dari segala sesuatu yang telah dia lakukan.

Optimis juga menjadi salah satu aspek yang akan dinilai dalam menstimulus kepercayaan diri korban bullying. Optimis yang dimaksud ialah, korban mampu berkomunikasi dan bersosialisasi dengan lingkungannya. FH mengatakan bahwa dia berani untuk bersosialisasi dan berkomunikasi dengan teman-temannya, tetapi jika pada situasi tertentu saat teman-temannya menjauhi dan tidak berteman dengannya, dia menjadi takut. Kerena pada situasi seperti ini peneliti melihat teman-teman FH sering bersikap dingin terhadap FH bahkan mereka melihat FH dengan tatapan tajam.

Korban bullying seharusnya mampu berfikir rasional dan realisti, maksudnya ialah korban bisa berfikir logis jika dihadapkan dengan sebuah masalah. FH mengatakan bahwa jika dia dihadapkan dengan kondisi seperti tadi, dalam pikiran dia adalah sedih



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA
UNIT PELAKSANA TEKNIS PERPUSTAKAAN**

Jln. Meurandeh Kota Langsa Provinsi Aceh
Telepon. (0641) 425139 Faksimili. (0641) 425129 Surel : info@iainlangsa.ac.id
Website : <http://iainlangsa.ac.id>

dan takut, dia tidak mampu berfikir untuk mencari jalan keluarnya, makanya dia sering menceritakan semua kejadian kepada orang tuanya, lalu mereka membantu saya dalam mencari jalan keluarnya.

Selain berfikir logis korban harus bisa menetralisasi ketegangan dalam setiap kondisi, FH mengatakan bahwa dia cenderung diam dalam menetralisasi ketegangannya. Saat lingkungan disekolah menerima dan berteman dengannya, FH mampu mengatasi ketegangannya dengan cara diam dan menarik nafas sedalam-dalamnya karena menghirup udara segar dapat membuat dia lebih rileks sehingga bisa menjadi cara menenangkan ketegangannya

Dari hasil wawancara di atas, tindakan selanjutnya yang akan dilakukan oleh peneliti ialah menerapkan latihan asertif. Sesi pertama yang akan dilakukan latihan asertif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa adalah siswa dibiarkan untuk bercerita tentang segala sesuatu yang dialami dirinya tanpa mengorbankan orang lain untuk kepentingan diri sendiri.

Sesi kedua, siswa diajak untuk menonton sebuah video tentang bullying yang berjudul "melawan perundungan". Setelah penayangan video, peneliti menanyakan kepada korban siapakah pembully dan korban bully dalam video tersebut. keberanian peserta untuk mengemukakan pendapat merupakan praktek secara langsung menggunakan komunikasi asertif. Dengan tidak menyangkal hak-hak orang lain yang sedang berpendapat apabila tidak sesuai dengan pemikiran pribadi. Sehingga, peserta mampu mempromosikan kesetaraan dalam hubungan manusia dengan menjalin kerjasama dengan orang lain. Kemudian FH menjawab bahwa Jono adalah

seorang pembully dan Okto seorang korban bully.

Peneliti kembali bertanya, permasalahan apa yang dihadapi oleh okto. Tujuan peneliti menanyakan hal tersebut agar korban mengetahui dan memahami permasalahan yang dihadapi okto. FH mengatakan bahwa okto dibully oleh temannya yang bernama jono, jono terus-menerus mengganggu okto, sedangkan okto hanya diam saja saat dibully oleh jono, karena okto takut untuk melawan jono yang berbadan besar.

Setelah peneliti mengetahui bahwa korban FH sudah memahami permasalahan yang dihadapi okto, lalu peneliti bertanya, apa tindakan atau solusi yang seharusnya diambil okto agar jono tidak membullynya lagi. FH berpendapat bahwa okto harus berani melawan jono, kalau okto tetap diam dan tidak berani melawan jono maka jono akan terus-menerus membully okto.

Kemudian peneliti membenarkan dan mengapresiasi perkataan FH yang bertujuan agar FH semakin percaya diri dalam mengungkapkan pendapatnya dihadapan umum. Setelah FH merasa percaya diri, lalu peneliti kembali bertanya kepada FH, jika kamu berada diposisi okto apakah kamu akan diam saat dibully atau kamu akan melawan pembully tersebut. Dia mengatakan, kalau dia berada diposisi okto dia akan melawan sipembully tersebut.

Setelah penayangan video, peneliti menyampaikan feedback dan penguatan atau motifasi agar mereka terus semangat dan melawan yang namanya perundungan. Peneliti menyampaikan apabila ada yang menjadi korban bully, maka mereka harus berani membela diri jika dihadapkan pada situasi yang tidak menyenangkan dan banyak



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA
UNIT PELAKSANA TEKNIS PERPUSTAKAAN**

Jln. Meurandeh Kota Langsa Provinsi Aceh
Telepon. (0641) 425139 Faksimili. (0641) 425129 Surel : info@iainlangsa.ac.id
Website : <http://iainlangsa.ac.id>

tekanan. Pada tahapan seperti inilah peneliti menstimulus kepercayaan diri korban bully.

Kegiatan terakhir, yaitu memberikan feedback secara keseluruhan. Peneliti memberikan masukan kepada peserta serta memberikan penguatan positif atas perilaku yang tampak. Lalu dilanjutkan dengan doa dan menutup kegiatan. (Wikhayah and Abdullah 2021)

Latihan asertif untuk menstimulus kepercayaan diri korban melalui penayangan video, sudah mendapatkan hasil yang cukup memuaskan. Untuk membuktikannya, peneliti membuat lembar observasi terhadap korban setelah latihan asertif diterapkan. Peneliti mengobservasi korban setelah beberapa hari latihan asertif diterapkan.

Selepas penayangan video, saat pukul 14.00 FH dan JSH diarahkan ke sebuah ruangan yang didalamnya sudah ada wali kelas, guru bidang kesiswaan, dan orangtua mereka masing-masing. Pihak sekolah mendamaikan atau saling memaafkan antara JSH dan FH, bahkan pihak sekolah juga mendamaikan kedua orangtua mereka, yang bertujuan agar tidak ada lagi perselisihan antara satu sama lain.

Keesokan harinya, FH dan JSH sudah mulai saling berbicara atau sudah mulai berteman. Namun mereka masih sedikit sungkan atau malu-malu untuk memulai pembicaraan. FH juga mulai yakin dan percaya diri dalam melakukan sesuatu, serta ia dapat mengatasi ketegangannya.

Hari selanjutnya, peneliti mulai mengobservasi FH atau korban bully. Dari hasil observasi, peneliti melihat bahwa FH sudah yakin akan kemampuan dirinya untuk memilih cara yang tepat dalam menyelesaikan sebuah masalah, karena lingkungannya sudah menerima dia. Seperti pada saat FH mampu

untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi sulit. Bersikap seperti ini adalah salah satu elemen penting dari kepercayaan diri yang baik.

FH juga sudah bersikap objektif ketika dihadapkan dengan masalah, seperti ketika ia lupa membawa buku cetak pelajaran. Ia menenangkan dirinya terlebih dahulu, lalu ia menganbil tindakan dengan menyampaikan kepada guru bahwa ia lupa membawa buku tersebut. FH juga dapat menerima dan berikap toleransi jika dihadapkan dengan berbagai perbedaan. Kemudian dari contoh tersebut, FH bertanggung jawab dan berani menerima kosekuensi yang guru berikan. Bahkan peneliti melihat FH bisa bertindak mandiri dalam mengambil keputusan tersebut.

Saat pembelajaran sedang berlangsung, FH bersikap optimis bahkan memiliki kemampuan komunikasi dan bersosialisasi. Seperti ketika guru memerintahkan untuk membuat kelompok diskusi, FH mampu mencari atau bergabung kepada teman-temannya untuk membentuk sebuah kelompok. Ia juga mampu untuk berkomunikasi dan mengemukakan pendapatnya tentang diskusi tersebut dengan rasa percaya diri. Walaupun terkadang pendapat FH dibantah oleh temanya, tetapi ia mampu bersikap rasional dan realistis.

Peneliti juga meminta wali kelas yang berinisial NY untuk mengisi lembar observasi dan melihat perkembangan FH setelah latihan asertif diterapkan dari kasus bully yang menimpangnya. Beliau melihat bahwa FH sudah mulai memberikan atau menunjukkan sikap yang positif dari pada sebelumnya. Ia melihat FH percaya diri dalam menghadapi sebuah masalah, ia juga berani mengungkapkan perasaannya kepada lawan bicarannya dengan cara yang sopan.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA
UNIT PELAKSANA TEKNIS PERPUSTAKAAN**

Jln. Meurandeh Kota Langsa Provinsi Aceh
Telepon. (0641) 425139 Faksimili. (0641) 425129 Surel : info@iainlangsa.ac.id
Website : <http://iainlangsa.ac.id>

Tidak hanya walikelas yang diminta peneliti untuk mengisi lembar observasi tersebut, akan tetapi peneliti juga meminta guru bidang kesiswaan untuk melihat perkembangan FH. Hasil dari observasi guru bidang kesiswaan, tidak jauh beda dengan hasil observasi yang didapatkan oleh peneliti dan walikelas. GR melihat FH sudah lebih baik dari pada sebelumnya, ia melihat bahwa FH sudah bersikap yakin, obyektif, bertanggung jawab, optimis, rasional dan realistis jika menghadapi sebuah masalah.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai konseling dengan latihan asertif untuk menstimulus kepercayaan diri siswa maka dapat disimpulkan bahwa latihan asertif dapat menstimulus kepercayaan diri korban, ia sudah yakin dan percaya diri dengan kemampuannya dalam menghadapi sebuah masalah, ia juga dapat mengatasi ketegangan yang ia rasakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelina, Maria. 2017. "Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Penguasaan Kosakata Terhadap Keterampilan Berbicara Bahasa Inggris Siswa." *SAP (Susunan Artikel Pendidikan)* 1 (3): 344–53. <https://doi.org/10.30998/sap.v1i3.1279>.
- Arumsari, Cucu. 2017. "Strategi Konseling Latihan Asertif Untuk Mereduksi Perilaku Bullying." *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research* 1 (1): 31–39. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling.
- Ayu, R, and A Muhid. 2021. "Pentingnya Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan

Diri Penyintas Bullying: Literature Review." *Tematik* 3 (2): 245–51.

Dani, Ni Kadek Ita Purnama, Ni Ketut Suarni, and Ni Made Sulastri. 2013. "Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Belajar Siswa Kelas X Sma Laboratorium Undiksha Tahun 2012/2013." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 1 (1): 2. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/772>.

Fiantik, Wasil, M., dan Jumiyati. 2022. "Metodologi Penelitian Kualitatif." In . Padang: PT Global Eksekutif Teknologi.

Hertinjung, Wisnu Sri. 2013. "Bentuk-Bentuk Perilaku Bullying Di Sekolah Dasar." *Seminar Nasional Psikologi UMS 2013 - Parenting* 53 (9): 450–58. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/handle/11617/3952>.

Komala Sari, Siti. 2020. "Pengaruh Perilaku Bullying Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas Viii Mts Esa Nusa Islamic School Binong - Tangerang." *JM2PI: Jurnal Mediakarya Mahasiswa Pendidikan Islam* 1 (2): 328–38. <https://doi.org/10.33853/jm2pi.v1i2.120>.

Matraisa, Bara Asie Tumon. 2014. "Studi Deskriptif Perilaku Bullying Pada Remaja Matraisa Bara Asie Tumon" 3 (1): 1–17.

Muzdalifah. 2020. "Bullying." *Al-Mahyra [Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Keilmuan]* 1 (1): 1–6.

Rejeki, Sri. 2016. "Pendidikan Psikologi Anak "Anti Bullying" Pada Guru-Guru PAUD." *Dimas: Jurnal Pemikiran*



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA
UNIT PELAKSANA TEKNIS PERPUSTAKAAN**

Jln. Meurandeh Kota Langsa Provinsi Aceh
Telepon. (0641) 425139 Faksimili. (0641) 425129 Surel : info@iainlangsa.ac.id
Website : <http://iainlangsa.ac.id>

Agama Untuk Pemberdayaan 16 (2): 235.
<https://doi.org/10.21580/dms.2016.162.1091>.

Situmeang, Ampuan, Listia Nurjanah, Michelle Winovsky, Claudia Christina, Jackie Rosana, Viona Eka Putri Desmond, and Vivian Frederica. 2022. "Hentikan Bullying Dan Hate Speech Di Kalangan Pemuda Di SMA K Yos Sudarso Batam." *National Conference for Community Service Project (NaCosPro)* 4 (1): 522–28.

Wikhayah, Amien, and Sri Muliati Abdullah. 2021. "The Effect Of Assertiveness Training On Self-Confidence Of Adolescents With Divorced Parents." *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 23 (2): 186–94.