

**UPAYA MEREDUKSI BULLYING PADA SISWI KELAS IX DENGAN  
MENGUNAKAN TEKNIK KONSELING SEBAYA  
(Studi kasus: SMPIT Assyifa Boarding School Jalancagak Subang)**

**Firda Nurul Fadilah**

[firdanurulfadilah13@gmail.com](mailto:firdanurulfadilah13@gmail.com)

**SMPIT Assyifa Boarding School Jalancagak Subang**

**ABSTRAK**

Pembullyingan atau perundungan merupakan tindakan yang dapat merusak fisik dan mental seseorang bahkan dampaknya akan semakin besar apabila tidak ditangani dengan cepat dan tepat. Dalam beberapa kasus di sekolah ataupun lingkungan lainnya pembullyingan sering terjadi karena ketidaksukaan terhadap temannya ataupun ada beberapa hal yang dianggap bahwa bully merupakan bercandaan. Oleh karena itu tindakan yang dapat merusak mental dan moral ini perlu dibenahi dan ditangani baik oleh diri sendiri sebagai bentuk tanggung jawab atas perbuatannya ataupun lembaga lainnya yang berpartisipasi dalam mencegah adanya pembullyingan pada siswi, dalam kasus seperti ini salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengurangi tingkat pembullyingan pada siswi disekolah adalah dengan menerapkannya konseling sebaya yang merupakan proses pemberian bantuan konseling dari teman sebaya kepada individu dalam rangka membantu menyelesaikan masalah dari individu tersebut. Rumusan dalam penelitian ini diantaranya adalah: 1) Bagaimana gambaran perilaku bullying pada siswi kelas IX, 2) Bagaimana penerapan konseling sebaya dalam mereduksi bullying pada siswi kelas IX, 3) Bagaimana hasil dari penerapan konseling sebaya dalam mereduksi bullying pada siswi kelas IX. Adapun hasil dari penerapan teknik konseling sebaya ini cukup efektif dalam mereduksi bullying pada siswi kelas IX, hal ini dapat dilihat dari perolehan data bahwa 75,5% siswi kelas IX cukup merasa terbantu dengan adanya teknik konseling sebaya dalam mereduksi bullying dan sekitar 24,1% belum merasa terbantu.

**Kata Kunci:** Remaja, Bullying, dan Teknik Konseling Sebaya.

## **PENDAHULUAN**

Individu pada dasarnya memiliki tugas perkembangan yang harus dipenuhi, termasuk pada masa remaja. Hal ini dibuktikan bahwa pada masa ini mereka mengalami suatu peralihan yang menghadirkan banyaknya tantangan dalam hidupnya. Hurlock menjelaskan bahwa salah satu perkembangan dalam rentang kehidupan manusia terjadi karena adanya perubahan yang memasuki usia remaja. Perubahan-perubahan tersebut meliputi semua aspek seperti perkembangan fisik, emosional, sosial, moral dan juga kepribadiannya.

Perkembangan remaja sangat dipengaruhi berbagai faktor internal maupun eksternal, termasuk dalam dunia pendidikan, dimana setiap remaja akan memiliki karakter untuk ditampilkan yaitu kepercayaan diri dengan tingkat tinggi dan adanya kepercayaan diri dengan tingkat rendah. Kepercayaan diri dengan tingkat tinggi akan ditunjukkan dengan sikap yang tegas, lugas dan bisa mengendalikan dirinya dengan baik, bisa melawan jika ada yang mengancam, bisa meleraikan jika ada keributan dan mampu mengontrol emosinya. Berbeda halnya dengan kepercayaan diri dengan tingkat rendah seperti membiarkan emosi menguasai dirinya, lemah dalam mengatur dirinya dan tidak berani melawan atau meleraikan ketika perundungan terjadi kepadanya baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat.

Permasalahan bullying ataupun perundungan di institusi pendidikan Indonesia bukan sebuah kasus baru. Berita tentang kasus bullying dapat terjadi di sekolah maupun lingkungan masyarakat, kasus bullying yang diberitakan berbagai macam antara lain yang dilakukan oleh kakak kelas terhadap adik kelasnya maupun antar teman sekelas dan sebayanya. Tindakan Bullying tersebut dapat dilakukan secara fisik, seperti memukul ataupun melakukan perkelahian, dan bullying secara verbal seperti menjeri, memaki dan mengancam kepada korban, tidak lupa cyber bullying yaitu pembullyingan melalui sosial media.

Menurut data WHO melalui Global School Based Student Health (GSHS) menyimpulkan bahwasannya 21% atau sekitar 18 juta dialami usia 13-15 tahun mengalami adanya bullying dalam satu bulan terakhir, hal ini juga menggambarkan 25% dari kasus tersebut berupa pertengkaran fisik, 36% dialami oleh anak-anak baik laki-laki ataupun perempuan. Hal ini juga mengakibatkan 1 dari 20 atau 20,9% remaja di Indonesia memiliki keinginan untuk bunuh diri.

Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dari tahun 2011 sampai Agustus 2014, tercatat 369 pengaduan terkait masalah bullying. Jumlah itu sekitar 25% dari total pengaduan di bidang pendidikan sebanyak 1.480 kasus. Bullying yang disebut KPAI sebagai bentuk kekerasan di sekolah mengalahkan tawuran pelajar, diskriminasi pendidikan, ataupun aduan pungutan liar. Berbagai cara dilakukan untuk meminimalisir kejadian bullying di sekolah termasuk salah satunya Komnas Perlindungan Anak mendesak ke pihak sekolah untuk lebih melindungi dan memperhatikan murid-muridnya. Sedangkan tindakan bullying hanyalah bagian dari cara anak-anak bermain. Tidak ada peraturan khusus yang mewajibkan sekolah harus memiliki kebijakan program anti bullying, tetapi dalam Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak, Pasal 54 ditentukan "Anak di dalam dan di lingkungan sekolah wajib dilindungi dari tindakan kekerasan yang dilakukan oleh guru, pengelola sekolah atau teman-temannya di dalam sekolah yang bersangkutan, atau Lembaga pendidikan lainnya.

Lembaga sekolah seharusnya patut dalam menjalankan dan membantu mengurangi tingkat pembullying yang terjadi terhadap setiap siswa/I, memberikan arahan, pelatihan dan menumbuhkan karakter kepemimpinan agar setiap siswa/I mampu menjaga dirinya dengan baik. Adapun dari hasil data Survei yang dilakukan peneliti terhadap kasus pembullying yang terjadi di jenjang pendidikan sekolah kelas IX SMPIT Assyifa Boarding School Jalancagak Subang, menjelaskan bahwasannya terdapat fenomena kasus pembullying yang terjadi di kalangan remaja kelas IX. Kasus tersebut berupa perundungan secara verbal dan nonverbal,

baik terjadi di lingkungan sekolah tempat dimana mereka belajar dan menuntut ilmu ataupun di asrama yang seharusnya merasa nyaman dan aman.

Lembaga sekolah ataupun pendidikan yang lainnya memiliki peranan yang sangat penting dalam menunjang keberhasilan setiap siswa/i dan dalam mengembangkan pengetahuan, keterampilan dan karakternya. Peranan yang dilakukan oleh guru yaitu mendorong siswa/I agar melakukan upaya belajar, mengembangkan karakter, akhlak dengan positif dan menciptakan daya kepemimpinan untuk diri sendiri agar bisa terhindar dari perilaku yang mengancam dirinya termasuk tindakan bullying. Adapun peranan orang tua dalam bidang pendidikan yaitu dengan menumbuhkan semangat dan motivasi anak, untuk berkembang sesuai dengan masa perkembangannya dan bagi siswa/i juga harus mampu menjalankan tugasnya perkembangannya sebagai remaja, menumbuhkan karakter kepemimpinan, melatih mental dan berani mengungkapkan pendapat.

Dalam hal ini dapat dibentuk juga peranan antar sebaya sebagai jembatan untuk mengurangi tingkat pembullying di kelas IX dengan menerapkan adanya konseling sebaya, yang merupakan system konseling dengan antar teman, dengan proses tatap muka dimana setiap siswa/I dapat saling membantu satu sama lain dalam memecahkan setiap permasalahannya termasuk dalam Pembullying di kelas VIII. Oleh karena itu penelitian dengan judul “UPAYA MEREDUKSI BULLYING PADA SISWI KELAS IX DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK KONSELING SEBAYA” sangat penting dilakukan untuk mengurangi tingkat pembullying pada Siswa/I di SMPIT Assyifa Boarding School Jalancagak Subang.

## **METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode kualitatif, yaitu penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif atau kualitatif dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dan generalisasi. Metode kualitatif juga digunakan untuk data yang mendalam, suatu data yang mengandung makna. Makna adalah data yang sebenarnya, oleh karena itu dalam penelitian kualitatif tidak menekankan pada generalisasi tapi menekankan pada makna. Generalisasi dalam penelitian kualitatif dinamakan transverability.

Penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif merupakan suatu data yang disajikan dalam bentuk naratif, dari hasil rekaman, interview, foto, atau dokumen pribadi tentang suatu objek penelitian yang dilampirkan sesuai dengan makna yang sebenarnya dan dalam konteks yang benar.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Gambaran Perilaku Bullying**

Bullying dikenal sebagai bentuk penindasan dan merupakan segala bentuk kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, hal ini juga bertujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus.

Adapun kasus pembullying tersebut menunjukkan bahwa banyaknya korban yang pernah mengalami perundungan atau bullying berupa fisik, dan verbal yang terjadi pada korban. Hal ini dilakukan semata-mata karena ketidakpuasan dalam pertemanan sehingga melakukan bullying adalah suatu tindakan yang menyenangkan dan menghibur, serta ketidaksukaannya terhadap sesuatu yang dianggap nyeleneh atau aneh bagi pelaku. Sering kali pelaku bully menganggap orang-orang yang mereka jadikan korban bully adalah Siswi-siswi yang

pendiam, tidak memiliki banyak teman dan lebih menyukai anime dibandingkan dengan k-pop yang kebanyakan digemari oleh sebagian kalangan kelas IX.

Bentuk pembullying yang sering terjadi berupa: Pertama bullying verbal seperti celaan, fitnah atau penggunaan kata-kata yang tidak baik yang bertujuan menyakiti orang lain, baik terhadap teman sekamar, sekelas atau bahkan teman sebayanya yang tidak disukai atau berbeda dari yang lain tanpa alasan yang jelas. Kedua bullying fisik berupa segala bentuk kekerasan fisik yang terjadi, memukul, nonjok, menjambak kerudung atau meringkas kaki temannya. Ketiga bullying relasional yang merupakan bentuk pengabaian, pengucilan, cibiran dan segala bentuk tindakan untuk mengasingkan temannya agar tidak memiliki teman atau bertujuan agar temannya tersebut tidak nyaman dalam lingkungannya. Adapun data analisis kasus pembullying yang terjadi pada kelas IX SMPIT Assyifa Boarding School Jalancagak, di antaranya adalah:

**DATA ANALYSIS KASUS PEMBULLYAN  
SMPIT ASSYIFA BOARDING SCHOOL JALANCAGAK KELAS IX**

Tabel 1

Kasus Pembullying	Presentasi Kasus Pembullying	
	Sedang Mengalami	Tidak Sedang Mengalami
Korban Pembullying	41.05 %	58,05%

Kasus Pembullying	Presentasi Kasus Pembullying		
	Pekan ini	Bulan ini	Tahun ini
Waktu Pembullying	10 %	6%	32 %

Kasus Pembullying	Presentasi Kasus Pembullying	
	Ada yang Menyaksikan	Tidak ada yang Menyaksikan
Menyaksikan Tindakan saat Pembullying	45, 8 %	54,2 %

Kasus Pembullying	Presentasi Kasus Pembullying	
	Ada yang Menyaksikan	Tidak ada yang Menyaksikan
Menyaksikan Tindakan saat Pembullying	45, 8 %	54,2 %

Kasus Pembullying	Presentasi Kasus Pembullying			
	Asrama	Sekolah	Syifa Mart	Pujasera
Lokasi Pembullying	75%	20%	2,2 %	2,2 %

Kasus Pembullying	Presentasi Kasus Pembullying	
	Fisik	Verbal
Jenis Pembullying	8,2 %	90, 7 %

Kasus Pembullying	Presentasi Kasus Pembullying				
	Lapor ke Orang tua	Lapor kepada pihak sekolah	Lapor kepada teman	Lawan Pelaku pembullying	Diam Tanpa lapor
Tindakan Pembullying	10,4 %	0	10,4 %	2,1 %	45,8 %

Kasus Pembullying	Presentasi Kasus Pembullying				
	Lapor ke Orang tua	Lapor kepada pihak sekolah	Lapor kepada teman	Lawan Pelaku pembullying	Diam Tanpa lapor
Tindakan Pembullying	10,4 %	0	10,4 %	2,1 %	45,8 %

Kasus Pembullying	Presentasi Kasus Pembullying	
	Menyaksikan	Tidak Menyaksikan
Menyaksikan Teman di Bully	62,6 %	37,4%

Kasus Pembullying	Presentasi Kasus Pembullying				
	Menceritakan ke Orang tua	Lapor kepada pihak sekolah	Lapor kepada teman	Mencoba menolong	Diam Tanpa lapor
Tindakan yang dilakukan ketika melihat Pembullying	12,5 %	12,5%	9,6 %	24 %	9,6 %

Dapat dijelaskan bahwasannya kasus pembullying yang terjadi sebanyak 41.05% mereka menjadi korban Bully, 45% sebagian siswi menyaksikan tindakan bully dan tidak ada yang berani untuk meleraikan, melapor atau melindungi korban, dan sebanyak 75% pembullying terjadi di asrama, 20% di sekolah, 2,2% di Syfamart dan sebanyak 2,2% pembullying terjadi di Pujasera. Adapun jenis pembullying yang terjadi pada korban di antaranya adalah sebanyak 8,2% mereka mengalami pembullying fisik seperti dijambak kerudung, senggol bahu dan mendorong, dan sebanyak 90,07% mereka mengalami pembullying secara verbal, seperti dicemooh, diteriaki dan disindir oleh kalangan pelaku bully, sedangkan tindakan yang dilakukan korban ketika pembullying itu terjadi hanya 48% mereka lebih memilih untuk diam dan tidak berani untuk melaporkan, dengan alasan tidak ingin memperpanjang atau takut untuk melaporkan.

Dari hasil analisis data diatas dapat disimpulkan bahwasannya tingkat pembullying yang terjadi di SMPIT Assyifa Boarding School Jalancagak dengan sasaran Siswi kelas IX masih terjadi. Pembullying yang terjadi bisa diakibatkan karena kurangnya dalam bersosial dengan teman-teman, cenderung pendiam, dan tidak ada kemajuan dalam berinteraksi karena terhalang dengan kekurangan dalam dirinya. Merasa tidak layak memiliki teman sehingga mengakibatkan adanya anti sosial dan penindasan terhadap setiap kalangan. Oleh karena itu perlunya suatu tindakan yang dapat mengurangi adanya Pembullying di sekolah, dengan cara membentuk karakter anak menjadi pemberani, dapat melaporkan jika terjadi pembullying, dan berani bertindak jika adanya kekerasan baik di sekolah maupun lingkungan lainnya.

Menjadikan setiap anak mampu untuk menyuarakan Hak Asasinya dengan berani lapor, leri dan lindungi atau yang sering disebut dengan 3L.

#### B. Penerapan konseling sebaya

Dalam proses penerapan konseling sebaya ini, setiap siswi dibekalkan teknik-teknik bimbingan konseling. Hal ini dilakukan untuk memahami setiap point dalam melakukan konseling sebaya tentang bullying, agar konseling sebaya secara efektif dalam mereduksi bullying pada sisi kelas IX maka ada beberapa teknik yang digunakan diantaranya adalah:

1. Perilaku Attending merupakan tingkah laku yang mendekati konseli dengan menunjukkan melalui bagian-bagian dengan hubungan mata ke mata, gerak tubuh, penampilan dan dikomunikasikan dalam bahasa.
2. Empati merupakan suatu kapasitas yang harus dimiliki oleh seorang konselor dalam merasakan sesuatu yang dirasakan oleh klien.
3. Refleksi Perasaan yang merupakan sebuah keterampilan yang sentiment terhadap perasaan, pikiran dan pengalaman.
4. Eksplorasi merupakan sebuah metode untuk menyelidiki sentiment, kontemplasi dan mengenai persepsi.
5. Paraphrasing seperti menangkap pesan utama yang digunakan untuk strategi mengulang intisari dari apa yang dikomunikasikan serta mendengarkan dengan cermat artikulasi dari cerita yang disampaikan.
6. Open question merupakan pertanyaan terbuka dengan mengungkapkan sentiment, pertemuan dan perenungan.
7. Closed question merupakan pertanyaan tertutup dengan jawaban “Ya” ataupun “Tidak”
8. Minimal encouragement ataupun yang disebut dengan dorongan minimal sebagai gambaran singkat tentang apa yang telah diungkapkan.
9. Interpretasi yang merupakan teknik penulisan berpikir, perasaan dan perjumpaan yang dialami dengan merujuk kepada spekulasi ataupun pandangan-pandangan yang lain.
10. Directing merupakan teknik membimbing/mengarahkan untuk menyambut dan mencapai sesuatu.
11. Summarizing atau yang sering disebut dengan menyimpulkan sementara hal ini digunakan untuk berdiskusi dengan tujuan agar jalan pembahasannya menjadi lebih jelas.
12. Leading adalah teknik memimpin yang mengkoordinasikan diskusi dalam pertemuan memberi nasihat untuk mencapai tujuan mengarahkan.
13. Fokus merupakan teknik untuk membantu dalam memusatkan pada topik utama pembicaraan.
14. Konfrontasi merupakan teknik yang mempersulit dengan melihat adanya kejanggalan antara wacana dan perilaku dan komunikasi nonverbal.
15. Memudahkan atau facilitating merupakan teknik untuk membuka korespondensi sehingga memudahkan dalam berbicara dengan mengekspresikan perasaan, renungan dan pertemuan tanpa syarat.
16. Diam merupakan teknik yang dipergunakan dengan bergabung, paling lama 5-10 detik.
17. Mengambil Inisiatif digunakan jika kurang bersemangat dalam berbicara, biasanya diam dan kurang partisipatif.
18. Memberi Nasihat.
19. Pemberian Informasi.
20. Merencanakan digunakan untuk menjelang akhir pertemuan dan digunakan untuk pengaturan kegiatan.
21. Menyimpulkan dipergunakan untuk menyelesaikan konsekuensi dari diskusi.
22. Teknik mengakhiri atau menutup sesi konseling.

Efektifitas pelaksanaan konseling sebaya dapat dilihat dari frekuensi dan intensitas munculnya sahabat yang hangat, penuh perhatian dan tulus membantu, tulus memberikan dukungan saat menghadapi situasi yang sulit, serta dapat dipercaya juga merupakan indikator keberhasilan pelaksanaan konseling teman sebaya. Menurut Sucipto berpendapat bahwasanya konselor sebaya relatif sangat sederhana, di antaranya adalah : 1) Membina suasana yang aman, nyaman dan menimbulkan rasa percaya klien terhadap konselor, 2) melakukan komunikasi interpersonal yaitu hubungan timbal balik yang bercirikan seperti komunikasi dua arah, perhatian pada aspek verbal dan nonverbal, penggunaan pertanyaan untuk menggali informasi perasaan dan pikiran, kemampuan melakukan 3M yaitu mendengar yang aktif, memahami secara positif dan merespon secara tepat, 3) Ajukan pertanyaan yang relevan, 4) Tunjukkan empati, 5) Melakukan refleksi dengan cara mengulang kata-kata dengan menggunakan kata-kata sendiri, 6) mendorong agar terus berbicara dengan memberikan dorongan minimal

Adapun penerapan teknik konseling sebaya untuk mereduksi bullying pada siswi kelas IX dapat dilakukan dalam beberapa tahap yaitu diantaranya adalah:

1. Tahap Awal konseling sebaya
  - a. Konselor sebaya mendengarkan secara aktif permasalahan yang disampaikan oleh konselor sebaya, dengan tema yang diceritakan oleh konseli yaitu mengenai Bullying baik itu bully verbal, fisik, cyber atau jenis pembullying yang dirasakan oleh konseli
  - b. Konselor sebaya mengenali dan memahami alur cerita yang disampaikan oleh konseli dan segala bentuk permasalahan yang dihadapi oleh konseli sebaya
  - c. Konselor sebaya melakukan penjajakan alternatif bantuan untuk mengatasi masalah konseli sebaya dengan teknik yang pernah diberikan seperti pemberian attending, empati dan lainnya
  - d. Konselor sebaya negosiasi kontrak dengan konseli sebaya
2. Tahap kerja konseling sebaya dengan waktu 30 menit
  - a. Konselor sebaya melakukan empati sambil menjelaskan dan mengeksplorasi masalah mengenai Bully yang sedang dihadapi oleh konselor sebaya
  - b. Konselor sebaya membangun afeksi positif kepada konseli sebaya dalam menghadapi masalah bully yang dihadapinya
  - c. Konselor sebaya melatih konseli sebaya untuk membiasakan bertindak secara konstruktif dalam menghadapi masalah bullying yang dihadapinya
  - d. Konselor sebaya menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara dengan baik
3. Tahap akhir konseling sebaya
  - a. Konselor sebaya menanyakan keadaan konseli sebaya tentang pikiran dan perasaan nya setelah menjalani konseling sebaya
  - b. Konselor sebaya menanyakan manfaat yang didapatkan setelah melakukan konseling sebaya untuk mengurangi bullying
  - c. Konselor sebaya Bersama konselor ahli mengamati perubahan sikap positif konselor sebaya dalam menghadapi masalah perilaku bully yang dialami

Berdasarkan data di atas, berkaitan dengan teori dari Suwarjo mengenai keterampilan konselor sebaya membina suasana yang aman, nyaman dan menimbulkan rasa percaya diri terhadap konselor sebaya serta melakukan komunikasi interpersonal yaitu hubungan timbal balik yang bercirikan: komunikasi dua arah, perhatian pada aspek verbal dan nonverbal, penggunaan pertanyaan untuk menggali informasi, perasaan dan pikiran serta kemampuan untuk melakukan 3M (Mendengar yang aktif, memahami secara positif, dan merespon secara tepat).

Dalam proses pelaksanaan konseling sebaya, setiap siswi di minta untuk saling menggunakan 3M dalam penerapan tekniknya, dan tidak lupa menerapkan 3L dalam

pelaksanaannya seperti Lerai, Lapor dan Lindungi, Hal ini dilakukan sebagai bentuk edukasi dan pencegahan mengenai pembullying yang terjadi di kelas IX, dan masing-masing dari tiap siswi ini diharuskan untuk mampu mengungkapkan dengan sejujur jujurnya dan senyaman mungkin dalam melaksanakan konseling sebayanya, dengan pilihan teman sebaya sebagai konselor untuk mencapai kondisi yang terbebas dari akibat bully dan berani mengambil tindakan yang positif demi dirinya dan lingkungan dimana ia berada

### C. Hasil Penerapan Konseling Sebaya Dalam Mereduksi Bullying

Adapun hasil dari upaya penerapan konseling sebaya dalam mereduksi Bullying pada siswi kelas IX putri, dapat terlihat dari hasil evaluasi, observasi dan pengolahan data selama proses layanan konseling sebaya berlangsung. Data analisis ini dapat ditarik dari siklus yang pernah dijalankan atau di terapkan guru BK kepada siswinya mulai dari pemahaman teori, dan pelaksanaan praktik. Data tersebut di antaranya adalah

### **HASIL PENERAPAN KONSELING SEBAYA PADA SIKLUS I**

Tabel 2

<b>Indikator</b>	<b>Keterangan</b>
Pemahaman Materi Bullying	Setiap siswa dengan kalkulasi 90% menjawab memahami akan materi yang disampaikan guru BK mengenai Bullying
Pengetahuan tentang Bullying	Dari hasil perolehan nilai sebanyak 90% setiap siswi mengetahui tentang bullying/perundungan yang terjadi baik di sekolah ataupun di tempat-tempat lainnya
Kesadaran diri	Dari hasil perolehan nilai sebanyak 90% setiap siswi menyadari bahwa tindakan fisik, mencela dan mencemooh baik teman sebaya ataupun hal lainnya yang mengundang menyakiti orang lain adalah perbuatan bully dan menyadari pentingnya bersikap bijak untuk tidak melakukan bullying
Keyakinan diri	Dari hasil perolehan nilai sebanyak 85% setiap siswa akan menjadi lebih baik untuk menghindari bully dan melakukan pembullying sesuai dengan para guru atau pihak sekolah yang diharapkan
Pengembangan perilaku	Dari hasil perolehan nilai sebanyak 89% setiap siswi akan mengembangkan perilaku agar lebih positif, teratur dan bermakna
Model pembelajaran	Dari hasil perolehan nilai, sebanyak 95% setiap siswa memahami materi bully secara teori yaitu seperti penjelasan melalui Video dan power point, dan sebanyak 88% berpengaruh dalam pengedukasian melalui poster untuk mengkampanyekan anti bully, dan sebanyak 97% setiap siswi menyadari bahwa bully dapat merusak mental psikis dan

	fisik seseorang apabila tidak di hindari dan ditangani dengan baik
--	--

Dari hasil analisis data diatas dapat disimpulkan bahwasanya pemberian, pemahaman dan pengedukasian kepada setiap siswa dalam menyikapi bullying baik di sekolah, ataupun asrama perlu dilakukan, karena Sebagian dari siswi yang ada di sekolah bisa paham secara teori namun masih minim dalam praktik pelaksanaannya, masih banyak yang merasa takut untuk melaporkan, takut melawan dan bahkan selalu diam untuk ditindas tanpa adanya perlawanan. Dengan adanya penerapan konseling sebaya dalam siklus 1 ini dapat ditindaklanjuti untuk melaksanakan penerapan konseling sebaya siklus II. Adapun data analysis penerapan konseling sebaya pada dikulus II di antaranya adalah:

### **HASIL DATA PENERAPAN KONSELING SEBAYA SIKLUS II**

Tabel 3

<b>INDIKATOR</b>	<b>KETERANGAN</b>
Pemahaman	Pemahaman mengenai teknik dalam konseling sebaya dengan hasil 48,3% siswi kelas IX sangat memahami, dan sekitar 51,7% cukup memahami teknik konseling sebaya
Pemahaman dalam teknik konseling sebaya	Dalam memahami teknik konseling sebaya sebagai point dalam melakukan konseling, sebanyak 50% sangat memahami dan 50% cukup memahami
Pelaksanaan untuk membuat counselor sebaya merasa nyaman/lega dan tenang	Sebanyak 34,5% setiap siswi yang melakukan konseling sebaya sangat merasa nyaman, tenang dan lega dan sekitar 65,5% cukup merasa nyaman, tenang dan lega
Teknik konseling sebaya cukup membantu	Dalam melakukan konseling sebaya sebanyak 20,7% merasa sangat terbantu dalam mengurangi permasalahannya termasuk bullying, dan sebanyak 65,5% cukup merasa terbantu.
Penerapan konseling sebaya cukup membantu dalam mereduksi Bullying	Dari hasil pengolahan sebanyak 75,5% siswi kelas IX merasa cukup terbantu dalam mengurangi tingkat pembullyingan pada mereka, dan sebanyak 24,1% belum merasa terbantu dengan adanya teknik konseling sebaya

Materi yang diberikan tentang pembullying dimulai dari siklus I seperti materi bully, poster dan sampai ke Siklus II yaitu penerapan konseling	Sebanyak 53,4% merasa cukup terbantu dalam mereduksi bullying pada siswi kelas IX, dan sebanyak 41,4% sangat terbantu dengan adanya materi-materi dan praktik penerapan konseling sebaya dalam mengurangi Bully pada siswi kelas IX
--	---

Hasil dari penerapan konseling sebaya dalam mereduksi bullying pada siswi kelas IX dapat dijelaskan bahwa teknik ini cukup efektif dan membantu dalam mengurangi bullying, dengan adanya kategori siklus I mengenai materi bully, dan dilanjutkan dengan refleksi yaitu mengenai poster sebagai bentuk pengedukasian dan kampanye kepada adik kelas ataupun kepada teman sebayanya. Penjelasan mengenai pembullying yang merupakan suatu perbuatan yang tidak terpuji, oleh karena itu menciptakan suasana yang nyaman dan kondisi yang baik akan membuat proses konseling menjadi lebih baik. Hal ini dibuktikan dengan sebanyak 34,5% siswi kelas IX sangat terbantu dengan membuat suasana nyaman, rasa tenang dan lega dengan penerapan konseling sebaya dan sebanyak 65,5% cukup merasa terbantu.

Proses teknik konseling yang efektif juga tidak akan berhasil apabila dari kedua pihak tidak saling memberikan dukungan baik dari pola komunikasi, menciptakan suasana hati yang nyaman dan tenang, dengan begitu dapat disimpulkan bahwasanya teknik konseling sebaya dalam mereduksi bullying pada siswa kelas IX cukup efektif dalam mereduksi bullying di kalangan siswi, hal ini dibuktikan dengan sebanyak 75% siswi kelas IX merasa cukup terbantu dan sekitar 24,1% sangat merasa terbantu dalam mengurangi pembullying. Dengan begitu adanya konseling sebaya ini dapat dijadikan acuan untuk mengurangi pembullying baik di kalangan siswi ataupun remaja lain nya, karena dampak dari pembullying akan berpengaruh terhadap psikis, mental dan kepribadian seseorang apabila tidak ada yang mampu membangkitkan dari keterpurukan, membantu dalam mengurangi bebannya dengan cara berbagi cerita dan melakukan konseling dengan teman sebayanya, dengan begitu korban-korban dari pembullying ini akan merasa bangkit dan memulihkan ketidak percaya dirinya dalam melawan dan menghentikan pembullying.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dengan judul Upaya mereduksi bullying pada siswi kelas IX dengan menggunakan teknik konseling sebaya sangat cukup efektif dan terbantu, baik dalam memberikan pemahamannya mengenai pentingnya untuk mencegah pembullying dengan menerapkan 3L yaitu leri, laporkan dan lindungi serta menerapkan 3M dalam proses konseling dengan teman sebayanya yaitu mendengarkan, memahami dan merespon. Baik dari laporan mengenai pembullying, membantu dalam melerai dan mencegah pembullying serta merespon apabila terjadi pembullying. Dari hasil pengolahan sebanyak 75,5% siswi kelas IX merasa cukup terbantu dalam mengurangi tingkat pembullying pada mereka, dan sebanyak 24,1% belum merasa terbantu dengan adanya teknik konseling sebaya, hal ini sudah cukup mewakili bahwa teknik konseling sebaya dalam mereduksi bully pada siswi dapat digunakan sebagai bahan alternatif untuk mengurangi tingkat pembullying pada siswa atau remaja lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

Adi Atmoko, "Konseling Sebaya: Prospek dan Tantangannya", Seminar Nasional BK FIP UPGRIS, 2016[online].[http://prosiding.upgris.ac.id/index.php/bk\\_2017/bk\\_17/paper/viewFile](http://prosiding.upgris.ac.id/index.php/bk_2017/bk_17/paper/viewFile)

/1469/1349

- Aisyah Lubis dkk. 2017. "Bimbingan Kelompok dengan Teknik sosiodrama untuk meningkatkan regulasi emosi pada siswa SMA di Kota Bengkulu". *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan konseling* Vol. 1 No. 1 (FKIP universitas Bengkulu, 2017).
- Corey Gerald. 2005. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: P.T Refika Aditama.
- Direktorat Sekolah Dasar. 2021. "Stop Perundungan/Bullying Yuk!". [online]. <https://repositori.kemdikbud.go.id/22974/1/20210308%20Buku%20Saku-Stop%20Bullying-Spread%20Pages.pdf> Membaca Statistik tentang Kasus Bullying di Indonesia – depoedu.com, di akses pada 01 April 2023,
- Hariyanto Wibowo dkk. 2021. "Penomena Perilaku Bulliyng di sekolah" RIEN Jurnal Cakrawala ilmiah Mahasiswa Vol 01, No 02, Tahun 2021. (Universitas Indraprastra PGRI), (PDF) Fenomena perilaku bullying di sekolah (researchgate.net)
- Hunainah, 2012, *Bimbingan teknis implementasi model konsleing sebaya*. Bandung: Rizki Press
- Hurlock, Elizabeth. 1991. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Katyana Wardhana, "Buku Panduan Melawan Bullying". [online]. <https://dp3a.semarangkota.go.id/storage/app/media/E-book/manual-book-sudah-dong.pdf>
- Kathryn & David Gerald. 2011. *Keterampilan Praktik Konseling Pendekatan Integratif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Muri Yusuf. 2014. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Premadania Grup.
- Nurul Hikmah. 2019. "Bullying di Pesantren: Interaksi tsawuf dan teori pengembangan fitrah dalam Pendidikan islam", Vol. 4, No. 1 (2019) 74-103 DOI: <http://dx.doi.org/10.21580/jish.41.3842>.
- Saripah, Ipah. 2018. *Permasalahan Anak dan Remaja serta solusinya*. Bandung: Alfabeta.
- Setiabudhi, "Kill Bullying: Hentikan Kekerasan di Sekolah", 2016
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharyadi dan Puerwantu. 2011. *Stariska: Untuk Ekonomi dan Keuangan Modern*. Jakarta: Salemba, Empat,
- Suwarjo, 2008, *Konseling teman sebaya (peer counselling) untuk mengembangkan resiliensi remaja*.
- Tohrin, *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah berbasis integrasi*.
- Yusuf Hasan, dkk. 2022. "Studi Literatur: Implementasi Teori dan Pendekatan Konseling Sebaya Bagi Siswa", *JCOSE (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)* Vol. 5, No. 1, Oktober
- Yusuf, Syamsu. 2016. *Konseling Individu Konsep Dasar & Pendekatan*. Bandung; P.T. Refika Aditama.