



## **Upaya Meningkatkan Resiliensi Siswa Korban *Bullying* Melalui Layanan Konseling Individual di SMA Negeri 1 Padang Bolak**

**Widya Safitri Harahap<sup>1\*</sup>, Fauziah Nasution<sup>2</sup>, Akmal Walad Ahkas<sup>3</sup>**

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia  
Jalan Williem Iskandar Pasar V Medan Estate, 20371

Email: [widyasafitriharahap12@gmail.com](mailto:widyasafitriharahap12@gmail.com)

*Corresponding Author:* Widya Safitri Harahap

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana upaya meningkatkan resiliensi siswa korban bullying melalui layanan konseling individu di SMA Negeri 1 Padang Bolak Kabupaten Padang Lawas Utara.

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK) dengan pendekatan kualitatif deksriptif, yang dilakukan oleh peneliti dengan mempertimbangkan latar belakang masalah yang terjadi. Adapun subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI MIA-2 SMA Negeri 1 Padang Bolak yang mendapatkan layanan konseling individual dengan tema bullying. Adapun teknik pengumpulan data berupa angket, observasi dan dokumentasi.

Pelaksanaan konseling individual yang dilakukan untuk meningkatkan resiliensi siswa korban bullying melalui layanan konseling individual di kelas XI MIA-2 SMA Negeri 1 Padang Bolak mengalami peningkatan dari tiap-tiap tindakan yang dilakukan. Pada tindakan siklus I terjadi peningkatan orang siswa, Namun 24 siswa tidak terjadi peningkatan proses resilensi siswa, sehingga pada siklus I belum mencapai target 75% dan hanya mencapai 22,6%. Kemudian pada siklus II berdasarkan hasil penilaian observasi dan penyebaran instrumen dan diketahui bahwa terjadi peningkatan resilensi siswa korban bully pada 24 orang siswa dan 1 siswa tidak terjadi peningkatan, sehingga pada siklus II sudah mencapai target 77,4% .

Kata Kunci: Bimbingan Konseling Individual, *Bullying*

### **ABSTRACT**

*This study aims to find out how efforts to increase the resilience of students who are victims of bullying through individual counseling services at SMA Negeri 1 Padang Bolak, North Padang Lawas Regency.*

*This type of research is guidance counseling action research (PTBK) with a descriptive qualitative approach, which was conducted by researchers taking into account the background of the problems that occur. The subjects of this study were students of class XI MIA-2 SMA Negeri 1 Padang Bolak who received individual*

*counseling services with the theme of bullying. The data collection techniques are in the form of questionnaires, observation and documentation.*

*The implementation of individual counseling which was carried out to increase the resilience of students who were victims of bullying through individual counseling services in class XI MIA-2 SMA Negeri 1 Padang Bolak experienced an increase from each action taken. In the first cycle of action there was an increase in student numbers, but 24 students did not increase the student resilience process, so that in cycle I the target of 75% was not reached and only 22.6% reached. Then in cycle II based on the results of the observation assessment and distribution of instruments and it was found that there was an increase in the resilience of students who were bullied victims to 24 students and 1 student there was no increase, so that in cycle II the target was 77.4%.*

*Keywords: Individual Guidance Counseling, Bullying*

## **Pendahuluan**

Dewasa ini banyak kita jumpai kasus kekerasan yang terjadi pada anak usia sekolah yang sangat memprihatinkan bagi dunia pendidikan. Sekolah yang seharusnya menjadi tempat untuk menimba ilmu serta membantu membentuk kepribadian yang positif ternyata dijadikan tempat untuk pem-bullyan. Smith dan Salsabiela (2010:13) mendefinisikan *bullying* sebagai suatu perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang oleh individu atau kelompok yang memiliki kekuatan kepada individu yang lemah dengan tujuan menyakiti individu tersebut, yaitu dengan menciptakan suasana-suasana yang tidak menyenangkan bagi korban, bahkan dilakukan tanpa adanya alasan dan tujuan untuk menyakiti individu lain dan membuatnya tertekan.

Fenomena *bullying* ibarat fenomena gunung es yang nampak “kecil” di permukaan, namun menyimpan berjuta permasalahan yang sebagian besar di antaranya tidak mudah ditangkap oleh mata orang tua ataupun guru (Hidayati, 2012:43). (River, Poteat, Noret & Ashurst, 2009:211) mengemukakan *bullying* adalah bagian dari kehidupan sehari-hari sebagian besar siswa di sekolah, korban intimidasi atau bullying memiliki dampak negatif yaitu terkait kesehatan mentalnya. Sedangkan menurut Juan dan Fernando *bullying* adalah masalah di sekolahan yang secara tidak langsung semua pihak sekolah terlibat di dalamnya dan mempengaruhi siswa lain di sekolah.

Salah satu fenomena yang menyita perhatian dunia pendidikan pada saat ini adalah kekerasan di sekolah, baik yang dilakukan oleh guru terhadap siswa, maupun oleh siswa terhadap siswa lainnya. Seperti yang kita lihat bersama, maraknya aksi kekerasan (*bullying*) yang dilakukan oleh siswa disekolah semakin banyak menghiasi deretan berita di halaman media cetak maupun elektronik menjadi bukti telah tercerabutnya nilai-nilai kemanusiaan pada peserta didik akhir-akhir ini. Tentunya kasus-kasus kekerasan tersebut tidak hanya mencoreng citra pendidikan yang selama ini dipercaya oleh banyak kalangan sebagai buah tempat dimana proses humanisasi berlangsung, tetapi juga menimbulkan pertanyaan, bahkan gugatan dari berbagai pihak yang semakin kritis mempertanyakan esensi pendidikan di sekolah dewasa ini.

Wang, Iannotti dan Nansel (2009:368-375) berpendapat *bullying* di sekolah merupakan perilaku bermasalah di kalangan remaja, yang sangat berpengaruh terhadap prestasi sekolah, keterampilan prososial, dan kesejahteraan psikologis bagi korban dan pelaku. Individu yang mengalami intimidasi pada masa kanak-kanak

cenderung memiliki gangguan kesehatan mental, kecemasan, depresi, gangguan perilaku dan penggunaan zat terlarang (Smokowski dan Kopasz, 2004:101).

Resiliensi atau ketahanan merupakan kemampuan untuk menunjukkan hasil yang positif dalam situasi yang tidak menguntungkan dan pengalaman hidup yang menantang, atau bisa dikatakan kemampuan seseorang, dan dengan kemampuan tersebut seseorang akan dapat bertahan dan berkembang dengan baik dalam situasi yang kurang menguntungkan dan penuh dengan tekanan. Sapouna dan Wolke (2013:997) mengemukakan ada tujuh karakteristik utama yang dimiliki oleh individu yang resilien. Karakteristik-karakteristik inilah yang membuat individu mampu beradaptasi dengan baik saat menghadapi masalah, mengatasi berbagai hambatan, serta mengembangkan potensi yang dimilikinya secara maksimal, yaitu: Insight, Kemandirian, Hubungan, Inisiatif, Kreativitas, Humor, Moralitas.

Resiliensi anak korban *bullying* di sekolah merupakan ketahanan individu (siswa) terhadap intimidasi yang didapat. Siswa yang dapat bertahan, memiliki pertahanan dalam dirinya, memiliki perkembangan yang positif meski mendapatkan perlakuan yang tidak baik dari teman-temannya. Ketahanan dalam diri individu tidak lepas dari komunikasi yang baik dengan orang tua. Dengan adanya komunikasi yang baik, anak akan mudah menceritakan hal-hal yang terjadi dalam dirinya, sehingga orang tua akan memberikan dukungannya dan anak akan memiliki ketahanan diri.

Seperti yang terjadi di SMA Negeri 1 Padang Bolak berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa terdapat beberapa orang siswa mengejek/mengolok-olok siswa lain secara berulang, mengancam siswa lain, bahkan memalak siswa lain. Kejadian ini membuat korban *bullying* secara psikologis mengalami trauma untuk sekolah, sehingga atas kejadian ini perlu upaya guru BK dalam menumbuhkan resiliensi siswa korban *bullying*, agar mereka bisa tetap menjalankan kehidupannya dengan maksimal.

Siswa-siswi korban *bullying* bisa saja menjadi individu yang bangkit dari masalah yang dialaminya jika ia memiliki resiliensi. Pidgeon, Rowe, Stapleton, Magyar, dan Lo (2014:14) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan untuk merespon permasalahan dengan baik, kemampuan untuk berhasil dalam menghadapi kesengsaraan, serta mampu untuk memiliki harapan yang lebih dalam keadaan kesulitan. Penting bagi siswa korban *bullying* memiliki resiliensi agar mereka dapat lepas dari dampak *bullying* yang dialaminya.

Oleh sebab itu peneliti sangat tertarik untuk meneliti Upaya Meningkatkan Resiliensi Siswa Korban *Bullying* Melalui Layanan Konseling Individu di SMA Negeri 1 Padang Bolak Kabupaten Padang Lawas Utara.

## Metode

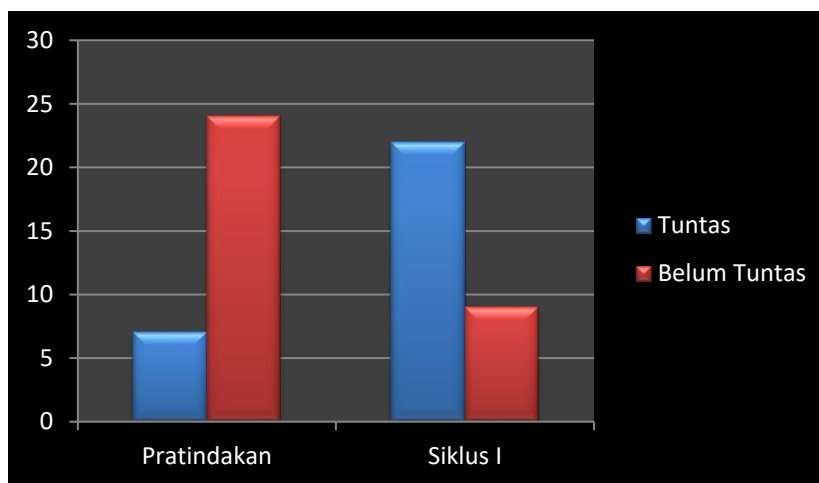
Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan (*Action Research*), karena penelitian ini dilaksanakan dengan tahapan mempelajari suatu permasalahan di dalam kelas, kemudian ditindak lanjuti dengan penerapan suatu tindakan kemudian direfleksi, dianalisis dan dilakukan penerapan kembali pada siklus siklus berikutnya. Tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah layanan konseling kelompok.

Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) sebenarnya merupakan sesuatu yang diadopsi dari Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Para ahli-ahli penelitian khususnya di bidang pendidikan di Indonesia pada beberapa tahun terakhir ini nampaknya menaruh perhatian yang cukup besar pada PTK. Penelitian tindakan kelas pada dasarnya secara umum memiliki tujuan meningkatkan ataupun memperbaiki praktik suatu layanan yang semestinya sudah dilakukan oleh konselor. Hanya saja sejalan dengan cepatnya perkembangan jaman, maka PTBK semakin dianggap

penting untuk dilakukan, mengingat kegiatan penelitian ini cara yang strategis untuk konselor meningkatkan dan memperbaiki suatu layanan bimbingan dan konseling yang sebagai tugas profesi.

## Hasil dan Pembahasan

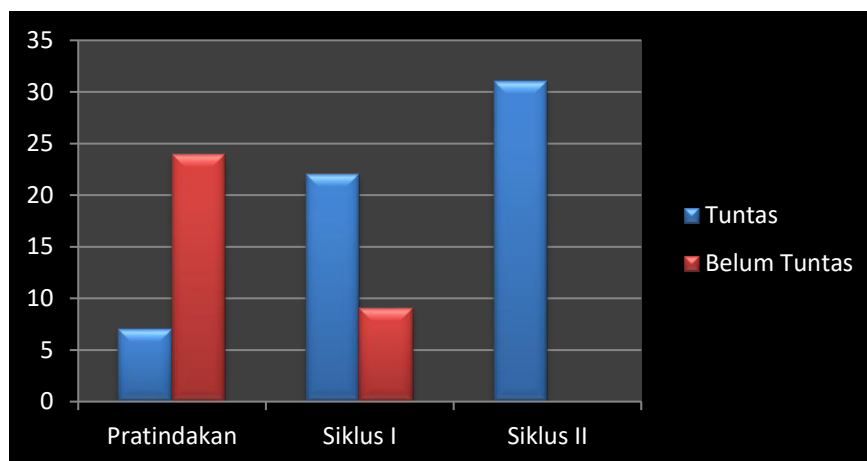
Berdasarkan survei awal yang dilakukan dari kegiatan pratindakan, diketahui bahwa ada dua permasalahan utama yang menyebabkan siswa tidak mencapai batas minimal resiliensi siswa korban *bullying*. Permasalahan pertama adalah “Rasa Percaya Diri yang Rendah” yang rendah menyebabkan siswa memiliki resiliensi siswa yang menjadi korban *bullying* di sekolah. Permasalahan kedua adalah Meningkatkan Resiliensi Siswa Korban *Bullying*. Bertolak dari hasil analisis itulah, peneliti berasumsi bahwa tindakan perlu dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut. Tahap pertama dari siklus I adalah perencanaan tindakan. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Senin 12 Juni 2023 di ruang Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 1 Padang bolak.



Gambar 1. Diagram Hasil Resiliensi Siswa Korban *Bullying* pada Siklus I

Perencanaan siklus II hampir sama dengan perencanaan pada siklus I. Perencanaan siklus II merupakan rencana perbaikan berdasarkan hasil refleksi pada siklus I. Berdasarkan hasil kegiatan diskusi bersama guru BK disepakati pula bahwa tindakan siklus II dilaksanakan selama dua kali pertemuan, yaitu pada hari Senin, 19 Juni 2023 dan Kamis, 22 Juni 2023.

Peneliti menampilkan materi tentang resiliensi siswa korban *bullying* dan peneliti meminta siswa untuk mengamati dan menanggapi sehingga memunculkan timbal balik antara peneliti dengan siswa. Peneliti memberikan bahan bacaan yang harus dibaca oleh siswa. Kemudian peneliti meminta siswa untuk menjawab pertanyaan yang telah disediakan oleh peneliti didalam selembor kertas serta membuat yang telah disampaikan, setelah siswa selesai kemudian peneliti meminta beberapa siswa untuk mejelaskan kembali hasil pekerjaannya, bila siswa yang belum mampu untuk menjelaskan kembali hasil pembahasan kemudian menuliskan resiliensi apa yang mereka dapatkan diselembor kertas untuk dijelaskan kembali. peneliti mengumpulkan hasil siswa dan menutup layanan dengan doa.



Gambar 2. Diagram Hasil Tes Resiliensi Siswa Korban *Bullying* Siklus II

Penelitian ini dilakukan mulai dari pratindakan, siklus I dan siklus II. Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan resiliensi siswa korban *bullying* melalui layanan konseling individual pada siswa Yasmara Fadiah Putri kelas XI MIA SMA Negeri 1 Padang Bolak. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa penelitian ini sudah mencapai kriteria keberhasilan. Berikut adalah pembahasan pelaksanaan meningkatkan resiliensi siswa korban *bullying* melalui layanan konseling individual.

Sebelum dilaksanakan diberikan layanan terlebih dahulu dilakukan pratindakan. Pratindakan dilakukan untuk mengetahui kondisi siswa sebelum dilakukannya tindakan. Hasil dari pratindakan menunjukkan bahwa resiliensi siswa korban *bullying* siswa masih kurang. Siswa mengalami kesulitan dalam memahami isi bacaan, hal ini ditunjukkan dengan nilai dan persentase ketuntasan siswa yang rendah. Siswa kesulitan dalam bersikap dan rasa kurang percaya diri.

Berdasarkan data yang diperoleh dari pratindakan, maka dilakukanlah penelitian tindakan resiliensi siswa korban *bullying* melalui layanan konseling individual yang diyakini dapat meningkatkan resiliensi siswa korban *bullying* siswa.

Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus. Setiap siklus dilakukan dalam dua pertemuan. Tindakan siklus I adalah awal pemberian layanan terhadap Yasmara Fadiah Putri siswa kelas XI MIA SMA Negeri 1 Padang Bolak. Metode ini belum pernah diterapkan di kelas ini sebelumnya, sehingga ini merupakan layanan yang baru dan asing bagi siswa. Pada siklus I layanan konseling individual sudah dilaksanakan dengan runtut dan baik, namun kurang maksimal. Oleh karena itu dalam tahap refleksi dilakukan diskusi untuk menentukan tindakan perbaikan kekurangan yang terjadi pada siklus I sehingga pada siklus II penggunaan layanan dapat dilaksanakan dengan lebih baik dan optimal.

Pembahasan di atas menunjukkan keberhasilan proses dalam penelitian ini. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya peningkatan proses resiliensi pada setiap pertemuan layanan konseling individual. Sementara itu, keberhasilan dalam penelitian ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan skor rata-rata Yasmara Fadiah Putri yang mencapai nilai indikator yang ditentukan. Pada pratindakan yang diikuti oleh siswa XI MIA dilakukan tes pratindakan untuk mengetahui resiliensi siswa korban *bullying* siswa sebelum dilakukannya tindakan. Hasil tes pratindakan tersebut menunjukkan nilai rata-rata sebesar 48,38. Siswa yang dinyatakan tuntas belajar sebanyak 7 siswa atau sebesar 22,6% dan siswa yang tidak tuntas belajar sebanyak 24 siswa atau sebesar 77,4%. Dan Nilai Yasmara Fadiah Putri memiliki capaian nilai tes resiliensi siswa

korban *bullying* terendah. Oleh karena itu, berdasarkan hasil tes pratindakan tersebut resiliensi siswa korban *bullying* siswa perlu ditingkatkan.

Hasil tes resiliensi siswa korban *bullying* pada siklus I menunjukkan bahwa kriteria keberhasilan belum tercapai. Kriteria keberhasilan produk dalam penelitian ini adalah adanya peningkatan skor rata-rata siswa dan 75% atau lebih dari jumlah siswa dapat mencapai nilai 70. Sedangkan pada siklus ini baru 70,9% siswa mencapai nilai 70. Oleh karena itu dilakukan siklus II dengan perbaikan yang dihasilkan dari tahap refleksi. Dari perbaikan-perbaikan tersebut memberikan dampak bagi siswa. Pada tes resiliensi siswa korban *bullying* siklus II nilai siswa mengalami peningkatan. Nilai rata-rata siswa pada siklus II mengalami peningkatan sebesar 29,1% dibandingkan dengan nilai rata-rata pratindakan menjadi 79,80. Selain itu siswa yang mencapai nilai 70 juga meningkat menjadi 100%.

Dari data yang diperoleh pada siklus II, penelitian ini dikatakan berhasil karena telah mencapai kriteria keberhasilan yang ditentukan, yaitu adanya peningkatan skor rata-rata dan 75% dari jumlah siswa yang mengikuti layanan mendapat nilai  $\geq 70$ . Berdasarkan pembahasan di atas dapat dilihat adanya peningkatan resiliensi siswa korban *bullying* dari sebelum dilakukannya tindakan sampai setelah dilakukannya tindakan siklus II. Hasil tes resiliensi siswa korban *bullying* setelah dilaksanakannya layanan konseling individual terus mengalami peningkatan dan menunjukkan bahwa layanan konseling individual efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa korban *bullying* siswa.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa resiliensi siswa korban *bullying* Yasmara Fadiah Putri kelas XI MIPA meningkat melalui layanan konseling Individual. Peningkatan hasil tes resiliensi siswa korban *bullying* siswa kelas XI MIA SMA Negeri Padang Bolak adalah sebagai berikut. Nilai rata-rata hasil tes resiliensi siswa korban *bullying* pada pratindakan mencapai 48,38, pada siklus I nilai rata-rata mencapai 72,54, dan pada siklus II nilai rata-rata mencapai 79,80. Presentase siswa yang mencapai indikator yang ditentukan atau presentase siswa yang mencapai nilai 70 pada pratindakan sebesar 22,6%, pada siklus I sebesar 70,9% dan pada siklus II sebesar 100%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa resiliensi siswa korban *bullying* melalui layanan konseling individual telah memenuhi indikator keberhasilan proses dan produk dalam penelitian ini. Sehingga penelitian ini dapat dikatakan berhasil.

## Saran

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas XI MIA SMA Negeri 1 Padang Bolak tahun ajaran 2023/2024 saran yang dapat diberikan adalah:

### 1. Bagi Siswa

Siswa dapat mempraktekkan dalam meningkatkan resiliensi siswa korban *bullying* terhadap sesama teman lainnya. Siswa harus aktif dan memperhatikan lingkungan pertemanannya dan saling membantu, sehingga dapat memahami materi yang disampaikan. Kebiasaan serta peduli dalam membantu teman perlu ditingkatkan agar lebih terlatih dalam meningkatkan resiliensi siswa korban *bullying* sehingga lebih mudah memahami dan menumbuhkan rasa percaya diri.

### 2. Bagi Guru

Guru harus menciptakan pembelajaran yang efektif dan menyenangkan yang membuat siswa aktif dan antusias mengikuti pembelajaran serta membantu siswa untuk memahami materi pembelajaran. Dalam hal tersebut juga guru

diharapkan dapat lebih memperhatikan perkembangan siswa. guru hendaknya mengajarkan siswa tentang strategi, metode, dan teknik resiliensi siswa korban *bullying* yang baik sehingga siswa memahami hal yang dapat membuat siswa terhindar dari korban *bullying* dan menjadi pelaku *bullying*.

3. Bagi Sekolah

Sekolah hendaknya melengkapi fasilitas, sarana dan prasarana yang dibutuhkan guru dan siswa sehingga dapat meningkatkan kualitas pembelajaran.

### Daftar Pustaka

- Abdurrahman Fatoni. (2011). Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi. Jakarta: Rineka Cipta, 104.
- Afifuddin. (2009). Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: Pustaka Seria, 86-88.
- Anantasari. (2006). Menyikapi Perilaku Agresif Anak. Yogyakarta: Kanisius, 76.
- Andri, Priyatna. (2010). Let's End Bullying: Memahami, Mencegah 7 Mengatasi Bullying. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 21-22.
- Anthony, Ong, Bergeman, Toni, Bisconti, Kimberly, Wallace. (2006). "Psychological Resilience, Positive Emotions, and Successful Adaptation to Stress in Later Life". *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51(7), 809-817.
- Arikunto, Suharsimi. (2014). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta, 274.
- Astuti. (2008). Kekerasan pada anak. Jakarta: gelora aksara pratama, 3.
- Bowes, Maughan, Caspi, Moffitt, Arseneault. (2010). "Families promote emotional and behavioural resilience, to bullying: evidence of an environmental effect". *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51(7). 809-817.
- Carter, B. & Vicky G. Spencer. (2006). The Fear Factor: Bullying and Students With Disabilities, *International Journal Of Special Education*, 21(1), 12.
- Coloroso, B. (2007). The Bully, The Bullied, and The Bystander. New York: Harpercollins, 81.