



**MENINGKATAKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KORBAN  
*BULLYING* MELALUI KONSELING INDIVIDUAL  
*RATIONAL EMOTIF BEHAVIOUR THERAPY* TEKNIK  
*HOMEWORK ASSIGMENT***

**(Penelitian Eksperimen Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar  
Kabupaten Banyumas)**

**SKRIPSI**

disusun sebagai salah satu syarat penyelesaian studi strata 1  
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

oleh

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

1301409031

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2014**

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas**” ini bebas plagiat, dan apabila di kemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam skripsi, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan.

Semarang, Desember 2013



Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

1301409031

## PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul **Meningkatkan Kepercayaan Diri Korban *Bullying* Melalui Layanan Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assignment* Pada Siswa Kelas VIII A SMP Diponegoro 7 Gumelar** ini telah dipertahankan di hadapan Panitia Ujian Skripsi FIP UNNES pada:

Hari : Jum'at

Tanggal : 10 Desember 2013

Panitia Ujian



**Drs. Sutaryono, M.Pd.**

NIP. 19570825 198303 1 015

Sekretaris

**Kusnarto Kurniawan, M.Pd., Kons.**

NIP. 19710114 200501 1 002

Penguji Utama

**Drs. Eko Nusantoro, M.Pd**

NIP. 10600205 199802 1001

Penguji/Pembimbing I

**Dr. Awalya, M.Pd., Kons**

NIP. 1960110 198710 2 001

Penguji/ Pembimbing II

**Drs. Suharso, M.Pd., Kons**

NIP. 19620220 198710 1 001

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO :

Aku mungkin tidak mampu mengubah dunia yang aku lihat disekitarku, tetapi aku dapat mengubah cara aku melihat dunia didalamku.

Kebahagiaan tidak tergantung pada hal-hal disekitarku, tetapi sikapku. Segala sesuatu dalam kehidupanku akan tergantung pada sikapku.

(Benyamin Franklin)

### PERSEMBAHAN

1. Bapakku, bapak Riswo Mulyadi, yang selalu mendo'akan dan memberikan semangat serta motivasinya
2. Ibuku, ibu Sarimah yang tiada hentinya mendo'akan serta memotivasi
3. Adikku Hanna Ries Barokatusy Syifaa dan Najuba Muhammad Alwi Labib yang selalu memeberikan semangat
4. Sahabat-sahabatku
5. Teman-teman BK 2009
6. Almamaterku

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Penelitian untuk skripsi ini dilaksanakan di SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas.

Penulis juga ingin menyampaikan permintaan maaf atas segala kesalahan dan kekurangan, baik yang disengaja ataupun tidak disengaja dalam penulisan skripsi ini. Skripsi ini tidak lepas dari bimbingan dan bantuan semua pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum, Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Drs. Hardjono, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, yang telah memberikan ijin penelitian dalam rangka penyusunan skripsi ini.
3. Drs. Eko Nusantoro, M. Pd. Ketua Jurusan BK UNNES selaku dosen penguji utama, yang telah banyak mendidik, membimbing, memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan yang dapat menjadi pegangan bagi penulis.
4. Dr. Awalya, M.Pd., Kons, selaku dosen pembimbing, yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh perhatian dan kesabaran meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dengan baik sehingga terselesaikannya skripsi ini

5. Drs. Suharso, M.Pd., Kons, selaku dosen pembimbing, yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh perhatian dan kesabaran meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dengan baik sehingga terselesaikannya skripsi ini.
6. Suherman, S.Ag, selaku Kepala SMP Diponegoro 7 Gumelar, yang telah memberikan izin dan kemudahan dalam penelitian skripsi ini.
7. Wahyudin, S.Pd, selaku guru BK di SMP Diponegoro 7 Gumelar, yang telah memberikan masukan, arahan dan kemudahan dalam penelitian skripsi ini.
8. Bapak/Ibu Guru dan staf karyawan SMP Diponegoro 7 Gumelar yang dengan ikhlas membantu dalam melaksanakan penelitian Bimbingan Konseling.
9. Semua pihak yang telah membantu penyusunan skripsi yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

Dalam pembuatan skripsi ini, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca demi kesempurnaan pembuatan skripsi ini di masa mendatang. Semoga dengan adanya skripsi ini akan bermanfaat bagi kita semua..

Semarang, Desember 2013

Penulis

## ABSTRAK

**Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah.** 2013. *Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban Bullying Melalui Konseling Individual Rational Emotif Behaviour Therapy Teknik Homework Assignment (Penelitian Eksperimen Pada Siswa Kelas VIII A SMP Diponegoro 7 Gumelar)*. Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing I: Dr. Awalya, M.Pd., Kons, Dosen Pembimbing II: Drs. Suharso, M.Pd., Kons

*Kata kunci: kepercayaan diri; bullying; rational emotif behavior therapy; teknik homework assignment*

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan fenomena yang ada di SMP Diponegoro 7 Gumelar yang menunjukkan bahwa terdapat siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akibat *bullying*. Melalui pemberian konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* menggunakan *teknik homework assignment* diharapkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* kelas VIII A dapat meningkat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah konseling *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *homework assignment* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimen. Subyek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa korban *bullying* kelas VIII A SMP Diponegoro 7 Gumelar yang berjumlah 6 siswa. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, dan wawancara. Untuk menganalisis data digunakan teknik analisis data kualitatif dan analisis deskriptif persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subyek penelitian memiliki kepercayaan diri yang rendah. Kepercayaan diri yang rendah ditunjukkan meliputi kurangnya kemauan untuk melaksanakan tugas dengan maksimal, tertutup pada bantuan orang lain, tidak aktif dalam diskusi kelompok. Setelah diberikan layanan, terdapat peningkatan kepercayaan diri yang dimiliki siswa. Persentase kepercayaan diri yang ditunjukkan siswa pada awalnya menunjukkan angka dibawah 44%, namun setelah konseling kepercayaan diri siswa menunjukkan persentase diatas 70%. Kurangnya kepercayaan diri siswa ditunjukkan dengan sikap introvet. Konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* . Hal ini, dapat dibuktikan dengan peningkatan persentase kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah konseling. Kepercayaan diri siswa sebelum konseling memiliki kriteria sedang dan rendah. Sedangkan kepercayaan diri siswa setelah konseling memiliki kriteria tinggi..

Disimpulkan bahwa kurangnya kepercayaan diri pada enam siswa korban *bullying* dapat diatasi melalui pendekatan *rational emotif behaviour therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*. Saran untuk guru BK, diharapkan melakukan penanganan lebih dini jika menemukan siswa yang menjadi korban *bullying* agar aktifitas serta interaksi sosial mereka disekolah tidak terganggu.

## DAFTAR ISI

	Hal
Halaman Judul.....	i
Pernyataan .....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Motto dan Persembahan .....	iv
Kata Pengantar .....	v
Abstrak .....	vii
Daftar Isi.....	viii
Daftar Lampiran.....	ix
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Grafik.....	xiii
Daftar Gambar.....	xiv
<b>Bab 1 Pendahuluan</b> .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	10
1.3 Tujuan Penelitian.....	11
1.4 Manfaat Penelitian.....	11
1.5 Sistematika Penulisan Skripsi.....	12
<b>Bab 2 Tinjauan Pustaka</b> .....	14
2.1 Penelitian Terdahulu.....	14
2.2 Kepercayaan Diri Siswa Korban <i>Bullying</i> .....	15
2.3 Konseling <i>Rational Emotif Behaviour Therapy</i> Teknik <i>Home Work Assignment</i> .....	35
2.4 Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban <i>Bullying</i> Melalui Konseling Pendekatan REBT Teknik <i>Home Work Assignment</i> .....	55
2.5 Hipotesis .....	57

<b>Bab 3 Metode Penelitian</b>	58
3.1 Jenis Penelitian .....	58
3.2 Design Penelitian .....	59
3.3 Rancangan Penelitian.....	59
3.4 Variabel Penelitian .....	62
3.5 Definisi Operasional .....	63
3.6 Subyek Penelitian.....	66
3.7 Teknik Pengumpulan Data.....	68
3.8 Analisis Data.....	75
3.9 Keabsahan Data.....	78
<b>Bab 4 Hasil Penelitian</b> .....	81
4.1 Hasil Penelitian.....	81
4.1.1 Gambaran Awal Kepercayaan Diri Siswa Korban <i>Bullying</i> .....	82
4.1.2 Gambaran Kepercayaan Diri Siswa Korban <i>Bullying</i> Setelah Memperoleh Layanan Konseling REBT.....	91
4.1.3 Perbedaan Kepercayaan Diri Siswa Korban <i>Bullying</i> Sebelum dan Setelah Konseling .....	100
4.1.4 Deskripsi <i>Progres</i> Kepercayaan Diri Siswa Korban <i>Bullying</i> Selama Proses Konseling.....	104
4.2 Pembahasan .....	129
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	140
<b>Bab 5 Penutup</b> .....	142
5.1 Kesimpulan .....	142
5.2 Saran .....	143
Daftar Pustaka .....	144

## DAFTAR LAMPIRAN

	Hal
1. Jurnal Penelitian.....	147
2. Program Harian.....	159
3. Satuan Layanan.....	190
4. Laporan Pelaksanaan Program Pelayanan BK.....	238
5. Kontrak Kasus.....	243
6. Kisi-kisi Instrumen.....	249
7. Pedoman Wawancara.....	251
8. Pedoman Observasi.....	257
9. Hasil Wawancara Seleksi Subjek.....	259
10. Hasil Wawancara.....	262
11. Hasil Observasi.....	295
12. Rekaman Konseling.....	311
13. Biografi yang Menginspirasi.....	341
14. Foto Kegiatan.....	367
15. Surat Ijin Penelitian.....	369
16. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	370



## DAFTAR TABEL

3.1 Tabel Desain Penelitian.....	59
3.2 Tabel Kisi-kisi Pengembangan Instrumen.....	74
4.1 Tabel Kepercayaan Diri Siswa Korban <i>Bullying</i> Sebelum Konseling...	82
4.2 Tabel Kepercayaan Diri Siswa Korban <i>Bullying</i> Sebelum Konseling...	83
4.3 Tabel Kepercayaan Diri Siswa Korban <i>Bullying</i> Setelah Konseling...	92
4.4 Tabel Kepercayaan Diri Siswa Korban <i>Bullying</i> Setelah Konseling....	92
4.5 Tabel Perbandingan Kepercayaan Diri Sebelum dan Sesudah Konseling.....	100
4.6 Tabel Perbedaan Kepercayaan Diri Siswa Korban <i>Bullying</i> .....	102
4.7 Tabel Proses konseling VV pada pertemuan 1.....	105
4.8 Tabel Proses konseling VV pada pertemuan 2.....	106
4.9 Tabel Proses konseling VV pada pertemuan 3.....	107
4.10 Tabel Proses konseling VV pada pertemuan 4.....	108
4.11 Tabel Proses konseling OI pada pertemuan 1.....	109
4.12 Tabel Proses konseling OI pada pertemuan 2.....	110
4.13 Tabel Proses konseling OI pada pertemuan 3.....	111
4.14 Tabel Proses konseling OI pada pertemuan 4.....	112
4.15 Tabel Proses konseling RO pada pertemuan 1.....	113
4.16 Tabel Proses konseling RO pada pertemuan 2.....	114
4.17 Tabel Proses konseling RO pada pertemuan 3.....	115
4.18 Tabel Proses konseling RO pada pertemuan 4.....	116
4.19 Tabel Proses konseling AN pada pertemuan 1.....	117
4.20 Tabel Proses konseling AN pada pertemuan 2.....	118
4.21 Tabel Proses konseling AN pada pertemuan 3.....	119
4.22 Tabel Proses konseling AN pada pertemuan 4.....	120
4.23 Tabel Proses konseling DE pada pertemuan 1.....	121
4.24 Tabel Proses konseling DE pada pertemuan 2.....	122
4.25 Tabel Proses konseling DE pada pertemuan 3.....	123
4.26 Tabel Proses konseling DE pada pertemuan 4.....	124

4.27 Tabel Proses konseling MN pada pertemuan 1.....	125
4.28 Tabel Proses konseling MN pada pertemuan 2.....	126
4.29 Tabel Proses konseling MN pada pertemuan 3.....	127
4.30 Tabel Proses konseling MN pada pertemuan 4.....	128



## DAFTAR GRAFIK

	Hal
Grafik 4.1 Perbandingan Kepercayaan Diri Siswa Sebelum dan Setelah Konseling .....	101



## DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 3.1 Analisis Data Kualitatif.....	76



# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Saat ini pendidikan bukan lagi diterjemahkan sebagai bentuk pembelajaran formal semata yang ditujukan untuk mengasah kemampuan berpikir saja. Pendidikan lebih diarahkan untuk membantu peserta didik menjadi mandiri dan terus belajar selama rentang kehidupan yang dijalaninya sehingga memperoleh hal-hal yang membantu menghadapi tantangan dalam menjalani kehidupan. Pendidikan itu sendiri dapat diartikan sebagai upaya mencerdaskan bangsa, menanamkan nilai-nilai moral dan agama, membina kepribadian, mengajarkan pengetahuan, melatih kecakapan, keterampilan, memberikan bimbingan, arahan, tuntutan, teladan dan disiplin. Pendidikan dapat dilakukan dalam berbagai bentuk, namun dalam lingkup formal, pendidikan dilakukan oleh sebuah lembaga yang dinamakan sekolah. Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan kegiatan bimbingan, pengajaran dan latihan dalam rangka membantu siswa agar mampu mengembangkan potensinya baik yang menyangkut aspek moral-spiritual, intelektual, emosional maupun sosial.

Di lingkungan sekolah, guru mengemban tugas untuk menstimulus dan membina perkembangan intelektual siswa serta membina pertumbuhan nilai-nilai, sikap, dan perilaku dalam diri siswa. Sekolah juga merupakan lingkungan yang khusus mengubah tingkah laku secara menetap dalam hubungan seluruh perkembangan kepribadian sebagai anggota masyarakat.

Menurut Hurlock (1980: 220) sekolah merupakan faktor penentu bagi perkembangan kepribadian anak (siswa), baik dalam cara berpikir, bersikap maupun cara berperilaku. Dengan demikian diharapkan remaja tidak melakukan hal yang tidak sesuai atau bahkan memperlihatkan perilaku yang dapat merugikan orang lain. Di antara bentuk perilaku yang tidak sesuai dan menjadi salah satu pusat perhatian saat ini adalah tindak kekerasan yang terjadi di antara siswa atau yang dikenal dengan istilah *bullying*. *Bullying* menurut Wiyani (2012: 15) merupakan tindak kekerasan yang dilakukan oleh seorang siswa atau sekelompok siswa terhadap teman sebayanya.

Coloroso (2006: 44-45) menjelaskan bahwa dalam konteks dunia pendidikan, khususnya di sekolah, istilah *bullying* merujuk pada perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa atau siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut.

Coloroso (2006: 47) menjelaskan perilaku *bullying* setidaknya melibatkan dua pihak utama, yakni pelaku dan korban. Pada pelaku, terjadi disfungsi keyakinan dan pemikiran yang irrasional bahwa dirinya merasa lebih kuat dan untuk menunjukkan kekuatannya tersebut maka pelaku merasa pantas menindas korban yang lebih lemah. Keyakinan tersebut pada akhirnya dimanifestasikan dalam bentuk tindakan yakni mem-*bully* korbannya. Pada saat pelaku mem-*bully* korban, maka dalam diri pelaku muncul rasa superioritas yang mendorong dia untuk terus melakukan *bullying*. Kondisi interrelasi antara disfungsi keyakinan

dan *disruptive behavior* ini akan terus berlanjut sehingga membentuk *vicious circle* yang tak terputus.

Sebaliknya, pada diri korban, pemikiran negatif cenderung muncul setelah dia mendapatkan perlakuan bullying dari pelaku. Korban merasa dirinya lemah, tidak berdaya sehingga pantas untuk di-bully. Akibatnya, korban terus-menerus menerima *bullying* tanpa ada usaha untuk melakukan perlawanan dan kondisi demikian akan semakin menguatkan intensitas *bullying*. Pemaparan di atas mengindikasikan bahwa dalam sebuah peristiwa *bullying*, pelaku dan korban sama-sama merupakan elemen kunci yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Pelaku *bullying* pada umumnya memiliki ciri khas: agresivitas yang tinggi dan kurang memiliki empati (Olweus, 2005 dan Coloroso, 2006). Pada korban, mereka akan mengalami kegagalan dalam mengembangkan rasa percaya diri, merasa terisolasi, menarik diri dan bahkan depresi.

Bentuk-bentuk bantuan yang perlu diberikan kepada pelaku hendaknya fokus kepada upaya menurunkan agresivitasnya dan meningkatkan empatinya. Sementara itu, pada korban, yang perlu ditingkatkan adalah *assertiveness* dan kepercayaan dirinya. Dalam suatu institusi pendidikan, dalam hal ini sekolah, semua orang bisa menjadi korban atau malah menjadi pelaku *bullying*. Teman sebaya adalah yang paling potensial untuk menjadi pelaku *bullying* di lingkungan sekolah. Terjadinya *bullying* di sekolah merupakan suatu proses dinamika kelompok, di mana ada pembagian-pembagian peran diantara para remaja itu sendiri. Peran-peran tersebut adalah: *Bully* (pelaku *bullying*), *Asisten Bully*, *Reinforcer*, *Victim*, *Defender* dan *Outsider*. *Bully* yaitu siswa yang dikategorikan

sebagai pemimpin, yang berinisiatif dan aktif terlibat dalam perilaku *bullying*. Asisten juga terlibat aktif dalam perilaku *bullying*, namun ia cenderung tergantung atau mengikuti perintah *Bully*. *Reinforcer* adalah mereka yang ada ketika kejadian *Bullying* terjadi, ikut menyaksikan, mentertawakan korban, memprovokasi *bully*, mengajak siswa lain untuk menonton dan sebagainya.

*Outsider* adalah orang-orang tahu bahwa hal itu terjadi, namun tidak melakukan apapun, seolah-olah tidak peduli. Untuk menghilangkan sama sekali tindakan *bullying* di sekolah memang tidak mungkin, tapi paling tidak intensitas *bullying* bisa diminimalkan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas memperlihatkan adanya kasus *bullying* yang terjadi di kalangan siswa. Hal ini mengacu dan diperoleh dari hasil wawancara dengan guru BK, guru mata pelajaran, wali kelas dan sejumlah siswa di SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas memperlihatkan hasil yang cukup memprihatinkan dan diperoleh keterangan bahwa *bullying* paling banyak terjadi dalam bentuk ejek-ejekan nama orang tua, ejek-ejekan nama panggilan, menyebar gossip melalui situs jejaring sosial, menginjak kaki dengan sengaja, menyenggol bahu dengan sengaja, perpeloncoan dengan teman, aksi senioritas dan bahkan perkelahian antar siswa. Hal ini paling banyak dilakukan oleh kelas VIII, ada juga beberapa kasus yang melibatkan kelas VII dan kelas IX.

Hasil pengambilan data awal menunjukkan jika 70 % dari 10 siswa kelas VII yang diwawancarai pernah mengalami perilaku *bullying* baik itu berupa cemoohan, ejekan, dikucilkan. Bahkan, siswa sering dimintai uang oleh kakak

kelasnya, baik dengan cara yang halus dengan alasan pinjam uang sampai meminta secara paksa. Pelaku *bully* sendiri merupakan siswa kelas VIII yang berperan sebagai senior disekolah. Siswa kelas VIII pun mendapatkan hal yang sama, seperti perpeloncohan, dan senioritas. Presentasi siswa yang pernah mengalami *bullying* sekitar 80% dari 10 siswa yang diwawancarai.

Dampak dari *bullying* di sekolah membuat siswa menjadi minder, menutup diri, takut untuk bersosialisasi, dan malas untuk masuk ke sekolah. Siswa yang pernah mengalami *bullying* disekolah mengalami kepercayaan diri yang rendah. Hal ini sesuai dengan pemaparan dari guru BK di sekolah tersebut. Beberapa siswa malu untuk bertanya, malu untuk mengungkapkan pendapat dan cenderung diam, canggung dalam menghadapi pertanyaan dari guru, tidak punya motivasi untuk bersaing dalam bidang akademik, sehingga nilai akademiknya pun cenderung rendah. Selain itu, siswa juga merasa bahwa dirinya tidak mampu melakukan sesuatu, hal ini terlihat dari perilaku siswa yang tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Tidak mempunyai keyakinan untuk memperoleh bantuan dari orang lain, sehingga siswa menutup diri terhadap bantuan dari orang lain. Pemaparan yang telah dijelaskan merupakan bagian dari indikator-indikator kepercayaan diri siswa korban *bullying*.

Percaya diri merupakan perasaan yang mendalam pada batin seseorang, bahwa ia mampu berbuat sesuatu untuk dirinya, keluarganya, masyarakatnya, umatnya dan agamanya yang memotivasi untuk optimis, kreatif dan dinamis yang positif (Supriyo, 2008: 44-45). Percaya diri adalah modal dasar seorang manusia dalam memenuhi berbagai kebutuhan sendiri. Seseorang mempunyai kebutuhan

untuk kebebasan berfikir dan berperasaan sehingga seseorang yang mempunyai kebebasan berfikir dan berperasaan akan tumbuh menjadi manusia dengan rasa percaya diri. Salah satu langkah pertama dan utama dalam membangun kepercayaan diri dengan memahami dan meyakini bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kelemahan masing-masing. Kelebihan yang ada di dalam diri seseorang harus dikembangkan dan dimanfaatkan agar menjadi produktif dan berguna bagi orang lain.

Percaya diri merupakan hal penting yang harus dimiliki siswa sehingga siswa mampu untuk mengaktualisasikan dirinya sesuai dengan tugas perkembangannya. Ada beberapa hal yang mempengaruhi percaya diri siswa, diantaranya konsep diri. Terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan suatu kelompok. Menurut Rahmat (2007: 99), konsep diri adalah gambaran dan penilaian pada diri kita. Seseorang yang mempunyai rasa rendah diri biasanya mempunyai konsep diri negatif, sebaliknya orang yang mempunyai rasa percaya diri akan memiliki konsep diri positif. Hal inilah yang menjadikan seorang anak korban *bullying* memiliki kepercayaan diri rendah, karena mereka beranggapan bahwa dirinya tidak berguna dan lemah. Selain itu korban *bullying* juga mempunyai harga diri rendah yang mengakibatkan kurang percaya diri dan biasanya terbentur pada kesulitan sosial serta pesimis dalam pergaulan. Kepercayaan diri juga diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan adalah paling sering menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri. Lebih-lebih jika pada

dasarnya seseorang memiliki rasa tidak aman, kurang kasih sayang dan kurang perhatian.

Faktor-faktor tersebut yang diperkirakan mendukung kurangnya kepercayaan diri pada siswa korban *bullying* yang terjadi di SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan sebelumnya, maka SMP Diponegoro 7 Gumelar dipilih sebagai lokasi penelitian dan kelas VIII di sekolah tersebut ditetapkan sebagai subjek penelitian. Dalam kasus tersebut terdapat 8 siswa yang mengalami kurang percaya diri lebih mencolok dibandingkan teman-temannya. Delapan siswa tersebut, selalu menyendiri ketika istirahat, diam ketika pelajaran, tidak mau bertanya, dan merasa dirinya tidak berguna. Dari kedelapan siswa tersebut setelah dilakukan wawancara dengan guru BK, guru mata pelajaran, wali kelas, dan teman satu kelasnya maka diketahui bahwa terdapat enam anak yang memang benar-benar memerlukan penanganan segera. Keenam siswa tersebut memiliki pemikiran irasional bahwa mereka tidak berdaya, pantas dijauhi teman, bodoh. Hal tersebut berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa dan nilai akademiknya. Beberapa mata pelajaran mendapatkan nilai merah, malas untuk masuk sekolah, dan menganggap bahwa dia tidak mempunyai teman-teman yang benar-benar tulus kepadanya. Semua temannya hanya mau berteman dengan anak-anak yang pintar saja. Temannya hanya akan memperolok diri mereka karena mereka lemah.

Siswa mengalami krisis kepercayaan diri setelah mengalami *bullying* oleh teman sekelasnya ataupun kakak kelasnya. Awalnya siswa hanya di ejek,

kemudian dimintai uang, dan lama-kelamaan siswa tersebut sering diganggu dan dipermalukan. Akibat dari tindakan *bullying* yang dialaminya di sekolah.

Setiap institusi pendidikan harus mengetahui keberadaan dan dampak *bullying* tersebut serta berusaha mencegah hal tersebut terjadi. Karena apabila kejadian *bullying* dibiarkan atau masih terjadi, siswa di sekolah akan mengalami pelecehan-pelecehan atau tindakan kekerasan dan akibatnya secara psikologis mengalami stress dan korban dapat menderita seumur hidupnya. Dilihat dari dampak yang ditimbulkannya, *bullying* pun menimbulkan pengaruh yang luas bagi pihak-pihak yang terlibat di dalamnya. Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa siswa yang menjadi korban *bullying* akan mengalami kesulitan dalam bergaul, tertekan, merasa takut datang ke sekolah sehingga mengalami kesulitan berkonsentrasi dalam mengikuti pelajaran, serta kesehatan mental dan fisik mereka akan terpengaruh bahkan depresi dan berkeinginan untuk bunuh diri (Djuwita, 2006).

Dari pemaparan di atas, tentunya tidak ada satu sekolah pun yang ingin siswa-siswinya ikut andil dalam mengambil peran-peran tersebut. Untuk itu diperlukan suatu upaya untuk menanamkan nilai-nilai luhur dalam berperilaku terhadap siswa untuk menghindarkan mereka dari tindakan dan situasi terkait *bullying*, agar mereka tidak menjadi pelaku *bullying* yang berpotensi untuk tumbuh menjadi kriminal saat mereka dewasa nanti serta siswa dapat berkembang sesuai tugas perkembangannya.

Upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak *bullying* yang salah satunya kurangnya percaya diri siswa dapat dilakukan dengan cara

kerjasama antara guru dan siswa. Bimbingan dan Konseling merupakan upaya bantuan untuk mewujudkan perkembangan individu secara optimal sesuai dengan potensinya masing-masing. Upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* dapat dilakukan dengan konseling individu. Konseling individu merupakan salah satu layanan bimbingan konseling yang dapat membantu siswa dalam mengarahkan dirinya dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dan mengatasi permasalahan yang muncul dalam kehidupannya.

Konseling *rational emotif behaviour therapy (REBT)* menurut Gantina (2011: 226) adalah pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran. Pendekatan REBT bersifat direktif yang membelajarkan kembali konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mencoba mengubah pikiran konseli agar membiarkan pikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku. Pendekatan *rational emotif behaviour therapy* mempunyai banyak teknik yang dapat digunakan diantaranya teknik *home work assignment*. Teknik *home work assignment* merupakan teknik yang dalam pelaksanaannya, klien diberi tugas rumah untuk berlatih membiasakan diri serta menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang merupakan pola perilaku tertentu yang diharapkan. Dengan teknik *home work assignment* ini konseli diharapkan dapat belajar untuk percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki.

Berdasarkan alasan tersebut, maka penelitian ini diberi judul:  
**“Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individual *Rational Emotif Behaviour Therapy* Teknik *Home Work Assignment*”**

**(Penelitian Eksperimen Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas)”**.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan analisis utama yang telah dijelaskan dalam latar belakang, maka diperoleh rumusan masalah utama yaitu apakah konseling *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*?

Dari rumusan masalah tersebut dapat dijabarkan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana gambaran kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas korban *bullying* sebelum mengikuti konseling individual pendekatan *rational emotif behaviour therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*?
- 1.2.2 Bagaimana gambaran kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas korban *bullying* setelah mengikuti konseling individual pendekatan *rational emotif behaviour therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*?
- 1.2.3 Apakah ada perbedaan kepercayaan diri pada siswa kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas korban *bullying* sebelum dan setelah mengikuti konseling individual pendekatan *rational emotif behaviour therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah konseling *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*. Dari tujuan tersebut dapat dijabarkan tujuan penelitian sebagai berikut :

#### 1.3.1 Mengetahui gambaran kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP Diponegoro 7

Gumelar Kabupaten Banyumas korban *bullying* sebelum mengikuti konseling individual pendekatan *rational emotif behaviour therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### 1.3.2 Mengetahui gambaran kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP Diponegoro 7

Gumelar Kabupaten Banyumas korban *bullying* setelah mengikuti konseling individual pendekatan *rational emotif behaviour therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### 1.3.3 Mengetahui apakah ada perbedaan kepercayaan diri pada siswa kelas VIII

SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas korban *bullying* sebelum dan setelah mengikuti konseling individual pendekatan *rational emotif behaviour therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### 1.4.1 Manfaat Teoretis

Secara teoretis penelitian dapat memperkaya khasanah teori tentang *bullying* dan konseling individu dengan pendekatan *rational emotif behavior*

*therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment* dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* di lembaga pendidikan formal dan dapat menguji keefektifan serta menambah wawasan tentang bimbingan dan konseling.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi konselor, memperoleh pengetahuan baru terkait kasus meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*.
- 2) Bagi pihak sekolah, memperoleh pengetahuan baru terkait kasus *bullying*, dampaknya, serta cara meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*.

### 1.5 Sistematika Penulisan Skripsi

Peneliti dalam menyusun skripsi menggunakan sistematika sebagai berikut:

Bagian awal berisi halaman judul, lembar pernyataan, lembar pengesahan, motto dan persembahan, kata pengantar, abstrak, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar, dan daftar lampiran.

Bab 1 Pendahuluan, pada bab ini dikemukakan tentang latar belakang pemilihan judul, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan skripsi.

Bab 2 Tinjauan Pustaka berisi kajian mengenai landasan teori yang mendasari penelitian.

Bab 3 Metode Penelitian berisi uraian metode penelitian yang digunakan dalam penyusunan skripsi. Metode penelitian ini meliputi jenis penelitian, definisi

operasional, rancangan penelitian, metode pengumpulan data, keabsahan data dan analisis data.

Bab 4 Hasil penelitian berisi hasil-hasil penelitian dan pembahasannya.

Bab 5 Penutup berisi tentang penyajian simpulan hasil penelitian dan penyajian saran sebagai implikasi dari hasil penelitian.

Bagian akhir, berisi daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung.



## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

Dalam bab ini pembahasan landasan teori meliputi: (1) Penelitian terdahulu, (2) Kepercayaan diri siswa korban *bullying*, (3) Konseling *rational emotif behaviour therapy* teknik *homework assignment*, (4) Upaya mengatasi kepercayaan diri siswa korban *bullying* melalui pendekatan *rational emotif behaviour therapy* teknik *homework assignment*, (5) Hipotesis.

#### 2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian oleh Wati (2009: 6) yang berupa skripsi, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada korelasi antara perilaku *bullying* dengan kepercayaan diri, semakin tinggi siswa yang menjadi korban *bullying* maka semakin rendah kepercayaan diri siswa, untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa hendaknya siswa dapat mengenali kemampuan yang ada dalam dirinya kemudian mengembangkannya. Berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu masalah kepercayaan diri siswa korban *bullying*.

Penelitian oleh Nurvianti (2009) yang berupa skripsi, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa masalah kurangnya kepercayaan diri siswa korban *bullying* dapat diatasi dengan pendekatan *rational emotif behaviour therapy* teknik *assertive training*. Berhubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu masalah kepercayaan diri siswa korban *bullying* dapat diatasi dengan menggunakan konseling individu.

Dari penelitian terdahulu di atas diperoleh kesimpulan bahwa ada hubungan antara perilaku *bullying* dengan masalah kepercayaan diri serta dalam mengatasi masalah kepercayaan diri siswa korban *bullying* bisa menggunakan pendekatan *rational emotif behaviour therapy*. Penelitian skripsi yang akan dilakukan peneliti merupakan pengembangan dari penelitian terdahulu yaitu untuk mengetahui apakah masalah kepercayaan diri siswa korban *bullying* dapat diatasi melalui konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* teknik *home work assignment*.

## **2.2 Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying***

Berkaitan dengan masalah kepercayaan diri siswa korban *bullying*, akan diuraikan beberapa hal yang meliputi: (1) Pengertian Kepercayaan diri, (2) Jenis-jenis kepercayaan diri, (3) Ciri-ciri kepercayaan diri, (4) Faktor penyebab kurang percaya diri, (5) Upaya mengatasi kurang percaya diri.

### **2.2.1 Pengertian Kepercayaan Diri**

Konsep kepercayaan diri pada dasarnya merupakan suatu keyakinan untuk menjalani kehidupan, mempertimbangkan pilihan dan membuat keputusan sendiri pada diri sendiri bahwa ia mampu untuk melakukan sesuatu. Artinya keyakinan dan percaya diri hanya timbul pada saat seseorang mengerjakan sesuatu yang memang mampu dilakukannya. Pada dasarnya seseorang merasa puas pada dirinya sendiri hanya pada saat melakukan suatu kegiatan, pekerjaan atau menyalurkan kemampuannya. Banyak hal yang dapat dilakukan dan banyak juga kemampuan yang dapat dikuasai seseorang dalam hidupnya. Tetapi jika hanya

kepercayaan dirinya hanya pada hal-hal tersebut maka seseorang tidak akan pernah menjadi orang yang betul-betul memiliki kepercayaan diri. Hal ini karena orang tersebut hanya akan memiliki kepercayaan diri terhadap hal-hal yang berkaitan dengan apa yang dilakukan dan beberapa keterampilan tertentu saja yang dikuasai. Kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup dan berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu dengan baik. Dengan kepercayaan diri yang baik seseorang akan dapat mengaktualisasikan potensi-potensi yang ada dalam dirinya. Percaya diri itu lahir dari kesadaran bahwa ketika seseorang memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang akan dilakukan. Artinya keputusan untuk melakukan sesuatu dan sesuatu yang dilakukan itu bermakna bagi kehidupannya. Jika seseorang memiliki kepercayaan diri di dalam arena sosial, maka akan menjadi tidak gelisah dan lebih nyaman dengan dirinya sendiri serta mampu mengembangkan perilaku dalam situasi sosial (Prayitno, 1995: 1).

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia untuk menghadapi tantangan hidup apapun dengan berbuat sesuatu (Angelis, 2002: 10). Setiap individu mempunyai hak untuk menikmati kebahagiaan dan kepuasan atas apa yang telah diperolehnya, tetapi itu akan sulit dirasakan apabila individu tersebut memiliki kepercayaan diri yang rendah. Bukan hanya ketidakmampuan dalam melakukan suatu pekerjaan, tetapi juga ketidakmampuan dalam menikmati pekerjaan tersebut.

Percaya diri merupakan perasaan yang mendalam pada batin seseorang, bahwa ia mampu berbuat sesuatu untuk dirinya, keluarganya, masyarakatnya,

umatnya dan agamanya yang memotivasi untuk optimis, kreatif dan dinamis yang positif (Supriyo, 2008: 44-45). Ini berarti individu yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat. Individu yang mempunyai kepercayaan diri akan memandang kelemahan sebagai hal yang wajar yang dimiliki oleh setiap individu, karena individu yang memiliki kepercayaan diri akan merubah kelemahan yang dimiliki menjadi motivasi untuk mengembangkan kelebihan dan tidak akan membiarkan kelemahannya tersebut menjadi penghambat dalam mengaktualisasikan diri.

Kepercayaan diri menurut Ghufroon (2011: 35) merupakan keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subyek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis. Ini berarti individu yang mempunyai kepercayaan diri akan memandang kelemahan sebagai hal yang wajar yang dimiliki oleh setiap individu, karena individu yang percaya diri akan merubah kelemahan yang dimiliki menjadi motivasi untuk mengembangkan kelebihan dan tidak akan membiarkan kelemahannya tersebut menjadi penghambat dalam mengaktualisasikan kelebihan yang dimilikinya.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan untuk menjalani kehidupan, mempertimbangkan pilihan dan membuat keputusan sendiri pada diri sendiri bahwa ia mampu untuk melakukan sesuatu.

### 2.2.2 Proses Pembentukan Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri yang melekat pada diri individu bukan bawaan sejak lahir atau turunan anak, melainkan hasil proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar melalui interaksi dengan lingkungannya. Kita sering merespon berbagai rangsangan atau fenomena dari luar kemudian kita mempersepsikannya. Bila kita mempersepsikan secara negatif dalam melakukan sesuatu, maka yang ditimbulkan adalah perasaan yang tidak menyenangkan kemudian timbul perasaan untuk menghindarinya (Surya, 2007: 2).

Hakim (2002: 2) menjelaskan terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses, diantaranya:

1. T  
Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu
2. P  
Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya
3. P  
Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau sulit menyesuaikan diri.
4. P  
Pengalaman didalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Kekurangan pada salah satu proses tersebut, menjadikan seseorang mengalami hambatan untuk mendapatkan rasa percaya diri, dalam hal ini akibat dari *bullying*. Misalnya saja individu yang mengalami hambatan-hambatan dalam

perkembangannya ketika bersosialisasi akan menjadikan seseorang menjadi tertutup dan rendah diri yang pada akhirnya menjadi kurangnya kepercayaan diri.

Menurut Angelis (2002: 16) rasa percaya diri lahir dari kesadaran pada diri sendiri dan tekad untuk melakukan segala sesuatu sampai tujuan yang diinginkan tercapai. Kepercayaan diri bersumber dari hati nurani dan dari keyakinan diri sendiri.

Kepercayaan diri rendah bisa terjadi melalui proses panjang yang dimulai dari pendidikan dalam keluarga. Menurut Hakim (2002:10) awal dari proses tersebut terjadi sebagai berikut:

1. Terbentuknya berbagai kelemahan dalam berbagai aspek kepribadian seseorang yang dimulai dari kehidupan keluarga dan meliputi berbagai aspek, seperti aspek mental, fisik, soisial dan ekonomi.
2. Pemahaman negatif seseorang terhadap dirinya sendiri yang cenderung selalu memikirkan kekurangan tanpa pernah meyakini bahwa ia juga memiliki kelebihan yang mungkin tidak dimiliki oleh orangt lain.
3. Kehidupan sosial yang dijalani dengan sikap yang negatif, seperti merasa rendah diri, suka menyendiri, lari dari tanggung jawab, mengisolasi diri dari kelompok, dan reaksi negatif lainnya, yang justru semakin memperkuat rasa kurang percaya diri pada sesorang.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa proses terbentuknya Kepercayaan diri adalah yang pertama terbentuknya kepribadian sesuai dengan tahap perkembangannya, yang kedua pemahaman terhadap kelebihan dan kekurangan dirinya, yang ketiga melalui pengalaman-pengalaman yang telah dilaluinya dan yang terakhir adalah keyakinan dan tekad untuk melakukan suatu usaha agar tujuan hidupnya tercapai.

### 2.2.3 Jenis-Jenis Kepercayaan Diri

Menurut Angelis (2002: 58-59), kepercayaan diri ada tiga jenis yang perlu dikembangkan yaitu :

1. Kepercayaan Diri dalam tingkah laku, Kepercayaan diri yang berkenaan dengan tingkah laku adalah kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas, baik tugas-tugas yang paling sederhana. Hingga yang bernuansa cita-cita untuk meraih sesuatu.
2. Kepercayaan Diri Emosional, Kepercayaan diri yang berkenaan dengan emosi adalah kepercayaan diri untuk yakin dan mampu menguasai segenap sisi emosi.
3. Kepercayaan Diri Spiritual, Kepercayaan diri yang berkenaan dengan spiritual adalah kepercayaan diri yang terpenting. Tanpa kepercayaan diri spiritual tidak mungkin kita dapat mengembangkan kedua jenis kepercayaan diri lainnya yang bersifat tingkah laku maupun yang bersifat emosional.

Menurut Lindenfield (1997: 4-7), menjelaskan bahwa “kepercayaan diri terdiri dari dua aspek, yaitu Kepercayaan diri batin dan Kepercayaan diri lahir.”

#### 1. Kepercayaan diri batin

Kepercayaan diri batin adalah percaya diri yang memberi kepada perasaan kita dan anggapan bahwa kita dalam keadaan baik. Kepercayaan diri batin mempunyai empat ciri utama yaitu:

##### 1) Cinta diri

Cinta diri adalah peduli tentang diri mereka sendiri, sehingga perilaku dengan gaya hidup yang mereka tampilkan untuk memelihara diri sendiri. Gaya dan tingkah lakunya adalah untuk memelihara diri. Cinta diri pada masing-masing individu sangat diperlukan dalam menumbuhkan kepercayaan diri, karena setiap individu akan menghargai diri.

## 2) Pemahaman diri

Orang yang memiliki Kepercayaan diri batin, juga sangat sadar diri. Mereka tidak terus menerus merenungi diri sendiri, tetapi secara teratur memikirkan perasaan, pikiran, dan perilaku mereka, dan mereka selalu ingin tahu bagaimana pendapat orang lain tentang diri mereka.

## 3) Tujuan yang jelas

Orang yang percaya diri selalu mengetahui tujuan hidupnya. Hal ini dikarenakan ia mempunyai pemikiran yang jelas mengapa seseorang melakukan tindakan tertentu dan hasil apa yang diharapkan.

## 4) Berfikir positif

Orang yang percaya diri bisa melihat kehidupan dari berbagai macam sisi dan mereka berharap serta mencari pengalaman dan hasil yang baik.

## 2. Kepercayaan diri lahir

Kepercayaan diri lahir adalah kepercayaan diri yang memungkinkan kita untuk tampil berperilaku dengan cara menunjukkan kepada dunia luar bahwa kita yakin akan diri kita. kepercayaan diri lahir mempunyai empat ciri utama, yaitu:

### 1) Komunikasi

Orang yang percaya diri mempunyai ketrampilan dalam berkomunikasi sehingga mereka dapat, (1) mendengarkan orang lain dengan tepat, tenang dan penuh perhatian, (2) dapat berkomunikasi dengan rang lain dari segala usia dan dari berbagai latar belakang, (3) tahu kapan dan bagaimana berganti pokok pembicaraan dan dari percakapan biasa kepada percakapan yang lebih

mendalam, (4) berbicara secara fasih dan menggunakan nalar, (5) berbicara di depan umum tanpa rasa takut, (6) membaca dan memanfaatkan bahasa tubuh lain.

## 2) Ketegasan

Ketegasan adalah suatu bentuk sikap dan perilaku seseorang untuk mampu bertindak dengan caranya sendiri tetapi tidak menutup diri dari saran orang lain yang menjadikan dirinya lebih baik, seseorang yang bersikap tegas maka ia juga mempunyai kepercayaan diri.

## 3) Penampilan diri

Orang yang bisa berpenampilan meyakinkan mencerminkan penampilan seseorang yang percaya diri. Dari penampilan dapat terlihat dengan jelas seseorang menunjukkan sikap percaya diri atau tidak.

## 4) Pengendalian perasaan

Perasaan yang tidak dikelola dengan baik, maka dapat membentuk suatu kekuatan besar yang tidak terduga dan mengakibatkan seseorang menjadi lepas kendali.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis kepercayaan diri dapat dikelompokkan menjadi tiga macam, yaitu :

- 1) Kepercayaan diri lahir, yang berkenaan dengan tingkah laku.
- 2) Kepercayaan diri batin, yang berkenaan dengan emosi.
- 3) Kepercayaan diri spiritual, yang berkenaan dengan spiritual.

Berkaitan dengan jenis kepercayaan diri, maka keterkaitan antara jenis kepercayaan diri dengan penelitian adalah untuk menjadi dasar dalam menentukan hal-hal apa saja yang akan diteliti berkaitan dengan kepercayaan diri siswa.

#### **2.2.4 Ciri-Ciri Kepercayaan Diri Rendah**

Rasa percaya diri pada individu dapat dilihat dengan gejala-gejala tertentu yang dapat ditunjukkan dalam berbagai perilaku. Santrock (2003: 338) mengemukakan bahwa indikator perilaku negatif dari individu yang tidak percaya diri antara lain:

1. Melakukan sentuhan yang tidak sesuai atau mengakhiri kontak fisik
2. Merendahkan diri sendiri secara fisik, depresiasi diri
3. Berbicara terlalu kasar, secara tiba-tiba atau dengan nada suara yang datar
4. Tidak mengekspresikan pandangan atau pendapat terutama ketika ditanya.

Menurut Mastuti (2008: 14-15) individu yang memiliki kepercayaan diri rendah ada beberapa ciri-ciri atau karakteristiknya, seperti:

1. Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok
2. Menyimpan rasa takut terhadap penolakan
3. Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah Kemampuan diri sendiri
4. Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil
5. Selalu menempatkan atau memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu
6. Mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib), sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan atau penerimaan suatu bantuan orang lain.

Menurut Supriyo (2008: 45-46) seseorang yang memiliki kepercayaan diri bisa dilihat dari ciri-ciri sebagai berikut:

1. Perasaan takut atau gemetar di saat berbicara dengan orang banyak
2. Sikap pasrah pada kegagalan, memandang masa depan suram
3. Perasaan kurang dicintai atau kurang dihargai oleh lingkungan sekitarnya
4. Selalu berusaha menghindari tugas atau tanggung jawab atau pengorbanan
5. Kurang senang dengan keberhasilan orang lain, terutama rekan sebaya atau seangkatan
6. Sensitifitas batin yang berlebihan. Mudah tersinggung, cepat marah, pendendam
7. Suka menyendiri dan cenderung bersikap egosentris
8. Terlalu berhati-hati berhati-hati ketika berhadapan dengan orang lain sehingga perilakunya terlihat kaku
9. Pergerakannya agak terbatas, seolah-olah sadar bahwa dirinya memang mempunyai banyak kekurangan.
10. Sering menolak apabila diajak ke tempat-tempat ramai.

Masalah kepercayaan diri siswa dapat menimbulkan hambatan besar pada bidang kehidupan pribadi, sosial, belajar dan karirnya. Siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah dalam kehidupan pribadinya diliputi dengan keraguan untuk menentukan suatu tindakan, mudah cemas, selalu tidak yakin, dan mudah patah semangat. Dalam kehidupan sosial, remaja yang kurang percaya diri seringkali menunjukkan sikap yang pasif, merasa malu, menarik diri dari pergaulan, komunikasi terbatas, kurang berani menampilkan kreatifitas dan kurang inisiatif. Dalam bidang belajar remaja yang kurang percaya diri tampak dengan menurunnya kinerja akademik atau prestasi belajar, menyontek yang merupakan gambaran kurangnya percaya diri pada kemampuannya, tidak adanya

keberanian untuk bertanya dan menanggapi penjelasan guru serta grogi kalau disuruh maju ke depan kelas (Sugiharto, 2012: 75).

Dari beberapa pendapat diatas maka diperoleh ciri-ciri Kepercayaan diri rendah antara lain:

- 1) Suka menyendiri
- 2) Takut dan gemetar saat berbicara
- 3) Sering menolak apabila diajak ke tempat ramai
- 4) Pesimis
- 5) Suka melamun

Ciri-ciri percaya diri ini, digunakan sebagai pedoman untuk menentukan apakah siswa mengalami kurang percaya diri atau sudah memiliki percaya diri sehingga mudah untuk menentukan *treatment* yang akan dilakukan.

### **2.2.5 Faktor-faktor Penyebab Kurang Percaya Diri**

Kurangnya percaya diri terhadap seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik berasal dari dalam individu maupun dari luar individu baik itu lingkungan atau orang lain. Faktor penyebab kurang percaya diri menurut Supriyo (2008: 46) dapat berasal dari dalam diri sendiri dan luar dirinya (lingkungan), yang meliputi:

1. Perasaan tidak mampu untuk berbuat lebih baik, dalam segala hal
2. Tidak percaya bahwa dirinya mempunyai kelebihan
3. Merasa curiga terhadap orang lain dan memposisikan diri sebagai korban
4. Beranggapan bahwa orang lainlah yang harus berubah
5. Menolak tanggung jawab hidup untuk mengubah diri menjadi lebih baik

6. Lingkungan yang kurang memberikan kasih sayang/penghargaan, terutama pada masa kanak-kanak dan masa remaja
7. Lingkungan yang menerapkan kedisiplinan otoriter, tidak memberikan kebebasan berfikir, memilih dan berbuat
8. Kegagalan/kekecewaan yang berulang kali tanpa diimbangi dengan optimism yang memadai.
9. Keinginan untuk mencapai kesempurnaan dalam segala hal(idealism yang tidak realistik)
10. Sikap orang tua yang memberikan pendapat dan evaluasi negative terhadap perilaku dan kelemahan anak.

Gufon dan Risnawati (2011: 37-38) menyebutkan bahwa kepercayaan diri individu juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: (1) konsep diri, (2) harga diri, (3) pengalaman, dan (4) pendidikan.

#### 1. Konsep diri

Kepercayaan diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

#### 2. Harga diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri.

#### 3. Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang.

#### 4. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada dibawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi dibandingkan yang berpendidikan rendah.

Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi masalah kepercayaan diri seseorang yaitu :

1. Faktor internal, seperti merasa disakiti orang lain dan tidak percaya bahwa dirinya memiliki kelebihan.
2. Faktor eksternal, hubungan dengan lingkungan yang diliputi guncangan psikologis dan tercekam dalam rasa takut menyebabkan anak tumbuh sesuai bentuk perbuatan orang-orang yang berada di dalam lingkungan ini, sebab anak tersebut akan mewarisi semua perasaan ini melalui interaksi dan adopsi langsung dari lingkungannya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan ini digunakan untuk menganalisis penyebab siswa mengalami krisis kepercayaan diri, hal ini penting dalam melakukan *treatment*.

#### **2.2.6 Bullying**

Berkaitan dengan masalah *bullying* akan diuraikan beberapa hal yang meliputi: (1) Pengertian *bullying*, (2) Bentuk-bentuk *bullying*, (3) Dampak *bullying*, (4) Faktor penyebab *bullying*.

### 2.2.6.1 Pengertian *Bullying*

Dalam beberapa tahun terakhir, fenomena *bullying* mulai mendapat perhatian peneliti, pendidik organisasi perlindungan, dan tokoh masyarakat. *Bullying* merupakan kata yang sudah tidak asing lagi di kalangan masyarakat. Banyaknya kasus mengenai *bullying* inilah yang kemudian menjadi terkenalnya *bullying*. Umumnya masyarakat lebih mengenal *bullying* dengan istilah pengencetan, pemalakan, pengucilan, dan intimidasi (Wiyani, 2012: 17).

Suatu hal yang alamiah bila memandang *bullying* sebagai suatu kejahatan, dikarenakan oleh unsur-unsur yang ada di dalam *bullying* itu sendiri. Susanti (2006: 51) menguraikan unsur-unsur yang terkandung dalam pengertian *bullying* yakni antara lain keinginan untuk menyakiti, tindakan negatif, ketidakseimbangan kekuatan, pengulangan atau repetisi, bukan sekedar penggunaan kekuatan, kesenangan yang dirasakan oleh pelaku dan rasa tertekan di pihak korban.

Menurut Wiyani (2012: 12) *bullying* merupakan perilaku negatif yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang dapat merugikan orang lain. *Bullying* dapat terjadi karena kesalahpahaman (prasangka) antar pihak yang berinteraksi.

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *bullying* merupakan suatu bentuk kekerasan anak yang dilakukan oleh seorang anak atau sekelompok anak terhadap anak lain yang dipikir lebih rendah atau lebih lemah.

### 2.2.6.2 Bentuk-bentuk *Bullying*

Barbara Coloroso (2006: 47-50) merangkum berbagai pendapat ahli dan membagi *bullying* ke dalam empat bentuk, yaitu: (1) *bullying* secara verbal, (2)

*bullying* secara fisik, (3) *bullying* secara relasional, dan (4) *bullying* secara elektronik. Penjelasan dari setiap bentuk *bullying* adalah sebagai berikut:

1. *Bullying* secara verbal

Dari ketiga jenis *bullying*, *bullying* dalam bentuk verbal adalah salah satu jenis yang paling mudah dilakukan, kerap menjadi awal dari perilaku *bullying* yang lainnya serta dapat menjadi langkah pertama menuju pada kekerasan yang lebih jauh.

2. *Bullying* secara fisik

*Bullying* secara fisik yang termasuk jenis ini ialah memukul, mencekik, menyikut, meninju, menendang, menggigit, mencakar, serta meludahi anak yang ditindas hingga ke posisi yang menyakitkan, merusak serta menghancurkan barang-barang milik anak yang tertindas. Kendati *bullying* jenis ini adalah yang paling tampak dan mudah untuk diidentifikasi, namun kejadian *bullying* secara fisik tidak sebanyak *bullying* dalam bentuk lain. Anak yang secara teratur melakukan *bullying* dalam bentuk ini kerap merupakan anak yang paling bermasalah dan cenderung beralih pada tindakan-tindakan kriminal yang lebih lanjut.

3. *Bullying* secara relasional.

*Bullying* secara relasional (pengabaian) digunakan untuk mengasingkan atau menolak seorang teman atau bahkan untuk merusak hubungan persahabatan. *Bullying* secara relasional adalah pelemahan harga diri si korban secara sistematis melalui pengabaian, pengucilan, pengecualian atau penghindaran. Perilaku ini dapat mencakup sikap-sikap yang tersembunyi

seperti pandangan yang agresif, lirik mata, helaan nafas, bahu yang bergidik, cibiran, tawa mengejek dan bahasa tubuh yang kasar. *Bullying* secara relasional mencapai puncak kekuatannya di awal masa remaja, saat terjadi perubahan-perubahan fisik, mental, emosional dan seksual. Ini adalah saat ketika remaja mencoba untuk mengetahui diri mereka dan menyesuaikan diri dengan teman-teman sebaya.

#### 4. *Bullying* elektronik

*Bullying* elektronik merupakan bentuk perilaku *bullying* yang dilakukan pelakunya melalui sarana elektronik seperti komputer, *handphone*, *internet*, *website*, *chatting room*, *e-mail*, SMS dan sebagainya. Biasanya ditujukan untuk meneror korban dengan menggunakan tulisan, animasi, gambar dan rekaman video atau film yang sifatnya mengintimidasi, menyakiti atau menyudutkan. *Bullying* jenis ini biasanya dilakukan oleh kelompok remaja yang telah memiliki pemahaman cukup baik terhadap sarana teknologi informasi dan media elektronik lainnya.

#### 2.2.6.3 Dampak *Bullying*

Dampak *bullying* dapat dibedakan menjadi tiga yaitu: (1) dampak bagi korban *bullying*, (2) dampak bagi pelaku, dan (3) dampak bagi siswa lain yang menyaksikan *bullying* (*bystanders*).

##### 1. Dampak bagi korban *bullying*

Hasil studi yang dilakukan *National Youth Violence Prevention Resource Center* (Sanders, 2003: 118) menunjukkan bahwa *bullying* dapat membuat remaja merasa cemas dan ketakutan, mempengaruhi konsentrasi

belajar di sekolah dan menuntun mereka untuk menghindari sekolah. Bila *bullying* berlanjut dalam jangka waktu yang lama, dapat mempengaruhi *self-esteem* siswa, meningkatkan isolasi sosial, memunculkan perilaku menarik diri, menjadikan remaja rentan terhadap stress dan depresi, serta rasa tidak aman. Dalam kasus yang lebih ekstrim, *bullying* dapat mengakibatkan remaja berbuat nekat, bahkan bisa membunuh atau melakukan bunuh diri (*committed suicide*).

Coloroso (2006: 70) mengemukakan bahayanya jika *bullying* menimpa korban secara berulang-ulang. Konsekuensi *bullying* bagi para korban, yaitu korban akan merasa depresi dan marah, ia marah terhadap dirinya sendiri, terhadap pelaku *bullying*, terhadap orang-orang di sekitarnya dan terhadap orang dewasa yang tidak dapat atau tidak mau menolongnya. Hal tersebut kemudian mulai mempengaruhi prestasi akademiknya. Berhubung tidak mampu lagi muncul dengan cara-cara yang konstruktif untuk mengontrol hidupnya, ia mungkin akan mundur lebih jauh lagi ke dalam pengasingan.

Terkait dengan konsekuensi *bullying*, penelitian Banks (2000, dalam *Northwest Regional Educational Laboratory*, 2001: 33) menunjukkan bahwa perilaku *bullying* berkontribusi terhadap rendahnya tingkat kehadiran, rendahnya prestasi akademik siswa, rendahnya *self-esteem*, tingginya depresi, tingginya kenakalan remaja dan kejahatan orang dewasa. Dampak negatif *bullying* juga tampak pada penurunan skor tes kecerdasan (IQ) dan kemampuan analisis siswa. Berbagai penelitian juga menunjukkan hubungan antara *bullying* dengan meningkatnya depresi dan agresi.

## 2. Dampak bagi pelaku

*National Youth Violence Prevention* mengemukakan bahwa pada umumnya, para pelaku ini memiliki rasa percaya diri yang tinggi dengan harga diri yang tinggi pula, cenderung bersifat agresif dengan perilaku yang pro terhadap kekerasan, tipikal orang berwatak keras, mudah marah dan impulsif, toleransi yang rendah terhadap frustrasi (Sanders, 2003: 118). Para pelaku *bullying* ini memiliki kebutuhan kuat untuk mendominasi orang lain dan kurang berempati terhadap targetnya. Apa yang diungkapkan tersebut sesuai dengan yang dikemukakan oleh Coloroso (2006: 72) mengungkapkan bahwa siswa akan terperangkap dalam peran pelaku *bullying*, tidak dapat mengembangkan hubungan yang sehat, kurang cakap untuk memandang dari perspektif lain, tidak memiliki empati, serta menganggap bahwa dirinya kuat dan disukai sehingga dapat mempengaruhi pola hubungan sosialnya di masa yang akan datang.

Dengan melakukan *bullying*, pelaku akan beranggapan bahwa mereka memiliki kekuasaan terhadap keadaan. Jika dibiarkan terus menerus tanpa intervensi, perilaku *bullying* ini dapat menyebabkan terbentuknya perilaku lain berupa kekerasan terhadap anak dan perilaku kriminal lainnya.

## 3. Dampak bagi siswa lain yang menyaksikan *bullying* (*bystanders*)

Jika *bullying* dibiarkan tanpa tindak lanjut, maka para siswa lain yang menjadi penonton dapat berasumsi bahwa *bullying* adalah perilaku yang diterima secara sosial. Dalam kondisi ini, beberapa siswa mungkin akan bergabung dengan penindas karena takut menjadi sasaran berikutnya dan

beberapa lainnya mungkin hanya akan diam saja tanpa melakukan apapun dan yang paling parah mereka merasa tidak perlu menghentikannya.

#### **2.2.6.4 Faktor yang Menyebabkan *Bullying***

*Bullying* bukanlah suatu tindakan yang kebetulan terjadi, melainkan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor sosial, budaya, dan ekonomi. Biasanya dilakukan oleh pihak-pihak yang merasa lebih kuat, lebih berkuasa, atau bahkan merasa lebih terhormat untuk menindas pihak lain untuk memperoleh keuntungan tertentu ( Wiyani, 2012: 26)

Sejiwa (2008) mengemukakan sedikitnya terdapat tiga faktor yang dapat menyebabkan perilaku *Bullying*, yaitu hubungan keluarga, teman sebaya, pengaruh media.

##### **1. Hubungan keluarga**

Anak akan meniru berbagai nilai dan perilaku anggota keluarga yang ia lihat sehari-hari sehingga menjadi nilai dan perilaku yang ia anut (hasil dari *imitasi*). Sehubungan dengan perilaku *imitasi* anak, jika anak dibesarkan dalam keluarga yang menoleransi kekerasan atau *bullying*, maka ia mempelajari bahwa *bullying* adalah suatu perilaku yang bisa diterima dalam membina suatu hubungan atau dalam mencapai apa yang diinginkannya (*image*), sehingga kemudian ia meniru (*imitasi*) perilaku *bullying* tersebut. Menurut Diena Haryana (sejiwa.or.id), karena faktor orangtua di rumah yang tipe suka memaki, membandingkan atau melakukan kekerasan fisik. Anak pun menganggap benar bahasa kekerasan.

## 2. Teman sebaya

Salah satu faktor besar dari perilaku *bullying* pada remaja disebabkan oleh adanya teman sebaya yang memberikan pengaruh negatif dengan cara menyebarkan ide (baik secara aktif maupun pasif) bahwa *bullying* bukanlah suatu masalah besar dan merupakan suatu hal yang wajar untuk dilakukan. Menurut Djuwita Ratna (2006) pada masanya, remaja memiliki keinginan untuk tidak lagi tergantung pada keluarganya dan mulai mencari dukungan dan rasa aman dari kelompok sebayanya. Jadi *bullying* terjadi karena adanya tuntutan konformitas.

## 3. Pengaruh media

Survey yang dilakukan Kompas terhadap pengaruh media pada perilaku anak menunjukkan bahwa anak meniru adegan-adegan film yang ditontonnya, umumnya mereka meniru gerakannya dan kata-katanya.

### 2.2.6.5 Upaya Menumbuhkan Kepercayaan Diri

Upaya yang dapat dilakukan untuk membantu menumbuhkan kepercayaan dirimenurut Supriyo (2008: 47) yaitu :

1. Menghadapi rasa takut bukan malah menghindarinya
2. Melawan rasa takut
3. Harga diri sendiri sebagai ciptaan Tuhan
4. Perlakukan diri sendiri seolah-olah dirinya adalah sahabat terbaik diri sendiri
5. Mengekspresikan perasaan dengan lebih bebas
6. Membuat rencana hidup agar lebih terarah
7. Bersikap optimis dan berani berkata tentang kebenaran
8. Mencoba cara baru untuk melakukan sesuatu dan jangan menyalahkan diri sendiri
9. Yakin kepada diri sendiri, yakin pada kemampuan yang dimiliki

Selain upaya diatas, upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* adalah konseling individual. Konseling individual merupakan salah satu layanan bimbingan konseling yang dapat membantu siswa dalam mengarahkan dirinya dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dan mengatasi permasalahan yang muncul dalam kehidupannya.

### **2.3 Konseling *Rational Emotif Behaviour Therapy* Teknik *Homework Assigment***

Pendekatan *rational emotif behaviour therapy* merupakan pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran (Gantina, 2011: 201).

Pendekatan *rational emotif behaviour therapy* dapat dilakukan untuk membantu siswa yang mengalami rasa kurang percaya diri, karena rasa kurang percaya diri bermula pada pola pikir yang salah, keragu-raguan yang muncul karena sesuatu hal yang ada pada pikiran siswa tersebut. Pola pikir yang salah disini adalah pola pikir negatif yang muncul pada diri individu, kemudian memunculkan persepsi yang akan merubah sikap atau tingkah laku seseorang, sebagai contoh seseorang selalu merasa tidak yakin akan kemampuannya sendiri padahal belum pernah mencoba untuk menyalurkan kemampuannya tersesebut, sehingga hal tersebut yang nantinya akan membentuk seseorang tersebut menjadi orang yang kurang percaya diri karena selalu ragu akan kemampuannya.

Pendekatan *rational emotif behaviour therapy* merupakan terapi aktif-direktif terstruktur yang memfokuskan pada membantu klien bukan hanya untuk

merasa lebih baik, tetapi dengan mengubah pemikiran dan perilakunya, menjadi lebih baik (Nelson, 2011: 516).

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa Konseling *rational emotif behaviour therapy* adalah sebuah proses pendekatan dengan proses bantuan dalam upaya mengubah pikiran yang irasional menjadi rasional.

### 2.3.1 Pandangan Konseling *Rational Emotif Behaviour Therapy* terhadap Konsep Dasar Manusia

Pendekatan *rational emotif behaviour therapy* memandang bahwa hampir semua manusia memiliki tiga *fundamental goals* (tujuan fundamental), yaitu: untuk tetap hidup, untuk relatif terbebas dari sakit, dan untuk cukup merasa puas (Nelson, 2011: 498).

Menurut Gantina (2011: 202) dalam teori pendekatan *rational emotif behaviour therapy* ada beberapa konsep dasar manusia yaitu:

- a. Manusia dilahirkan dengan potensi berfikir rasional dan irasioal
- b. Manusia adalah makhluk berfikir, perasa dan berbuat
- c. Manusia adalah makhluk yang mudah kena pengaruh (*sugestibel*)
- d. Perilaku verbal dan berfikir bagi manusia
- e. Sumber perilaku ditentukan oleh cara pandang atau nilai
- f. Manusia memiliki verbalisasi diri
- g. Manusia mempunyai kemampuan konfrontasi dan indoktrinasi
- h. Manusia makhluk yang unik

Menurut Corey (2009: 276) Rational Emotive Behavior Therapy memandang manusia pada dasarnya adalah memiliki kecenderungan untuk berpikir rasional dan irasional. Manusia memiliki kecenderungan untuk self-

preservation, kebahagiaan, berpikir dan mengucapkan dengan kata-kata, mencintai, berkumpul dengan yang lain, tumbuh dan aktualisasi diri. Manusia juga memiliki kecenderungan untuk self-destruction, menghindari buah pikiran, prokrastinasi, memiliki kepercayaan di luar kenyataan, perfeksionis dan mencela diri sendiri, kurang bertoleransi, menghindari potensi aktualisasi diri. Ketika berpikir dan bertingkah laku rasional manusia akan efektif, bahagia, dan kompeten. Ketika berpikir dan bertingkah laku irasional individu itu menjadi tidak efektif.

Reaksi emosional seseorang sebagian besar disebabkan oleh evaluasi, interpretasi, dan filosofi yang disadari maupun tidak disadari. Hambatan psikologis atau emosional adalah akibat dari cara berpikir yang tidak logis dan irasional. Emosi menyertai individu yang berpikir dengan penuh prasangka, sangat personal, dan irasional. Berpikir irasional diawali dengan belajar secara tidak logis yang diperoleh dari orang tua dan budaya tempat dibesarkan. Berpikir secara irasional akan tercermin dari verbalisasi yang digunakan. Verbalisasi yang tidak logis menunjukkan cara berpikir yang salah dan verbalisasi yang tepat menunjukkan cara berpikir yang tepat. Perasaan dan pikiran negatif serta penolakan diri harus dilawan dengan cara berpikir yang rasional dan logis, yang dapat diterima menurut akal sehat, serta menggunakan cara verbalisasi yang rasional.

Pendekatan *rational emotif behaviour therapy* memandang manusia sebagai individu yang didominasi oleh sistem berfikir dan sistem perasaan yang berkaitan dalam sistem psikis individu (Gantina, 2011: 202). Sehingga

keberfungsian individu secara psikologis ditentukan oleh pikiran, perasaan, dan tingkah laku. Tiga aspek ini saling berkaitan karena satu aspek mempengaruhi aspek lainnya.

### 2.3.2 Tujuan

Tujuan utama konseling dengan pendekatan *rational emotif behaviour therapy* adalah membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup lebih rasional dan lebih produktif (Gantina, 2011: 213). Pendekatan *rational emotif behaviour therapy* juga mengajarkan individu untuk mengoreksi kesalahan berfikir untuk mereduksi emosi yang tidak diharapkan.

Tujuan dari *pendekatan rational emotif behaviour therapy* dapat dibagi menjadi dua yaitu:

#### 2.3.3.1 Tujuan umum

1. Konselor mengajarkan kepada konseli untuk memisahkan antara perilaku-perilaku yang dinilai dari dirinya sendiri, kepentingan-kepentingannya sendiri dan keseluruhan yang ada pada dirinya sendiri
2. Mengajarkan bagaimana individu menerima dirinya sendiri walaupun dalam keadaan tidak sempurna

#### 2.3.3.2 Tujuan khusus

1. Membantu klien dalam proses mencapai penerimaan diri tanpa syarat (*unconditional self acceptance*) dan penerimaan tanpa syarat orang lain (*unconditional other acceptance*) saat klien lebih mampu menerima diri mereka sendiri, maka mereka cenderung tanpa syarat menerima orang lain
2. *Unconditional life acceptance*

Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling *rational emotif behaviour therapy* adalah memperbaiki sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan, serta pandangan klien yang irasional menjadi rasional agar klien dapat mengembangkan diri, mempertinggi aktualitas yang seoptimal mungkin melalui perilaku kognitif dan efektif yang positif.

### 2.3.3 Prinsip Kerja Konseling *Rational Emotif Behaviour Therapy*

Prinsip-prinsip kerja konseling *rational emotif behaviour therapy* dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Memodifikasi tingkah laku melalui pemberian penguatan agar klien terdorong untuk mengubah perilakunya. Penguatan tersebut hendaknya mempunyai daya yang cukup kuat dan dilaksanakan secara sistematis dan nyata-nyata ditampilkan melalui tingkah laku klien.
2. Mengurangi frekuensi berlangsungnya tingkah laku yang tidak diinginkan, memberikan penguatan terhadap suatu respon yang akan mengakibatkan terhambatnya kemunculan tingkah laku.
3. Mengkondisikan perubahan perilaku melalui pemberian contoh atau model
4. Merencanakan prosedur pemberian penguatan terhadap tingkah laku yang diinginkan. Penguatan dapat berupa ganjaran berbentuk materi maupun keuntungan sosial (Mastuti, 2008: 3)

Rational Emotive Behavior Therapy dilakukan dengan menggunakan prosedur yang bervariasi dan sistematis yang secara khusus dimaksudkan untuk mengubah tingkah laku dalam batas-batas tujuan yang disusun secara bersama-sama oleh konselor dan konseli. Karakteristik proses Rational Emotive Behavior Therapy adalah sebagai berikut: (1) Aktif-direktif, artinya bahwa dalam hubungan konseling konselor lebih aktif membantu mengarahkan konseli dalam menghadapi

dan memecahkan masalahnya, (2) Kognitif-eksperiensial, artinya bahwa hubungan yang dibentuk berfokus pada aspek kognitif dari konseli dan berintikan pemecahan masalah yang rasional, (3) Emotif-eksperiensial, artinya bahwa hubungan konseling yang dikembangkan juga memfokuskan pada aspek emosi konseli dengan mempelajari sumber-sumber gangguan emosional, sekaligus membongkar akar-akar keyakinan yang keliru yang mendasari gangguan tersebut, (4) Behavioristik, artinya bahwa hubungan konseling yang dikembangkan hendaknya menyentuh dan mendorong terjadinya perubahan tingkah laku konseli.

#### 2.3.4 Asumsi Tingkah Laku Bermasalah

Asumsi tingkah laku bermasalah dalam pendekatan *rational emotif behaviour therapy* ditunjukkan dengan adanya keyakinan *irrational* dalam diri individu. Gantina (2011: 205) menyebutkan bahwa Ellis mengidentifikasi sebelas keyakinan *irasional* individu yang dapat mengakibatkan masalah yaitu:

1. Dicintai dan setuju oleh orang lain adalah sesuatu yang sangat esensial
2. Untuk menjadi orang yang berharga individu harus kompeten dan mencapai setiap usahanya.
3. Orang yang tidak bermoral, criminal dan nakal merupakan pihak yang harus disalahkan.
4. Hal yang sangat buruk dan menyebalkan adalah bila sebegala sesuatu tidak terjadi seperti yang saya harapkan.
5. Ketidakhahagiaan merupakan hasil dari peristiwa eksternal yang tidak dapat dikontrol oleh diri sendiri.
6. Sesuatu yang membahayakan harus menjadi perhatian dan harus selalu diingat dalam pikiran.
7. Lari dari kesulitan dan tanggung jawab dari pada menghadapinya.
8. Seseorang harus memiliki orang lain sebagai tempat bergantung dan harus memiliki seseorang yang lebih kuat yang dapat menjadi tempat bersandar.

9. Masa lalu menentukan tingkah laku saat ini dan tidak bisa diubah.
10. Individu bertanggung jawab atas masalah dan kesulitan yang dialami oleh orang lain.
11. Selalu ada jawaban yang benar untuk setiap masalah. Dengan demikian, kegagalan mendapatkan jawaban yang benar merupakan bencana.

Ellis & Dryden (1997: 15-16) menyatakan pribadi bermasalah adalah sebagai berikut:

1. All-or-none thinking: "Jika saya gagal dalam beberapa tugas penting, saya mengalami kegagalan total."
2. Jumping to conclusions and negative non sequiturs: "Sejak mereka melihat saya muram, mereka akan melihat saya sebagai ulat yang tidak kompeten."
3. Fortune-telling: "Karena mereka menertawakan kegagalan saya, mereka akan membenci saya selamanya."
4. Focusing on the negative: "Karena saya tidak dapat bertahan pada hal yang salah, saya tidak dapat melihat sesuatu yang baik yang terjadi pada hidup saya."
5. Disqualifying the positive: "Ketika mereka memuji saya dalam kebaikan yang telah saya lakukan, mereka hanya bersikap ramah kepada saya dan melupakannya."
6. Allness and neverness: "Karena kondisi kehidupan seharusnya baik dan sebetulnya buruk dan sangat tidak dapat ditoleransi, mereka akan selalu menempuh jalan ini dan saya tidak akan pernah merasa bahagia."
7. Minimization: "Kebaikan saya dibidik dalam permainan yang bersifat keberuntungan dan tidak penting. Tetapi keburukanku dibidik, yang mana saya secara mutlak tidak pernah dibuat."
8. Emotional reasoning: "Karena saya pernah tampil buruk, saya merasa seperti orang tolol, dan kekuatan perasaan saya membuktikan bahwa saya tidak ditakdirkan baik."
9. Labeling and overgeneralization: "Karena saya harus tidak gagal dalam pekerjaan penting dan harus selesai, saya adalah pecundang."
10. Personalizing: "Sejak saya bertindak jauh lebih buruk bahwa saya secara mutlak harus bertindak dan mereka menertawakan, saya yakin mereka hanya menertawakan saya, dan ini sangat mengerikan."

11. Phonyism: "Ketika saya tidak melakukan sebaik yang seharusnya saya lakukan dan mereka masih memuji dan menerima saya, saya yakin itu palsu."
12. Perfectionism: "Dalam menyelesaikan pekerjaan, saya harus menyelesaikannya secara sempurna."

Dua pendapat tentang keyakinan irasional dalam konseling *rational emotif behavior therapy* yang lebih sering digunakan sebagai acuan adalah sebelas keyakinan irasional yang dikemukakan oleh Ellis. Hal ini dikarenakan beberapa ahli yang menyebutkan 12 keyakinan irasional ketika dianalisis lebih dalam dapat diklasifikasikan menjadi 11 keyakinan irasional dan kebanyakan para ahli juga menyebutkan 11 keyakinan irasional.

### 2.3.5 Peran Konselor

Konselor *rational emotif behaviour therapy* diharapkan dapat memberikan penghargaan positif tanpa syarat kepada klien atau disebutnya dengan *unconditional self-acceptance* (USA) yaitu penerimaan diri tanpa syarat, bukan dengan syarat (*conditioning regard*), karena filosofi pendekatan *rational emotif behaviour therapy* berpegang bahwa tidak ada manusia yang terkutuk untuk banyak hal (Latipun, 2008: 103).

Peran konselor dalam pendekatan *rational emotif behaviour therapy* menurut Gantina (2011: 214) adalah:

1. Aktif-direktif, yaitu mengambil peran lebih banyak untuk memberikan penjelasan terutama pada awal konseling
2. Mengkonfrontasi pikiran irasional konseli secara langsung
3. Menggunakan berbagai teknik untuk menstimulus konseli untuk berpikir dan mendidik kembali diri konseli sendiri

4. Secara terus-menerus “menyerang” pemikiran irasional konseli
5. Mengajak konseli untuk mengatasi masalahnya dengan kekuatan berpikir bukan emosi
6. Bersifat didaktif

Sikap, peran dan tugas konselor Menurut Corey (2009: 280) konselor yang menggunakan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy memiliki tugas spesifik. Tahap pertama adalah konselor menunjukkan pada konseli bahwa dalam pikirannya saat ini terlalu banyak pikiran-pikiran yang irasional seperti “harus”, “sebaiknya”, dan “seharusnya”. Konselor mendorong dan sering membujuk konseli agar melakukan aktivitas yang akan menyembunyikan keyakinan pengalihan diri mereka. Tahap kedua adalah mendemonstrasikan bahwa konseli mempertahankan gangguan emosi mereka aktif dengan meneruskan berpikir secara tidak logis dan realistis. Tahap ketiga adalah membantu konseli memodifikasi pemikiran dan mengabaikan gagasan irasional mereka. Konselor membantu konseli memahami pikiran irasional yang menyalahkan diri sendiri dan juga mengubah perilaku menyalahkan diri. Tahap keempat adalah menantang konseli untuk mengembangkan filosofis hidup yang rasional sehingga di masa depan mereka mampu menghindari diri agar tidak menjadi korban keyakinan irasional yang lain.

Dari beberapa peran konselor yang disebutkan diatas dapat disimpulkan bahwa peran konselor dalam pendekatan *rational emotif behaviour therapy* adalah: (1) Aktif-derektif yaitu mengambil peran lebih banyak untuk memberikan penjelasan, (2) Bersifat didaktif, (3) Aktif bersama konseli untuk membangun pikiran-pikiran rasional, konfrontasi, persuasive, (4) Mengarahkan konseli untuk membuat pilihan-pilihan dan cara penyelesaian masalah secara rasional dan

adaptif, (5) Mengajarkan cara pandang yang lain dengan model A-B-C, (6) Menunjukkan verbalisasi irasional, (7) Sebagai penantang keyakinan-keyakinan irasional konseli.

### 2.3.6 Prosedur Pelaksanaan Konseling

Tahap-tahap pelaksanaan konseling dengan pendekatan *rational emotif behaviour therapy* dibagi menjadi 3 tahapan (Gantina, 2011: 215-218), yaitu :

1. Tahap 1  
Proses dimana konseli diperlihatkan dan disadarkan bahwa mereka tidak logis dan irrasional. Proses ini membantu klien memahami bagaimana dan mengapa dapat terjadi irrasional. Pada tahap ini konseli diajarkan bahwa mereka mempunyai potensi untuk mengubah hal tersebut.
2. Tahap 2  
Pada tahap ini konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditantang dan diubah. Pada tahap ini konseli mengeksplorasi ide-ide untuk menentukan tujuan-tujuan rasional. Konselor juga mendebat pikiran irasional konseli dengan menggunakan pertanyaan untuk menantang validitas ide tentang diri, orang lain dan lingkungan sekitar. Pada tahap ini konselor menggunakan teknik-teknik konseling REBT untuk membantu konseli mengembangkan pikiran rasional.
3. Tahap 3  
Tahap akhir, konseli dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan fillosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran irasional.

Tahap-tahap pelaksanaan konseling ini proses natural dan berkelanjutan. Tahap ini menggambarkan keseluruhan proses konseling yang dilalui oleh konselor dan konseli.

Tahap-tahap konseling Menurut Froggatt (2005) tahap-tahap Rational Emotive Behavior Therapy secara umum adalah sebagai berikut:

1. Membantu konseli memahami bahwa emosi dan perilaku disebabkan oleh kepercayaan dan pikiran.
2. Menunjukkan bagaimana kepercayaan dan pikiran seseorang mungkin tertutup. Format ABC sangat berguna di sini. Konselor meminta konseli bercerita tentang Antecedent event (A) seperti apa, Belief (B) seperti apa, dan Emotional consequence (C) seperti apa.
3. Mengajarkan konseli bagaimana melawan dan merubah kepercayaan irasional, menggantinya dengan kepercayaan yang lebih rasional.
4. Membantu konseli mengubah perilaku konseli.

Sedangkan tahap-tahap Rational Emotive Behavior Therapy yang lebih rinci dan operasional menurut Froggatt (2005) adalah sebagai berikut.

1. Melibatkan konseli

Hal yang dilakukan dalam tahapan yang pertama yaitu: (1) Membangun hubungan dengan konseli. Ini dapat dicapai menggunakan empati, kehangatan dan respek. (2) Melihat permasalahan yang dialami dan datang karena ingin dibantu penyelesaian permasalahannya. (3) Mungkin cara terbaik adalah melibatkan konseli dalam proses konseling dengan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy.

2. Asesmen masalah, pribadi, dan keadaan

Diawali dari apa yang salah dalam pandangan konseli, kemudian memeriksa beberapa gangguan sekunder: bagaimana perasaan konseli memiliki masalah?, selanjutnya membawa ke asesmen umum: menentukan kemunculan gangguan secara klinis, menggali cerita pribadi dan sosial, asesmen kedalaman suatu masalah, mencatat beberapa faktor kepribadian yang berhubungan, dan yang terakhir memeriksa faktor kausatif non-psikologis seperti kondisi fisik, obat-obatan, gaya hidup/faktor lingkungan.

3. Menyiapkan konseli dalam proses konseling,

Menyiapkan konseli dalam proses konseling, diantaranya (1) klarifikasi tujuan perlakuan untuk memastikan tujuan perlakuan konkrit, spesifik, dan disetujui oleh konselor dan konseli serta menganalisis motivasi konseli untuk berubah. (2) Mengenalkan kaidah dasar tentang Rational Emotive Behavior Therapy. (3) Mendiskusikan pendekatan yang digunakan dan implikasinya dalam perlakuan, kemudian membangun kontrak.

4. Implementasi program perlakuan

Menganalisis masalah spesifik yang mana menjadi target masalah yang akan diselesaikan, memastikan kepercayaan yang dilibatkan, merubahnya, dan mengembangkan home work; mengembangkan perilaku yang fungsional untuk mengurangi kekhawatiran atau memodifikasi cara berperilaku; menambah strategi dan teknik yang sesuai seperti relaksasi, dan pelatihan keterampilan interpersonal.

5. Evaluasi Sebelum berakhirnya proses intervensi biasanya konselor melakukan evaluasi terhadap perlakuan yang diberikan. Hal ini dilakukan untuk memeriksa apakah terjadi peningkatan yang signifikan tentang perubahan konseli dalam berpikir.

6. Menyiapkan pengakhiran untuk konseli

Sesi konseling diakhiri jika konseli sudah merasa lebih baik terkait permasalahan yang sedang dialaminya. Konselor juga akan mengakhiri konseling jika konseli sudah benar-benar terentaskan masalahnya dan jika

masalah itu hadir kembali, konseli bisa dengan mandiri mengentaskan masalahnya sendiri.

Dari beberapa pendapat para ahli terkait tahapan pelaksanaan konseling dengan menggunakan pendekatan *rational emotif behaviour therapy*, dapat diklasifikasikan menjadi empat tahapan, yaitu :

1. Membantu konseli memahami bahwa emosi dan perilaku disebabkan oleh kepercayaan dan pikiran.
2. Menunjukkan bagaimana kepercayaan dan pikiran seseorang mungkin tertutup. Format ABC sangat berguna di sini. Konselor meminta konseli bercerita tentang Antecedent event (A) seperti apa, Belief (B) seperti apa, dan Emotional consequence (C) seperti apa.
3. Mengajarkan konseli bagaimana melawan dan merubah kepercayaan irasional, menggantinya dengan kepercayaan yang lebih rasional.
4. Membantu konseli mengubah perilaku konseli.

### **2.3.7 Teknik-teknik Konseling *Rational Emotif Behaviour Therapy***

Teknik konseling dengan pendekatan konseling *rational emotif behavior therapy* menurut Gantina (2011: 220) dikategorikan menjadi tiga teknik yaitu: (1) teknik kognitif, (2) teknik afektif, dan (3) teknik behavioral yang disesuaikan dengan kondisi klien. Beberapa teknik yang dimaksud antara lain adalah sebagai berikut:

### 2.3.7.1 Teknik Kognitif

#### 1. *Homework Assigment*

Teknik yang dilaksanakan dalam bentuk tugas-tugas rumah untuk melatih, membiasakan diri, dan menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola tingkah laku yang diharapkan. Dengan tugas rumah yang diberikan, klien diharapkan dapat mengurangi atau menghilangkan ide-ide dan perasaan-perasaan yang tidak rasional dan tidak logis, mempelajari bahan-bahan tertentu yang ditugaskan untuk mengubah aspek-aspek kognisinya yang keliru, mengadakan latihan-latihan tertentu berdasarkan tugas yang diberikan.

#### 2. Latihan assertive

Teknik untuk melatih keberanian klien dalam mengekspresikan tingkah laku-tingkah laku tertentu yang diharapkan melalui bermain peran, latihan, atau meniru model-model sosial. Maksud utama teknik latihan asertif adalah :

- a. Mendorong kemampuan klien mengekspresikan berbagai hal yang berhubungan dengan emosinya;
- b. Membangkitkan kemampuan klien dalam mengungkapkan hak asasinya sendiri tanpa menolak atau memusuhi hak asasi orang lain
- c. Mendorong klien untuk meningkatkan kepercayaan dan kemampuan diri.
- d. Meningkatkan kemampuan untuk memilih tingkah laku-tingkah laku asertif yang cocok untuk diri sendiri

### 2.3.7.2 Teknik Afektif

#### 1. Assertive adaptive

Teknik yang digunakan untuk melatih, mendorong, dan membiasakan klien untuk secara terus-menerus menyesuaikan dirinya dengan tingkah laku yang diinginkan. Latihan-latihan yang diberikan lebih bersifat pendisiplinan diri klien.

#### 2. Bermain peran

Teknik untuk mengekspresikan berbagai jenis perasaan yang menekan (perasaan-perasaan negatif) melalui suatu suasana yang dikondisikan sedemikian rupa sehingga klien dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri melalui peran tertentu.

#### 3. Imitasi

Teknik untuk menirukan secara terus menerus suatu model tingkah laku tertentu dengan maksud menghadapi dan menghilangkan tingkah lakunya sendiri yang negatif.

### 2.3.7.3 Teknik Behavioral

#### 1. *Reinforcement*

Teknik untuk mendorong klien ke arah tingkah laku yang lebih rasional dan logis dengan jalan memberikan pujian verbal (*reward*) ataupun hukuman (*punishment*). Teknik ini dimaksudkan untuk membongkar sistem nilai dan keyakinan yang irrasional pada klien dan menggantinya dengan sistem nilai yang positif. Dengan memberikan *reward* ataupun *punishment*, maka klien akan menginternalisasikan sistem nilai yang diharapkan kepadanya.

## 2. *Social modeling*

Teknik untuk membentuk tingkah laku-tingkah laku baru pada klien. Teknik ini dilakukan agar klien dapat hidup dalam suatu model sosial yang diharapkan dengan cara *imitasi* (meniru), mengobservasi, dan menyesuaikan dirinya dan menginternalisasikan norma-norma dalam sistem model sosial dengan masalah tertentu yang telah disiapkan oleh konselor.

Dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* melalui pendekatan *rational emotif behavior therapy*, pemilihan teknik dapat dilakukan dengan melihat latar belakang masalah klien. Pada dasarnya seluruh teknik yang dimiliki konseling *rational emotif behavior therapy* dapat digunakan dalam pemecahan masalah, akan tetapi dapat dipilih beberapa teknik yang dirasa lebih cocok dan efektif digunakan untuk memecahkan masalah tertentu yang dialami klien. Pada penelitian ini teknik yang digunakan adalah teknik *homework asignment*. Dengan *homework asignment* diharapkan klien dapat menghilangkan ide-ide atau perasaan-perasaan tertentu, mempraktikkan respon-respon tertentu, berkonfrontasi dengan *self verbalitation* yang mendahuluinya, mempelajari bahan-bahan tertentu yang ditugaskan untuk mengubah aspek kognisinya yang keliru, melakukan latihan-latihan tertentu berdasarkan tugas yang diberikan.

### 2.3.8 Teknik *Homework Assigment*

Pujosuwarno (1993: 20) menjelaskan bahwa dalam teknik "*homework assigment*" ini klien diberi tugas-tugas rumah untuk berlatih membiasakan diri serta menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menentukan pola tertentu

yang diharapkan”. Dengan tugas rumah, diharapkan klien dapat menghilangkan ide-ide atau perasaan-perasaan tertentu, mempraktikkan respon-respon tertentu, berkonfrontasi dengan *self verbalitation* yang mendahuluinya, mempelajari bahan-bahan tertentu yang ditugaskan untuk mengubah aspek kognisinya yang keliru, melakukan latihan-latihan tertentu berdasarkan tugas yang diberikan. Selanjutnya tugas yang diberikan, dilaporkan oleh klien dalam suatu pertemuan tatap muka dengan konselor. Tugas atau latihan yang diberikan kepada tiap klien berbeda, hal ini didasarkan pada *believe irrational* yang selama ini dipelihara oleh klien.

Teknik *home work assigment* dapat digunakan sebagai *self-help work*. Terdapat beberapa aktivitas yang dapat digunakan dalam *homework assigment* yaitu: membaca, menulis, mendengarkan, mengimajinasikan, berpikir, relaksasi dan *distraction*, serta aktivitas (Gantina, 2011: 225).

Tujuan *home work assigment* menurut Gantina (2011: 226) adalah untuk membina dan mengembangkan sikap bertanggung jawab, percaya pada diri sendiri serta kemampuan untuk mengevaluasi kemajuan dalam mempraktikkan ketrampilan yang baru atau perilaku baru dalam situasi kehidupan nyata.

Teknik *homework asigment* juga digunakan untuk membina dan mengembangkan sikap bertanggung jawab, percaya pada diri sendiri serta kemampuan untuk mengevaluasi kemajuan dalam mempraktikkan ketrampilan yang baru atau perilaku baru dalam situasi kehidupan nyata. Chatarina (2007: 24) menyatakan bahwa “dengan menggunakan teknik *homework assigment*, individu didorong dan dimodifikasi aspek kognitifnya agar dapat berfikir dengan

cara rasional dan logis ”. Dengan demikian, klien dapat berbuat sesuai sistem nilai yang diharapkan baik terhadap dirinya sendiri maupun lingkungannya.

Tahap-tahap teknik *homework assignment* dalam permasalahan yang dialami siswa dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Secara singkat mendeskripsikan rasional dan ringkasan proses pelaksanaan teknik *homework assignment*
2. Mengemukakan instruksi-instruksi tentang teknik *homework assignment*
3. Memberikan pandangan tentang apa yang tercakup dalam teknik *homework assignment*
4. Menggunakan penjelasan untuk menentukan masalah khusus terkait penggunaan teknik *homework assignment*
5. Melatih klien tentang cara melakukan ketrampilan teknik *homework assignment* yang dibutuhkan, jawaban secara sukarela, dan juga inisiatif untuk mencoba latihan.
6. Meminta klien untuk membaca biografi singkat dari tokoh-tokoh yang menginspirasi (Dahlan Iskan, Chairil Tanjung, dan Sudi Artawan) dan melatih ketrampilan yang dibutuhkan terkait masalah sebagai pekerjaan rumah
7. Meminta klien menceritakan gambaran pelaksanaan pekerjaan rumah yang telah ia laksanakan, sebagai upaya dalam mendiskusikannya.

Latihan atas pengarahan diri dalam bentuk pekerjaan rumah (*homework assignment*) merupakan terapi yang paling penting untuk di generalisasi. Jika seseorang dapat mempraktekkan atau menerapkan prosedur itu diluar sesi

konseling, kemungkinan penggunaan tingkah laku baru atau pengentasan dalam situasi actual adalah benar-benar tinggi. Seperti halnya yang dikemukakan oleh Kadzin dan Mascirellin (dalam Abimanyu dan Manrihu, 1996: 289-290) bahwa pekerjaan rumah mempertinggi unjuk kerja, kemungkinan karena klien diinstruksikan untuk menggunakan tingkah laku yang diinginkan secara nyata diantara sesi terapi. Pekerjaan rumah dapat mencakup keseluruhan klien mengidentifikasi beberapa situasi dalam kehidupan sehari-hari mereka, dimana mereka dapat menggunakan respon-respon yang diinginkan itu. Dalam mengatur tugas-tugas pekerjaan rumah itu konselor dan klien hendaknya menetapkan seberapa sering, seberapa lama, seberapa kali selama sehari, dan dimana praktek itu akan dilakukan.

Menurut Winkel (2007: 436), untuk melengkapi diskusi tentang rangkaian keyakinan irasional yang harus diubah, konselor sering memberikan pekerjaan rumah (*homework assignment*), seperti melakukan sesuatu yang berlawanan dengan keyakinannya yang tidak masuk akal, membayangkan reaksi perasaan yang wajar untuk melawan yang tidak wajar (*rational emotif imagery*) dan mengisi format yang disebut *rational self help form* yang telah diterbitkan oleh The Institute for *Rational Emotif Therapy* di New York City.

Selain itu, menurut Jones (2011: 526-528) *rational emotif behavior therapy* menggunakan teknik *homework assignment* untuk mengembangkan ketrampilan *disputing* yaitu rekaman suara sesi-sesi, *self help forms* (bentuk bantuan diri), *reminder cards* (kartu-kartu pengingat), *referenting* (meminta klien melakukan analisis untung-rugi dari mengubah keyakinan irasional), melatih

*rational emotif behavior therapy* pada orang lain, memvisualisasikan (klien diberitahu cara memvisualisasikan dirinya pada situasi yang diikutinya), *bibliografi* (memberikan buku-buku untuk dibaca klien), *self help cassettes* (klien menonton rekaman video terapis-terapis yang menangani masalah klien). Dalam penelitian ini, tugas rumah yang diberikan yaitu *bibliografi* (memberikan buku-buku untuk dibaca klien), serta tugas yang melatih klien melakukan tingkah laku yang menunjang ketrampilan-ketrampilan berkomunikasi, menganggulangi segala kendala, terbuka terhadap bantuan orang lain (disesuaikan dengan penyebab masalah klien yang dialami) agar semakin memperkuat keyakinan rasional yang telah terbentuk untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*.

Pelaksanaan teknik *homework assignment* dalam penelitian ini yaitu dengan memberikan tugas rumah pada klien berupa membaca ringkasan perjalanan hidup dari Dahlan Iskan, Chairil Tanjung, serta Sudi Artawan. Dengan membaca biografi tokoh-tokoh tersebut diharapkan motivasi siswa dapat tergugah, karena dalam kisah perjalanan hidup tokoh-tokoh tersebut dijelaskan bagaimana perjuangan orang yang miskin, selalu diejek oleh teman-temannya tapi berkat usaha dan kepercayaan dirinya sekarang ketiga tokoh tersebut menjadi sukses. Harapannya klien menjadi sadar bahwa semua orang mempunyai kesempatan untuk menjadi sukses asalkan mau berusaha dan selalu yakin dengan keyakinan yang dimiliki.

Dengan tugas rumah yang diberikan, klien diharapkan dapat mengurangi atau menghilangkan ide-ide dan perasaan-perasaan yang tidak rasional dan tidak logis, mempelajari bahan-bahan tertentu yang ditugaskan untuk mengubah aspek

kognisinya yang keliru dan mengadakan latihan-latihan tertentu berdasarkan tugas yang diberikan. Pelaksanaan *homework assignment* yang diberikan kepada klien dilaporkan oleh klien dalam suatu pertemuan tatap muka dengan konselor, sesuai dengan pendapat Ellis dalam Corey (2007: 255) menyatakan bahwa kebanyakan klien yang ditangani secara individual memiliki suatu session setiap minggunya.

Penugasan dilaporkan oleh klien setiap pertemuan konseling setelah pemberian tugas dilakukan konselor kepada klien. Setiap pertemuan tersebut, dilakukan evaluasi tugas yang telah dilakukan untuk melihat perkembangan dan kemajuan klien terhadap masalahnya yaitu sampai menghilangkan gejala-gejala dari masalah yang dialami dan konseli dapat belajar menerapkan keyakinan rasional dalam menjalankan kehidupannya. Dengan penjelasan diatas, secara keseluruhan dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa teknik *homework assignment* merupakan teknik yang dilaksanakan dalam bentuk tugas-tugas rumah untuk melengkapi proses *dispute* (menantang keyakinan irasional) saat proses konseling serta memperkuat keyakinan rasional baru yang telah terbentuk saat proses *dispute* dengan melatih, membiasakan diri, dan menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola tingkah laku yang diharapkan.

#### **2.4 Upaya Mengatasi Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling *Rational Emotif Behaviour Therapy* Teknik *Home Work Assignment***

Kurangnya kepercayaan diri pada individu bisa muncul karena adanya faktor internal (dalam diri individu sendiri) maupun faktor yang berasal dari luar.

Dalam hal ini adalah rendahnya kepercayaan diri siswa sebagai dampak dari adanya perilaku *bullying* yang dialami dalam kehidupannya.

Ciri-ciri yang ditunjukkan oleh siswa korban *bullying* di kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar diantaranya yaitu sering merasa tidak berguna, tidak bisa berbuat apa-apa, lemah, bodoh, takut untuk bersosialisasi dengan orang lain, sehingga cenderung menutup diri, minder dan tidak mau bergaul.

Masalah kepercayaan diri siswa korban *bullying* apabila dibiarkan terus-menerus akan mengganggu perkembangan kepribadian, sikap dan perilaku siswa itu sendiri. Hal tersebut akan menjadi lebih baik jika ditangani sejak awal, maka diperlukan salah satu cara untuk mengatasi masalah kepercayaan diri siswa korban *bullying* salah satunya dengan menggunakan konseling individu. Konseling individu merupakan salah satu layanan bimbingan konseling yang dapat membantu siswa dalam mengarahkan dirinya dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dan mengatasi permasalahan yang muncul dalam kehidupannya. Pendekatan *rational emotif behaviour therapy* teknik *homework assignment* dapat dilakukan untuk membantu siswa yang mengalami rasa kurang percaya diri dengan memberikan tugas rumah untuk membaca biografi tokoh-tokoh yang menginspirasi, karena rasa kurang percaya diri bermula pada pola pikir yang salah, keragu-raguan yang muncul karena sesuatu hal yang ada pada pikiran siswa tersebut. Pola pikir yang salah disini adalah pola pikir negatif yang muncul pada diri individu, kemudian memunculkan persepsi yang akan merubah sikap atau tingkah laku seseorang, sebagai contoh seseorang selalu merasa tidak yakin akan kemampuannya sendiri padahal belum pernah mencoba untuk

menyalurkan kemampuannya tersesebut, sehingga hal tersebut yang nantinya akan membentuk seseorang tersebut menjadi orang yang kurang percaya diri karena selalu ragu akan kemampuannya. Dengan membaca biografi dari tokoh-tokoh tersebut diharapkan siswa menjadi termotivasi serta tergugah semangatnya untuk berusaha melakukan yang terbaik seperti ketiga tokoh tersebut. dimana ketiga tokoh tersebut dulunya miskin, selalu diejek oleh teman-temannya tapi dengan usahanya sekarang menjadi sukses dan menjadi orang yang dihormati. Seperti Chairil Tanjung dulunya diejek sebagai anak singkong dan sekarang telah membuktikan bahwa anak singkong telah sukses berkat kerja keras dan usahanya.

Melalui kegiatan konseling *rational emotif behaviour therapy* dengan menggunakan teknik *homework assigment* diharapkan klien akan mampu mengalahkan pemikiran irasionalnya sehingga dia menjadi percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki sehingga mereka mampu mengaktualisasikan diri sesuai dengan tugas perkembangan mereka.

## 2.5 Hipotesis

Merujuk pada teori diatas maka hipotesis dari penelitian ini adalah kurangnya kepercayaan diri pada enam siswa korban *bullying* dapat diatasi melalui konseling individu pendekatan *rational emotif behaviour therapy* dengan menggunakan teknik *homework assigment*.

## BAB 3

### METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan hal yang penting dalam suatu penelitian. Dalam metode penelitian dijelaskan tentang urutan suatu penelitian yang akan dilakukan. Hal terpenting yang perlu diperhatikan bagi seorang praktikan adalah pada ketepatan penggunaan metode yang sesuai dengan objek penelitian dan tujuan yang ingin dicapai dengan penguasaan metode penelitian yang mantap diharapkan penelitian dapat berjalan dengan baik, terarah dan sistematis. Dalam bab ini akan dipaparkan tentang jenis penelitian, *design* penelitian, rancangan penelitian, variabel penelitian, definisi operasional, subyek penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, dan keabsahan data.

#### 3.1 Jenis Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri korban *bullying* kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar melalui konseling *rational emotif behaviour therapy* dengan menggunakan teknik *home work assigment*. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen.

Menurut Sugiyono (2009: 11), metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh *treatment* (perlakuan) tertentu. Jadi dapat dipahami bahwa eksperimen adalah suatu penelitian yang berusaha mencari pengaruh variabel tertentu terhadap variabel yang lain dalam kondisi yang terkontrol secara ketat. Alasan peneliti menggunakan eksperimen

dalam penelitian ini adalah untuk melihat akibat dari suatu perlakuan (layanan konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment* ) terhadap variabel yang lain (kepercayaan diri korban *bullying*).

### 3.2 Design Penelitian

Desain penelitian adalah semua proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian. Desain penelitian yang digunakan adalah *the one group pretest-posttest design*. *The one group pretest-posttest design* adalah penelitian eksperimen dimana sebelum diberi perlakuan dilakukan pretest terlebih dahulu, hasil perlakuan dapat diketahui dengan lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan (Nursyahidah, 2012:6).

Bentuk bagan desain tersebut adalah sebagai berikut :

Tabel 3.1

O1	X	O2
<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>

### 3.3 Rancangan Penelitian

Sebelum melaksanakan penelitian, yang harus dilakukan terlebih dahulu adalah membuat rancangan penelitian, agar pelaksanaan penelitian lebih terarah dan sistematis. Rancangan penelitian untuk penelitian ini adalah sebagai berikut.

### 3.3.1 Pre Test

Pre test dilakukan pada siswa yang memiliki kepercayaan diri kurang akibat *bullying* dengan melakukan pengamatan dan wawancara mendalam. Tujuan pelaksanaan pre test dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa korban *bullying* sebelum diberi *treatment*.

### 3.3.2 Treatment

Perlakuan diberikan melalui layanan konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignmet*. Ada beberapa tahapan yang dilakukan dalam pemberian perlakuan atau *treatment*, antara lain:

#### 3.3.2.1 Tahap pertama

Proses dimana klien diperlihatkan dan disadarkan bahwa mereka tidak logis dan irasional. Proses ini membantu klien memahami bagaimana dan mengapa dapat terjadi irasional. Pada tahap ini klien diajarkan bahwa mereka mempunyai potensi untuk mengubah hal tersebut. Berikut tahap pertama konseling individu secara lebih rinci:

- 1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah
- 2) Penentuan tujuan konseling
- 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT
- 4) Menunjukkan keyakinan irasional yang dimiliki klien

#### 3.3.2.2 Tahap kedua

Pada tahap ini konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditantang dan diubah. Pada tahap ini praktikan

mengeksplorasi ide-ide untuk menentukan tujuan-tujuan rasional. Konselor juga mendebat pikiran irasional konseli dengan menggunakan pertanyaan untuk menantang validitas ide tentang diri, orang lain dan lingkungan sekitar. Pada tahap ini praktikan menggunakan teknik-teknik konseling REBT untuk membantu konseli mengembangkan pikiran rasional. Berikut tahap kedua konseling individu secara lebih rinci:

- 1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien
- 2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional
- 3) Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis
- 4) Memberikan *home work assignment*

#### 3.3.2.3 Tahap ketiga

Tahap ketiga, konseli dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran irasional. Berikut tahap ketiga konseling individu secara lebih rinci:

- 1) Mendiskusikan keyakinan irasional yang dimiliki klien
- 2) Mendiskusikan *home work* yang telah dilakukan
- 3) Membuat cara pandang yang baru atas masalahnya, evaluasi, dan terminasi

#### 3.3.2.4 Tahap keempat

Pertemuan keempat konseling ini merupakan *follow up* dari kegiatan konseling. Pertemuan terakhir ini mendiskusikan perkembangan siswa ketika di dalam kelas serta di luar kelas mengenai kepercayaan dirinya.

### 3.3.3 Post Test

Post test adalah pengukuran kepada responden setelah diberikan treatment atau perlakuan yaitu layanan konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* menggunakan teknik *home weork assigment*. Post test bertujuan untuk mengetahui keberhasilan dalam pelaksanaan tratment, dan untuk mengetahui apakah kepercayaan diri siswa korban *bullying* sudah mengalami peningkatan atau teratasi.

## 3.4 Variabel Penelitian

Variabel merupakan objek penelitian yang bervariasi (Arikunto, 2006: 116). Jadi variabel adalah semua hal yang menjadi objek pengamatan penelitian dimana sebagai faktor yang berperan penting dalam penelitian dan sasaran penelitian.

### 3.4.1 Identifikasi Variabel

(1) Variable terikat

Variabel terikat adalah variabel yang terpengaruh oleh variabel bebas yang merupakan tolak ukur dari keberhasilan perlakuan eksperimen sehingga variabel kriteria dianggap yang paling utama dari keberhasilan perlakuan. Variable terikat disini adalah kepercayaan diri siswa korban *bullying*.

(2) Variabel bebas

Variabel bebas adalah variabel yang dipandang sebagai sebab munculnya atau terjadinya perubahan pada variabel lain. Variable bebas disini adalah

konseling individu pendekatan *rational emotif behaviour therapy* dengan teknik *home work assigment*.

### **3.4.2 Hubungan Antar Variabel**

Hubungan antara variabel bebas menyebabkan munculnya variabel lain yaitu variabel terikat. Dalam penelitian ini kurang percaya diri siswa korban *bullying* dapat ditingkatkan melalui konseling individual pendekatan *rational emotif behaviour therapy* dengan menggunakan teknik *home work assigment*.

### **3.5 Definisi Operasional**

Definisi operasional merupakan suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Untuk mengoperasionalkan variabel penelitian, maka perlu dirumuskan definisi operasional variabel penelitian.

Definisi operasional dalam penelitian ini adalah meningkatkan kepercayaan diri korban *bullying* dengan menggunakan konseling individual pendekatan *rational emotif behaviour therapy* teknik *home work assigment*. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini sebagai berikut:

#### **3.5.1 Kepercayaan diri siswa korban *bullying***

Kepercayaan diri siswa korban *bullying* merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya.

### 3.5.2 **Konseling Pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assignment***

Konsep konseling *rational emotif behavior therapy* menggunakan teknik *home work assignment* merupakan aliran psikoterapi yang mengubah pemikiran irasional klien mengenai kurang percaya diri yang dialaminya menjadi pemikiran rasional dan memberikan tugas rumah kepada klien berupa membaca biografi dari Dahlan Iskan, Chairil Tanjung, dan Sudi Artawan agar klien dapat tergugah semangat serta termotivasi sehingga menghilangkan ide-ide atau perasaan-perasaan irasional dalam situasi tertentu. Tahap-tahap konseling *rational emotif behavior therapy* yaitu :

1. Pembinaan hubungan baik
2. Mengidentifikasi masalah
3. Mencanangkan tujuan
4. Menjelaskan prinsip ABC kepada klien
5. Menunjukkan keyakinan irrasional klien
6. Mempertentangkan dan menyerang keyakinan irasional klien. Dalam tahap ini, *home work assigment* diterapkan
7. Mengajarkan cara berpikir logis dan empiris
8. Mendiskusikan keyakinan irrasional yang ada di masyarakat

Teknik *homework assignment* dalam penelitian ini maksudnya adalah klien diberi tugas-tugas rumah. Tujuan teknik ini adalah untuk membina dan mengembangkan sikap bertanggung jawab, percaya pada diri sendiri serta

Kemampuan untuk mengevaluasi kemajuan dalam mempraktikkan ketrampilan yang baru atau perilaku baru dalam situasi kehidupan nyata.

Tahap-tahap teknik *homework assignment* dalam permasalahan yang dialami siswa dapat dijelaskan sebagai berikut:

8. Secara singkat mendeskripsikan rasional dan ringkasan proses pelaksanaan teknik *homework assignment*
9. Mengemukakan instruksi-instruksi tentang teknik *homework assignment*
10. Memberikan pandangan tentang apa yang tercakup dalam teknik *homework assignment*
11. Menggunakan penjelasan untuk menentukan masalah khusus terkait penggunaan teknik *homework assignment*
12. Melatih klien tentang cara melakukan ketrampilan teknik *homework assignment* yang dibutuhkan, jawaban secara sukarela, dan juga inisiatif untuk mencoba latihan.
13. Meminta klien untuk membaca biografi singkat dari tokoh-tokoh yang menginspirasi (Dahlan Iskan, Chairil Tanjung, dan Sudi Artawan) dan melatih ketrampilan yang dibutuhkan terkait masalah sebagai pekerjaan rumah
14. Meminta klien menceritakan gambaran pelaksanaan pekerjaan rumah yang telah ia laksanakan, sebagai upaya dalam mendiskusikannya.

### 3.6 Subyek Penelitian

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa korban *bullying* yang mengalami kurang percaya diri SMP Diponegoro 7 Gumelar. Pengambilan subyek penelitian menggunakan logika sampling. Sampling yang digunakan disini adalah *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2009: 118), *purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Dari pendapat tersebut dapat dijelaskan bahwa kasus yang dipilih dalam penelitian ini adalah kasus kepercayaan diri rendah siswa korban *bullying* yang berakibat pada masa depan siswa tersebut.

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil 6 subyek penelitian yang memiliki kepercayaan diri rendah pada siswa korban *bullying*. Pemilihan subyek penelitian dalam penelitian ini yaitu sejumlah individu yang memegang peranan penting terhadap apa yang diteliti. Pemilihan subyek penelitian berdasarkan hasil wawancara terhadap guru BK, guru mata pelajaran, dan wali kelas.

Dibawah ini merupakan penjelasan mengenai alur penetapan subyek dalam penelitian ini.

1. Peneliti melakukan wawancara dengan guru BK, guru mata pelajaran, wali kelas untuk memperoleh data siswa yang mengalami kurang kepercayaan diri.
2. Semua data hasil wawancara dianalisis serta dipadukan untuk menentukan siswa yang akan diteliti.
3. Dari hasil wawancara diperoleh bahwa terdapat 8 siswa yang mengalami kepercayaan diri rendah dari kelas VIII kemudian diseleksi lagi sampai

menemukan 6 siswa yang paling rendah tingkat kepercayaan dirinya dengan melakukan wawancara dengan delapan siswa tersebut.

4. Dari 6 siswa kemudian dilakukan wawancara mendalam untuk mengetahui masalah yang sebenarnya terjadi pada siswa tersebut.

### 3.6.1 Populasi

Populasi menurut Sugiyono (2009: 117) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi penelitian ini adalah siswa SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas.

### 3.6.2 Sampel

Menurut Sugiyono (2009: 117) sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel dalam penelitian adalah siswa kelas VIII, pengambilan sampel penelitian diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* (sampel bertujuan) yaitu pengambilan sampel bertujuan untuk mengategorikan korban *bullying* yang memiliki kepercayaan diri rendah melalui wawancara dan observasi.

Pengambilan sampel dilakukan di kelas VIII dikarenakan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas memperlihatkan adanya kasus *bullying* yang terjadi di kalangan siswa. Hal ini mengacu dan diperoleh dari hasil wawancara dengan guru BK, wali kelas dan guru mata pelajaran di SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas memperlihatkan hasil yang cukup memprihatinkan dan diperoleh keterangan

bahwa *bullying* paling banyak terjadi dalam bentuk ejek-ejekan nama orang tua, ejek-ejekan nama panggilan, menyebarkan *gossip* melalui situs jejaring sosial, menginjak kaki dengan sengaja, menyenggol bahu dengan sengaja, perpeloncoan dengan teman, aksi senioritas dan bahkan perkelahian antar siswa. *Bullying* ini paling banyak dilakukan oleh kelas VIII, ada juga beberapa kasus yang melibatkan kelas VII dan kelas IX.

Hasil pengambilan data awal menunjukkan jika 70 % dari 10 siswa kelas VII yang diwawancarai pernah mengalami perilaku *bullying* baik itu berupa cemoohan, ejekan, dikucilkan. Bahkan, siswa sering dimintai uang oleh kakak kelasnya, baik dengan cara yang halus dengan alasan pinjam uang sampai meminta secara paksa. Pelaku *bully* sendiri merupakan siswa kelas VIII yang berperan sebagai senior disekolah. Siswa kelas VIII pun mendapatkan hal yang sama, seperti perpeloncohan, dan senioritas. Presentase siswa yang pernah mengalami *bullying* sekitar 80% dari 10 siswa yang diwawancarai. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak enam orang siswa kelas VIII. Enam siswa yang menjadi sampel penelitian merupakan siswa korban *bullying* yang memiliki kepercayaan diri paling rendah diantara 8 siswa yang lain.

### **3.7 Teknik Pengumpulan Data**

#### **3.7.1 Metode Pengumpulan Data**

Setiap penelitian ilmiah memerlukan pengumpulan data yang ditunjukkan untuk mendapatkan data dari responden. Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 151) dijelaskan bahwa metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan

peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya. Pengumpulan data ini dimaksudkan untuk memperoleh data-data yang akurat, relevan, dan reliabel. Kaitannya dengan penelitian ini, peneliti menggunakan metode pengumpulan data wawancara dan observasi. Wawancara digunakan untuk mengetahui hal-hal dari responden secara lebih mendalam serta jumlah responden secara sedikit. Kemudian observasi digunakan karena objek penelitian bersifat perilaku manusia dengan responden kecil.

### **3.7.1.1 Wawancara**

Wawancara digunakan untuk mengetahui hal-hal dari responden secara lebih mendalam serta jumlah responden secara sedikit. Menurut Moleong (2007: 186) wawancara merupakan percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan ini dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara dan yang diwawancarai.

Dalam hal ini peneliti menggunakan wawancara mendalam terhadap siswa agar segala informasi dapat diperoleh dari klien secara mendalam. Sesuai dengan pengertiannya, wawancara bersifat terbuka. Wawancara mendalam merupakan suatu cara mengumpulkan informasi dengan cara langsung bertatap muka dengan informan, dengan maksud mendapat gambaran lengkap tentang topik yang diteliti (Bungin, 2007: 157).

Dalam penelitian ini, instrumen wawancara ditunjukkan pada konselor, teman siswa dan wali kelas yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada perubahan yang dialami klien pada saat disekolah tentang kepercayaan diri siswa korban *bullying*. Dalam tahap melakukan pengumpulan data dengan teknik

wawancara terdapat tiga tahapan, yaitu: (1) tahap persiapan, (2) tahap pelaksanaan, (3) tahap analisis data.

#### **3.7.1.1.1 Tahap persiapan**

Pelaksanaan wawancara harus diawali dengan perisapan-persiapan di bawah ini:

1. Tentukan tujuan wawancara yang akan dilaksanakan,
2. Tentukan informasi, keterangan, dan data yang diperlukan sesuai dengan tujuan wawancara,
3. Pilihlah instansi atau orang-orang yang akan dijadikan sebagai narasumber yang dapat memberikan informasi, keterangan, atau data yang diperlukan,
4. Hubungilah narasumber sebelum wawancara dilaksanakan. Rundingkanlah dengan mereka hal-hal yang berkaitan dengan teknik pelaksanaan wawancara misalnya mengenai waktu, tempat, dan sebagainya,
5. Susunlah pokok-pokok pertanyaan yang akan digunakan dalam pelaksanaan wawancara.

#### **3.7.1.1.2 Tahap pelaksanaan**

Tahap pelaksanaan dalam wawancara terdiri dari tiga tahapan, yaitu: (1) tahap pembukaan, (2) tahap inti, dan (3) penutup

##### **1. Tahap Pembukaan**

Dalam tahap ini, pewawancara memperkenalkan diri sekaligus mengemukakan maksud dan tujuan wawancara. Pewawancara hendaknya mengikuti tata aturandan kesopanan, baik dalam penampilan maupun penggunaan bahasa. Penampilan hendaknya rapi, bersih, dan enak dipandang.

Adapun dalam penggunaan bahasa, hendaklah ia menggunakan tutur kata yang sopan dan tidak menyinggung perasaan orang yang diwawancarai.

Supaya proses tanya jawab berlangsung dengan baik, akan lebih baik apabila pewawancara mengenal lebih jauh mengenai identitas atau keterangan-keterangan yang berkenaan dengan pribadi narasumber. Penanya harus mengenal pribadi yang ditanya secara tepat, mulai dari nama, keahlian, sampai pada pekerjaan atau jabatannya.

## 2. Tahap Inti

Ajukanlah pertanyaan secara sistematis. Kemukakan pertanyaan itu secara jelas dan singkat. Jumlah pertanyaan hendaknya disesuaikan dengan situasi dan waktu. Pertanyaan-pertanyaan disampaikan dengan ramah sehingga dapat menciptakan suasana akrab dengan orang yang diwawancarai.

Selama proses wawancara berlangsung, pewawancara hendaknya bersikap sebagai pihak yang netral. Artinya, ia tidak memihak pada suatu konflik pendapat, peristiwa, ataupun konflik-konflik lainnya yang mungkin dikemukakan narasumber. Pewawancara hendaknya tidak pula mempengaruhi sikap, pendirian, ataupun emosi-emosi narasumber. Selain itu, pewawancara harus pula mempunyai kesiapan dan taktik-teknik khusus dalam mengatasi kesulitan-kesulitan yang mungkin terjadi. Misalnya, jawaban yang dikemukakan narasumber, dan sebagainya.

Pewawancara hendaknya memiliki kemampuan mendengar yang akurat. Catatlah data penting yang dikemukakan oleh orang yang diwawancarai. Apabila perekaman data menggunakan *tape recorder*

hendaknya berdasarkan persetujuan narasumber terlebih dahulu. Namun demikian, walaupun sudah menggunakan *tape recorder*, sebaiknya pewawancara tetap melakukan pencatatan, yang cukup berupa kata-kata kunci dari pendapat yang dikemukakan narasumber. Catatan atau kata-kata kunci itu gunanya untuk membantu pewawancara agar (1) dapat merencanakan pertanyaan baru berikutnya, (2) membantu pewawancara untuk mencari pokok-pokok penting dalam pita kaset sehingga mempermudah proses penganalisisannya.

### 3. Tahap Penutup

Akhiri kegiatan wawancara dengan kesan yang baik dan menyenangkan. Pewawancara hendaknya menyatakan ucapan terima kasih. Tambahkan pula pengharapannya agar kedua pihak dapat bertemu lagi pada kesempatan lain. Tetaplah pelihara hubungan baik dengannya.

Sebelum hasil wawancara itu diolah atau dipublikasikan, sebaiknya narasumber mengetahui rekaman atau catatan dari pendapat-pendapat yang telah dikemukakannya itu. Cara ini dapat menghindari kesalahpahaman di samping memberikan kesempatan kepada narasumber untuk mengoreksi kekeliruan yang mungkin terjadi dari yang telah dikatakannya.

#### **3.7.1.1.3 Tahap analisis data**

Tahap analisis data dalam wawancara adalah tahapan dimana hasil dari wawancara kemudian dianalisis untuk mengetahui apakah tujuan yang ingin dicapai terkait informasi yang ingin diketahui apakah sudah didapatkan.

### 3.7.1.2 Observasi

Observasi menurut Sutriyono Hadi (dalam Sugiyono, 2009: 203) merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan bila peneliti berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan responden dapat diamati.

Observasi menurut Anwar Sutoyo (2009: 112) merupakan sebuah proses pengamatan yang disertai dengan pemusatan perhatian terhadap suatu objek dan gejala-gejala yang perlu diamati. Observasi harus dilakukan secara sistematis dan bertujuan. Observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah *rating scale* (skala bertingkat).

#### 3.7.1.2.1 Rating Scale

*Rating scale* merupakan pencatatan gejala menurut tingkat-tingkatnya (Hadi, 2000: 171). Tujuannya adalah untuk menjadi alat peringkasan observasi secara langsung dan memperoleh gambaran mengenai keadaan subyek menurut tingkatan-tingkatannya. *Rating scale* umumnya terdiri dari suatu daftar yang berisi ciri-ciri tingkah laku yang harus dicatat secara bertingkat. Observer diminta mencatat pada tingkat yang bagaimana suatu gejala atau ciri tingkah laku timbul. *Rating scale* sangat populer karena pencatatannya sangat mudah, dengan hasil antar pencatat yang relatif seragam dan sangat sederhana untuk dianalisis secara statistik.

Menurut Anwar Sutoyo (2009: 90), *rating scale* adalah pencatatan gejala menurut tingkatan-tingkatannya. Bentuk pencatatan ini bukan hanya

menggambarkan ada atau tidaknya gejala pada subyek yang sedang diamati tetapi lebih dari itu upaya menggambarkan kondisi subyek sesuai tingkatan-tingkatan gejalanya.

### 3.7.2 Alat

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah multi teknik atau multi instrument. Teknik yang akan digunakan oleh peneliti meliputi : wawancara dan observasi.

### 3.7.3 Cara Membuat

Sebelum membuat instrumen-instrumen ini, hal yang pertama dilakukan adalah membuat kisi-kisi instrumen. Kisi-kisi instrumen berisi variabel, komponen apa yang akan diteliti, deskriptor dari komponen tersebut, dan yang terakhir muncul item pertanyaan atau pernyataan.

Instrumen tersebut dibuat didasarkan pada suatu teori, sehingga dalam membuat instrumen ini, peneliti harus mengetahui landasan teori dari penelitiannya.

**Tabel 3.2**  
Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Wawancara dan Observasi Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*

Variabel	Komponen	Indikator	Descriptor	No Item	
				Wawancara	Observasi
Kepercayaan Diri	Kepercayaan Diri Tingkah Laku	1.1 Kemampuan melakukan pekerjaan secara maksimal	Bisa menyelesaikan pekerjaan sendiri	1	1, 2, 3
		1.2 Kemampuan	a. Bersikap	2	4, 5, 6, 7

		menanggulangi segala kendala	tegas saat diejek		
			b. Usaha untuk mendapatkan bantuan kepada orang lain	3	8,9
		1.3 terbuka terhadap bantuan orang lain	a. Mau menerima bantuan dari orang lain	4	10
			b. Mau menerima pendapat orang lain	5	11
		1.4 aktif dalam kelompok	Menyumbangkan pendapat ketika diskusi kelompok	6	12,13

### 3.8 Analisis Data

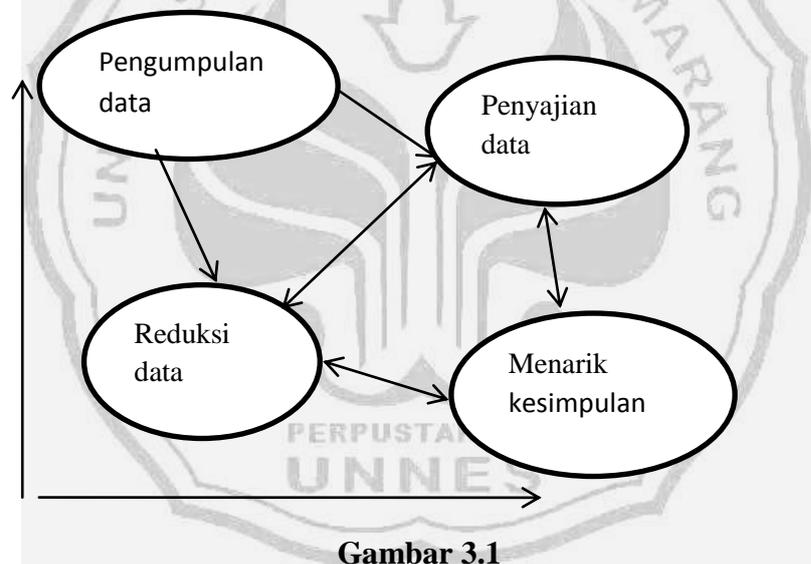
Analisis data merupakan pengolahan data hasil penelitian. Analisis data dalam penelitian merupakan tahapan yang sangat penting karena data yang diperoleh akan dijabarkan sampai akhirnya dapat untuk disimpulkan. Menurut Sugiyono (2009: 335) analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola,

memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah difahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Dalam penelitian ini analisis data dilakukan terhadap data hasil wawancara dan observasi. Analisis data dari hasil wawancara dilakukan dengan model Miles dan Huberman, sedangkan analisis data untuk hasil observasi dilakukan menggunakan analisis deskriptif persentase.

### 3.8.1 Analisis Data Model Miles and Huberman

Menurut Sugiyono (2009: 338) tahap analisis data penelitian kualitatif dapat digambarkan sebagai berikut :



**Gambar 3.1**  
**Analisis Data Kualitatif**

#### 3.8.1.1 Data Reduction (Reduksi Data)

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan

gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

### 3.8.1.2 *Data Display (Penyajian Data)*

Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Dengan mendisplay data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut.

### 3.8.1.3 *Conclusion Drawing (Verification)*

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

## 3.8.2 Analisis Data Deskriptif Persentase

Analisis data deskriptif persentase ini digunakan untuk mendeskripsikan hasil observasi *check list*, yaitu untuk mengetahui perubahan kepercayaan diri siswa korban *bullying*. Menurut Sugiyono (2009: 99) rumus yang digunakan dalam analisis data deskriptif persentase adalah :

$$P = \frac{n \times 100\%}{N}$$

P : persentase kepercayaan diri siswa korban *bullying*

n : Skor hasil kepercayaan diri siswa korban *bullying*

N : Jumlah pernyataan x nilai skor tertinggi

Setelah didapatkan hasil persentase dari perhitungan hasil observasi, selanjutnya diberikan kriteria terhadap setiap persentase tersebut. Kriteria tersebut ditentukan setelah diperoleh interval data. Hadi (2003: 13) interval data ditentukan dengan rumus sebagai berikut :

$$i = \frac{\text{Jarak pengukuran (R)}}{\text{Jumlah interval}}$$

i = Interval kelas

R = Persentase tertinggi skala – persentase terendah skala

Jumlah Interval = Jumlah skala

### 3.9 Keabsahan Data

Metode yang digunakan untuk keabsahan data dalam penelitian ini adalah metode Triangulasi. Menurut Moleong (2007: 330) Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembandingan terhadap data itu.

Peneliti melakukan triangulasi dengan membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam metode kualitatif. Pada metode triangulasi dapat diperoleh dengan berbagai cara :

- a. Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara
- b. Membandingkan apa yang dikatakan orang tentang situasi terbuka dan tertutup

c. Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang

d. Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.

Menurut Denzin dalam Moleong (2007: 330), ada empat macam metode triangulasi yaitu triangulasi menggunakan sumber, metode, penyidik, dan teori. Dalam penelitian ini, metode triangulasi yang digunakan yaitu triangulasi teknik dan triangulasi sumber.

### 3.9.1 Triangulasi Teknik

Menurut Sugiyono (2009: 373) “Triangulasi teknik digunakan untuk menguji kredibilitas data dan dilakukan dengan mengecek kepada sumber yang berbeda.” Dalam penelitian ini peneliti menggunakan observasi dan wawancara dalam mengumpulkan data.

### 3.9.2 Triangulasi Sumber

Menurut Patton dalam Moleong (2007: 330) “Triangulasi data berarti membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam metode kualitatif.” Menurut Moleong (2007: 331) Triangulasi dapat dilakukan dengan 5 jalan yaitu :

- (1) Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara; (2) membandingkan apa yang dikatakan orang di depan umum dengan apa yang dikatakannya secara pribadi; (3) membandingkan apa yang dikatakan orang-orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakannya sepanjang waktu; (4) membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyat biasa, orang yang berpendidikan menengah atau tinggi, orang yang

berada , orang pemerintahan; (5) Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.

Dalam penelitian ini, triangulasi sumber dilakukan dengan cara menanyakan hal yang sama melalui sumber yang berbeda, dalam hal ini adalah siswa dan guru mata pelajaran.



## BAB 4

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dalam bab ini akan dipaparkan hasil dari penelitian meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* melalui layanan konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment* yang telah dilaksanakan, pembahasannya, dan keterbatasan penelitian.

#### 4.1 Hasil Penelitian

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah konseling *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* pada 6 siswa kelas VIII A SMP Diponegoro 7 Gumelar. Sebelum melaksanakan penelitian, terlebih dahulu dilaksanakan seleksi subyek. Subyek penelitian diperoleh melalui wawancara kepada wali kelas, konselor sekolah, dan guru mata pelajaran. Hasil dari seleksi subyek diperoleh 6 subyek penelitian yang memiliki kepercayaan diri rendah, yaitu VV, OI, RO, AN, MN, dan DE.

Berdasarkan tujuan penelitian diatas maka untuk mempermudah dan memperjelas penjabarannya, maka akan diuraikan gambaran atau karakteristik kepercayaan diri siswa korban *bullying* sebelum memperoleh layanan konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*, hasil setiap tahap konseling individu dengan *rational emotif behavior therapy* dijelaskan secara keseluruhan.

#### 4.1.1 Gambaran Awal Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Sebelum Memperoleh Layanan Konseling REBT

Subyek penelitian ini adalah siswa korban *bullying* kelas VIII A di SMP Diponegoro 7 Gumelar, yaitu berjumlah 6 siswa. Pemilihan subyek penelitian ini didasarkan pada hasil wawancara kepada guru BK, wali kelas, serta guru mata pelajaran. Berdasarkan hasil pretest terhadap siswa kelas VIII A di SMP Diponegoro 7 Gumelar mengenai kepercayaan diri siswa korban *bullying* sebelum mendapatkan konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* menggunakan teknik *home work assignmet*, diperoleh data sebagai berikut:

**Tabel 4.1**  
**Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Sebelum Konseling**

No	Nama	F	Presentase (%)	Kriteria Kepercayaan Diri
1	VV	27	41 %	Sedang
2	OI	23	35 %	Rendah
3	RO	23	35 %	Rendah
4	AN	25	38 %	Rendah
5	DE	25	38 %	Rendah
6	MN	29	44 %	Sedang

Berdasarkan tabel 4.1 tersebut, dapat dipahami bahwa kepercayaan diri siswa korban *bullying* sebelum mengikuti konseling individu *rational emotif behavior therapy* teknik *home work assignmet* cenderung rendah.

Berikut presentase kepercayaan diri siswa korban *bullying* dilihat dari masing-masing indikator.

**Tabel 4.2**  
**Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Sebelum Konseling**

No	Indikator	Presentase (%)	Kriteria Kepercayaan Diri
1	Kemampuan melakukan pekerjaan secara maksimal	46 %	Sedang
2	Kemampuan menanggulangi segala kendala	40 %	Rendah
3	Terbuka terhadap bantuan orang lain	30 %	Sangat Rendah
4	Aktif dalam diskusi kelompok	21 %	Rendah

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa rendahnya kepercayaan diri siswa terletak pada kemampuan menanggulangi segala kendala, terbuka terhadap bantuan orang lain, serta aktif dalam diskusi kelompok

Pemaparan gambaran kepercayaan diri siswa korban *bullying* sebelum memperoleh layanan konseling *rational emotif behavior therapy* teknik *home work assignmet*. adalah sebagai berikut:

#### **4.1.1.1 Klien 1 (VV)**

##### *4.1.1.1.1 Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal*

Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal klien berada dalam kriteria sedang dengan presentase 53 %, hal ini dapat dilihat ketika klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika dia mengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

#### *4.1.1.1.2 Kemampuan menanggulangi segala kendala*

Kemampuan menanggulangi segala kendala dalam kriteria sedang dengan presentase 43%. Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

#### *4.1.1.1.3 Terbuka terhadap bantuan orang lain*

Keterbukaan klien terhadap bantuan orang lain sangat rendah, hal ini terlihat dari hasil presentase sebanyak 20%. Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. Klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

#### *4.1.1.1.4 Aktif dalam diskusi kelompok*

Keaktifan klien dalam diskusi kelompok sangat rendah hal ini terlihat dari hasil presentase sebanyak 20%. Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam seperti patung.

#### **4.1.1.2 Klien 2 (OI)**

##### *4.1.1.2.1 Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal*

Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal klien berada dalam kriteria sedang dengan presentase 60 %, hal ini dapat dilihat ketika klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengerjakan sendiri hanya saja klien sering terpengaruh dengan temannya sehingga dia akan gampang merubah tugas yang telah dikerjakan olehnya dan menggantinya, walaupun sebenarnya dia tahu bahwa apa yang telah dia kerjakan sesuai dengan apa yang dia temukan di buku.

##### *4.1.1.2.2 Kemampuan menanggulangi segala kendala*

Kemampuan menanggulangi segala kendala dalam kriteria rendah dengan presentase 20%. Hal ini terlihat dari perilaku siswa ketika dimintai uang oleh temannya klien hanya diam saja tanpa ada perlawanan dan juga tidak meminta bantuan ataupun melapor kepada guru, selain itu klien juga tidak pernah bertanya kepada guru ataupun temannya ketika dalam mengerjakan tugas terdapat soal yang dia kurang pahami maksudnya.

##### *4.1.1.2.3 Terbuka terhadap bantuan orang lain*

Keterbukaan klien terhadap bantuan orang lain sangat rendah, hal ini terlihat dari hasil presentase sebanyak 20%. Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien

akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

#### *4.1.1.2.4 Aktif dalam diskusi kelompok*

Keaktifan klien dalam diskusi kelompok sangat rendah hal ini terlihat dari hasil presentase sebanyak 25%. Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

#### **4.1.1.3 Klien 3 (RO)**

##### *4.1.1.3.1 Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal*

Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal klien berada dalam kriteria rendah dengan presentase 33 %, hal ini dapat dilihat ketika klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika dia mengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya dengan alasan sudah tidak bisa mengerjakan (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

##### *4.1.1.3.2 Kemampuan menanggulangi segala kendala*

Kemampuan menanggulangi segala kendala dalam kriteria rendah dengan presentase 33%. Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya klien

tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah

#### *4.1.1.3.3 Terbuka terhadap bantuan orang lain*

Keterbukaan klien terhadap bantuan orang lain sedang, hal ini terlihat dari hasil presentase sebanyak 50%. Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Klien jugamudah tersinggung terhadap perkataan orang lain termasuk juga nasehat yang diberikan oleh orang lain.

#### *4.1.1.3.4 Aktif dalam diskusi kelompok*

Keaktifan klien dalam diskusi kelompok rendah hal ini terlihat dari hasil presentase sebanyak 33%. Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

#### **4.1.1.4 Klien 4 (AN)**

##### *4.1.1.4.1 Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal*

Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal klien berada dalam kriteria rendah dengan presentase 40 %, hal ini dapat dilihat ketika klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika dia mengerjakan pasti ada saja yang

dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

#### *4.1.1.4.2 Kemampuan menanggulangi segala kendala*

Kemampuan menanggulangi segala kendala dalam kriteria rendah dengan presentase 36%. Ketika klien mendapat ejekan dan diperintah oleh teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik seperti dipukul, dimintai uang oleh teman-temannya klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah

#### *4.1.1.4.3 Terbuka terhadap bantuan orang lain*

Keterbukaan klien terhadap bantuan orang lain rendah, hal ini terlihat dari hasil presentase sebanyak 25%. Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu, klien menolaknya. Klien juga tidak pernah mau dibantu oleh teman-temannya walaupun dalam keadaan kesusahan. Hal ini terjadi karena klien menganggap tidak ada orang yang benar-benar tulus membantunya, orang-orang hanya akan menertawakan karena dia lemah.

#### *4.1.1.4.4 Aktif dalam diskusi kelompok*

Keaktifan klien dalam diskusi kelompok rendah hal ini terlihat dari hasil presentase sebanyak 25%. Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman

satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

#### **4.1.1.5 Klien 5 (DE)**

##### *4.1.1.5.1 Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal*

Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal klien berada dalam kriteria sedang dengan presentase 46 %, hal ini dapat dilihat ketika klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

##### *4.1.1.5.2 Kemampuan menanggulangi segala kendala*

Kemampuan menanggulangi segala kendala dalam kriteria sedang dengan presentase 40%. Ketika klien mendapat ejekan dan diperintah oleh teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik seperti dipukul, dimintai uang oleh teman-temannya klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah

##### *4.1.1.5.3 Terbuka terhadap bantuan orang lain*

Keterbukaaan klien terhadap bantuan orang lain sangat rendah, hal ini terlihat dari hasil presentase sebanyak 20%. Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu, klien menolaknya. Klien juga tidak pernah mau dibantu oleh teman-temannya walaupun dalam keadaan

kesusahan. Hal ini terjadi karena klien menganggap tidak ada orang yang benar-benar tulus membantunya, orang-orang hanya akan menertawakan karena dia lemah dan berasal dari keluarga miskin.

#### *4.1.1.5.4 Aktif dalam diskusi kelompok*

Keaktifan klien dalam diskusi kelompok rendah hal ini terlihat dari hasil presentase sebanyak 25%. Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

#### **4.1.1.6 Klien 6 (MN)**

##### *4.1.1.6.1 Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal*

Kemampuan menanggulangi segala kendala dalam kriteria rendah dengan presentase 60%. Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan akademiknya, klien hanya diam saja (pasrah, bahkan kadang hanya menangis saja tanpa melakukan apa-apa). Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

##### *4.1.1.6.2 Kemampuan menanggulangi segala kendala*

Kemampuan menanggulangi segala kendala dalam kriteria sedang dengan presentase 50%. Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun

mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

#### 4.1.1.6.3 Terbuka terhadap bantuan orang lain

Keterbukaan klien terhadap bantuan orang lain rendah, hal ini terlihat dari hasil presentase sebanyak 33%. Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. Klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

#### 4.1.1.6.4 Aktif dalam diskusi kelompok

Keaktifan klien dalam diskusi kelompok rendah hal ini terlihat dari hasil presentase sebanyak 25%. Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam seperti patung.

### 4.1.2 Gambaran Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Setelah Memperoleh Layanan Konseling REBT

Perkembangan kepercayaan diri siswa korban *bullying* setelah konseling dapat dilihat melalui hasil *posttest* yang dilakukan. Berdasarkan hasil *posttest* terhadap siswa kelas VIII A SMP Diponegoro 7 Gumelar mengenai kepercayaan

diri siswa korban *bullying* setelah mendapatkan layanan konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assigment*, diperoleh data sebagai berikut

**Tabel 4.3**  
**Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Setelah Konseling**

No	Nama	F	Presentase (%)	Kriteria Kepercayaan Diri
1	VV	50	76 %	Tinggi
2	OI	50	76 %	Tinggi
3	RO	46	70 %	Tinggi
4	AN	42	64 %	Tinggi
5	DE	52	80 %	Tinggi
6	MN	52	80 %	Tinggi

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dipahami bahwa kepercayaan diri siswa korban *bullying* setelah mengikuti konseling individu *rational emotif behavior therapy* teknik *home work assigment* cenderung tinggi.

Berikut presentase kepercayaan diri siswa korban *bullying* dilihat dari masing-masing indikator.

**Tabel 4.4**  
**Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Setelah Konseling**

No	Indikator	Presentase (%)	Kriteria Kepercayaan Diri
1	Kemampuan melakukan pekerjaan secara maksimal	92 %	Sangat tinggi
2	Kemampuan menanggulangi segala kendala	61%	Tinggi
3	Terbuka terhadap bantuan orang	70%	Tinggi

	lain		
4	Aktif dalam diskusi kelompok	93%	Sangat tinggi

Berdasarkan tabel 4.4 diatas, dapat dipahami bahwa aspek kepercayaan diri yang dimiliki siswa korban *bullying* berada pada kriteria tinggi dan sangat tinggi setelah pemberian layanan konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* menggunakan teknik *home work asigment*. Berikut gambaran kepercayaan diri siswa korban *bullying* setelah mengikuti konseling.

#### **4.1.2.1 Klien 1 (VV)**

##### *4.1.2.1.1 Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal*

Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal memiliki kriteria sangat tinggi dengan presentase 100%, hal ini berarti klien sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien mengajukan pertanyaan kepada guru ketika ada pertanyaan yang dia kurang pahami dalam tugas dan pergi ke perpustakaan untuk mencari bahan yang menunjang penyelesaian dari tugas yang diberikan oleh guru.

##### *4.1.2.1.2 Kemampuan menanggulangi segala kendala*

Kemampuan menanggulangi segala kendala memiliki kriteria sedang dengan presentase 56%. Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

#### *4.1.2.1.3 Terbuka terhadap bantuan orang lain*

Keterbukaan terhadap bantuan orang lain memiliki kriteria tinggi dengan kriteria 80%. Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

#### *4.1.2.1.4 Aktif dalam diskusi kelompok*

Keaktifan dalam diskusi kelompok memiliki kriteria sangat tinggi dengan presentase 100%. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

### **4.1.2.2 Klien 2 (OI)**

#### *4.1.2.2.1 Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal*

Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal memiliki kriteria sangat tinggi dengan presentase 100%. Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan kepada guru ketika ada pertanyaan yang dia kurang pahami dalam tugas.

#### *4.1.2.2.2 Kemampuan menanggulangi segala kendala*

Kemampuan menanggulangi segala kendala memiliki kriteria tinggi dengan presentase 70%. Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya,

hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

#### *4.1.2.2.3 Terbuka terhadap bantuan orang lain*

Keterbukaan terhadap bantuan orang lain memiliki kriteria tinggi dengan kriteria 80%. Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

#### *4.1.2.2.4 Aktif dalam diskusi kelompok*

Keaktifan dalam diskusi kelompok memiliki kriteria sangat tinggi dengan presentase 100%. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

### **4.1.2.3 Klien 3 (RO)**

#### *4.1.2.3.1 Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal*

Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal memiliki kriteria sangat tinggi dengan presentase 100%. Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan.

#### 4.1.2.3.2 *Kemampuan menanggulangi segala kendala*

Kemampuan menanggulangi segala kendala memiliki kriteria tinggi dengan presentase 70%. Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

#### 4.1.2.3.3 *Terbuka terhadap bantuan orang lain*

Keterbukaan terhadap bantuan orang lain memiliki kriteria tinggi dengan kriteria 80%. Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

#### 4.1.2.3.4 *Aktif dalam diskusi kelompok*

Keaktifan dalam diskusi kelompok memiliki kriteria sangat tinggi dengan presentase 100%. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

### 4.1.2.4 **Klien 4**

#### 4.1.2.4.1 *Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal*

Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal memiliki kriteria tinggi dengan presentase 80%. Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru

dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan

#### *4.1.2.4.2 Kemampuan menanggulangi segala kendala*

Kemampuan menanggulangi segala kendala memiliki kriteria sedang dengan presentase 53%. Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung.

#### *4.1.2.4.3 Terbuka terhadap bantuan orang lain*

Keterbukaan terhadap bantuan orang lain memiliki kriteria sedang dengan kriteria 60%. Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

#### *4.1.2.4.4 Aktif dalam diskusi kelompok*

Keaktifan dalam diskusi kelompok memiliki kriteria sangat tinggi dengan presentase 100%. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

### **4.1.2.5 Klien 5**

#### *4.1.2.5.1 Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal*

Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal memiliki kriteria tinggi dengan presentase 73%, hal ini berarti klien sudah mengalami kemajuan,

hal ini terlihat dari perilaku klien mengajukan pertanyaan kepada guru ketika ada pertanyaan yang dia kurang pahami dalam tugas dan pergi ke perpustakaan untuk mencari bahan yang menunjang penyelesaian dari tugas yang diberikan oleh guru.

#### *4.1.2.5.2 Kemampuan menanggulangi segala kendala*

Kemampuan menanggulangi segala kendala memiliki kriteria sedang dengan presentase 56%. Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung.

#### *4.1.2.5.3 Terbuka terhadap bantuan orang lain*

Keterbukaan terhadap bantuan orang lain memiliki kriteria sedang dengan kriteria 60%. Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

#### *4.1.2.5.4 Aktif dalam diskusi kelompok*

Keaktifan dalam diskusi kelompok memiliki kriteria tinggi dengan presentase 80%. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

#### **4.1.2.6 Klien 6**

##### *4.1.2.6.1 Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal*

Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal memiliki kriteria sangat tinggi dengan presentase 100%. Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan

##### *4.1.2.6.2 Kemampuan menanggulangi segala kendala*

Kemampuan menanggulangi segala kendala memiliki kriteria tinggi dengan presentase 70%. Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani untuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

##### *4.1.2.6.3 Terbuka terhadap bantuan orang lain*

Keterbukaan terhadap bantuan orang lain memiliki kriteria tinggi dengan kriteria 80%. Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

##### *4.1.2.6.4 Aktif dalam diskusi kelompok*

Keaktifan dalam diskusi kelompok memiliki kriteria tinggi dengan presentase 80%. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung

dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada perubahan signifikan pada kepercayaan diri siswa korban *bullying* setelah mengikuti konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### 4.1.3 Perbedaan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Sebelum dan Sesudah Konseling

Treatment berupa konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment* yang dilakukan pada enam siswa korban *bullying* menunjukkan hasil bahwa ada perubahan dalam perilaku siswa tersebut yang mengarah pada peningkatan kepercayaan diri siswa.

**Tabel 4.5**  
**Perbandingan Kepercayaan Diri Sebelum dan Sesudah Konseling**

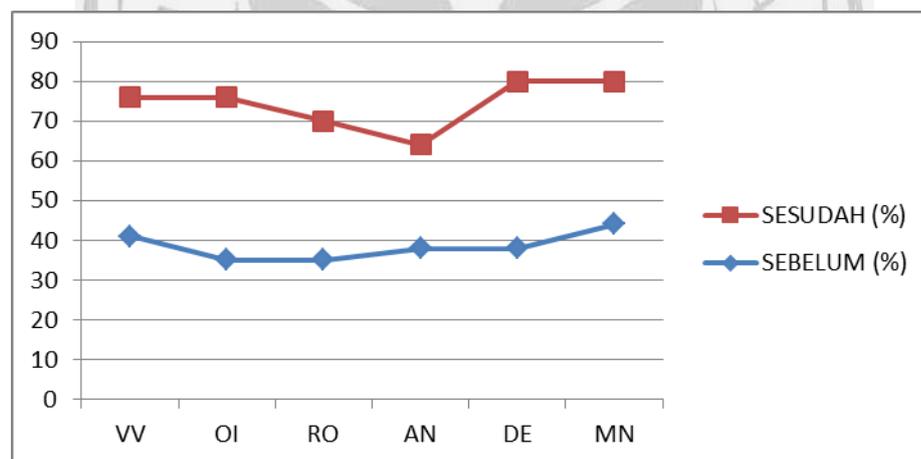
No	Nama	Sebelum (%)	Sesudah (%)	Keterangan	Jumlah Peningkatan (%)
1	VV	41	76	Meningkat	35
2	OI	35	76	Meningkat	41
3	RO	35	70	Meningkat	35
4	AN	38	64	Meningkat	26
5	DE	38	80	Meningkat	42
6	MN	44	80	Meningkat	36

Berdasarkan tabel 4.5 tersebut, dapat dipahami bahwa terdapat peningkatan yang tinggi pada kepercayaan diri siswa korban *bullying* kelas VIII A. mencapai angka 42%. Artinya setelah mengikuti konseling, siswa yang mengalami peningkatan mencapai 2 tingkat kriteria kepercayaan diri, yaitu dari

yang awalnya ada di tingkat kepercayaan diri rendah berubah menjadi tingkat kepercayaan diri tinggi.

Peningkatan kepercayaan diri siswa korban *bullying* tidak hanya dilihat dari persentase akhir peningkatan kepercayaan diri siswa korban *bullying*, melainkan juga harus dibandingkan dengan kondisi kepercayaan diri siswa sebelum diberikan layanan. Berikut akan digambarkan perbandingan kepercayaan diri siswa korban *bullying* kelas VIII A sebelum dan sesudah mengikuti konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

**Grafik 4.1**  
**Perbandingan Kepercayaan Diri Siswa Sebelum dan Setelah Konseling**



Berdasarkan grafik tersebut, dapat dipahami bahwa semua siswa mengalami peningkatan terkait kepercayaan diri yang mereka miliki. Hal ini dapat dilihat dari tidak adanya grafik yang saling berhimpitan antara grafik kepercayaan diri sebelum konseling dan grafik kepercayaan diri sesudah konseling, dan jika dilihat dari grafik di atas rata-rata peningkatan kepercayaan diri siswa adalah 40-60% dari kepercayaan diri sebelum mengikuti konseling pendekatan *rational*

*emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assigment*. Peningkatan kepercayaan diri siswa korban *bullying* pada setiap indikator kepercayaan diri adalah berbeda.

Berikut akan dijabarkan mengenai perbandingan kepercayaan diri siswa korban *bullying* sebelum dan sesudah mengikuti konseling pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assigment*. dilihat dari masing-masing indikator.

**Tabel 4.6**  
**Perbedaan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying***

Indikator	Evaluasi	
	Sebelum	Sesudah
Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal	Ketika klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika dia mengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru)	Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan
Kemampuan menanggulangi segala kendala	Ketika klien mendapat ejekan dan diperintah oleh teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun	Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk

	<p>mendapat perlakuan tidak baik seperti dipukul, dimintai uang oleh teman-temannya klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah</p>	<p>melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.</p>
<p>Terbuka terhadap bantuan orang lain)</p>	<p>Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.</p>	<p>Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.</p>
<p>Aktif dalam</p>	<p>Klien sangat pasif ketika</p>	<p>Klien juga sudah bisa</p>

diskusi kelompok	diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam seperti patung.	mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.
------------------	---	---

#### 4.1.4 Deskripsi Progres Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Selama Proses Konseling

Perkembangan kepercayaan diri yang dialami oleh klien pada proses konseling individual pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment* mengalami perubahan. Proses konseling dilakukan selama 4 minggu dengan 4 kali konseling pada tiap siswanya dari tahap pembentukan *rapport* sampai dengan *follow up* yang selalu dilaksanakan di ruang BK. Dari hal tersebut akan dipaparkan progress kepercayaan diri siswa korban *bullying* selama proses konseling individual pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment* dari tiap-tiap klien.

#### 4.1.4.1 Klien 1 (VV)

Progres kepercayaan diri siswa korban *bullying* selama proses konseling yang dilakukan bisa dilihat dalam tabel progress konseling pada tiap pertemuan dibawah ini. Berikut tabel progress konseling pada tiap pertemuan:

##### 1. Pertemuan pertama

**Tabel 4.7**  
**Proses konseling VV pada pertemuan 1**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah 2) Penentuan tujuan konseling 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT 4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien	Klien mulai terbuka untuk menceritakan permasalahan yang dialami walaupun masih agak malu-malu.	<p><b><i>Understanding:</i></b></p> <p>Dalam konseling pertemuan ini klien menyadari bahwa permasalahan yang dialaminya harus segera dicari penyelesaiannya agar tidak mengganggu prestasi belajarnya, serta mengganggu proses aktualisasi dirinya</p> <p><b><i>Comfort:</i></b></p> <p>Klien merasa sangat senang karena ada orang yang baik padanya dan mau mendengarkan ceritanya. Selama ini dia tidak berani bercerita karena takut</p> <p><b><i>Action:</i></b></p> <p>Klien merasa perlu untuk bertemu dengan praktikan lagi dan mencoba untuk lebih</p>

		terbuka kepada praktikan agar praktikan dapat membantunya.
--	--	--

## 2. Pertemuan kedua

**Tabel 4.8**  
**Proses konseling VV pada pertemuan 2**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien 2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional 3) Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis 4) Memberikan <i>home work assignment</i>	Klien telah menyadari bahwa kepercayaan yang selama ini dianutnya merupakan <i>believe irrasional</i> dan klien harus menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional. Kemampuan yang kuat untuk berubah telah terlihat pada klien, hal ini terlihat dari keaktifan klien dalam proses konseling ini.	<p><b><i>Understanding:</i></b>            Pertemuan kedua ini klien sudah memahami bahwa selama ini fikiran negative dialah yang menyebabkan dia ketakutan dan selalu menyendiri. Dan dia menyadari bahwa dirinya lah yang dapat mengatasi permasalahan yang dia alami selama ini.</p> <p><b><i>Comfort:</i></b>            Klien merasa lega telah menceritakan semua permasalahan yang selama ini dia alami.</p> <p><b><i>Action:</i></b>            Mulai berfikir positif dalam menghadapi</p>

		setiap masalah, dan tidak menyalahkan diri sendiri, berfikir positif dalam menghadapi setiap masalah, dan tidak menyalahkan diri sendiri.
--	--	---

### 3. Pertemuan ketiga

**Tabel 4.9**  
**Proses konseling VV pada pertemuan 3**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
1) Mendiskusikan keyakinan irasional yang dimiliki klien 2) Mendiskusikan home work yang telah dilakukan 3) Membuat cara pandang yang baru atas masalahnya, evaluasi, dan terminasi	Klien bersama praktikan mendiskusikan tentang <i>home work assignment</i> yang telah dilaksanakan oleh klien. Kemudian klien dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pemikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga klien tidak terjebak pada masalah yang disebabkan pemikiran irasional.	<b><i>Understanding:</i></b> Pertemuan konseling ketiga ini, klien telah memahami bahwa setiap orang memiliki kelebihan masing-masing, serta kekurangan bukanlah sebuah alasan baginya untuk menghindarinya. <b><i>Comfort:</i></b> Klien sangat senang bisa bertemu dengan praktikan karena dia merasa sudah ada sedikit perubahan dalam dirinya, apalagi setelah

		<p>membaca biografi orang yang menginspirasi.</p> <p><b>Action:</b></p> <p>Berusaha untuk melakukan yang terbaik dalam segala hal dan tidak pantang menyerah.</p>
--	--	---

## 4. Pertemuan keempat

**Tabel 4.10**  
**Proses konseling VV pada pertemuan 4**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<i>Follow up</i>	<p>Pada pertemuan terakhir ini, klien sangat antusias dan sangat aktif dalam proses konseling ini. Klien mendiskusikan tentang perkembangan perilaku klien ketika di dalam kelas. Klien terlihat berbinar-binar ketika bercerita.</p>	<p><b>Understanding:</b></p> <p>Pertemuan konseling keempat ini, klien telah memahami apa yang harus dia lakukan jika ada beberapa kendala yang menghalanginya ketika disekolah. Dia juga belajar untuk lebih berani dalam menghadapi segala masalah yang dihadapi dan selalu berfikir positif.</p> <p><b>Comfort:</b></p> <p>Klien merasa sangat senang karena sekarang</p>

		<p>sudah mulai bertambah kepercayaan dirinya dan sudah mau membuka diri. Tidak takut lagi untuk maju ke depan kelas serta sudah mau berkomunikasi dengan orang lain</p> <p><b>Action:</b> Mengerjakan pekerjaan sendiri, dan mau bertanya ketika ada hal yang belum paham pada saat guru menjelaskan. Mencoba bersosialisasi dengan orang lain.</p>
--	--	---

#### 4.1.4.2 Klien 2 (OI)

Progres kepercayaan diri siswa korban *bullying* selama proses konseling yang dilakukan bisa dilihat dalam tabel progress konseling pada tiap pertemuan dibawah ini. Berikut tabel progress konseling pada tiap pertemuan:

##### 1. Pertemuan pertama

**Tabel 4.11**  
**Proses konseling OI pada pertemuan 1**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
1) Pembinaan hubungan baik dan	Klien mulai terbuka untuk menceritakan	<b>Understanding:</b> Bahwa setiap orang

<p>identifikasi masalah</p> <p>2) Penentuan tujuan konseling</p> <p>3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT</p> <p>4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien</p>	<p>permasalahan yang dialami walaupun masih agak malu-malu.</p>	<p>tidak bisa hidup sendiri, artinya membutuhkan orang lain untuk membantu menyelesaikan masalah atau sekedar mendengarkan ceritanya.</p> <p><b>Confort:</b> Senang ada orang yang perhatian, karena mau mencoba membantu permasalahan yang dialami.</p> <p><b>Action:</b> Bertemu praktikan lagi untuk menceritakan semua masalahnya.</p>
--	---	--

## 2. Pertemuan kedua

**Tabel 4.12**  
**Proses konseling OI pada pertemuan 2**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<p>1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien</p> <p>2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang</p>	<p>Klien telah menyadari bahwa kepercayaan yang selama ini dianutnya merupakan believe irrasional dan klien harus</p>	<p><b>Understanding:</b> Bahwa setiap orang pasti memiliki masalah dan harus diselesaikan. Dan yang bisa menyelesaikannya</p>

<p>dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional</p> <p>3) Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis</p> <p>4) Memberikan home work assignment</p>	<p>menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional. Kemampuan yang kuat untuk berubah telah terlihat pada klien, hal ini terlihat dari keaktifan klien dalam proses konseling ini.</p>	<p>adalah dirinya sendiri bukan orang lain. Dan harus berfikir positif</p> <p><b>Comfort:</b> Klien lega bisa menceritakan semua permasalahannya kepada praktikan.</p> <p><b>Action:</b> Mengerjakan apa yang ditugaskan praktikan. Mencoba untuk yakin pada diri sendiri, dan bersikap positif.</p>
---	--	--

### 3. Pertemuan ketiga

**Tabel 4.13**  
**Proses konseling OI pada pertemuan 3**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<p>1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien</p> <p>2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional</p> <p>3) Membelajarkan</p>	<p>Pada pertemuan ketiga, klien bersama praktikan mendiskusikan tentang home work assignment yang telah dilaksanakan oleh klien. Kemudian klien dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pemikiran rasional serta</p>	<p><b>Understanding:</b> Menyadari bahwa kita semua mempunyai kelebihan masing-masing, dan tidak boleh takut jika kita benar. Harus berani melawan orang yang bertindak tidak baik kepada kita.</p> <p><b>Comfort:</b></p>

<p>klien untuk berfikir irasional dan logis</p> <p>4) Memberikan <i>home work assignment</i></p>	<p>mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga klien tidak terjebak pada masalah yang disebabkan pemikiran irasional.</p>	<p>Klien sangat senang bisa bertemu dengan praktikan karena dia merasa sudah ada sedikit perubahan dalam dirinya, apalagi setelah membaca biografi orang yang menginspirasi.</p> <p><b>Action:</b></p> <p>Berani dan bersikap tegas ketika ada orang yang berbuat jahat kepada klien (diejek, dimintai uang)</p>
--	---	--

#### 4. Pertemuan keempat

**Tabel 4.14**  
**Proses konseling OI pada pertemuan 4**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<i>Follow up</i>	<p>Pada pertemuan terakhir ini, klien sangat antusias dan sangat aktif dalam proses konseling ini. Klien mendiskusikan tentang perkembangan perilaku klien ketika di dalam kelas. Klien terlihat berbinar-binar ketika</p>	<p><b>Understanding:</b></p> <p>Dengan mau menceritakan permasalahan kepada praktikan, ternyata bisa membuat dia membuka pikirannya sehingga bisa mengatasi segala kendala yang ada.</p> <p><b>Confort:</b></p>

	bercerita.	Senang dan lega akhirnya bisa menceritakan masalahnya kepada praktikan <b>Action:</b> Mulai bersosialisasi dengan teman, mau mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.
--	------------	--

#### 4.1.4.3 Klien 3 (RO)

Progres kepercayaan diri siswa korban *bullying* selama proses konseling yang dilakukan bisa dilihat dalam tabel progress konseling pada tiap pertemuan dibawah ini. Berikut tabel progress konseling pada tiap pertemuan:

##### 1. Pertemuan pertama

**Tabel 4.15**  
**Proses konseling RO pada pertemuan 1**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah 2) Penentuan tujuan konseling 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT	Klien mulai terbuka untuk menceritakan permasalahan yang dialami walaupun masih agak malu-malu.	<b>Understanding:</b> Dalam pertemuan konseling yang pertama klien menyadari bahwa guru BK itu tidak menyramkan dan galak, tetapi baik dan menyenangkan.

4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien		<p><b>Confort:</b> Senang bisa bertemu dengan praktikan</p> <p><b>Action:</b> Melakukan konseling lagi, dan tidak takut lagi jika bertemu dengan guru BK</p>
---	--	--

## 2. Pertemuan kedua

**Tabel 4.16**  
**Proses konseling RO pada pertemuan 2**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien 2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional 3) Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis 4) Memberikan <i>home work assignment</i>	Klien telah menyadari bahwa kepercayaan yang selama ini dianutnya merupakan believe irrasional dan klien harus menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional. Kemampuan yang kuat untuk berubah telah terlihat pada klien, hal ini terlihat dari keaktifan klien dalam proses konseling ini.	<p><b>Understanding:</b> Dalam konseling pertemuan kedua ini, klien memahami bahwa selama ini yang membuat dia ketakutan hanyalah pemikiran irasionalnya saja, padahal belum tentu hal yang ditakuti itu terjadi</p> <p><b>Confort:</b> Lega telah menceritakan permasalahannya kepada praktikan</p> <p><b>Action:</b> Mengerjakan pekerjaan rumah yang diberikan</p>

		oleh praktikan, dan berfikir positif terhadap segala hal.
--	--	---

### 3. Pertemuan ketiga

**Tabel 4.17**  
**Proses konseling RO pada pertemuan 3**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
1) Mendiskusikan keyakinan irasional yang dimiliki klien 2) Mendiskusikan home work yang telah dilakukan 3) Membuat cara pandang yang baru atas masalahnya, evaluasi, dan terminasi	Pada pertemuan ketiga, klien bersama praktikan mendiskusikan tentang <i>home work assignment</i> yang telah dilaksanakan oleh klien. Kemudian klien dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pemikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga klien tidak terjebak pada masalah yang disebabkan pemikiran irasional.	<p><b><i>Understanding:</i></b>            Pertemuan konseling ketiga ini, klien telah memahami bahwa setiap orang memiliki kelebihan masing-masing, serta kekurangan bukanlah sebuah alasan baginya untuk menghindarinya.</p> <p><b><i>Confort:</i></b>            Klien sangat senang bisa bertemu dengan praktikan karena dia merasa sudah ada sedikit perubahan dalam dirinya, apalagi setelah membaca biografi orang yang menginspirasi.</p> <p><b><i>Action:</i></b>            Berusaha untuk</p>

		melakukan yang terbaik dalam segala hal dan tidak pantang menyerah.
--	--	---

## 4. Pertemuan keempat

**Tabel 4.18**  
**Proses konseling RO pada pertemuan 4**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<i>Follow up</i>	Pada pertemuan terakhir ini, klien sangat antusias dan sangat aktif dalam proses konseling ini. Klien mendiskusikan tentang perkembangan perilaku klien ketika di dalam kelas. Klien terlihat berbinar-binar ketika bercerita.	<p><b><i>Understanding:</i></b></p> <p>Pertemuan konseling keempat ini, klien telah memahami apa yang harus dia lakukan jika ada beberapa kendala yang menghalanginya ketika disekolah. Dia juga belajar untuk lebih berani dalam menghadapi segala masalah yang dihadapi dan selalu berfikir positif.</p> <p><b><i>Confort:</i></b></p> <p>Klien merasa sangat senang karena sekarang sudah mulai bertambah kepercayaan dirinya dan sudah mau membuka diri. Tidak takut lagi</p>

		<p>untuk maju ke depan kelas serta sudah mau berkomunikasi dengan orang lain</p> <p><b>Action:</b></p> <p>Mengerjakan pekerjaan sendiri, dan mau bertanya ketika ada hal yang belum paham pada saat guru menjelaskan. Mencoba bersosialisasi dengan orang lain.</p>
--	--	---

#### 4.1.4.4 Klien 4 (AN)

Progres kepercayaan diri siswa korban *bullying* selama proses konseling yang dilakukan bisa dilihat dalam tabel progress konseling pada tiap pertemuan dibawah ini. Berikut tabel progress konseling pada tiap pertemuan:

1. Pertemuan pertama

**Tabel 4.19**  
**Proses konseling AN pada pertemuan 1**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah 2) Penentuan tujuan konseling 3) Penjelasan tentang	Klien mulai terbuka untuk menceritakan permasalahan yang dialami walaupun masih agak malu-malu.	<p><b>Understanding:</b></p> <p>Konseling itu menyenangkan dan tidak menakutkan seperti yang teman-teman dan dia pikirkan</p>

<p>pola A-B-C dalam konseling REBT</p> <p>4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien</p>		<p>selama ini.</p> <p><b>Confort:</b> Merasa senang bisa cerita kepada praktikan.</p> <p><b>Action:</b> Klien merasa perlu untuk bertemu dengan praktikan lagi dan mencoba untuk lebih terbuka kepada praktikan agar praktikan dapat membantunya.</p>
---	--	---

## 2. Pertemuan kedua

**Tabel 4.20**  
**Proses konseling AN pada pertemuan 2**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<p>1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien</p> <p>2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional</p> <p>3) Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis</p>	<p>Klien telah menyadari bahwa kepercayaan yang selama ini dianutnya merupakan believe irrasional dan klien harus menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional. Kemampuan yang kuat untuk berubah telah terlihat pada klien, hal ini</p>	<p><b>Understanding:</b> Bahwa setiap orang pasti memiliki masalah dan harus diselesaikan. Dan yang bisa menyelesaikannya adalah dirinya sendiri bukan orang lain. Dan harus berfikir positif</p> <p><b>Confort:</b> Merasa lega telah menceritakan</p>

4) Memberikan home work assignment	terlihat dari keaktifan klien dalam proses konseling ini.	permasalahannya kepada praktikan dan merasa lebih ringan lagi tidak ada beban. <b>Action:</b> Mengerjakan pekerjaan rumah yang telah diberikan oleh praktikan.
------------------------------------	---	--

## 3. Pertemuan ketiga

**Tabel 4.21**  
**Proses konseling AN pada pertemuan 3**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
1) Mendiskusikan keyakinan irasional yang dimiliki klien 2) Mendiskusikan home work yang telah dilakukan 3) Membuat cara pandang yang baru atas masalahnya, evaluasi, dan terminasi	Pada pertemuan ketiga, klien bersama praktikan mendiskusikan tentang <i>home work assignment</i> yang telah dilaksanakan oleh klien. Kemudian klien dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pemikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga klien tidak terjebak pada masalah yang	<b>Understanding:</b> Klien memahami bahwa setiap orang bisa sukses asalkan mau berusaha dan pantang menyerah, serta percaya pada kemampuan sendiri.  <b>Confort:</b> Senang sekali bisa membaca biografi orang yang telah sukses dengan kerja keras walaupun penuh dengan keterbatasan. Hal itu telah memotivasi dia

	disebabkan pemikiran irasional.	dalam menyelesaikan masalah <b>Action:</b> Berusaha mengerjakan tugas dari guru dengan sebaik-baiknya, dan percaya dengan kemampuan sendiri.
--	---------------------------------	--

## 4. Pertemuan keempat

**Tabel 4.22**  
**Proses konseling AN pada pertemuan 4**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<i>Follow up</i>	Pada pertemuan terakhir ini, klien sangat antusias dan sangat aktif dalam proses konseling ini. Klien mendiskusikan tentang perkembangan perilaku klien ketika di dalam kelas. Klien terlihat berbinar-binar ketika bercerita.	<b>Understanding:</b> Dengan mau menceritakan permasalahan kepada praktikan, ternyata bisa membuat dia membuka pikirannya sehingga bisa mengatasi segala kendala yang ada. <b>Confort:</b> Klien merasa sangat senang karena sekarang sudah mulai bertambah kepercayaan dirinya dan sudah mau membuka diri. Tidak takut lagi

		<p>untuk maju ke depan kelas serta sudah mau berkomunikasi dengan orang lain</p> <p><b>Action:</b></p> <p>Mengerjakan pekerjaan sendiri, dan mau bertanya ketika ada hal yang belum paham pada saat guru menjelaskan. Mencoba bersosialisasi dengan orang lain.</p>
--	--	---

#### 4.1.4.5 Klien 5 (DE)

Progres kepercayaan diri siswa korban *bullying* selama proses konseling yang dilakukan bisa dilihat dalam tabel progress konseling pada tiap pertemuan dibawah ini. Berikut tabel progress konseling pada tiap pertemuan:

##### 1. Pertemuan pertama

**Tabel 4.23**  
**Proses konseling DE pada pertemuan 1**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah 2) Penentuan tujuan konseling 3) Penjelasan tentang	Klien mulai terbuka untuk menceritakan permasalahan yang dialami walaupun masih agak malu-malu.	<p><b>Understanding:</b></p> <p>Dalam konseling pertemuan ini klien menyadari bahwa permasalahan yang dialaminya harus segera</p>

<p>pola A-B-C dalam konseling REBT</p> <p>4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien</p>		<p>dicari penyelesaiannya agar tidak mengganggu prestasi belajarnya dan bisa datang ke sekolah dengan tenang</p> <p><b>Confort:</b> Klien merasa sangat senang karena ada orang yang baik padanya dan mau mendengarkan ceritanya. Selama ini dia tidak berani bercerita karena takut.</p> <p><b>Action:</b> Konseling lagi dengan praktikan agar permasalahannya bisa segera terselesaikan.</p>
---	--	---

## 2. Pertemuan kedua

**Tabel 4.24**  
**Proses konseling DE pada pertemuan 2**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<p>1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien</p> <p>2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang</p>	<p>Klien telah menyadari bahwa kepercayaan yang selama ini dianutnya merupakan believe irrasional dan klien harus</p>	<p><b>Understanding:</b> Bahwa setiap orang pasti memiliki masalah dan harus diselesaikan. Dan yang bisa menyelesaikannya</p>

<p>dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional</p> <p>3) Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis</p> <p>4) Memberikan home work assignment</p>	<p>menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional. Kemampuan yang kuat untuk berubah telah terlihat pada klien, hal ini terlihat dari keaktifan klien dalam proses konseling ini.</p>	<p>adalah dirinya sendiri bukan orang lain. Dan harus berfikir positif</p> <p><b>Confort:</b> Lega telah menceritakan permasalahan kepada praktikan.</p> <p><b>Action:</b> Mengerjakan apa yang ditugaskan praktikan. Mencoba untuk yakin pada diri sendiri, dan bersikap positif.</p>
---	--	--

### 3. Pertemuan ketiga

**Tabel 4.25**  
**Proses konseling DE pada pertemuan 3**

Tahap konseling REBT	Evaluas Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<p>1) Mendiskusikan keyakinan irasional yang dimiliki klien</p> <p>2) Mendiskusikan home work yang telah dilakukan</p> <p>3) Membuat cara pandang yang baru atas masalahnya, evaluasi, dan terminasi</p>	<p>Pada pertemuan ketiga, klien bersama praktikan mendiskusikan tentang <i>home work assignment</i> yang telah dilaksanakan oleh klien. Kemudian klien dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pemikiran rasional serta mengembangkan</p>	<p><b>Understanding:</b> Menyadari bahwa kita semua mempunyai kelebihan masing-masing, dan tidak boleh takut jika kita benar. Harus berani melawan orang yang bertindak tidak baik kepada kita.</p> <p><b>Confort:</b> Klien sangat senang bisa</p>

	<p>filosofi hidup yang rasional sehingga klien tidak terjebak pada masalah yang disebabkan pemikiran irasional.</p>	<p>bertemu dengan praktikan karena dia merasa sudah ada sedikit perubahan dalam dirinya, apalagi setelah membaca biografi orang yang menginspirasi</p> <p><b>Action:</b></p> <p>Berani dan bersikap tegas ketika ada orang yang berbuat jahat kepada klien (diejek, dimintai uang)</p>
--	---	--

## 4. Pertemuan keempat

**Tabel 4.26**  
**Proses konseling DE pada pertemuan 4**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<i>Follow up</i>	<p>Pada pertemuan terakhir ini, klien sangat antusias dan sangat aktif dalam proses konseling ini. Klien mendiskusikan tentang perkembangan perilaku klien ketika di dalam kelas. Klien terlihat berbinar-binar ketika bercerita.</p>	<p><b>Understanding:</b></p> <p>Dengan mau menceritakan permasalahan kepada praktikan, ternyata bisa membuat dia membuka pikirannya sehingga bisa mengatasi segala kendala yang ada.</p> <p><b>Confort:</b></p> <p>Senang dan lega</p>

		<p>akhirnya bisa menceritakan masalahnya kepada praktikan</p> <p><b>Action:</b></p> <p>Berani untuk datang ke sekolah, mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.</p>
--	--	--

#### 4.1.4.6 Klien 6 (MN)

Progres kepercayaan diri siswa korban *bullying* selama proses konseling yang dilakukan bisa dilihat dalam tabel progress konseling pada tiap pertemuan dibawah ini. Berikut tabel progress konseling pada tiap pertemuan:

##### a. Pertemuan pertama

**Tabel 4.27**  
**Proses konseling MN pada pertemuan 1**

Tahap konseling REBT	PERPUSTAKAAN Evaluasi Proses UNNES	Perkembangan Klien (UCA)
1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah 2) Penentuan tujuan konseling 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT 4) Menunjukkan	Klien mulai terbuka untuk menceritakan permasalahan yang dialami walaupun masih agak malu-malu.	<p><b>Understanding:</b></p> <p>Dalam konseling pertemuan ini klien menyadari bahwa permasalahan yang dialaminya harus segera dicari penyelesaiannya agar tidak mengganggu prestasi belajarnya, serta</p>

keyakinan irrasional yang dimiliki klien		<p>mengganggu proses aktualisasi dirinya.</p> <p><b>Confort:</b></p> <p>Pertama-tama takut, tapi setelah ngobrol ternyata menyenangkan</p> <p><b>Action:</b></p> <p>Klien merasa perlu untuk bertemu dengan praktikan lagi dan mencoba untuk lebih terbuka kepada praktikan agar praktikan dapat membantunya.</p>
--	--	---

## b. Pertemuan kedua

**Tabel 4.28**  
**Proses konseling MN pada pertemuan 2**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<p>1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien</p> <p>2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional</p> <p>3) Membelajarkan</p>	<p>Klien telah menyadari bahwa kepercayaan yang selama ini dianutnya merupakan believe irrasional dan klien harus menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional. Kemampuan yang kuat untuk</p>	<p><b>Understanding:</b></p> <p>Dalam konseling pertemuan kedua ini, klien memahami bahwa selama ini yang membuat dia ketakutan hanyalah pemikiran irasionalnya saja, padahal belum tentu hal yang ditakuti itu terjadi.</p>

<p>klien untuk berfikir irasional dan logis</p> <p>4) Memberikan home work assignment</p>	<p>berubah telah terlihat pada klien, hal ini terlihat dari keaktifan klien dalam proses konseling ini.</p>	<p><b>Confort:</b></p> <p>Merasa lega telah menceritakan permasalahannya kepada praktikan dan merasa lebih ringan lagi tidak ada beban.</p> <p><b>Action:</b></p> <p>Mulai berfikir positif, tidak takut lagi jika diajak ngobrol oleh teman dan berani dalam mengungkapkan pendapat, mengerjakan pekerjaan rumah yang telah diberikan oleh praktikan.</p>
---	---	--

c. Pertemuan ketiga

**Tabel 4.29**  
**Proses konseling MN pada pertemuan 3**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<p>1) Mendiskusikan keyakinan irasional yang dimiliki klien</p> <p>2) Mendiskusikan home work yang telah dilakukan</p> <p>3) Membuat cara</p>	<p>Pada pertemuan ketiga, klien bersama praktikan mendiskusikan tentang <i>home work assignment</i> yang telah dilaksanakan oleh klien. Kemudian klien dibantu untuk</p>	<p><b>Understanding:</b></p> <p>Klien memahami bahwa setiap orang bisa sukses asalkan mau berusaha dan pantang menyerah.</p> <p><b>Confort:</b></p> <p>Senang sekali bisa</p>

<p>pandang yang baru atas masalahnya, evaluasi, dan terminasi</p>	<p>secara terus menerus mengembangkan pemikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga klien tidak terjebak pada masalah yang disebabkan pemikiran irasional.</p>	<p>membaca biografi orang yang telah sukses dengan kerja keras walaupun penuh dengan keterbatasan. Hal itu telah memotivasi dia dalam menyelesaikan masalah</p> <p><b>Action:</b> Berusaha melakukan yang terbaik ketika mendapatkan tugas dari guru, berani ketika disuruh maju kedepan kelas.</p>
---	---	---

d. Pertemuan keempat

**Tabel 4.30**  
**Proses konseling MN pada pertemuan 4**

Tahap konseling REBT	Evaluasi Proses	Perkembangan Klien (UCA)
<p><i>Follow up</i></p>	<p>Pada pertemuan terakhir ini, klien sangat antusias dan sangat aktif dalam proses konseling ini. Klien mendiskusikan tentang perkembangan perilaku klien ketika di dalam kelas. Klien terlihat</p>	<p><b>Understanding:</b> Klien menyadari bahwa dia membutuhkan orang lain untuk berbagi cerita baik suka maupun duka agar dia bisa memberikan masukan kepada klien.</p> <p><b>Confort:</b></p>

	berbinar-binar ketika bercerita.	<p>Merasa sangat senang dan lega bisa melakukan hal yang selama ini ditakutinya.</p> <p><b>Action:</b></p> <p>Selalu berfikir positif, dan berusaha lebih keras agar semakin percaya pada dirinya.</p>
--	----------------------------------	--

#### 4.2 Pembahasan

Kurangnya kepercayaan diri yang dialami oleh enam klien diakibatkan oleh *bullying* verbal dari teman-teman di sekolahnya. *Bullying* sendiri memiliki dampak yang signifikan terhadap perilaku siswa, seperti menarik diri terhadap lingkungan, merasa tidak aman, cemas yang berlebihan, mempengaruhi konsentrasi di sekolah serta membuat siswa menghindari sekolah sehingga selalu saja ada alasan untuk tidak masuk sekolah. Selain itu, siswa juga memiliki keyakinan-keyakinan irasional yang membuat dia selalu takut dalam melakukan suatu hal dan tidak meyakini bahwa dirinya memiliki kemampuan. Ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri rendah dalam kehidupan pribadinya meliputi keragu-raguan untuk menentukan suatu tindakan, mudah cemas, selalu tidak yakin, dan mudah patah semangat. Dalam kehidupan sosial, remaja yang kurang percaya diri seringkali menunjukkan sikap yang pasif, merasa malu, menarik diri dari pergaulan, komunikasi terbatas, kurang berani menampilkan kreatifitas dan kurang inisiatif. Dalam bidang belajar remaja yang kurang percaya diri tampak

dengan menurunnya kinerja akademik atau prestasi belajar, menyontek yang merupakan gambaran kurangnya percaya diri pada kemampuannya, tidak adanya keberanian untuk bertanya dan menanggapi penjelasan guru serta grogi ketika diperintah untuk maju ke depan kelas.

Kepercayaan diri rendah pada keenam klien terlihat dari tanda-tanda yaitu keinginan untuk menutup diri, mempunyai konsep diri yang negatif, tidak percaya pada kemampuan diri sendiri, merasa bahwa dirinya tidak akan mampu mengatasi segala persoalan, adanya kecenderungan menghindari situasi komunikasi, ketakutan bahwa orang lain akan mengejek pendapat atau apa yang dibicarakan (*communication apprehension*), kecenderungan ragu-ragu dalam menentukan atau memutuskan sesuatu. Siswa korban *bullying* yang memiliki kepercayaan diri rendah, mereka cenderung *introvert* dan sulit untuk berinteraksi dengan orang lain maupun dengan lingkungan, karena siswa tersebut cenderung menghindari situasi komunikasi. Terlalu memperhatikan kelemahan yang dimilikinya sehingga cenderung memiliki pikiran negatif apabila memperoleh kegagalan. Dari keenam siswa tersebut terdapat satu siswa yang memiliki kepercayaan diri paling rendah dibanding teman-temannya. OI ini cenderung lebih tertutup dan enggan untuk berkomunikasi dengan orang lain, hal ini dikarenakan sebelumnya klien OI pernah mengalami *bullying* juga sewaktu di sekolah dasar, trauma yang cukup parah menyebabkan OI sulit untuk mempercayai orang lain. Pelaksanaan konseling yang dilakukan dengan OI membutuhkan waktu yang relatif lebih lama dibanding dengan klien yang lainnya.

Berikut penjelasan tentang kepercayaan diri siswa korban *bullying* dari sebelum *treatment* sampai setelah *treatment* beserta perbedaan diantara keduanya berdasarkan indikator kepercayaan diri.

#### **4.2.1 Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Sebelum *Treatment***

Kepercayaan diri enam siswa korban *bullying* relatif sama, dimana pada setiap aspek kepercayaan diri yang dimiliki menunjukkan pada taraf rendah.

##### **1. Kemampuan melakukan pekerjaan secara maksimal**

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru). Selain itu, tidak ada usaha yang dilakukan oleh klien ketika mendapatkan tugas, seperti mencari bahan di perpustakaan, bertanya keada guru ketika ada penjelasan yang belum di pahami, serta mencatat hal-hal penting yang disampaikan oleh guru.

##### **2. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan akademik, keadaan ekonomi keluarga klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

### 3. Terbuka terhadap bantuan orang lain

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. Klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

### 4. Aktif dalam diskusi kelompok

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung.

#### 4.2.2 Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Setelah *Treatment*

Konseling yang diberikan kepada klien selama 4 kali pertemuan membawa perubahan yang signifikan terhadap kepercayaan diri siswa korban *bullying*.

##### 1. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku diperpustakaan, mencatat hal-hal penting yang disampaikan oleh guru ketika menjelaskan materi serta mengajukan pertanyaan ketika terdapat penjelasan guru yang belum dia pahami.

## 2. Kemampuan menanggulangi segala kendala

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani untuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya dengan menunjukkan bahwa dia sama saja dengan teman-temannya.

## 3. Terbuka terhadap bantuan orang lain

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya, bahkan klien sudah tidak segan untuk bercerita tentang masalahnya.

## 4. Aktif dalam diskusi kelompok

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar tapi kemudian klien bisa mengendalikannya. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

#### 4.2.3 Perbedaan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Sebelum dan Sesudah *Treatment*

Ada perbedaan kepercayaan diri siswa korban *bullying* setelah mengikuti konseling, hal ini terlihat dari perubahan perilaku klien saat pelajaran berlangsung.

##### 1. Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal

Perubahan yang signifikan terlihat dari perilaku klien ketika mendapat tugas dari guru. Klien yang dulunya mengerjakan tugas seadanya, dimana dia mengerjakan tugas tanpa ada usaha lain seperti mencari bahan di perpustakaan, membaca buku catatan yang dimilikinya. Hal ini dia lakukan karena dia beranggapan bahwa dia tidak memiliki kemampuan yang lebih, dia hanya murid yang bodoh.

Setelah konseling terlihat perubahan pada perilaku klien, dimana sekarang klien sudah memiliki semangat yang tinggi ketika mendapatkan tugas dari guru, adanya usaha dari klien untuk mencari bahan bacaan di perpustakaan, berani untuk maju dipapan tulis, mau bertanya ketika ada hal yang belum dipahami ketika guru menjelaskan. Perubahan yang terjadi pada klien dipengaruhi oleh keyakinan irasional klien yang telah berubah menjadi keyakinan yang lebih rasional, yaitu bahwa semua orang memiliki potensi dan mampu melakukan dengan baik jika mau berusaha. Klien telah menyadari keyakinan-keyakinan irasional yang dimilikinyalah yang menjadi penyebab ketakutan dan kecemasan yang ada dalam dirinya.

## 2. Kemampuan menanggulangi segala kendala

Perubahan pada indikator yang kedua ini terlihat dari perilaku klien ketika mendapat ejekan dari teman-temannya, klien sudah berani untuk membela dirinya, kemudian klien juga sudah berani menolak ketika dimintai uang oleh temannya. Keberanian klien berasal dari keyakinan yang sekarang dimilikinya setelah konseling, dimana setiap orang mempunyai kelebihan dan mempunyai hak yang sama dalam kehidupan.

## 3. Terbuka terhadap bantuan orang lain

Klien sudah mulai terbuka dengan bantuan orang lain, hal ini terlihat dari penerimaan klien terhadap nasehat dan saran dari orang lain serta klien sudah mau untuk berbagi cerita tentang permasalahan yang dihadapinya. Perubahan klien terjadi karena adanya kesadaran dalam diri klien bahwa manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan orang lain, dengan menceritakan permasalahan kepada orang lain klien bisa mengurangi beban pikirannya sehingga dia bisa lebih menikmati hidup.

## 4. Aktif dalam diskusi kelompok

Keaktifan dalam diskusi klien mulai timbul, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk mengikuti diskusi kelompok, mau mengeluarkan pendapat ketika diskusi kelompok walaupun tidak banyak yang disampaikan. Keaktifan klien dalam diskusi kelompok ini dimulai karena adanya keberanian klien untuk bersosialisasi dengan orang lain, ketakutan-ketakutan klien terhadap perilaku buruk dari teman-temannya sudah mulai memudar karena klien sadar bahwa tidak semua orang bersikap buruk terhadap dirinya.

Konseling *rational emotif behavior therapy* pada dasarnya membantu individu yang mengalami rasa kurang percaya diri, karena rasa kurang percaya diri bermula pada pola pikir yang salah, keragu-raguan yang muncul karena sesuatu hal yang ada pada pikiran siswa tersebut. Pola pikir yang salah disini adalah pola pikir negatif yang muncul pada diri individu, yang memunculkan persepsi yang akan merubah sikap atau tingkah laku seseorang, sebagai contoh seseorang selalu merasa tidak yakin akan kemampuannya sendiri padahal belum pernah mencoba untuk menyalurkan kemampuannya tersebut, sehingga hal tersebut yang nantinya akan membentuk seseorang tersebut menjadi orang yang kurang percaya diri karena selalu ragu akan kemampuannya.

Prinsip-prinsip kerja konseling *rational emotif behaviour therapy* dapat dirumuskan sebagai berikut:

5. Memodifikasi tingkah laku melalui pemberian penguatan agar klien terdorong untuk mengubah perilakunya. Penguatan tersebut hendaknya mempunyai daya yang cukup kuat dan dilaksanakan secara sistematis dan nyata-nyata ditampilkan melalui tingkah laku klien.
6. Mengurangi frekuensi berlangsungnya tingkah laku yang tidak diinginkan, memberikan penguatan terhadap suatu respon yang akan mengakibatkan terhambatnya kemunculan tingkah laku.
7. Mengkondisikan perubahan perilaku melalui pemberian contoh atau model
8. Merencanakan prosedur pemberian penguatan terhadap tingkah laku yang diinginkan. Penguatan dapat berupa ganjaran berbentuk materi maupun keuntungan sosial (Mastuti, 2008: 3)

Konseling individu *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment* membantu siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah akibat *bullying* dengan menunjukkan keyakinan irasional

yang dimiliki klien tersebut, kemudian mempertentangkannya sehingga klien menyadari bahwa kurangnya kepercayaan dirinya berasal dari keyakinan irasional yang dianutnya serta mampu mengubah keyakinan irasional menjadi keyakinan yang lebih rasional sehingga kepercayaan diri klien meningkat. Teknik yang digunakan dalam konseling individu adalah teknik *home work assignment* dimana klien diberi tugas-tugas rumah untuk berlatih membiasakan diri serta menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menentukan pola tertentu yang diharapkan. Dengan tugas rumah yang diberikan, klien dapat menghilangkan ide-ide atau perasaan-perasaan tertentu, mempraktikkan respon-respon tertentu, berkonfrontasi dengan *self verbalitation* yang mendahuluinya. Tugas yang diberikan adalah mempelajari perjalanan hidup seorang tokoh terkenal yang memulai karirnya dari nol untuk mengubah aspek kognisinya yang keliru bahwa orang miskin tidak bisa melakukan apa-apa, melakukan latihan-latihan untuk memulai pembicaraan dengan orang lain. Selanjutnya tugas yang diberikan, dilaporkan oleh klien dalam pertemuan konseling ke 3 dengan praktikan. Tugas atau latihan yang diberikan kepada tiap klien hampir sama, hal ini didasarkan pada *believe irrasional* yang selama ini dipelihara oleh klien hampir sama.

Tahap-tahap teknik *homework assignment* dalam permasalahan yang dialami siswa dapat dijelaskan sebagai berikut:

15. Secara singkat mendeskripsikan rasional dan ringkasan proses pelaksanaan teknik *homework assignment*
16. Mengemukakan instruksi-instruksi tentang teknik *homework assignment*

17. Memberikan pandangan tentang apa yang tercakup dalam teknik *homework assignment*
18. Menggunakan penjelasan untuk menentukan masalah khusus terkait penggunaan teknik *homework assignment*
19. Melatih klien tentang cara melakukan ketrampilan teknik *homework assignment* yang dibutuhkan, jawaban secara sukarela, dan juga inisiatif untuk mencoba latihan.
20. Meminta klien melatih ketrampilan yang dibutuhkan terkait masalah sebagai pekerjaan rumah
21. Meminta klien menceritakan gambaran pelaksanaan pekerjaan rumah yang telah ia laksanakan, sebagai upaya dalam mendiskusikannya.

Pada kasus kurangnya kepercayaan diri siswa korban *bullying* ini *home work* yang diberikan berupa tugas untuk membaca biografi dari tokoh-tokoh inspirasi seperti Chairil Tanjung, Dahlan Iskan, serta Sudi Artawan. Harapannya klien dapat termotivasi dengan perjalanan hidup tokoh tersebut yang sangat menginspirasi. Klien bisa mengetahui bahwa untuk mendapatkan hasil yang maksimal harus disertai dengan usaha yang keras. Setelah klien membaca kemudian memahami biografi tokoh tersebut, klien bersama dengan praktikan mendiskusikan tentang pemahaman yang telah klien peroleh kemudian mengaplikasikannya terhadap kehidupan klien. Dari proses konseling yang telah dilakukan terlihat perubahan perilaku klien yang menunjukkan pada meningkatnya kepercayaan diri siswa. Hal ini bisa dilihat dari perubahan perilaku siswa ketika di sekolah terutama ketika pelajaran berlangsung. Klien yang

dulunya selalu menolak jika mendapat tugas untuk mengerjakan soal di papan tulis sekarang sudah mau melaksanakan tugas tersebut, klien juga sudah mau mengajukan pertanyaan kepada guru. Untuk menanggulangi kendala yang dia hadapi dia sudah berani untuk meminta bantuan kepada guru maupun temannya. Klien juga mulai aktif dalam diskusi kelompok, walaupun tidak banyak yang dia sampaikan.

Proses konseling yang dilaksanakan selama 4 kali pertemuan pada setiap akhir pertemuan dengan klien diberikan penilaian hasil akhir layanan bimbingan dan konseling, sehingga ada beberapa kesan untuk proses konseling yang diungkapkan oleh klien. Penilaian tersebut dapat disimpulkan bahwa, pertemuan pada kegiatan konseling individu ini cukup berarti bagi klien, karena dapat menyelesaikan masalah, mengurangi beban pikiran, dan yang terpenting kurangnya kepercayaan diri siswa dapat teratasi.

Perubahan perilaku klien yang menunjukkan kepercayaan diri mengalami peningkatan yang cukup berarti terlihat sekali setelah pertemuan konseling ketiga, dimana klien telah belajar untuk mempertanyakan pemikiran irasional serta mendiskusikan perjalanan tokoh inspiratif dari bawah sampai memperoleh kesuksesan. Banyak hal menarik yang membuat klien merasa termotivasi dan menyadari bahwa mereka juga mampu melakukan yang terbaik jika mau berusaha, dari keyakinan itulah yang membuat kepercayaan diri klien secara bertahap mengalami peningkatan.

### 4.3 Keterbatasan Penelitian

Meskipun penelitian sudah dilaksanakan sebaik mungkin dan sesuai dengan prosedur penelitian yang telah ditetapkan, namun penelitian ini tetap memiliki keterbatasan. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah yaitu keterbatasan waktu dalam pelaksanaan, keterbatasan alat pengumpul data, , pengamatan, dan dokumentasi.

#### 4.3.1 Keterbatasan Waktu

Pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *rational emotif behavior therapy* yang dilakukan belum optimal. Hal ini terjadi karena pelaksanaan konseling dilaksanakan di sela-sela waktu luang dari klien yaitu setelah KBM berakhir sehingga kondisi klien belum maksimal seperti sudah capek, ngantuk, sehingga pelaksanaan konseling tidak bisa maksimal.

#### 4.3.2 Keterbatasan Alat Pengumpul Data

Alat pengumpul data yang digunakan hanya menggunakan wawancara dan observasi yang tidak dilengkapi dengan angket ataupun alat pengumpul data lainnya, klien juga tidak mau direkam ataupun difoto, jika direkam atau difoto ada ketertutupan dari klien dan jika itu terjadi maka akan menghambat jalannya proses konseling, sehingga yang dihasilkan kurang sempurna.

#### 4.3.3 Keterbatasan konteks Pengamatan

Konteks yang diteliti hanya ketika siswa berada di dalam kelas atau ketika pelajaran berlangsung sehingga tidak menyeluruh. Hal ini, dikarenakan keterbatasan peneliti dalam mengamati siswa.

#### 4.3.4 Pengembangan Teori dalam Pembuatan Instrumen

Landasan teori yang kuat dan pengetahuan yang luas dalam mendiskripsikan bentuk-bentuk kepercayaan diri yang muncul pada siswa kelas VIII A sangat diperlukan dalam membuat kisi-kisi instrumen. Teori tentang kepercayaan dirisangat beragam dan sangat kompleks, baik itu membahas macam-macamnya, maupun bentuk-bentuk kepercayaan diri. Namun, disini peneliti hanya menggunakan teori tentang kepercayaan diri tingkah laku saja dalam mengembangkan instrumen penelitian. Karena keterbatasan ini, maka dalam penelitian ini kepercayaan diri yang diamati hanya sebatas kepercayaan diri tingkah laku yang ada dalam kisi-kisi, sehingga apa yang diteliti kurang maksimal dan tidak menyeluruh.

#### 4.3.5 Kurangnya dokumentasi penelitian

Dokumentasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah foto proses konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignmet*. Foto kegiatan layanan sangat penting karena sebagai bukti bahwa peneliti telah benar-benar melaksanakan penelitian di SMP Diponegoro 7 Gumelar. Namun dalam penelitian ini selama proses kegiatan berlangsung peneliti tidak banyak mengambil foto kegiatan, karena peneliti hanya melakukan penelitian sendiri tanpa didampingi oleh pihak lain saat konseling, sehingga peneliti merasa kesulitan saat harus mengambil foto proses pemberian layanan. Selain itu klien juga keberatan jika harus diambil fotonya ataupun direkam ketika proses konseling.

## **BAB 5**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 6 siswa korban *bullying* kelas VIII A SMP Diponegoro 7 Gumelar, maka diambil kesimpulan bahwa konseling *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignmet* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*. Berikut penjabaran hasil penelitian yang telah diperoleh:

1. Gambaran kepercayaan diri siswa korban *bullying* sebelum mendapatkan konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan teknik *home work assignment* ditunjukkan dengan menghindari pelaku *bullying*, menutup diri, selalu menyalahkan diri sendiri atas segala hal buruk yang menimpanya, merasa tidak pantas berteman dengan teman-temannya karena tidak memiliki kelebihan, pasif dalam diskusi kelompok.
2. Gambaran kepercayaan diri siswa korban *bullying* setelah mendapatkan konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan teknik *home work assignment* setelah diberikan *treatment* tampak adanya perubahan pada diri klien secara bertahap yaitu klien sudah mulai berani untuk berkomunikasi dengan orang lain, mau bertanya kepada guru ketika pelajaran berlangsung, mau menerima nasehat dari orang lain. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika diskusi kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

3. Berdasarkan hasil yang diperoleh oleh klien VV, OI, RO, MN, DE, dan AN sebelum mengikuti konseling dan setelah mengikuti konseling maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kepercayaan diri siswa korban *bullying*, hal ini dapat dilihat dari perilaku siswa ketika di dalam kelas.

## 5.2 Saran

Berdasarkan simpulan diatas, maka dapat direkomendasikan bahwa :

1. Untuk konselor sekolah atau guru BK, diharapkan melakukan penanganan lebih dini jika menemukan siswa yang menjadi korban *bullying* agar aktifitas serta interaksi sosial mereka di sekolah tidak terganggu. Salah satu cara yang dapat digunakan adalah konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *homework assignment*.
2. Untuk pihak sekolah, diharapkan untuk lebih memantau perilaku siswa ketika di sekolah agar tidak lagi ada *bullying* di sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abimanyu, Soli dan Manhiru, Thayeb. 1996. *Teknik dan Laboratorium Konseling*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Angels. 2002. *Percaya Diri*. Jakarta : Gramedia Pustaka
- Anthony, R. 1992. *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri*. (terjemahan Rita Wiryadi). Jakarta: Binarupa Aksara.
- Arfitriani, Yuni Nike. 2010. *Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswa Broken Home Melalui Konseling Individual Dengan Pendekatan Realita*. Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling. FIP UNNES
- Arikunto, Suharsimi. 1996. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti. 2008. *Meredam Bullying*. Jakarta : Grasindo
- Banks. R. (1997). *Bullying in School*. Journal of Personality and Social Psychology.
- Bungin, Burhan. 2008. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Chatarina, dkk. 2007. *Psikologi Belajar*. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Coloroso, Barbara. 2006. *Penindas, Tertindas, dan Penonton; Resep Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah hingga SMU*. Jakarta: Serambi Ilmu Pustaka.
- Corey, G. 2009. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. USA : Thomson Brooks/Cole.
- Djuwita, Ratna. 2006. *Kekerasan Tersembunyi di Sekolah: Aspek-aspek Psikososial dari Bullying*.
- Ellis, A. & Dryden, W. 1997. *The Practice of Rational Emotive Behavior Therapy*. New York : Springer Publishing Company
- Froggatt, W. 2005. *A Brief Introduction To Rational Emotive Behaviour Therapy*. Journal of Rational-Emotive and Cognitive Behaviour Therapy, 3 (1): 1-15.
- Gantina, dkk. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta : Indeks
- Ghufron, et al. 2011. *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz media
- Hadi, Sutrisno. 2000. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset

- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta : Purwa Suara.
- Hurlock, Elizabeth B. (1980). *Psikologi Perkembangan* . Jakarta: Erlangga.
- Latipun. 2008. *Psikologi Konseling*. Malang : UMM Press
- Lindenfield, Gael (Alih Bahasa Ediati Kamil). 1997. *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Yogyakarta : Arcan
- Mastuti, Indri. 2008. *50 Kiat Percaya Diri*. Jakarta : Hi- Fest Publishing
- Moleong, Lexy J. 2007. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nelson, Ricard. 2011. *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Nurdiyoni. 2010. *Membangun Rasa Percaya Diri*. ([www. Sekeluarga.com/2010/4/membangun-rasa-percaya-diri](http://www.Sekeluarga.com/2010/4/membangun-rasa-percaya-diri)) diakses tanggal 11/4/2013 jam 17:57 WIB
- Nursyahidah, Farida. 2012. *Penelitian Eksperimen* ([http://faridanursyahidah.files.wordpress.com/2012/05/penelitian\\_eksperimen\\_farida.pdf](http://faridanursyahidah.files.wordpress.com/2012/05/penelitian_eksperimen_farida.pdf)) diakses tanggal 12/01/13 jam 20.57 WIB
- Nurvianti, Septia. 2012. *Penanganan Kasus Kepercayaan Diri Korban Bullying Melalui Pendekatan Behavioristik Teknik Assertive Training Pada 3 Siswa Kelas VIII D Di SMP N 3 Gringsing Tahun Pelajaran 2011/2012*. Skripsi Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Universitas Negeri Semarang.
- Olweus, D. 1993. *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwe
- Prayitno, (a) (1995). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Padang: Ghalia Indonesia
- Pujosuwarno, Sayekti. 1993. *Berbagai Pendekatan Konseling*. Yogyakarta : Menara Offset
- Rakhmat, Jalaludin. 2007. *Psikologi Komunikasi*. Bandung:Remaja Rosdakarya
- Santrock, Jhon W. 2003. *Andolesensce (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: Erlangga
- Sejiwa. 2008. *Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan*. Jakarta: Grasindo

- Sudrajat, Ahmad. 2008. *Teknik Konseling Behavioral*. Online. Tersedia pada <http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/01/23/pendekatan-konseling-behavioral/>[diakses 08/06/10]
- Sugiharto. 2012. *Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa*. Jurnal Bimbingan Konseling. No . Hlm 74-80. Semarang: Universitas Negeri Semarang <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk> ( diunduh tanggal 30/4/2013)
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung : Alfabeta
- Supriyo. 2008. *Studi Kasus Bimbingan Konseling*. Semarang : CV.Nieuw Setapak
- Surya, H. 2007. *Percaya Diri Itu Penting*. Jakarta: Gramedia
- Susanti, Inda. 2006. *Bullying Bikin Anak Depresi dan Bunuh Diri*. (Online). Tersedia: [http://www.kpai.go.id/mn\\_access.php?to=2artikel&sub=kpai\\_2-artikel\\_bd.html](http://www.kpai.go.id/mn_access.php?to=2artikel&sub=kpai_2-artikel_bd.html) . (15 Juni 2012).
- Sutoyo, Anwar. 2009. *Pemahaman Individu Observasi, Checklist, Kuesioner&Sosiometri*. Semarang: CV. Widya Karya
- Wati, tunjung Wisnu. 2009. *Studi Korelasi antara Perilaku Bullying dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMK Bhakti Nusantara Mranggen Tahun Ajaran 2009/2010*. Skripsi mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Universitas Negeri Semarang.
- Wiyani, Novan Andy. 2012. *Save Our Children From School Bullying*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media

**LAMPIRAN 1****JURNAL PELAKSANAAN PENELITIAN**

NO	HARI, TANGGAL, JAM	KEGIATAN	KETERANGAN
1.	Jum'at, 20 September 2013 jam 09.00 wib	Bertemu kepala sekolah untuk meminta izin penelitian	Tindak lanjut dari pertemuan sebelumnya ketika mencari data awal
2.	Jum'at, 20 September 2013 jam 10.00 wib	Bertemu guru BK untuk menjelaskan terkait maksud dan tujuan peneliti datang ke sekolah serta meminta bantuan dalam melakukan penelitian.	Tindak lanjut dari pertemuan sebelumnya ketika mencari data awal
3.	Sabtu, 21 September 2013 jam 09.00 wib	Bertemu wali kelas VIII A untuk menjelaskan terkait maksud dan tujuan peneliti datang ke sekolah serta meminta izin untuk melakukan penelitian pada kelas VIII A terhadap 6 siswa	Tindak lanjut dari pertemuan sebelumnya ketika mencari data awal
4	Sabtu, 21 September 2013 jam 10.00 wib	Berdiskusi dengan guru BK mengenai siswa yang akan diteliti	
5.	Sabtu, 21 September 2013 jam 11.00 wib	Bertemu dengan guru mata pelajaran untuk meminta izin melakukan penelitian ketika guru sedang mengajar serta menjelaskan mekanisme	Tindak lanjut dari pertemuan sebelumnya ketika mencari data awal

		penelitian yang akan dilaksanakan	
6.	Senin, 23 September 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
7.	Selasa, 24 September 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
8	Rabu, 25 September 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
9	Kamis, 26 September 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
10	Kamis, 26 September 2013 jam 13.00 wib	Wawancara dengan wali kelas VIII A terkait 6 siswa yang diteliti	
11	Jum'at, 27 September 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
12	Jum'at, 27 September 2013 jam 11.00 wib	Wawancara dengan guru mata pelajaran matematika tentang 6 siswa yang diteliti ketika mengikuti pelajaran	

13	Sabtu, 28 September 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
14	Senin, 30 September 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
15	Selasa, 1 Oktober 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
16	Selasa, 1 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Bertemu dengan Munawarotun khasanah (siswa yang mengalami kepercayaan diri rendah) untuk membuat kesepakatan waktu untuk melakukan konseling.	
17	Rabu, 2 Oktober 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
18	Rabu, 2 Oktober 2013 jam 09.30 wib	Bertemu dengan Riko (siswa yang mengalami kepercayaan diri rendah) untuk membuat kesepakatan waktu untuk melakukan konseling.	
19	Rabu, 2 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Konseling dengan Munawarotun Khasanah	Pertemuan pertama

20	Kamis, 3 Oktober 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
21	Kamis, 3 Oktober 2013 jam 09.30 wib	Bertemu dengan Vivi (siswa yang mengalami kepercayaan diri rendah) untuk membuat kesepakatan waktu untuk melakukan konseling.	
22	Kamis, 3 Oktober 2013 jam 11.30 wib	Bertemu dengan Ogi (siswa yang mengalami kepercayaan diri rendah) untuk membuat kesepakatan waktu untuk melakukan konseling.	
23	Jum'at, 4 Oktober 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	
24	Jum'at, 4 Oktober 2013 jam 09.30 wib	Bertemu dengan Anton (siswa yang mengalami kepercayaan diri rendah) untuk membuat kesepakatan waktu untuk melakukan konseling.	
25	Sabtu, 5 Oktober 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	
26	Sabtu, 5 Oktober 2013 jam 09.30	Bertemu dengan Dive (siswa yang mengalami kepercayaan diri rendah) untuk membuat	

	wib	kesepakatan waktu untuk melakukan konseling.	
27	Sabtu, 5 Oktober 2013 jam 11.00 wib	Wawancara dengan guru BK tentang 6 siswa yang diteliti	Menggali informasi tentang siswa
28	Senin, 7 Oktober 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
29	Senin, 7 Oktober 2013 jam 13.30 wib	Konseling dengan Riko	Pertemuan pertama
30	Selasa, 8 Oktober 2013 jam 09.00 wib	Wawancara dengan guru mata pelajaran bahasa inggris tentang 6 siswa yang diteliti ketika mengikuti pelajaran	
31	Selasa, 8 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Konseling dengan vivi	Pertemuan pertama
32	Rabu, 9 Oktober 2013 jam 13.30 wib	Konseling dengan Dive	Pertemuan pertama
33	Kamis, 10 Oktober 2013 jam 09.00 wib	Wawancara dengan guru mata pelajaran bahasa jawa tentang 6 siswa yang diteliti ketika mengikuti pelajaran	

34	Kamis, 10 Oktober 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
35	Kamis, 10 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Konseling dengan Ogi	Pertemuan pertama
36	Jum'at, 11 Oktober 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
37	Jum'at, 11 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Konseling dengan Anton	Pertemuan pertama
38	Sabtu, 12 Oktober 2013 jam 07.00 wib	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
39	Sabtu, 12 Oktober 2013 jam 09.30 wib	Konsultasi dengan guru BK	
40	Sabtu, 12 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Konseling dengan Munawarotun Khasanah	Pertemuan kedua
41	Senin, 14 Oktober 2013	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di	Mengikuti setiap pelajaran

	jam 13.00 wib	dalam kelas	berlangsung
42	Senin, 14 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Konseling dengan Riko	Pertemuan kedua
43	Rabu, 16 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
44	Rabu, 16 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling dengan Anton	Pertemuan kedua
45	Kamis, 17 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
46	Kamis, 17 Oktober 2013 jam 13.30	Konseling dengan Ogi	Pertemuan kedua
47	Jum'at, 18 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
48	Jum'at, 18 Oktober 2013 jam 11.00	Konseling dengan Vivi	Pertemuan kedua
49	Sabtu, 19 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
50	Sabtu, 19 Oktober 2013	Konseling dengan Dive	Pertemuan kedua

	jam 13.00		
51	Senin, 21 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
52	Senin, 21 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling dengan Riko	Pertemuan ketiga
53	Selasa, 22 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
54	Selasa, 22 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling dengan Anton	Pertemuan ketiga
55	Rabu, 23 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
56	Rabu, 23 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling dengan Munawarotun Khasanah	Pertemuan ketiga
57	Kamis, 24 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
58	Kamis, 24 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling dengan Ogi	Pertemuan ketiga
59	Jum'at, 25 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
60	Jum'at, 25 Oktober 2013	Konseling dengan vivi	Pertemuan ketiga

	jam 11.00		
61	Sabtu, 26 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
62	Sabtu, 26 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling dengan Dive	Pertemuan ketiga
63	Senin, 28 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
64	Senin, 28 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling dengan Riko	Pertemuan keempat
65	Selasa, 29 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
66	Selasa, 29 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling dengan Anton	Pertemuan keempat
67	Rabu, 30 Oktober 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
68	Rabu, 30 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling dengan Munawarotun Khasanah	Pertemuan keempat
69	Kamis, 31 Oktober 2013 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
70	Kamis, 31 Oktober 2013	Konseling dengan Ogi	Pertemuan keempat

	jam 13.30		
71	Jum'at, 1 November 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
72	Jum'at, 1 November 2013 jam 11.00	Konseling dengan Vivi	Pertemuan keempat
73	Sabtu, 2 November 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
74	Sabtu, 2 November 2013 jam 13.00	Konseling dengan Dive	Pertemuan keempat
75	Senin, 4 November 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
76	Senin, 4 November 2013 jam 13.00	Wawancara dengan guru BK tentang perilaku siswa yang diteliti	
77	Rabu, 6 November 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
78	Rabu, 6	Wawancara dengan wali kelas	

	November 2013 jam 13.00	VIII A	
79	Kamis, 7 November 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
80	Kamis, 7 November 2013 jam 13.00	Wawancara dengan guru mata pelajaran bahasa jawa	
81	Jum'at, 8 November 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
82	Jum'at, 8 November 2013 jam 11.00	Wawancara dengan guru mata pelajaran matematika	
83	Sabtu, 9 November 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
84	Sabtu, 9 November 2013 jam 13.00	Wawancara dengan guru mata pelajaran bahasa inggris	
85	Senin, 11 November 2013 jam	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung

	07.00		
86	Selasa, 12 November 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
87	Rabu, 13 November 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
88	Kamis, 14 November 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
89	Jum'at, 15 November 2013 jam 07.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung
90	Sabtu, 16 November 2013 jam 13.00	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas	Mengikuti setiap pelajaran berlangsung

Gumelar, 16 November 2013

Guru BK SMP Diponegoro 7 Gumelar

Praktikan

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul A.

NIM.1301409031

<b>LAMPIRAN 2</b>
-------------------

**PROGRAM HARIAN PELAYANAN BIMBINGAN KONSELING  
SATLAN&SATKUNG**

**Sekolah : SMP Diponegoro 7 Gumelar**

**Bulan : September**

**Kelas : VIII A**

**Minggu : 3**

**Peneliti : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah**

No	Hari/tanggal/waktu	Jam Pem	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan/ Pendukung	Materi Kegiatan	Aalat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	Senin, 23 September 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
2	Selasa, 24 September 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
3	Rabu, 25 September	5 jam	AN, VI, RO, DE,		Observasi	Pedoman observasi	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul	Masuk kelas VIII A untuk

	2013 jam 07.00 wib		MN, OI			(Rating scale)		Awaliyah	meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
4	Kamis, 26 September 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
5	Jum'at, 27 September 2013 jam 07.00 wib	3 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
6	Jum'at, 27 September 2013 jam 11.00 wib	30 menit	Guru mata pelajaran matematika		Wawancara	Pedoman wawancara	Ruang Guru	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Wawancara dengan guru mata pelajaran matematika tentang 6 siswa yang diteliti ketika mengikuti

									pelajaran
7	Sabtu, 28 September 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
8	Senin, 30 September 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas



**PROGRAM HARIAN PELAYANAN BIMBINGAN KONSELING  
SATLAN&SATKUNG**

**Sekolah : SMP Diponegoro 7 Gumelar**  
**Kelas : VIII A**

**Bulan : Oktober**  
**Minggu : 1**  
**Peneliti : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah**

No	Hari/tanggal /waktu	Jam Pem	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan/ Pendukung	Materi Kegiatan	Aalat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	Selasa, 1 Oktober 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
2	Rabu, 2 Oktober 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
3	Rabu, 2 Oktober 2013 jam 13.00 wib	45 Menit	MN		Konseling pertemuan 1		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Pembentukan rapport

4	Kamis, 3 Oktober 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
5	Jum'at, 4 Oktober 2013 jam 07.00 wib	3 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
6	Sabtu, 5 Oktober 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
	Sabtu, 5 Oktober 2013 jam 11.00 wib	30 menit	Guru BK		wawancara	Pedoman wawancara	Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Wawancara dengan guru BK terkait perilaku 6 siswa yang diteliti

**PROGRAM HARIAN PELAYANAN BIMBINGAN KONSELING  
SATLAN&SATKUNG**

**Sekolah** : SMP Diponegoro 7 Gumelar  
**Kelas** : VIII A

**Bulan** : Oktober  
**Minggu** : 2  
**Peneliti** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

No	Hari/tanggal /waktu	Jam Pem	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan/ Pendukung	Materi Kegiatan	Aalat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	Senin, 7 Oktober 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
2	Senin, 7 Oktober 2013 jam 13.30 wib	45 menit	RO		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Pembentukan rapport
3	Selasa, 8 Oktober 2013 jam 09.00 wib	30 menit	Guru bahasa inggris		Wawancara	Pedoman wawancara	Ruang Guru	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Wawancara dengan guru mata pelajaran tentang 6 siswa yang diteliti ketika mengikuti

									pelajaran
4	Selasa, 8 Oktober 2013 jam 13.00 wib	45 menit	VI		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Pembentukan rapport
5	Rabu, 9 Oktober 2013 jam 13.30 wib	45 menit	DE		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Pembentukan rapport
6	Kamis, 10 Oktober 2013 jam 09.00 wib	45 menit	Guru bahasa jawa		Wawancara	Pedoman waancara	Ruang Guru	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Wawancara dengan guru mata pelajaran tentang 6 siswa yang diteliti ketika mengikuti pelajaran
7	Kamis, 10 Oktober 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
8	Kamis, 10 Oktober 2013	45 menit	OI		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul	Pembentukan rapport

	jam 13.00 wib							Awaliyah	
9	Jum'at, 11 Oktober 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
10	Jum'at, 11 Oktober 2013 jam 13.00 wib	45 menit	AN		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Pembentukan rapport
11	Sabtu, 12 Oktober 2013 jam 07.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
12	Sabtu, 12 Oktober 2013 jam 13.00 wib	45 menit	MN		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Pembentukan rapport

**PROGRAM HARIAN PELAYANAN BIMBINGAN KONSELING  
SATLAN&SATKUNG**

**Sekolah : SMP Diponegoro 7 Gumelar**  
**Kelas : VIII A**

**Bulan : Oktober**  
**Minggu : 3**  
**Peneliti : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah**

No	Hari/tanggal/waktu	Jam Pem	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan/ Pendukung	Materi Kegiatan	Alat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	Senin, 14 Oktober 2013 jam 13.00 wib	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
2	Senin, 14 Oktober 2013 jam 13.00 wib	45 menit	RO		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
3	Rabu, 16 Oktober 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
4	Rabu, 16 Oktober	45 menit	AN		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul	

	2013 jam 13.00							Awaliyah	
5	Kamis, 17 Oktober 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
6	Kamis, 17 Oktober 2013 jam 13.30	45 menit	OI		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
7	Jum'at, 18 Oktober 2013 jam 07.00	3 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
8	Jum'at, 18 Oktober 2013 jam 11.00	45 menit	VV		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
9	Sabtu, 19 Oktober 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam

									kelas
10	Sabtu, 19 Oktober 2013 jam 13.00	45 menit	DE		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	



**PROGRAM HARIAN PELAYANAN BIMBINGAN KONSELING  
SATLAN&SATKUNG**

**Sekolah** : SMP Diponegoro 7 Gumelar  
**Kelas** : VIII A

**Bulan** : Oktober  
**Minggu** : 4  
**Peneliti** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

No	Hari/tanggal /waktu	Jam Pem	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan/ Pendukung	Materi Kegiatan	Aalat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	Senin, 21 Oktober 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
2	Senin, 21 Oktober 2013 jam 13.00	45 menit	RO		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
3	Selasa, 22 Oktober 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
4	Selasa, 22	45	AN		Konseling		Ruang	Gus Riries	

	Oktober 2013 jam 13.00	menit					BK	Nahdliyatul Awaliyah	
5	Rabu, 23 Oktober 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
6	Rabu, 23 Oktober 2013 jam 13.00	45 menit	MN		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
7	Kamis, 24 Oktober 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa 8ketika di dalam kelas
8	Kamis, 24 Oktober 2013 jam 13.00	45 menit	OI		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
9	Jum'at, 25 Oktober 2013 jam 07.00	3 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa

									ketika di dalam kelas
10	Jum'at, 25 Oktober 2013 jam 11.00	45 menit	VV		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
11	Sabtu, 26 Oktober 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
12	Sabtu, 26 Oktober 2013 jam 13.00	45 menit	DE		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	

**PROGRAM HARIAN PELAYANAN BIMBINGAN KONSELING  
SATLAN&SATKUNG**

**Sekolah** : SMP Diponegoro 7 Gumelar  
**Kelas** : VIII A

**Bulan** : Oktober  
**Minggu** : 5

**Peneliti** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

No	Hari/tanggal /waktu	Jam Pem	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan/ Pendukung	Materi Kegiatan	Aalat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	Senin, 28 Oktober 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
2	Senin, 28 Oktober 2013 jam 13.00	45 menit	RO		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
3	Selasa, 29 Oktober 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
4	Selasa, 29	45 menit	AN		Konseling		Ruang	Gus Riries	

	Oktober 2013 jam 13.00						BK	Nahdliyatul Awaliyah	
5	Rabu, 30 Oktober 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
6	Rabu, 30 Oktober 2013 jam 13.00	45 menit	MN		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
7	Kamis, 31 Oktober 2013 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
8	Kamis, 31 Oktober 2013 jam 13.30	45 menit	OI		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	

**PROGRAM HARIAN PELAYANAN BIMBINGAN KONSELING  
SATLAN&SATKUNG**

**Sekolah** : SMP Diponegoro 7 Gumelar  
**Kelas** : VIII A

**Bulan** : November  
**Minggu** : 1  
**Peneliti** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

No	Hari/tanggal /waktu	Jam Pem	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan/ Pendukung	Materi Kegiatan	Aalat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	Jum'at, 1 November 2013 jam 07.00	3 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
2	Jum'at, 1 November 2013 jam 11.00	45 menit	VV		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
3	Sabtu, 2 November 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas

4	Sabtu, 2 November 2013 jam 13.00	45 menit	DE		Konseling		Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
---	---	-------------	----	--	-----------	--	-------------	---------------------------------------	--



**PROGRAM HARIAN PELAYANAN BIMBINGAN KONSELING  
SATLAN&SATKUNG**

**Sekolah** : SMP Diponegoro 7 Gumelar  
**Kelas** : VIII A

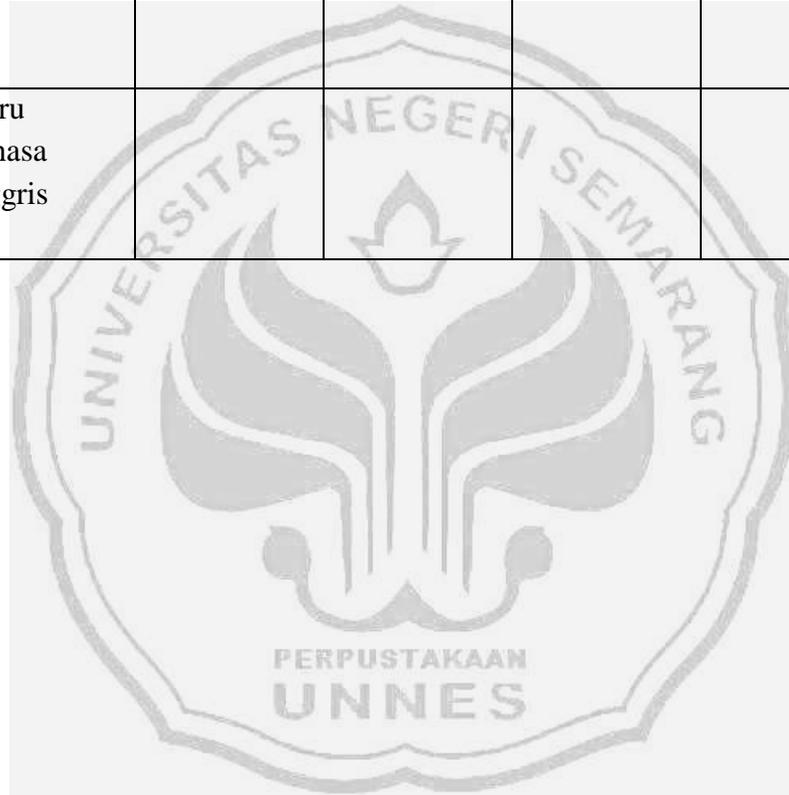
**Bulan** : November  
**Minggu** : 2

**Peneliti** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

No	Hari/tanggal /waktu	Jam Pem	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan/ Pendukung	Materi Kegiatan	Aalat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	Senin, 4 November 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
2	Senin, 4 November 2013 jam 13.00	45 menit	Guru BK		Wawancara	Pedoman wawancara	Ruang BK	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
3	Rabu, 6 November 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas

4	Rabu, 6 November 2013 jam 13.00	45 menit	Wali kelas		Wawancara	Pedoman wawancara	Ruang Guru	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
5	Kamis, 7 November 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
6	Kamis, 7 November 2013 jam 13.00	45 menit	Guru bahasa jawa		Wawancara	Pedoman wawancara	Ruang Guru	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	
7	Jum'at, 8 November 2013 jam 07.00	3 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
8	Jum'at, 8 November 2013 jam 11.00	45 menit	Guru matematika			Pedoman wawancara	Ruang guru	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	

9	Sabtu, 9 November 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI			Pedoman observasi (Rating scale)			Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
10	Sabtu, 9 November 2013 jam 13.00	45 menit	Guru bahasa inggris						



**PROGRAM HARIAN PELAYANAN BIMBINGAN KONSELING  
SATLAN&SATKUNG**

**Sekolah** : SMP Diponegoro 7 Gumelar  
**Kelas** : VIII A

**Bulan** : November  
**Minggu** : 3

**Peneliti** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

No	Hari/tanggal /waktu	Jam Pem	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan/ Pendukung	Materi Kegiatan	Aalat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	Senin, 11 November 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
2	Selasa, 12 November 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
3	Rabu, 13 November 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa

									ketika di dalam kelas
4	Kamis, 14 November 2013 jam 07.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
5	Jum'at, 15 November 2013 jam 07.00	3 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas
6	Sabtu, 16 November 2013 jam 13.00	5 jam	AN, VI, RO, DE, MN, OI		Observasi	Pedoman observasi (Rating scale)	Kelas VIII A	Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah	Masuk kelas VIII A untuk meneliti perilaku siswa ketika di dalam kelas

### LAMPIRAN 3

## SATUAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
    - c. Siswa dapat merumuskan tujuan konseling
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 1 (VV)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
1		5) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah 6) Penentuan tujuan konseling 7) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT	Assesment dan pemberian rapport sudah dilaksanakan sebelum proses

		8) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien	konseling(saat awal penelitian)
--	--	---	---------------------------------

I. Media : -

J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 8 Oktober 2013

Guru BK

Mengetahui,  
UNNES Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 1 (VV)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
2		5) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien 6) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional 7) Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis	

		8) Memberikan <i>home work assignment</i>	
--	--	---	--

I. Media : -

J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 18 Oktober 2013

Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 1 (VV)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
3		4) Mendiskusikan keyakinan irasional yang dimiliki klien 5) Mendiskusikan home work yang telah dilakukan 6) Membuat cara pandang yang baru atas masalahnya, evaluasi, dan terminasi	

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 25 2013

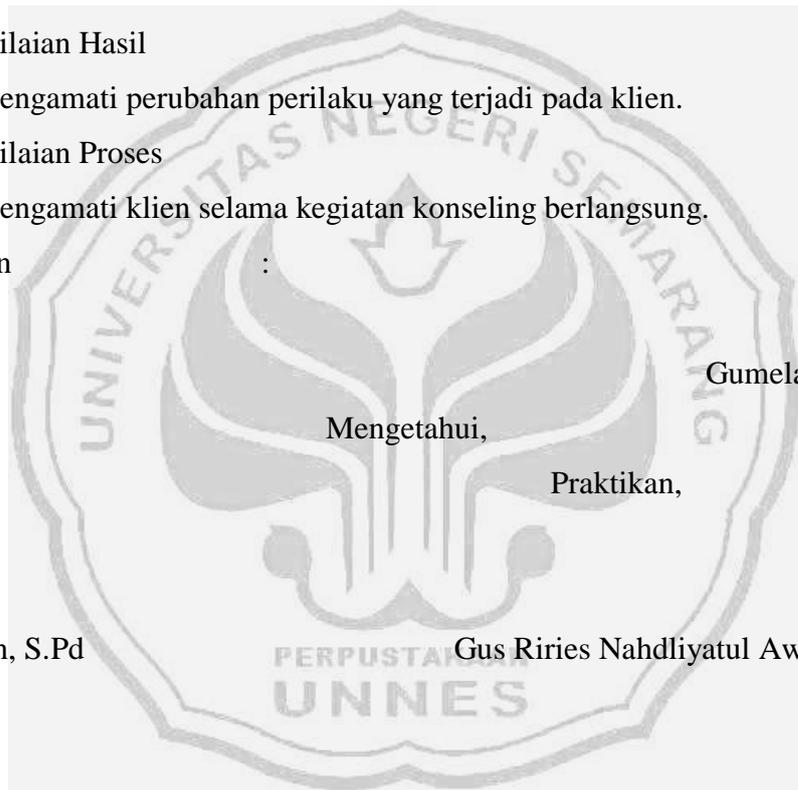
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 1 (VV)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
4		<i>Follow up</i>	Klien bersama dengan praktikan mendiskusikan tentang proses konseling dari awal sampai pertemuan terakhir

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK
- K. Waktu : 45 menit
- L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 1 November 2013

Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 2 (OI)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
1		1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah 2) Penentuan tujuan konseling 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT 4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien	Assessment dan pemberian rapport sudah dilaksanakan sebelum proses konseling (saat awal penelitian)

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 10 Oktober 2013

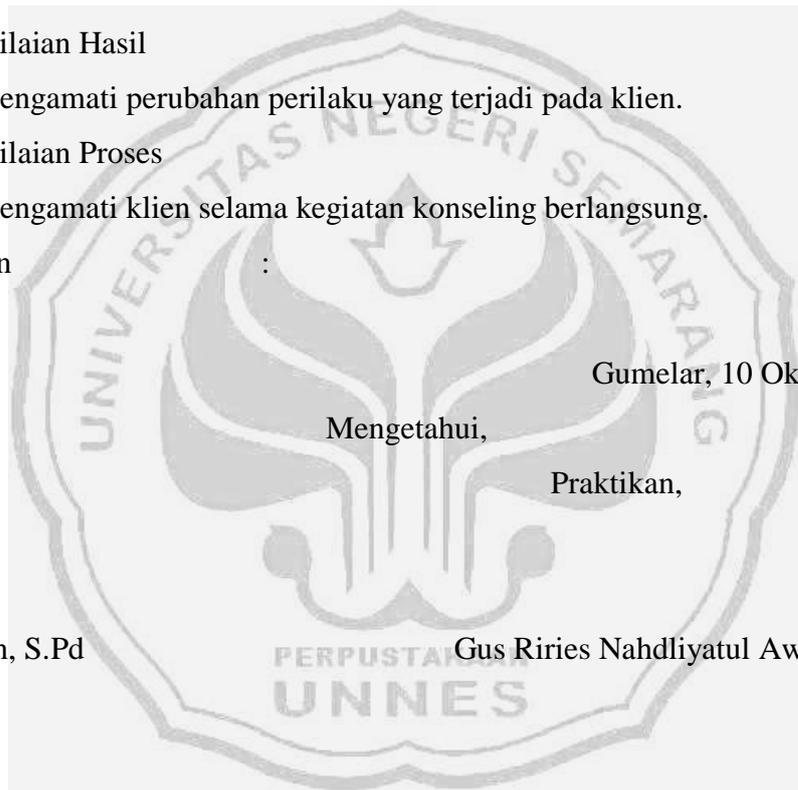
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 2 (OI)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
2		1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien 2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional 3) Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis	

		4) Memberikan <i>home work assignment</i>	
--	--	---	--

I. Media : -

J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 17 Oktober 2013

Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 2 (OI)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
3		1) Mendiskusikan keyakinan irasional yang dimiliki klien 2) Mendiskusikan home work yang telah dilakukan 3) Membuat cara pandang yang baru atas masalahnya, evaluasi, dan terminasi	

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 24 Oktober 2013

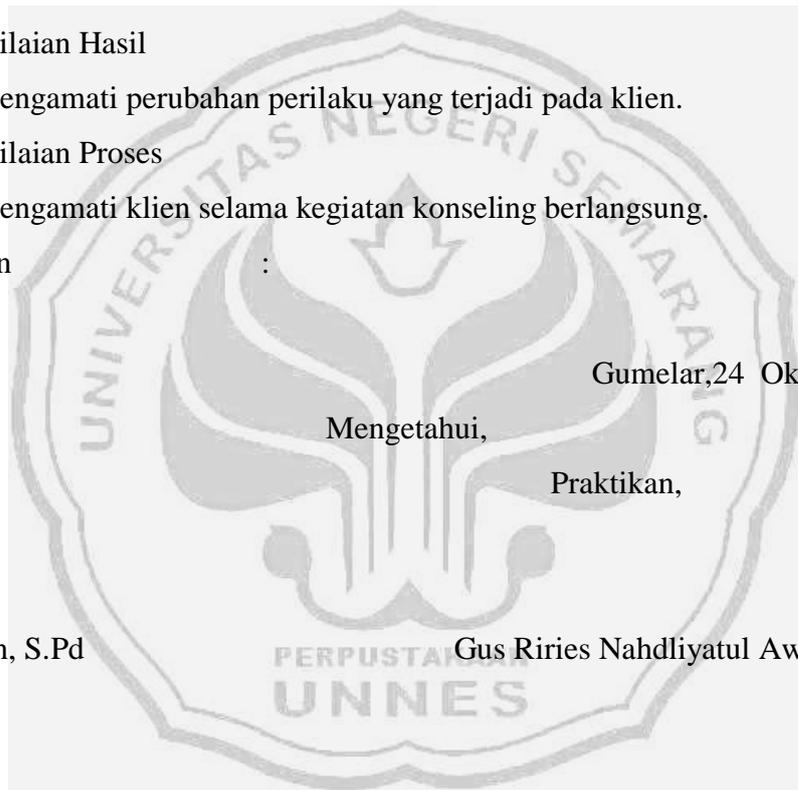
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 2 (OI)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
4		<i>Follow up</i>	Klien bersama dengan praktikan mendiskusikan tentang proses konseling dari awal sampai pertemuan terakhir

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK
- K. Waktu : 45 menit
- L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 31 Oktober 2013

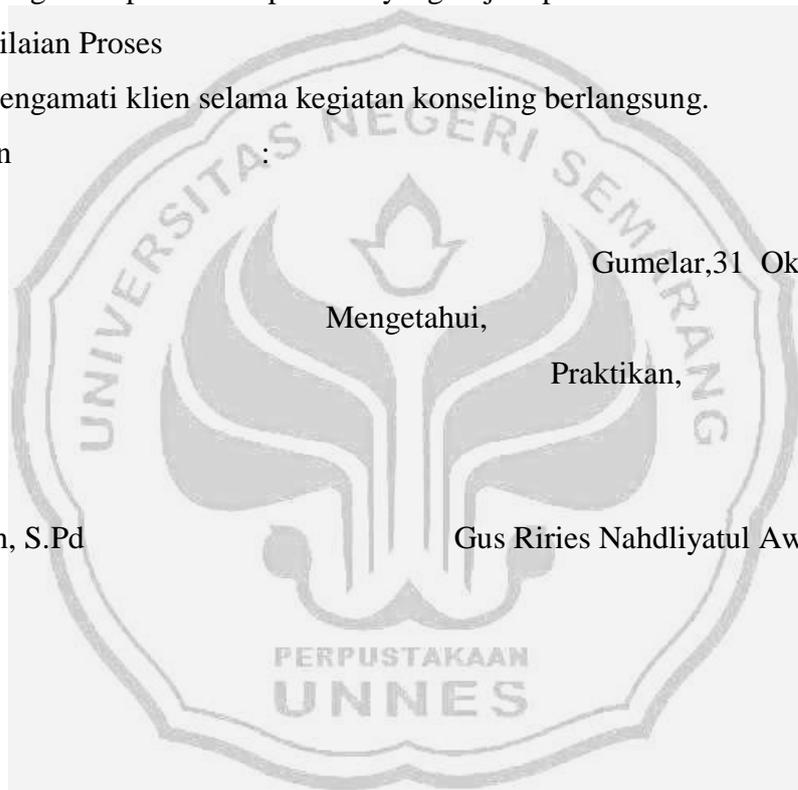
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 3 (RO)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
1		1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah 2) Penentuan tujuan konseling 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT 4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien	Assessment dan pemberian rapport sudah dilaksanakan sebelum proses konseling (saat awal penelitian)

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 7 Oktober 2013

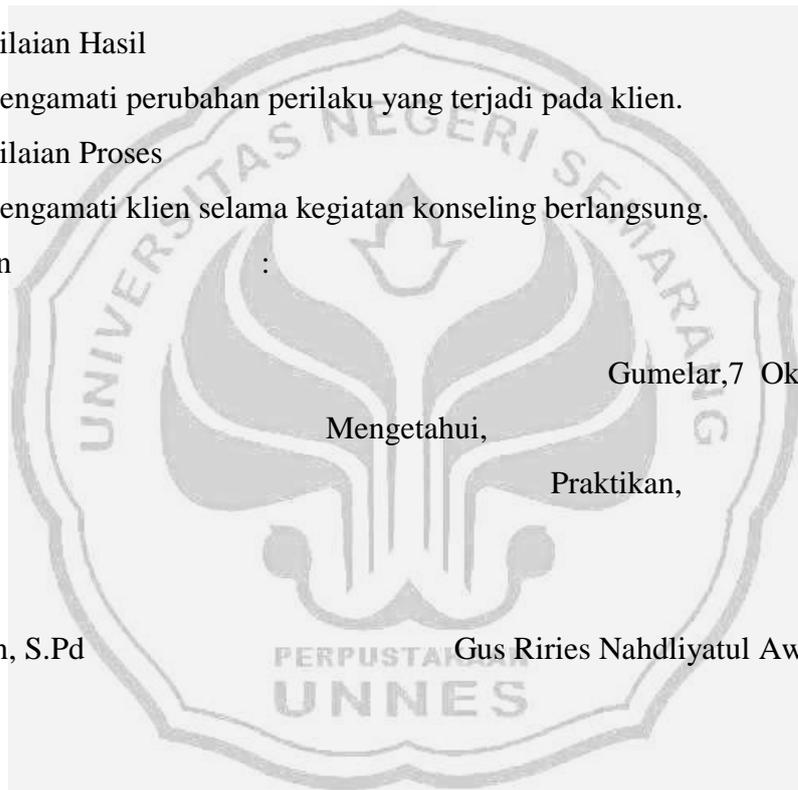
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 3 (RO)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
2		1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien 2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional 3) Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis	

		4) Memberikan <i>home work assignment</i>	
--	--	---	--

I. Media : -

J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 14 Oktober 2013

Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 3 (RO)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
3		1) Mendiskusikan keyakinan irasional yang dimiliki klien 2) Mendiskusikan home work yang telah dilakukan 3) Membuat cara pandang yang baru atas masalahnya, evaluasi, dan terminasi	

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 21 Oktober 2013

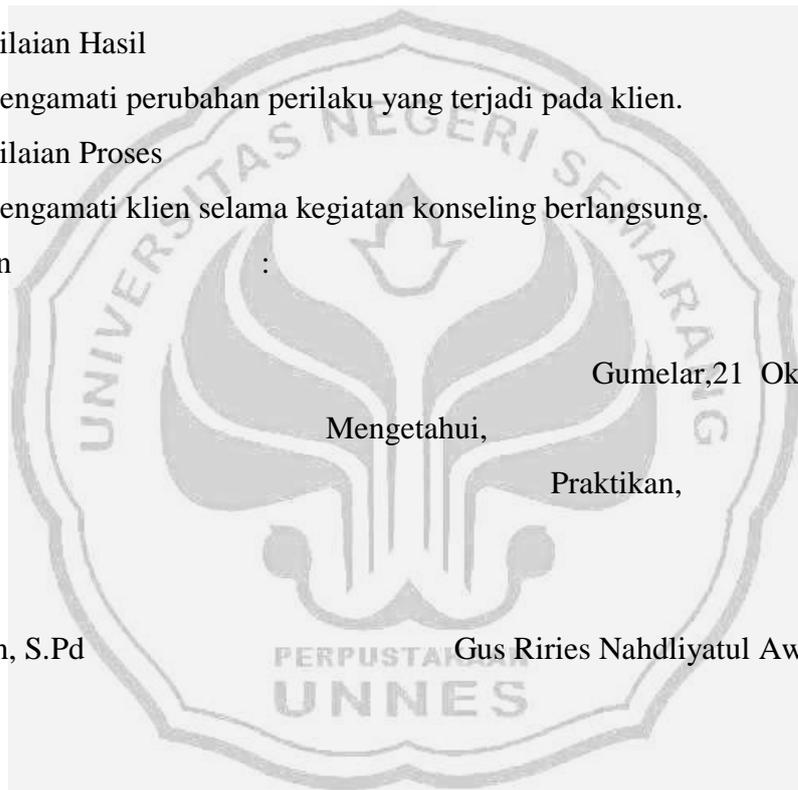
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 3 (RO)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
4		<i>Follow up</i>	Klien bersama dengan praktikan mendiskusikan tentang proses konseling dari awal sampai pertemuan terakhir

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK
- K. Waktu : 45 menit
- L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 28 Oktober 2013

Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 4 (AN)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
1		1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah 2) Penentuan tujuan konseling 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT 4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien	Assessment dan pemberian rapport sudah dilaksanakan sebelum proses konseling (saat awal penelitian)

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 11 Oktober 2013

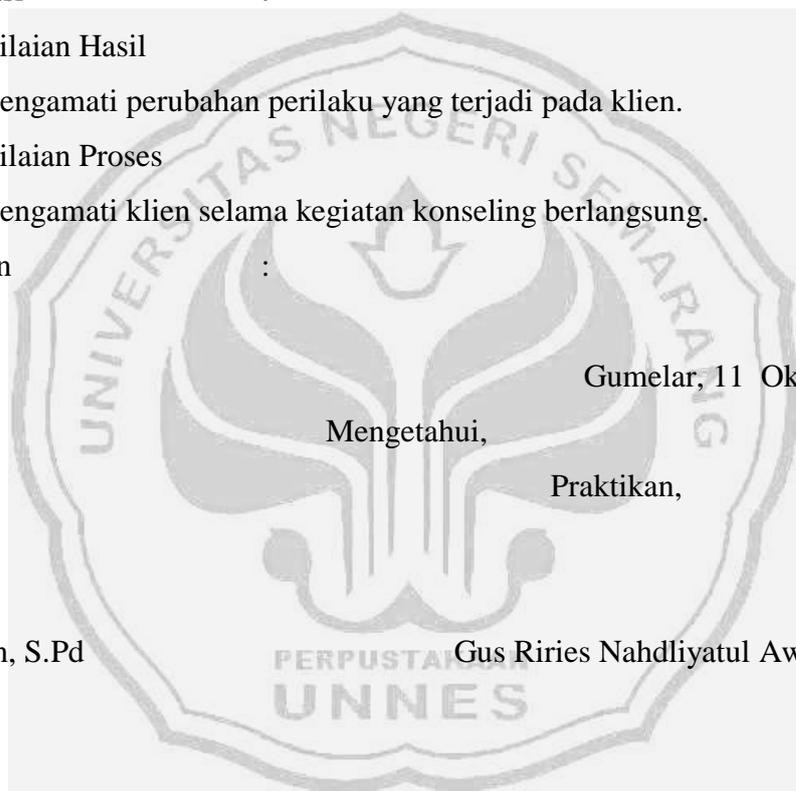
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 4 (AN)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
2		1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien 2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional 3) Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis	

		4) Memberikan <i>home work assignment</i>	
--	--	---	--

I. Media : -

J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 16 Oktober 2013

Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

## SATUAN LAYANAN

### BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 4 (AN)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan	Keterangan
3		1) Mendiskusikan keyakinan irasional yang dimiliki klien 2) Mendiskusikan home work yang telah dilakukan 3) Membuat cara pandang yang baru atas masalahnya, evaluasi, dan terminasi	

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 23 Oktober 2013

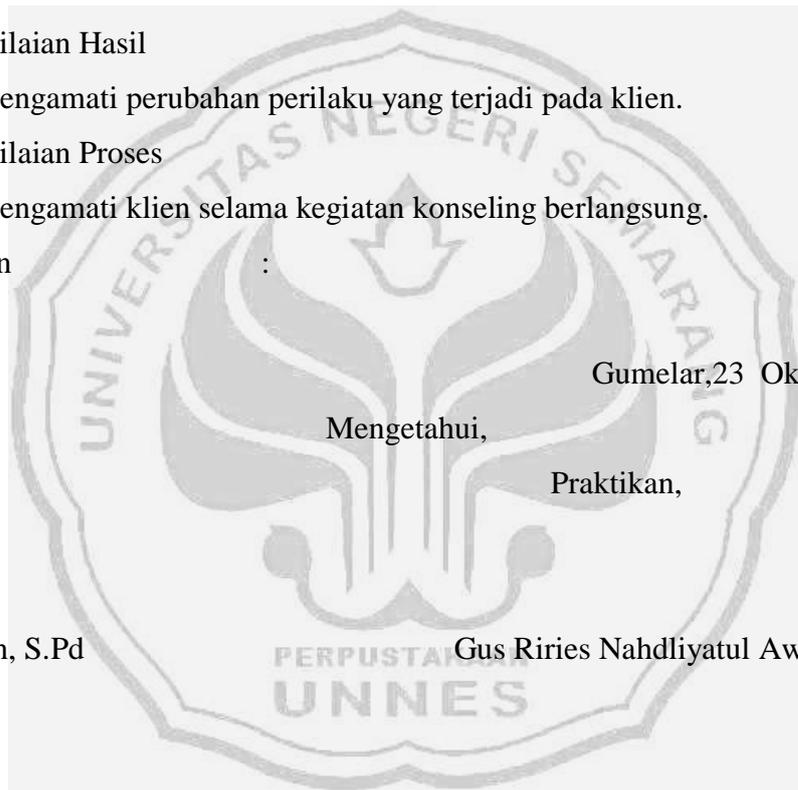
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 4 (AN)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu	Kegiatan	Keterangan
	Pelaksanaan		
4		<i>Follow up</i>	Klien bersama dengan praktikan mendiskusikan tentang proses konseling dari awal sampai pertemuan terakhir

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK
- K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 29 Oktober 2013

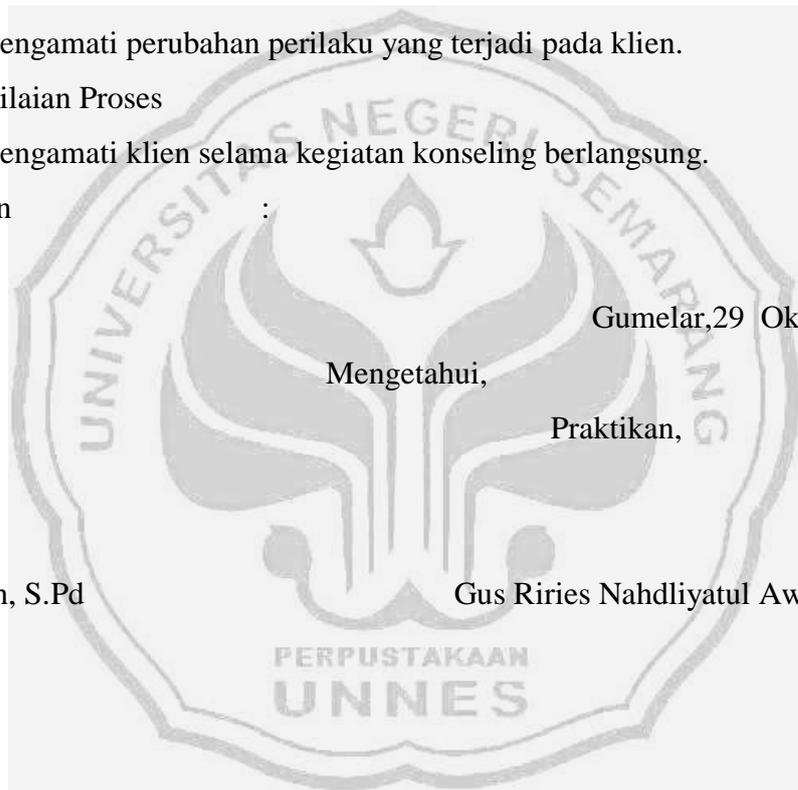
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 5 (DE)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu	Kegiatan	Keterangan
	Pelaksanaan		
1		1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah 2) Penentuan tujuan konseling 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT 4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien	Assessment dan pemberian rapport sudah dilaksanakan sebelum proses konseling (saat awal penelitian)

- I. Media : -

J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 9 Oktober 2013

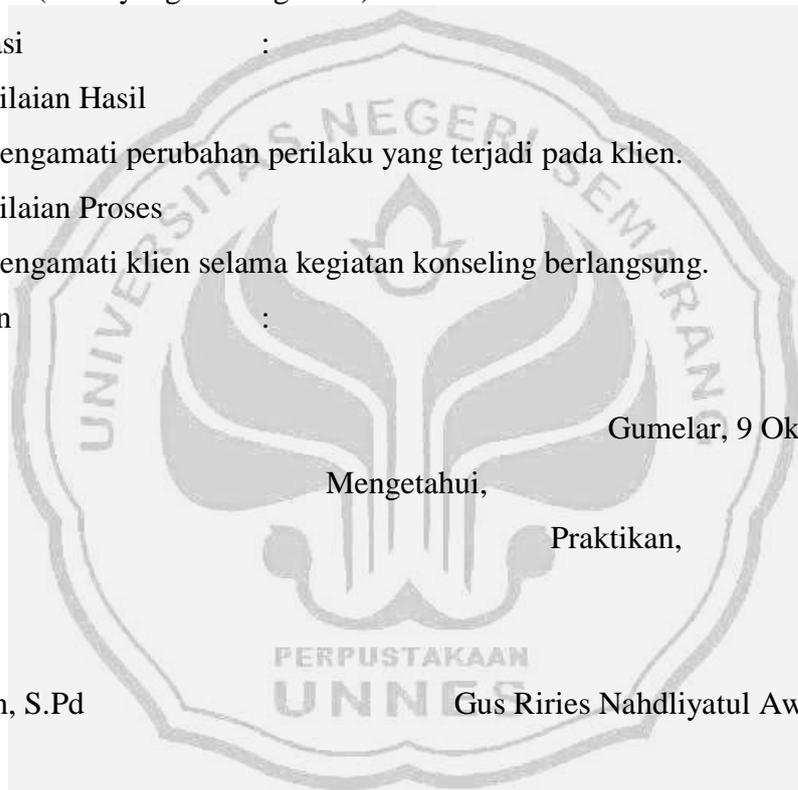
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 5 (DE)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu	Kegiatan	Keterangan
	Pelaksanaan		
2		1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien 2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional 3) Membelajarkan klien untuk	

		berfikir irasional dan logis 4) Memberikan <i>home work assignment</i>	
--	--	---	--

I. Media : -

J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Ruries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 19 Oktober 2013

Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Ruries Nahdliyatul Awaliyah

## SATUAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 5 (DE)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu	Kegiatan	Keterangan
	Pelaksanaan		
3		1) Mendiskusikan keyakinan irasional yang dimiliki klien 2) Mendiskusikan home work yang telah dilakukan 3) Membuat cara pandang yang baru atas masalahnya, evaluasi, dan terminasi	

- I. Media : -

J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 26 Oktober 2013

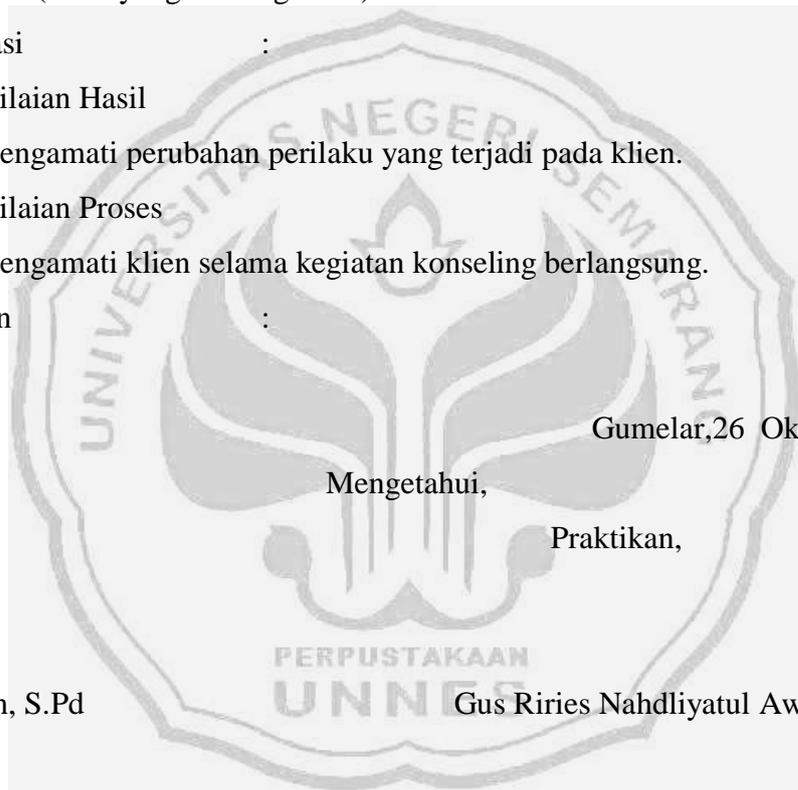
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 5 (DE)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu	Kegiatan	Keterangan
	Pelaksanaan		
4		<i>Follow up</i>	Klien bersama dengan praktikan mendiskusikan tentang proses konseling dari awal sampai pertemuan terakhir

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK
- K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 2 November 2013

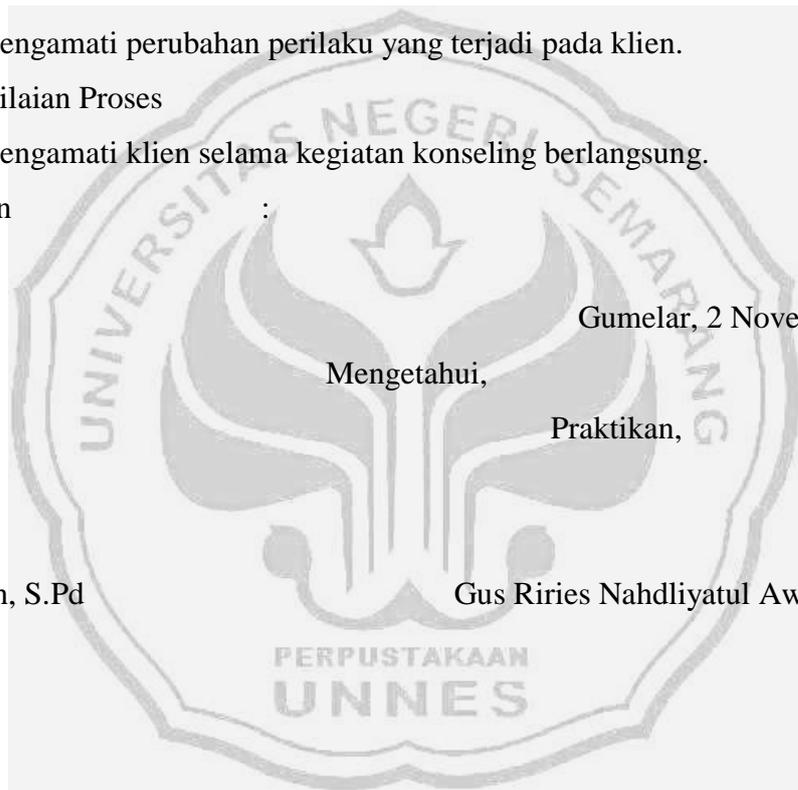
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 6 (MN)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu	Kegiatan	Keterangan
	Pelaksanaan		
1		1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah 2) Penentuan tujuan konseling 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT 4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien	Assessment dan pemberian rapport sudah dilaksanakan sebelum proses konseling (saat awal penelitian)

- I. Media : -

J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 2 Oktober 2013

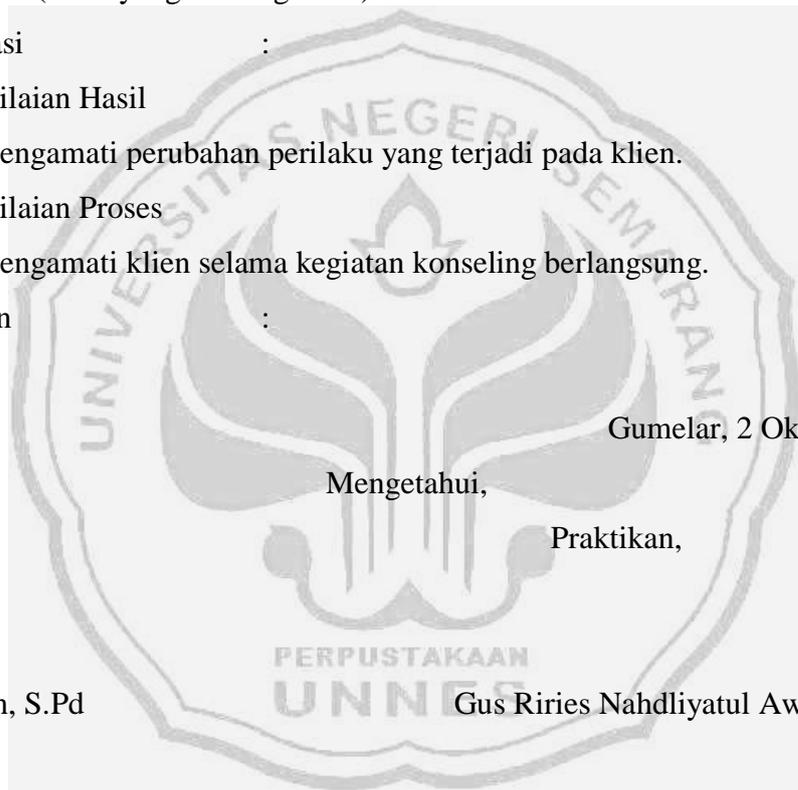
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 6 (MN)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu	Kegiatan	Keterangan
	Pelaksanaan		
2		1) Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien 2) Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional 3) Membelajarkan klien untuk	

		berfikir irasional dan logis 4) Memberikan <i>home work assignment</i>	
--	--	---	--

I. Media : -

J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Ruries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 12 Oktober 2013

Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Ruries Nahdliyatul Awaliyah

## SATUAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 6 (MN)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu	Kegiatan	Keterangan
	Pelaksanaan		
3		1) Mendiskusikan keyakinan irasional yang dimiliki klien 2) Mendiskusikan home work yang telah dilakukan 3) Membuat cara pandang yang baru atas masalahnya, evaluasi, dan terminasi	

- I. Media : -

J. Tempat : Ruang BK

K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 23 Oktober 2013

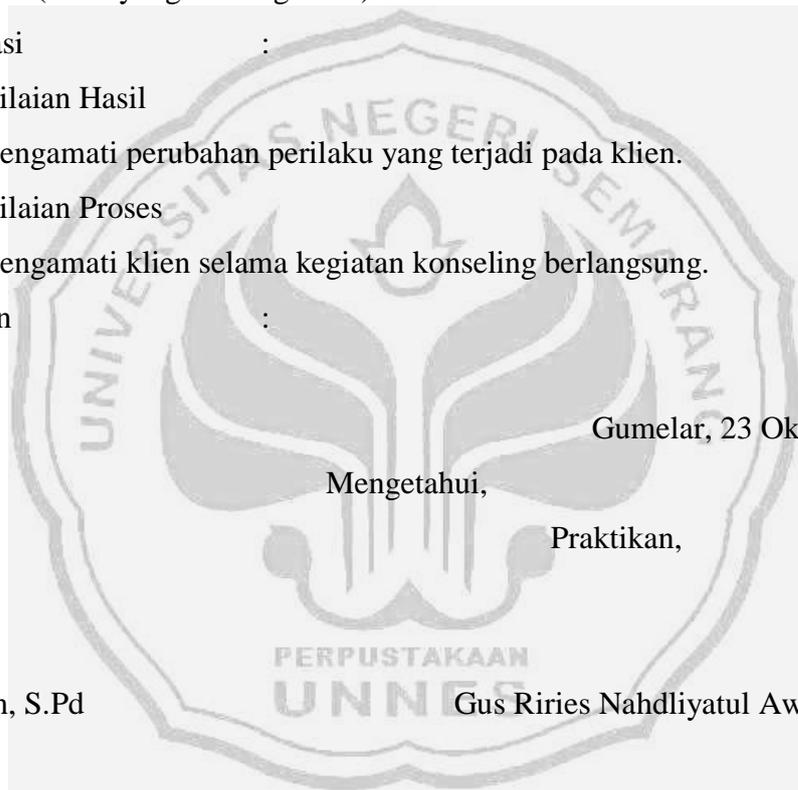
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



## SATUAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying*
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pengentasan Masalah
- D. Jenis Layanan : Konseling Individu
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan umum
    - a. Siswa dapat secara terbuka menceritakan masalahnya
    - b. Siswa dapat mencari solusi atas permasalahan yang dialami
  2. Tujuan khusus  
Siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri.
- F. Sasaran Layanan : Klien 6 (MN)
- G. Materi Layanan : -
- H. Metode Layanan :
- Layanan langsung tatap muka antara klien dengan konselor dalam rangka membahas dan mengentaskan masalah yang dialami klien dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

### Rancangan Penelitian

Pertemuan	Waktu	Kegiatan	Keterangan
	Pelaksanaan		
4		<i>Follow up</i>	Klien bersama dengan praktikan mendiskusikan tentang proses konseling dari awal sampai pertemuan terakhir

- I. Media : -
- J. Tempat : Ruang BK
- K. Waktu : 45 menit

L. Penyelenggara : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

M. Pihak-pihak yang terlibat :

1. Guru BK sebagai pengampu kegiatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah
2. Wali kelas dalam membantu mengamati perubahan perilaku klien
3. Siswa (klien yang bersangkutan)

N. Evaluasi :

1. Penilaian Hasil

Mengamati perubahan perilaku yang terjadi pada klien.

2. Penilaian Proses

Mengamati klien selama kegiatan konseling berlangsung.

O. Catatan :

Gumelar, 30 Oktober 2013

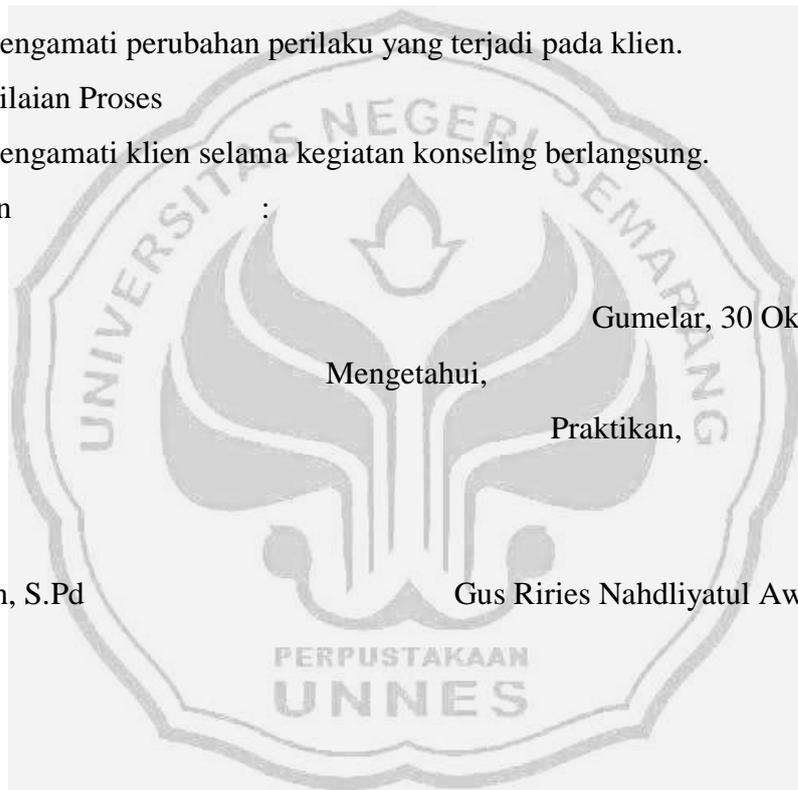
Mengetahui,

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah



<b>LAMPIRAN 4</b>
-------------------

### Laporan Pelaksanaan Program Layanan Bimbingan Konseling

No.	Kegiatan Layanan	Sasaran Kegiatan	Waktu Pelaksanaan	Materi Layanan
1.	Observasi	Kelas VIII A	Senin, 23 September 2013 – 7 Oktober 2013 jam 07.00 wib	Observasi perilaku siswa ketika di dalam kelas
2	Wawancara	Guru mata pelajaran matematika	Jum'at, 27 September 2013 jam 11.00 wib	Wawancara untuk mengetahui perilaku siswa korban bullying ketika mengikuti pelajaran
3	Konseling Individu	Munawarotun Khasanah	Rabu, 2 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Konseling pertemuan pertama (penggalian data)
4	Wawancara	Guru BK	Sabtu, 5 Oktober 2013 jam 11.00 wib	Wawancara untuk mengetahui perilaku siswa korban <i>bullying</i>
5	Konseling Individu	Riko	Senin, 7 Oktober 2013 jam 13.30 wib	Konseling pertemuan pertama (penggalian data)
6	Wawancara	Guru mata pelajaran bahasa inggris	Selasa, 8 Oktober 2013 jam 09.00 wib	Wawancara untuk mengetahui perilaku siswa korban <i>bullying</i> ketika mengikuti pelajaran

7	Konseling Individu	Vivi	Selasa, 8 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Konseling pertemuan pertama (penggalian data)
8	Konseling Individu	Dive	Rabu, 9 Oktober 2013 jam 13.30 wib	Konseling pertemuan pertama (penggalian data)
9	Wawancara	Guru mata pelajaran bahasa jawa (wali kelas)	Kamis, 10 Oktober 2013 jam 09.00 wib	Wawancara untuk mengetahui perilaku siswa korban bullying ketika mengikuti pelajaran
10	Konseling Individu	Ogi	Kamis, 10 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Konseling pertemuan pertama (penggalian data)
11	Konseling Individu	Anton	Jum'at, 11 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Konseling pertemuan pertama (penggalian data)
12	Konseling Individu	Munawarotun Khasanah	Sabtu, 12 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Konseling Pertemuan kedua (diskusi alternative pemecahan masalah&pemberian home work )
13	Konseling Individu	Riko	Senin, 14 Oktober 2013 jam 13.00 wib	Konseling Pertemuan kedua (diskusi alternative pemecahan masalah&pemberian home work )
14	Konseling Individu	Anton	Rabu, 16 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling Pertemuan kedua (diskusi alternative pemecahan

				masalah&pemberian home work )
15	Konseling Individu	Ogi	Kamis, 17 Oktober 2013 jam 13.30	Konseling Pertemuan kedua (diskusi alternative pemecahan masalah&pemberian home work )
16	Konseling Individu	Vivi	Jum'at, 18 Oktober 2013 jam 11.00	Konseling Pertemuan kedua (diskusi alternative pemecahan masalah&pemberian home work )
17	Konseling Individu	Dive	Sabtu, 19 Oktober 2013 jam 07.00	Konseling Pertemuan kedua (diskusi alternative pemecahan masalah&pemberian home work )
18	Konseling Individu	Riko	Senin, 21 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling Pertemuan ketiga (diskusi tentang tugas yang telah diberikan)
19	Konseling Individu	Anton	Selasa, 22 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling Pertemuan ketiga (diskusi tentang tugas yang telah diberikan)
20	Konseling Individu	Munawarotun Khasanah	Rabu, 23 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling Pertemuan ketiga (diskusi tentang tugas yang telah diberikan)
21	Konseling	Ogi	Kamis, 24	Konseling Pertemuan

	Individu		Oktober 2013 jam 13.00	ketiga (diskusi tentang tugas yang telah diberikan)
22	Konseling Individu	Vivi	Jum'at, 25 Oktober 2013 jam 11.00	Konseling Pertemuan ketiga (diskusi tentang tugas yang telah diberikan)
23	Konseling Individu	Dive	Sabtu, 26 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling Pertemuan ketiga (diskusi tentang tugas yang telah diberikan)
24	Konseling Individu	Riko	Senin, 28 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling pertemuan keempat (perkembangan siswa setelah konseling)
25	Konseling Individu	Anton	Selasa, 29 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling pertemuan keempat (perkembangan siswa setelah konseling)
26	Konseling Individu	Munawarotun Khasanah	Rabu, 30 Oktober 2013 jam 13.00	Konseling pertemuan keempat (perkembangan siswa setelah konseling)
27	Konseling Individu	Ogi	Kamis, 31 Oktober 2013 jam 13.30	Konseling pertemuan keempat (perkembangan siswa setelah konseling)
28	Konseling Individu	Vivi	Jum'at, 1 November 2013 jam 11.00	Konseling pertemuan keempat (perkembangan siswa setelah konseling)
29	Konseling Individu	Dive	Sabtu, 2 November 2013 jam 13.00	Konseling pertemuan keempat (perkembangan siswa setelah konseling)
30	Wawancara	Guru BK	Senin, 4	Wawancara untuk

			November 2013 jam 13.00	mengetahui perkembangan perilaku siswa yang diteliti
31	Wawancara	Guru mata pelajaran bahasa jawa	Kamis, 7 November 2013 jam 13.00	Perkembangan perilaku 6 siswa yang diteliti ketika pelajaran berlangsung
32	Wawancara	Guru mata pelajaran matematika	Jum'at, 8 November 2013 jam 11.00	Perkembangan perilaku 6 siswa yang diteliti ketika pelajaran berlangsung
33	Wawancara	Guru mata pelajaran bahasa inggris	Sabtu, 9 November 2013 jam 13.00	Perkembangan perilaku 6 siswa yang diteliti ketika pelajaran berlangsung
34	Obervasi	Kelas VIII A	Kamis, 10 November 2013- 16 November 2013	Observasi perilaku siswa korban <i>bullying</i> ketika di dalam kelas

Gumelar, 16 November 2013  
Guru BK SMP Diponegoro 7 Gumelar Praktikan

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul A.  
NIM.1301409031

<b>LAMPIRAN 5</b>
-------------------

### KONTRAK KASUS

**A. JUDUL PENELITIAN :** Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.

**B. IDENTITAS KLIEN**

Nama : Vivi Sintya Utami  
 Tempat, Tanggal lahir : Banyumas, 19 Juli 1999  
 Kelas : VIII A  
 Jenis Kelamin : Perempuan

**C. IDENTITAS KONSELOR**

Nama : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah  
 NIM : 1301409031

**D. SINOPSIS KASUS**

Vivi siswa yang sangat pendiam, tidak mau bersosialisasi dengan teman lain, merasa bahwa dirinya tidak pantas jika bergaul bersama teman-teman karena keluarganya tidak utuh seperti keluarga yang lain . Sejak SD dia sudah mengalami *bullying* oleh teman-temannya karena orang tuanya telah bercerai sehingga sampai di SMP dia menjadi trauma kalau-kalau dia akan mengalami hal yang sama. Terbukti ketika di kelas VII dia selalu diejek oleh teman-temannya. Sehingga dia suka menyendiri karena takut jika bersama teman-temannya maka dia akan diejek terus menerus seperti biasanya ketika bertemu dengan teman yang suka mengejek.

Gumelar, 8 Oktober 2013

Guru BK SMP Diponegoro 7 Gumelar

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

NIM. 1301409031

## KONTRAK KASUS

**A. JUDUL PENELITIAN:** Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.

### B. IDENTITAS KLIEN

Nama : Ogi Saputra  
 Tempat, Tanggal lahir : Banyumas, 14 Agustus 1999  
 Kelas : VIII A  
 Jenis Kelamin : Laki-laki

### C. IDENTITAS KONSELOR

Nama : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah  
 NIM : 1301409031

### D. SINOPSIS KASUS

Ketika istirahat dia memilih untuk berdiam diri di dalam kelas karena dia takut ketika keluar kelas akan bertemu dengan kakak kelasnya yang selalu memerintah dia dan memintai uang kepadanya, dan tak jarang dia juga dipukul. Hal itulah yang menyebabkan Ogi terkadang tidak mau masuk ke sekolah.

Guru BK

Gumelar, 10 Oktober 2013  
 Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

NIM. 1301409031

## KONTRAK KASUS

**A. JUDUL PENELITIAN :** Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.

### B. IDENTITAS KLIEN

Nama : Munawarotun Khasanah  
 Tempat, Tanggal lahir : Banyumas, 5 Januari 2000  
 Kelas : VIII A  
 Jenis Kelamin : Perempuan

### C. IDENTITAS KONSELOR

Nama : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah  
 NIM : 1301409031

### D. SINOPSIS KASUS

Munawaroh tidak bisa bersikap tegas ketika diejek oleh teman-temannya, dia selalu menangis dan kemudian keesokan harinya tidak berangkat ke sekolah. Sebenarnya dia merupakan siswa yang pintar, hanya saja dia tidak mau menonjolkannya, karena takut jika dibilang sok pintar oleh teman-temannya. Hal ini terjadi karena dia selalu mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya.

Guru BK

Gumelar, 2 Oktober 2013

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

NIM. 1301409031

## KONTRAK KASUS

**A. JUDUL PENELITIAN :** Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.

### B. IDENTITAS KLIEN

Nama : Dive Putra Nanda  
 Tempat, Tanggal lahir : Banyumas, 6 Desember 1999  
 Kelas : VIII A  
 Jenis Kelamin : Laki-laki

### C. IDENTITAS KONSELOR

Nama : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah  
 NIM : 1301409031

### D. SINOPSIS KASUS

Dive merupakan anak ke lima dari lima bersaudara, dia berasal dari keluarga kurang mampu, ayahnya adalah seorang pemulung, sehingga dia selalu merasa minder, ditambah lagi karena teman-temannya selalu mengejek dia dengan kata-kata anak pemulung. Karena malu kadang dive tidak mau masuk ke sekolah. Sehingga nilai-nilinya menjadi kurang baik dibanding teman-temannya.

Gumelar, 9 Oktober 2013

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

NIM. 1301409031

## KONTRAK KASUS

**A. JUDUL PENELITIAN :** Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.

### B. IDENTITAS KLIEN

Nama : Anton Sulistiawan  
 Tempat, Tanggal lahir : Banyumas, 11 April 2000  
 Kelas : VIII A  
 Jenis Kelamin : Laki-laki

### C. IDENTITAS KONSELOR

Nama : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah  
 NIM : 1301409031

### D. SINOPSIS KASUS

Anton sejak kecil ditinggal oleh ayahnya pergi ke luar negeri menjadi TKI. Dia tinggal bersama ibunya dan sangat dimanja karena merupakan anak satu-satunya. Sehingga dia selalu tergantung dengan orang lain. Anton juga takut ketika disuruh maju ke depan kelas untuk mengerjakan soal di papan tulis. Dia memiliki kepercayaan diri yang kurang dalam menyelesaikan tugas. Dia berpendapat bahwa dia tidak dapat mengerjakan pekerjaan sendiri, dia memerlukan bantuan orang lain. Dia juga seringkali dimintai uang oleh kakak kelasnya setiap hari jika dia tidak memberi uang maka dia akan dipukul. Alasan itulah yang seringkali menjadi alasan Anton tidak mau berangkat ke sekolah sehingga dia ketinggalan banyak pelajaran.

Gumelar, 11 Oktober 2013

Guru BK

Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

NIM. 1301409031

## KONTRAK KASUS

**A. JUDUL PENELITIAN :** Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.

### B. IDENTITAS KLIEN

Nama : Riko Prayuda  
 Tempat, Tanggal lahir : Banyumas, 4 Februari 2000  
 Kelas : VIII A  
 Jenis Kelamin : Laki-laki

### C. IDENTITAS KONSELOR

Nama : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah  
 NIM : 1301409031

### D. SINOPSIS KASUS

Riko memiliki orang tua yang tidak lengkap, ayahnya telah meninggal dunia, dan dia tinggal bersama neneknya. Ekonomi keluarganya pun tergolong ekonomi kebawah, sehingga penampilannya pun apa adanya. Hal itu yang sering menjadi bahan ejekan bagi teman-temannya di sekolah. Penampilannya yang lusuh tidak disetrika sehingga penampilannya kelihatan kumal. Karena penampilan yang seperti itulah yang membuat dia menjadi minder ditambah lagi ejekan dari teman-temannya, sehingga di kelas pun dia tidak mempunyai teman. Riko jarang mau bersosialisasi dengan teman-temannya karena merasa bahwa dia tidak pantas bersama teman-temannya.

Guru Bk

Gumelar, 14 Oktober 2013  
Praktikan,

Wahyudin, S.Pd

Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah  
NIM. 1301409031

<b>LAMPIRAN 6</b>
-------------------

**Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Wawancara dan Observasi Masalah  
Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying***

Variable	Komponen	Indikator	Descriptor	No Item	
				Wawancara	Observasi
Kepercayaan Diri	Kepercayaan Diri Tingkah Laku	1.5 Kemampuan melakukan pekerjaan secara maksimal	Bisa menyelesaikan pekerjaan sendiri	1	1, 2, 3
			1.6 Kemampuan menanggulangi segala kendala	c. Bersikap tegas saat diejek	2
		d. Usaha untuk mendapatkan bantuan kepada orang lain		3	8,9
		1.7 terbuka terhadap bantuan orang lain		c. Mau menerima bantuan dari orang lain	4
			d. Mau menerima pendapat orang lain	5	11

		1.8 aktif dalam kelompok	Menyumbangkan pendapat ketika diskusi kelompok	6	12,13
--	--	--------------------------	--	---	-------



<b>LAMPIRAN 7</b>
-------------------

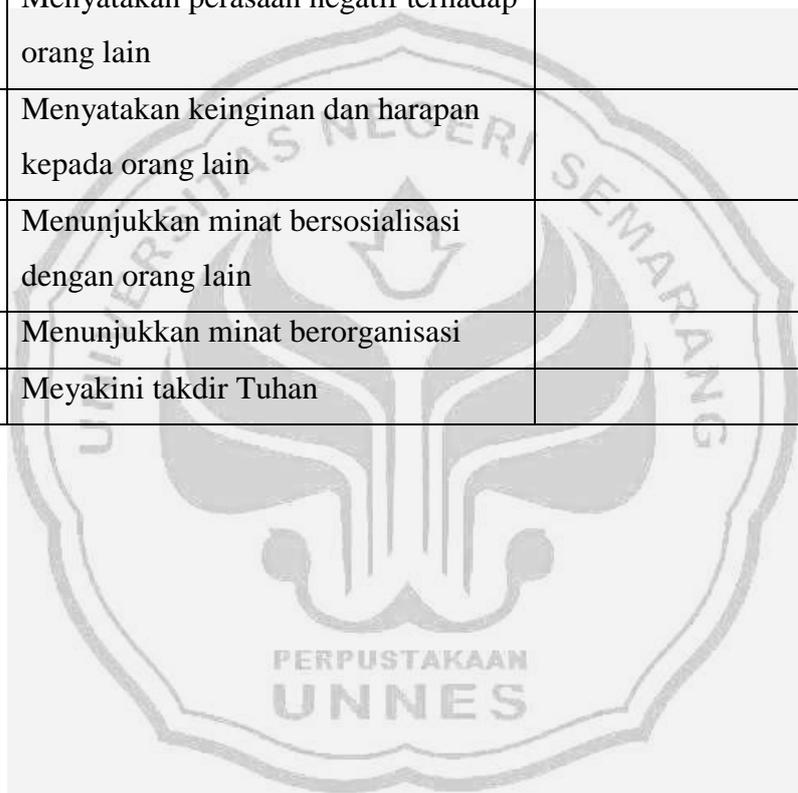
## PEDOMAN WAWANCARA

### A. DENGAN KONSELOR SEKOLAH

- 1. Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assignment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
- 2. Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
- 3. Tempat** :
- 4. Hari/ tanggal** :
- 5. Wawancara** :
- 6. Pelaksana Wawancara** :
- 7. Yang diwawancara** :
- 8. Pertanyaan** :

No	Aspek	Jawaban
1	Mampu melakukan pekerjaan secara maksimal	
2	Mampu menghadapi segala kendala ketika diejek orang lain	
3	Mampu menghadapi segala kendala ketika diperlakukan tidak baik oleh teman	
4	Ketika klien mendapat bantuan dari orang lain	

5	Terhadap penilaian orang lain	
6	Perilaku klien dalam diskusi kelompok	
7	Mampu mengelola emosi dan perasaan	
8	Menyatakan perasaan positif terhadap orang lain	
9	Menyatakan perasaan negatif terhadap orang lain	
10	Menyatakan keinginan dan harapan kepada orang lain	
11	Menunjukkan minat bersosialisasi dengan orang lain	
12	Menunjukkan minat berorganisasi	
13	Meyakini takdir Tuhan	



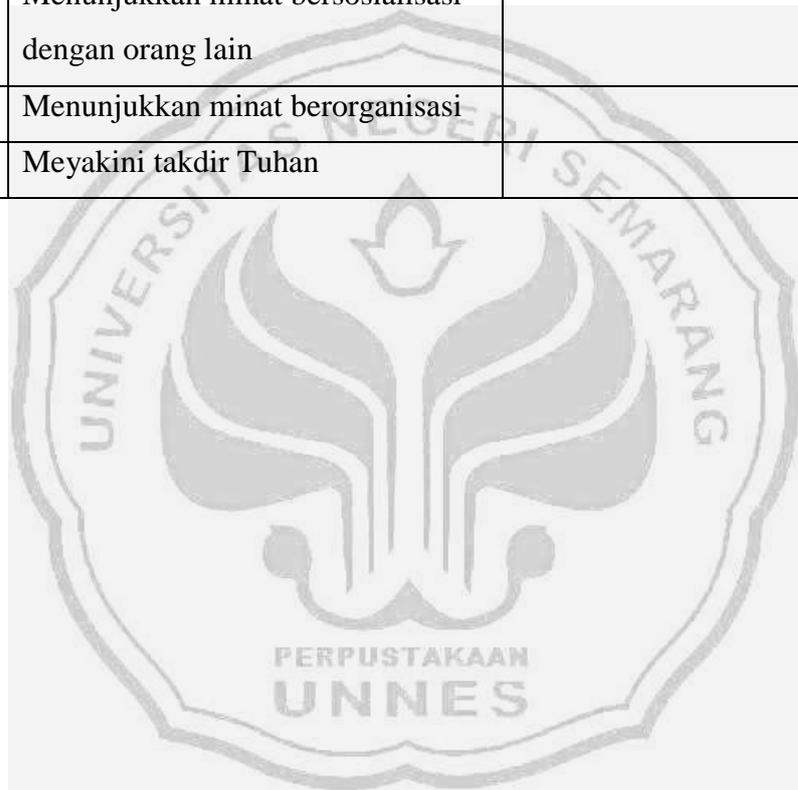
## B. WALI KELAS

### PEDOMAN WAWANCARA

- 1. Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
- 2. Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
- 3. Tempat** :
- 4. Hari/ tanggal** :
- 5. Wawancara** :
- 6. Pelaksana Wawancara** :
- 7. Yang diwawancara** :
- 8. Pertanyaan** :

No	Aspek	Jawaban
1	Mampu melakukan pekerjaan secara maksimal	
2	Mampu menghadapi segala kendala ketika diejek orang lain	
3	Mampu menghadapi segala kendala ketika diperlakukan tidak baik oleh teman	
4	Ketika klien mendapat bantuan dari orang lain	
5	Terhadap penilaian orang lain	
6	Perilaku klien dalam diskusi kelompok	
7	Mampu mengelola emosi dan	

	perasaan	
8	Menyatakan perasaan positif terhadap orang lain	
9	Menyatakan perasaan negatif terhadap orang lain	
10	Menyatakan keinginan dan harapan kepada orang lain	
11	Menunjukkan minat bersosialisasi dengan orang lain	
12	Menunjukkan minat berorganisasi	
13	Meyakini takdir Tuhan	



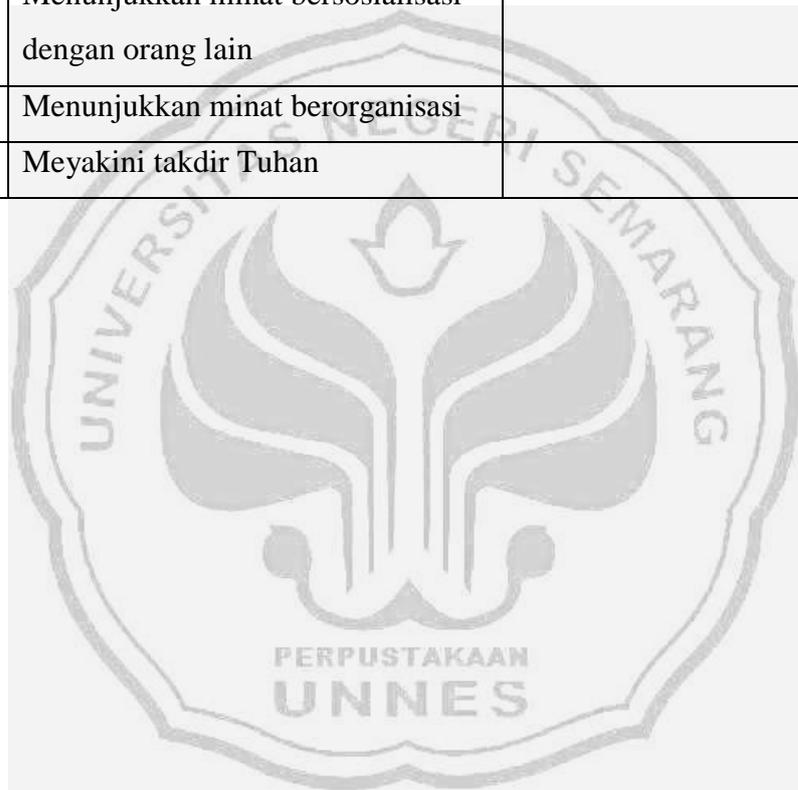
## C. GURU MATA PELAJARAN

### PEDOMAN WAWANCARA

- 1. Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
- 2. Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
- 3. Tempat** :
- 4. Hari/ tanggal** :
- 5. Wawancara** :
- 6. Pelaksana Wawancara** :
- 7. Yang diwawancara** :
- 8. Pertanyaan** :

No	Aspek	Jawaban
1	Mampu melakukan pekerjaan secara maksimal	
2	Mampu menghadapi segala kendala ketika diejek orang lain	
3	Mampu menghadapi segala kendala ketika diperlakukan tidak baik oleh teman	
4	Ketika klien mendapat bantuan dari orang lain	
5	Terhadap penilaian orang lain	
6	Perilaku klien dalam diskusi kelompok	
7	Mampu mengelola emosi dan	

	perasaan	
8	Menyatakan perasaan positif terhadap orang lain	
9	Menyatakan perasaan negatif terhadap orang lain	
10	Menyatakan keinginan dan harapan kepada orang lain	
11	Menunjukkan minat bersosialisasi dengan orang lain	
12	Menunjukkan minat berorganisasi	
13	Meyakini takdir Tuhan	



<b>LAMPIRAN 8</b>
-------------------

**PEDOMAN OBSERVASI KEPERCAYAAN DIRI SISWA KORBAN**

***BULLYING***

Nama observer : \_\_\_\_\_

Nama observee : \_\_\_\_\_

Jenis kelamin : \_\_\_\_\_

Tempat : \_\_\_\_\_

Keterangan : Berikut ini terdapat beberapa pernyataan yang berkaitan dengan masalah kepercayaan diri siswa korban *bullying*. Bacalah setiap pernyataan dan berilah tanda cek (√) jika siswa yang diamati melakukan kegiatan tersebut dan berilah tanda (-) jika siswa yang diamati tidak melakukan kegiatan tersebut.

**SKALA PENILAIAN**

**TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI SISWA KORBAN *BULLYING***

NO	AKTIVITAS	Kualitas Respon					KET
		1	2	3	4	5	
	<b>Kemampuan melakukan pekerjaan secara maksimal</b>						
1	Mengerjakan tugas dari guru						
2	Mengerjakan ulangan sendiri						
3	Berani maju di depan kelas ketika ditunjuk oleh guru						
	<b>Kemampuan menanggulangi segala kendala</b>						
4	Diam ketika diejek oleh teman						
5	Melawan ketika ditekan oleh teman						
6	Menolak jika dimintai uang oleh teman						

7	Bergabung bersama teman						
8	Melapor atau meminta tolong kepada guru ketika mendapat perlakuan tidak baik dari teman						
9	Melapor atau meminta tolong kepada teman ketika mendapat perlakuan tidak baik dari teman						
	<b>Terbuka terhadap bantuan orang lain</b>						
10	Bersikap baik ketika mendapat bantuan dari orang lain						
11	Menerima saran atau nasehat dari orang lain						
	<b>Aktif dalam diskusi kelompok</b>						
12	Ikut serta dalam diskusi kelompok						
13	Berpendapat ketika berdiskusi kelompok						

**Keterangan:**

1. Tidak pernah
2. Hampir tidak pernah
3. Kadang
4. Sering
5. selalu

<b>LAMPIRAN 9</b>
-------------------

**HASIL WAWANCARA SELEKSI SUBJEK PENELITIAN  
DENGAN GURU MATA PELAJARAN**

1. **Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
2. **Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
3. **Tempat** : Ruang Guru
4. **Hari/ tanggal** :
5. **Wawancara** : 1
6. **Pelaksana Wawancara** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah
7. **Yang diwawancara** : Nurvitriani Kurniasih, S.Pd
8. **Hasil wawancara** :

**Deskripsi**

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru mata pelajaran matematika, diperoleh keterangan bahwa terdapat enam siswa yang kepercayaan dirinya kurang terutama dalam menyelesaikan tugas. Terkadang keenam siswa ini juga tidak mau untuk maju ke depan kelas. Keaktifan siswa di kelas pun kurang, dan keenam siswa yang direkomendasikan yaitu VI, OI, DE, MN, RO, AN.

Penyebab mengapa mereka memiliki kepercayaan diri yang kurang ketika disekolah yaitu karena dia sering menjadi bahan ejekan atau dipermalukan oleh teman-temannya yang lain, sehingga sering kali dia tidak percaya terhadap kemampuannya sendiri untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru atau sekedar untuk mengajukan pertanyaan karena takut akan diejek terus menerus oleh teman-temannya ketika melakukan kesalahan

## HASIL WAWANCARA SELEKSI SUBJEK PENELITIAN DENGAN KONSELOR SEKOLAH

1. **Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
2. **Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
3. **Tempat** : Ruang BK
4. **Hari/ tanggal** :
5. **Wawancara** : 1
6. **Pelaksana Wawancara** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah
7. **Yang diwawancara** : Wahyudin, S.Pd
8. **Hasil wawancara** :  
**Deskripsi** :

Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor sekolah, diperoleh keterangan bahwa ada beberapa siswa di SMP Diponegoro 7 Gumelar yang mengalami *bullying* sehingga menyebabkan siswa tersebut kepercayaan dirinya kurang. Beberapa siswa masih dalam taraf aman, karena setelah diberi konseling oleh konselor sekolah siswa-siswanya menalami peningkatan. Namun, ada beberapa siswa yang menurut konselor sekolah masih perlu mendapatkan penanganan khusus, dan siswa yang direkomendasikan yaitu VI, OI, DE, MN, RO, AN.

Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor sekolah, dioeroleh data bahwa keenam siswa tersebut mengalami kurang kepercayaan diri yang berdampak pada prestasi akademik mereka. Selain itu, *bullying* juga menyebabkan mereka enggan untuk bersosialisasi dan terkadang juga berdampak pada keaktifan mereka ketika pelajaran berlangsung.

## HASIL WAWANCARA SELEKSI SUBJEK PENELITIAN DENGAN WALI KELAS

1. **Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
  2. **Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
  3. **Tempat** : Ruang Guru
  4. **Hari/ tanggal** :
  5. **Wawancara** : 1
  6. **Pelaksana Wawancara** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah
  7. **Yang diwawancara** : Tanti Zulaikhah, S.Pd
  8. **Hasil wawancara** :
- Deskripsi** :

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru wali kelas, diperoleh keterangan bahwa terdapat enam siswa yang kepercayaan dirinya kurang terutama dalam menyelesaikan tugas. Terkadang keenam siswa ini juga tidak mau untuk maju ke depan kelas. Keaktifan siswa di kelas pun kurang, dan keenam siswa yang direkomendasikan yaitu VI, OI, DE, MN, RO, AN.

Penyebab mengapa mereka memiliki kepercayaan diri yang kurang ketika disekolah yaitu karena dia sering menjadi bahan ejekan atau dipermalukan oleh teman-temannya yang lain, sehingga sering kali dia tidak percaya terhadap kemampuannya sendiri untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru atau sekedar untuk mengajukan pertanyaan karena takut akan diejek terus menerus oleh teman-temannya ketika melakukan kesalahan kecil.

<b>LAMPIRAN 10</b>
--------------------

**ANALISIS HASIL WAWANCARA GURU BK SEBELUM  
KONSELING**

1. **Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
2. **Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
3. **Tempat** : Ruang BK
4. **Hari/ tanggal** : Sabtu, 5 Oktober 2013 jam 11.00 wib
5. **Wawancara** : 1 (sebelum diberikan *treatment*)
6. **Pelaksana Wawancara** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah
7. **Yang diwawancara** : Wahyudin, S.Pd
8. **Hasil wawancara** :

**1. Klien 1 (VV)**

***Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam seperti patung.

**2. Klien 2 (OI)**

***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Ketika klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengerjakan sendiri hanya saja klien sering terpengaruh dengan temannya sehingga dia akan gampang merubah tugas yang telah dikerjakan olehnya dan menggantinya, walaupun sebenarnya dia tahu bahwa apa yang telah dia kerjakan sesuai dengan apa yang dia temukan di buku.

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien ketika dimintai uang oleh temannya klien hanya diam saja tanpa ada perlawanan dan juga tidak meminta bantuan ataupun melapor kepada guru, selain itu klien juga tidak pernah bertanya kepada guru ataupun temannya ketika dalam mengerjakan tugas terdapat soal yang dia kurang pahami maksudnya.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau

membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

**3. Klien 3 (RO)**

***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika dia mengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya dengan alasan sudah tidak bisa mengerjakan (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Klien jugamudah tersinggung terhadap perkataan orang lain termasuk juga nasehat yang diberikan oleh orang lain.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah

sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

#### **4. Klien 4 (AN)**

##### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika dia mengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

##### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dan diperintah oleh teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik seperti dipukul, dimintai uang oleh teman-temannya klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah

##### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu, klien menolaknya. Klien juga tidak pernah mau dibantu oleh teman-temannya walaupun dalam keadaan kesusahan. Hal ini terjadi karena klien menganggap tidak ada orang yang benar-benar tulus membantunya, orang-orang hanya akan menertawakan karena dia lemah.

##### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu

kelompoknya, dia hanya diam.

## 5.

### Klien 5 (DE)

#### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

#### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dan diperintah oleh teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik seperti dipukul, dimintai uang oleh teman-temannya klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah

#### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu, klien menolaknya. Klien juga tidak pernah mau dibantu oleh teman-temannya walaupun dalam keadaan kesusahan. Hal ini terjadi karena klien menganggap tidak ada orang yang benar-benar tulus membantunya, orang-orang hanya akan menertawakan karena dia lemah dan berasal dari keluarga miskin.

#### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

## **6. Klien 6 (MN)**

### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam seperti patung.

## HASIL WAWANCARA GURU MATA PELAJARAN SEBELUM KONSELING

1. **Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
2. **Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
3. **Tempat** : Ruang Guru
4. **Hari/ tanggal** : Selasa, 8 Oktober 2013 jam 09.00 wib
5. **Wawancara** : 1 (sebelum diberikan *treatment*)
6. **Pelaksana Wawancara** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah
7. **Yang diwawancara** : Agus Muslim, S.Pd
8. **Hasil wawancara** :

### 1. Klien 1 (VV)

#### ***Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

#### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

#### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain,

bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam seperti patung.

**2. Klien 2 (OI)**

***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Ketika klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengerjakan sendiri hanya saja klien sering terpengaruh dengan temannya sehingga dia akan gampang merubah tugas yang telah dikerjakan olehnya dan menggantinya, walaupun sebenarnya dia tahu bahwa apa yang telah dia kerjakan sesuai dengan apa yang dia temukan di buku.

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien ketika dimintai uang oleh temannya klien hanya diam saja tanpa ada perlawanan dan juga tidak meminta bantuan ataupun melapor kepada guru, selain itu klien juga tidak pernah bertanya kepada guru ataupun temannya ketika dalam mengerjakan tugas terdapat soal yang dia kurang pahami maksudnya.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

### **3. Klien 3 (RO)**

#### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika dia mengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya dengan alasan sudah tidak bisa mengerjakan (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

#### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah

#### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Klien jugamudah tersinggung terhadap perkataan orang lain termasuk juga nasehat yang diberikan oleh orang lain.

#### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

#### **4. Klien 4 (AN)**

##### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

##### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dan diperintah oleh teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik seperti dipukul, dimintai uang oleh teman-temannya klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah

##### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu, klien menolaknya. Klien juga tidak pernah mau dibantu oleh teman-temannya walaupun dalam keadaan kesusahan. Hal ini terjadi karena klien menganggap tidak ada orang yang benar-benar tulus membantunya, orang-orang hanya akan menertawakan karena dia lemah.

##### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

#### **5.**

#### **Klien 5 (DE)**

##### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat

ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dan diperintah oleh teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik seperti dipukul, dimintai uang oleh teman-temannya klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu, klien menolaknya. Klien juga tidak pernah mau dibantu oleh teman-temannya walaupun dalam keadaan kesusahan. Hal ini terjadi karena klien menganggap tidak ada orang yang benar-benar tulus membantunya, orang-orang hanya akan menertawakan karena dia lemah dan berasal dari keluarga miskin.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

**6. Klien 6 (MN)**

***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan

menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam seperti patung.

## ANALISIS HASIL WAWANCARA WALI KELAS SEBELUM KONSELING

1. **Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
2. **Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
3. **Tempat** : Ruang Guru
4. **Hari/ tanggal** : Kamis, 10 Oktober 2013 jam 09.00 wib
5. **Wawancara** : 1 (sebelum diberikan *treatment*)
6. **Pelaksana Wawancara** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah
7. **Yang diwawancara** : Tanti Zulaikhah, S.Pd
8. **Hasil wawancara** :

### 1. Klien 1 (VV)

#### ***Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

#### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

#### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau

membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam seperti patung.

**2. Klien 2 (OI)**

***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Ketika klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengerjakan sendiri hanya saja klien sering terpengaruh dengan temannya sehingga dia akan gampang merubah tugas yang telah dikerjakan olehnya dan menggantinya, walaupun sebenarnya dia tahu bahwa apa yang telah dia kerjakan sesuai dengan apa yang dia temukan di buku.

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien ketika dimintai uang oleh temannya klien hanya diam saja tanpa ada perlawanan dan juga tidak meminta bantuan ataupun melapor kepada guru, selain itu klien juga tidak pernah bertanya kepada guru ataupun temannya ketika dalam mengerjakan tugas terdapat soal yang dia kurang pahami maksudnya.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari

situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

**3. Klien 3 (RO)**

***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika dia mengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya dengan alasan sudah tidak bisa mengerjakan (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Klien jugamudah tersinggung terhadap perkataan orang lain termasuk juga nasehat yang diberikan oleh orang lain.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya

diam.

#### **4. Klien 4 (AN)**

##### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

##### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dan diperintah oleh teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik seperti dipukul, dimintai uang oleh teman-temannya klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah

##### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu, klien menolaknya. Klien juga tidak pernah mau dibantu oleh teman-temannya walaupun dalam keadaan kesusahan. Hal ini terjadi karena klien menganggap tidak ada orang yang benar-benar tulus membantunya, orang-orang hanya akan menertawakan karena dia lemah.

##### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

## **5. Klien 5 (DE)**

### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dan diperintah oleh teman-temannya klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik seperti dipukul, dimintai uang oleh teman-temannya klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan temannya. Hal ini menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah

### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu, klien menolaknya. Klien juga tidak pernah mau dibantu oleh teman-temannya walaupun dalam keadaan kesusahan. Hal ini terjadi karena klien menganggap tidak ada orang yang benar-benar tulus membantunya, orang-orang hanya akan menertawakan karena dia lemah dan berasal dari keluarga miskin.

### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam.

## **6. Klien 6 (MN)**

### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam seperti patung.

## ANALISIS HASIL WAWANCARA GURU BK SETELAH KONSELING

1. **Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
2. **Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
3. **Tempat** : Ruang BK
4. **Hari/ tanggal** : Senin, 4 November 2013 jam 13.00
5. **Wawancara** : 2 (setelah diberikan *treatment*)
6. **Pelaksana Wawancara** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah
7. **Yang diwawancara** : Wahyudin, S.Pd
8. **Hasil wawancara** :

Setelah diberikan *treatment* tampak adanya perubahan pada diri klien secara bertahap. Berikut gambaran kepercayaan diri siswa korban *bullying*:

### 1. Klien 1 (VV)

#### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien mengajukan pertanyaan kepada guru ketika ada pertanyaan yang dia kurang pahami dalam tugas dan pergi ke perpustakaan untuk mencari bahan yang menunjang penyelesaian dari tugas yang diberikan oleh guru.

#### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

#### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

**2. Klien 2 (OI)*****Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan kepada guru ketika ada pertanyaan yang dia kurang pahami dalam tugas.

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Keaktifan dalam diskusi kelompok memiliki kriteria sangat tinggi dengan presentase 100%. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

### **3. Klien 3 (RO)**

#### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku diperpustakaan serta mengajukan pertanyaan

#### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

#### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

#### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

### **4. Klien 4**

#### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku diperpustakaan serta mengajukan pertanyaan

#### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika

pelajaran berlangsung.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

**5. Klien 5**

***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien mengajukan pertanyaan kepada guru ketika ada pertanyaan yang dia kurang pahami dalam tugas dan pergi ke perpustakaan untuk mencari bahan yang menunjang penyelesaian dari tugas yang diberikan oleh guru.

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam

kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

## **6. Klien 6**

### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku dipergustakaan serta mengajukan pertanyaan

### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

**ANALISIS HASIL WAWANCARA GURU MATA PELAJARAN  
SETELAH KONSELING**

1. **Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
2. **Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
3. **Tempat** : Ruang Guru
4. **Hari/ tanggal** : Sabtu, 9 November 2013 jam 13.00
5. **Wawancara** : 2 (setelah diberikan *treatment*)
6. **Pelaksana Wawancara** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah
7. **Yang diwawancara** : Agus Muslim, S.Pd
8. **Hasil wawancara** :

Setelah diberikan *treatment* tampak adanya perubahan pada diri klien secara bertahap. Berikut gambaran kepercayaan diri siswa korban *bullying*:

**1. Klien 1 (VV)**

***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien mengajukan pertanyaan kepada guru ketika ada pertanyaan yang dia kurang pahami dalam tugas dan pergi ke perpustakaan untuk mencari bahan yang menunjang penyelesaian dari tugas yang diberikan oleh guru.

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

**2. Klien 2 (OI)*****Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan kepada guru ketika ada pertanyaan yang dia kurang pahami dalam tugas.

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani untuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Keaktifan dalam diskusi kelompok memiliki kriteria sangat tinggi dengan presentase 100%. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

### **3. Klien 3 (RO)**

#### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan

#### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani untuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

#### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

#### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

### **4. Klien 4**

#### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan

#### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-

temannya ketika pelajaran berlangsung.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

**5. Klien 5**

***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien mengajukan pertanyaan kepada guru ketika ada pertanyaan yang dia kurang pahami dalam tugas dan pergi ke perpustakaan untuk mencari bahan yang menunjang penyelesaian dari tugas yang diberikan oleh guru.

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan

pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

## **6. Klien 6**

### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku dipergustakaan serta mengajukan pertanyaan

### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

## ANALISIS HASIL WAWANCARA WALI KELAS SETELAH KONSELING

1. **Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
2. **Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
3. **Tempat** : Ruang Guru
4. **Hari/ tanggal** : Rabu, 6 November 2013 jam 13.00
5. **Wawancara** : 2 (setelah diberikan *treatment*)
6. **Pelaksana Wawancara** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah
7. **Yang diwawancara** : Tanti Zulaikhah, S.Pd
8. **Hasil wawancara** :

Setelah diberikan *treatment* tampak adanya perubahan pada diri klien secara bertahap. Berikut gambaran kepercayaan diri siswa korban *bullying*:

### 1. Klien 1 (VV)

#### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien mengajukan pertanyaan kepada guru ketika ada pertanyaan yang dia kurang pahami dalam tugas dan pergi ke perpustakaan untuk mencari bahan yang menunjang penyelesaian dari tugas yang diberikan oleh guru.

#### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

#### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

**2. Klien 2 (OI)*****Kemampuan melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan kepada guru ketika ada pertanyaan yang dia kurang pahami dalam tugas.

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani untuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Keaktifan dalam diskusi kelompok memiliki kriteria sangat tinggi dengan presentase 100%. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan

pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

### **3. Klien 3 (RO)**

#### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan

#### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani untuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

#### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

#### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

### **4. Klien 4**

#### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan

#### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

**5. Klien 5**

***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien mengajukan pertanyaan kepada guru ketika ada pertanyaan yang dia kurang pahami dalam tugas dan pergi ke perpustakaan untuk mencari bahan yang menunjang penyelesaian dari tugas yang diberikan oleh guru.

***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung.

***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak

ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

## **6. Klien 6**

### ***Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal***

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku di perpustakaan serta mengajukan pertanyaan

### ***Kemampuan menanggulangi segala kendala***

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

### ***Terbuka terhadap bantuan orang lain***

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

### ***Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

## LAMPIRAN 11

### **HASIL OBSERVASI SEBELUM DIBERIKAN *TREATMENT***

**1. Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.

**2. Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.

**3. Tempat** : Ruang kelas VIII A (ketika pelajaran berlangsung dan ketika istirahat)

**4. Pelaksanaan** : 23 September 2013-7 Oktober 2013

**5. Observer** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

**6. Hasil Observasi** :

Sesuai dengan observasi yang telah dilakukan oleh praktikan sebelum pelaksanaan konseling individu selama 13 hari maka dihasilkan gambaran kepercayaan diri siswa korban *bullying* sebagai berikut:

**1) Klien 1 (VV)**

**a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

**b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

**c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

**d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam seperti patung.

**2) Klien 2 (OI)**

**a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

**b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

**c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain,

bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

**d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung bersama teman satu kelompoknya, dia hanya diam seperti patung.

**3) Klien 3 (RO)**

**a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

**b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

**c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

***d. Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung.

**4) Klien 4 (AN)**

**a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

**b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

**c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

***d. Aktif dalam diskusi kelompok***

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung

## 5) Klien 5 (DE)

### a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

### b. Kemampuan menanggulangi segala kendala

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

### c. Terbuka terhadap bantuan orang lain

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

### d. Aktif dalam diskusi kelompok

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung

## 6) Klien 6 (MN)

### a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal

Klien mengerjakan tugas ataupun ulangan dia selalu mengatakan bahwa dia tidak mampu melakukan tugas tersebut dan ketika diamengerjakan pasti ada saja yang dia lewatkan padahal sebenarnya dia mampu mengerjakannya (terlihat

ketika disuruh mengerjakan lagi dengan soal yang sama dan diberi motivasi oleh guru).

**b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Ketika klien mendapat ejekan dari teman-temannya dalam hal kemampuan menyelesaikan soal matematika klien hanya diam saja. Walaupun mendapat perlakuan tidak baik dari teman-temannya sehingga menyebabkan klien terkadang menjadi takut masuk sekolah, klien tidak pernah melaporkan kepada guru ataupun meminta bantuan dari temannya.

**c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien termasuk orang yang menutup diri, hal ini terlihat dari perilaku klien ketika guru BK menanyakan tentang permasalahan yang dialaminya dan mau membantu klien menolaknya. Mudah tersinggung terhadap perkataan orang lain, bahkan jika diberi nasehat. klien memang tampak mendengarkan nasehat tersebut, tetapi keesokan paginya klien akan lebih pendiam bahkan menghindari situasi tatap muka dengan orang pemberi nasehat tersebut.

**d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien sangat pasif ketika diskusi kelompok, ini terbukti klien tidak pernah sekalipun mengajukan pendapatnya ketika diskusi kelompok bahkan seringkali klien juga menolak untuk bergabung bersama teman satu kelompoknya, walaupun klien mau bergabung

## HASIL OBSERVASI SETELAH DIBERIKAN *TREATMENT*

1. **Judul Penelitian** : “Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
2. **Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
3. **Tempat** : Ruang kelas VIII A (ketika pelajaran berlangsung dan ketika istirahat)
4. **Pelaksanaan** : 4 November 2013-16 November 2013
5. **Observer** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah
6. **Hasil Observasi** :

Sesuai observasi yang telah dilakukan oleh praktikan setelah pelaksanaan konseling individu selama 11 hari, maka diperoleh gambaran kepercayaan diri siswa korban *bullying* sebagai berikut:

### 1. Klien 1 (VV)

#### a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku dipergustakaan serta mengajukan pertanyaan

#### b. Kemampuan menanggulangi segala kendala

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

#### c. Terbuka terhadap bantuan orang lain

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

**d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan..

**2. Klien 2 (OI)****a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku dipergustakaan serta mengajukan pertanyaan

**b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani untuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

**c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

**d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan..

### **3. Klien 3 (RO)**

#### **a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku dipergustakaan serta mengajukan pertanyaan

#### **b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani untuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

#### **c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

#### **d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan..

### **4. Klien 4 (AN)**

#### **a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku dipergustakaan serta mengajukan pertanyaan

#### **b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-

temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

**c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

**d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan..

**5. Klien 5 (DE)**

**a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku dipergustakaan serta mengajukan pertanyaan

**b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani unuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

**c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

**d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak

ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan..

## **6. Klien 6 (MN)**

### **a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, hal ini terlihat dari perilaku klien untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan penuh semangat dan berusaha untuk mencari bahan dengan jalan membaca buku dipergustakaan serta mengajukan pertanyaan

### **b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan klien untuk melapor ketika dia diganggu oleh teman-temannya ketika pelajaran berlangsung. Selain itu, klien juga sudah berani untuk melawan ketika diejek oleh teman-temannya.

### **c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

### **d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika dalam kelompok, meski tidak banyak yang dia sampaikan..

## HASIL OBSERVASI SELAMA DIBERIKAN *TREATMENT*

1. **Judul Penelitian** :“Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas”.
2. **Tujuan** : Mengetahui kepercayaan diri siswa korban *bullying*.
3. **Tempat** : Ruang kelas VIII A (ketika pelajaran berlangsung dan ketika istirahat)
4. **Pelaksanaan** : 9 Oktober 2013-2 November 2013
5. **Observer** : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah
6. **Hasil Observasi** :

Sesuai dengan observasi yang telah dilakukan oleh praktikan pada jenjang waktu pemberian *treatment* selama 19 hari maka dihasilkan gambaran kepercayaan diri siswa korban *bullying* sebagai berikut:

### 1. Klien 1 (VV)

#### a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, dimana klien sudah mulai berani untuk bertanya dengan guru dan teman walaupun hanya pada saat dia kurang paham ketika mendapatkan tugas dari guru.

#### b. Kemampuan menanggulangi segala kendala

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan untuk melakukan konseling dengan praktikan, dan dengan suka rela menceritakan permasalahan yang dihadapinya selama ini serta keadaannya dia ketika di sekolah.

#### c. Terbuka terhadap bantuan orang lain

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

#### **d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok, walaupun belum mau untuk menyumbangkan pendapatnya.

### **2. Klien 2 (OI)**

#### **a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, dimana klien sudah mulai berani untuk bersosialisasi dengan teman walaupun hanya pada saat dia kurang paham ketika mendapatkan tugas dari guru.

#### **b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan untuk melakukan konseling dengan praktikan, dan dengan suka rela menceritakan permasalahan yang dihadapinya selama ini serta keadaannya dia ketika di sekolah.

#### **c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

#### **d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok, walaupun belum mau untuk menyumbangkan pendapatnya.

### **3. Klien 3 (RO)**

#### **a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, dimana klien sudah mulai berani untuk bersosialisasi dengan teman walaupun hanya pada saat dia kurang paham ketika mendapatkan tugas dari guru.

**b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan untuk melakukan konseling dengan praktikan, dan dengan suka rela menceritakan permasalahan yang dihadapinya selama ini serta keadaannya dia ketika di sekolah.

**c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

**d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok, walaupun belum mau untuk menyumbangkan pendapatnya.

**4. Klien 4 (AN)****a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, dimana klien sudah mulai berani untuk bersosialisasi dengan teman walaupun hanya pada saat dia kurang paham ketika mendapatkan tugas dari guru.

**b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan untuk melakukan konseling dengan praktikan, dan dengan suka rela menceritakan permasalahan yang dihadapinya selama ini serta keadaannya dia ketika di sekolah.

**c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

**d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok, walaupun belum mau untuk menyumbangkan pendapatnya.

**5. Klien 5 (DE)**

**a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, dimana klien sudah mulai berani untuk bersosialisasi dengan teman walaupun hanya pada saat dia kurang paham ketika mendapatkan tugas dari guru.

**b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan untuk melakukan konseling dengan praktikan, dan dengan suka rela menceritakan permasalahan yang dihadapinya selama ini serta keadaannya dia ketika di sekolah.

**c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

**d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok, walaupun belum mau untuk menyumbangkan pendapatnya.

**6. Klien 6 (MN)**

**a. Keyakinan mampu melakukan sesuatu secara maksimal**

Klien sekarang sudah mengalami kemajuan, dimana klien sudah mulai berani untuk bersosialisasi dengan teman walaupun hanya pada saat dia kurang paham ketika mendapatkan tugas dari guru.

**b. Kemampuan menanggulangi segala kendala**

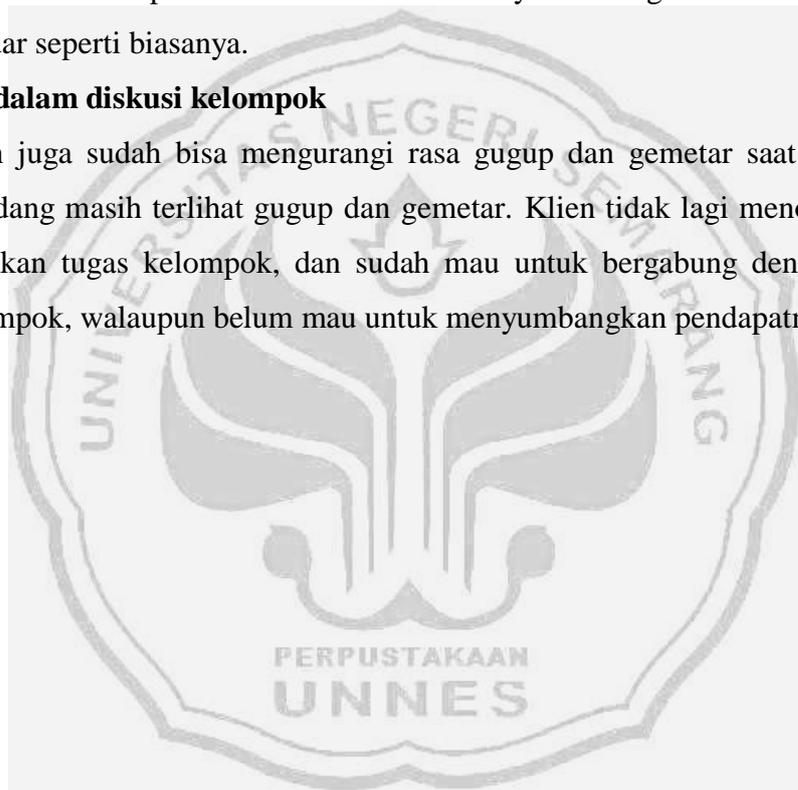
Klien sudah mulai terbuka akan permasalahan yang dihadapinya, hal ini terlihat dari kemauan untuk melakukan konseling dengan praktikan, dan dengan suka rela menceritakan permasalahan yang dihadapinya selama ini serta keadaannya dia ketika di sekolah.

**c. Terbuka terhadap bantuan orang lain**

Klien sudah mau menerima nasehat dan saran dari orang lain, hal ini terlihat ketika klien mendapatkan nasehat dan ditanya oleh guru tidak lari atau menghindar seperti biasanya.

**d. Aktif dalam diskusi kelompok**

Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien tidak lagi menolak ketika mendapatkan tugas kelompok, dan sudah mau untuk bergabung dengan teman satu kelompok, walaupun belum mau untuk menyumbangkan pendapatnya.



<b>LAMPIRAN 12</b>
--------------------

### REKAMAN KONSELING

#### 1. Identitas Klien

Nama : Vivi Sintya Utami

Kelas : VIII A

#### 2. Pertemuan

Hari/Tanggal : (Selasa/ 8 Oktober 2013), (Jum'at/ 18, 25 oktober, 1 November 2013 )

#### 3. Data klien yang telah diketahui

Klien adalah siswa kelas VIII A SMP Diponegoro 7 Gumelar, klien merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Klien tinggal bersama kedua orang tuanya. Klien disekolah kurang aktif mengikuti kegiatan sekolah. Sebenarnya klien adalah orang yang ramah dan baik hati, ini dapat dilihat pada waktu peneliti melakukan proses pertemuan pertama kali. Selain klien kurang aktif mengikuti kegiatan di sekolah, klien juga terlihat pasif saat pelajaran berlangsung. Klien juga menuturkan bahwa dia termasuk anak yang pendiam ketika di sekolah.

Klien menuturkan penyebab mengapa dia memiliki kepercayaan diri yang kurang ketika disekolah yaitu karena dia sering menjadi bahan ejekan atau dipermalukan oleh teman-temannya yang lain, sehingga sering kali dia tidak percaya terhadap kemampuannya sendiri untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru atau sekedar untuk mengajukan pertanyaan karena takut akan diejek terus menerus oleh teman-temannya ketika melakukan kesalahan kecil.

#### 4. Diagnosis

Masalah yang dihadapi oleh klien diatas dilatar belakangi oleh factor dari dalam diri klien dan factor dari luar diri klien.

- a. Faktor internal, siswa korban bullying merasa disakiti orang lain, merasa bahwa dirinya memang pantas mendapatkan perlakuan tidak baik karena

tidak bisa melakukan apa-apa dan tidak percaya bahwa dirinya memiliki kelebihan.

- b. Faktor eksternal, hubungan dengan lingkungan yang diliputi guncangan-psikologis dan tercekap dalam rasa takut menyebabkan anak tumbuh sesuai bentuk perbuatan orang-orang yang berada di dalam lingkungan ini, sebab anak tersebut akan mewarisi semua perasaan ini melalui interaksi dan adopsi langsung dari lingkungan.

#### 5. Dinamika psikis klien

Dalam kasus ini, klien kurang dapat mengendalikan pikirannya sehingga selalu timbul pemikiran-pemikiran negatif klien. Dinamika psikis klien berperan untuk mengetahui masalah yang sedang klien hadapi.

##### a. Dinamika psikis klien yang positif

Sebenarnya dalam diri klien sendiri sudah ada keinginan untuk mengatasi masalah kepercayaan diri akibat tindakan bullying yang dia terima. Namun, klien merasa tidak yakin bahwa dirinya bisa menyelesaikan permasalahannya dan merasa tertekan dalam rasa takut akibat perlakuan teman-temannya.

##### b. Dinamika psikis klien yang negatif

Dinamika negatif yang muncul dalam diri klien yaitu klien tidak mengetahui bagaimana cara yang bisa dia lakukan untuk mengatasi masalahnya. Sehingga selama ini juga tidak ada usaha yang dia lakukan untuk menyelesaikan masalahnya tersebut. Klien menyadari bahwa selama ini klien merasa disakiti orang lain dan juga tidak klien merasa tidak yakin bahwa dirinya bisa menyelesaikan permasalahannya dan merasa tertekan dalam rasa takut akibat perlakuan teman-temannya.. dari sinilah klien mempunyai masalah dengan kepercayaan dirinya sehingga dia selalu menyalahkan dirinya atas perlakuan tidak baik teman-temannya kepada dirinya.

#### 6. Alternatif pemecahan masalah

Terkait dengan masalah yang dialami oleh klien yakni masalah kepercayaan diri siswa korban bullying apabila dibiarkan secara terus menerus

akan mengakibatkan klien semakin kesulitan berkomunikasi dan bersosialisasi yang akan berpengaruh pada lingkungan pergaulannya serta akan mempengaruhi proses belajarnya di sekolah. Untuk itu, diperlukan upaya-upaya untuk membantu mengatasi masalah klien, salah satunya menggunakan konseling individu dengan pendekatan rational emotif behavior therapy dengan menggunakan teknik home work assignment.

#### 7. Putusan pemecahan masalah dan implementasinya

Putusan pemecahan masalah dengan alternatif bantuan yang diberikan kepada klien kepada klien oeh praktikan yaitu konseling individu pendekatan rational emotif behavior therapy dengan menggunakan teknik home work assignment. Tujuannya adalah klien mampu mengalahkan pemikiran irasionalnya sehingga dia memiliki kepercayaan diri dengan kemampuan yang dimiliki sehingga mereka mampu mengaktualisasikan diri sesuai dengan tugas perkembangan mereka.

##### a. Tahapan pertama

###### 1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah

Pada pertemuan pertama sebelum melakukan proses konseling, dimulai dengan pembinaan hubungan baik antar praktikan dengan klien. Praktikan menerima klien apa adanya dan memberi kehangatan kepada klien. Praktikan membicarakan maksud dan tujuannya yaitu ingin membantu klien memecahkan masalahnya. Praktikan mulai menanyakan tentang identitas klien kemudian bersama-sama dengan klien mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien.

###### 2) Penentuan tujuan konseling

Setelah mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien, praktikan bersama klien menetapkan tujuan yang akan dicapai yaitu meningkatkan kepercayaan diri klien.

###### 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT

Dalam proses konseling ini praktikan menjelaskan pola A-B-C, yaitu Activity event merupakan kejadian yang menyebabkan terjadinya permasalahan, Believe merupakan keyakinan yang dimiliki oleh klien,

Consequence merupakan konsekuensi dari keyakinan yang dia miliki. Activity event dalam permasalahan ini adalah perilaku bullying dari teman-temannya berupa ejekan secara terus menerus, sedangkan believe yang diyakini oleh klien adalah bahwa klien tidak mempunyai kemampuan apa-apa sehingga selalu diejek oleh teman. Believe irrasional yang dianut klien adalah bahwa lari dari kesulitan dari pada menghadapinya. Consequence atau konsekuensinya dia lebih baik menghindar dan menuup diri.

4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien

Praktikan menunjukkan keyakinan-keyakinan yang selama ini dianutnya merupakan keyakinan yang tidak benar.

b. Tahapan kedua

Pada pertemuan konseling yang kedua ini, praktikan melakukan beberapa hal, diantaranya:

1. Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien
2. Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional
3. Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis
4. Memberikan home work assignment berupa membaca biografi Chairil Tanjung serta dipahami dan peremuan selanjutnya didiskusikan bersama praktikan

c. Tahapan ketiga

Pada pertemuan ketiga, klien bersama praktikan mendiskusikan tentang home work assignment yang telah dilaksanakan oleh klien. Kemudian klien dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pemikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga klien tidak terjebak pada masalah yang disebabkan pemikiran irasional.

8. Evaluasi proses dan hasil sementara

Dalam melakukan treatment klien terlebih dahulu menjalin hubungan baik dengan klien agar klien dalam melakukan konseling dapat terbuka dan mau menceritakan masalahnya dengan lancar dan penuh keakraban. Praktikan

merasa diberikan kemudahan dan dapat memberikan teknik bantuan atau perlakuan terhadap klien, mulai dari pengumpulan data sampai pemberian treatment.

Setelah diberikan treatment tampak adanya perubahan pada diri klien secara bertahap yaitu klien sudah mulai berani untuk berkomunikasi dengan orang lain, mau bertanya kepada guru ketika pelajaran berlangsung. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

Walau penanganan konseling sudah selesai, namun praktikan tetap memberikan motivasi kepada klien pada pertemuan keempat agar tetap semangat dalam menjalani hidup, selain itu pertemuan keempat juga dilakukan untuk mengetahui perkembangan klien setelah konseling.

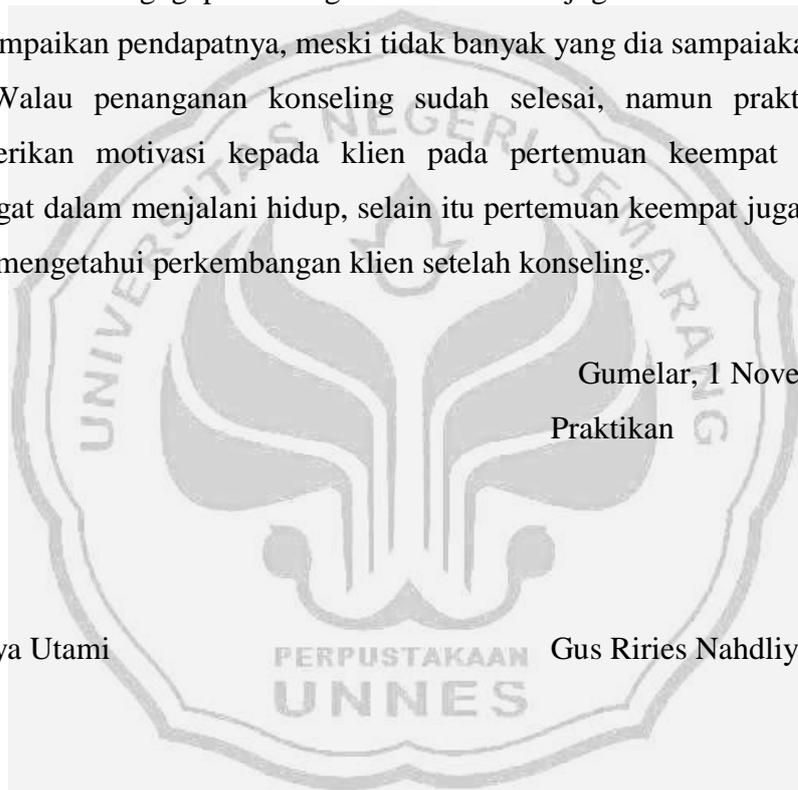
Gumelar, 1 November 2013

Konseli,

Praktikan

Vivi Sintya Utami

Gus Riries Nahdliyatul A.



## REKAMAN KONSELING

### 1. Identitas Klien

Nama : Ogi Saputra

Kelas : VIII A

### 2. Pertemuan

Hari/Tanggal : (Kamis/ 10, 17, 24, 31 Oktober 2013)

### 3. Data klien yang telah diketahui

Klien adalah siswa kelas VIII A SMP Diponegoro 7 Gumelar, klien merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Klien tinggal bersama kedua orang tuanya. Klien disekolah kurang aktif mengikuti kegiatan sekolah. Sebenarnya klien adalah orang yang ramah dan baik hati, ini dapat dilihat pada waktu peneliti melakukan proses pertemuan pertama kali. Selain klien kurang aktif mengikuti kegiatan di sekolah, klien juga terlihat pasif saat pelajaran berlangsung. Klien juga menuturkan bahwa dia termasuk anak yang pendiam ketika di sekolah.

Klien menuturkan penyebab mengapa dia memiliki kepercayaan diri yang kurang ketika disekolah yaitu karena dia sering menjadi bahan ejekan atau dipermalukan oleh teman-temannya yang lain, sehingga sering kali dia tidak percaya terhadap kemampuannya sendiri untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru atau sekedar untuk mengajukan pertanyaan karena takut akan diejek terus menerus oleh teman-temannya ketika melakukan kesalahan kecil.

### 4. Diagnosis

Masalah yang dihadapi oleh klien diatas dilatar belakangi oleh factor dari dalam diri klien dan factor dari luar diri klien.

- a. Faktor internal, siswa korban bullying merasa disakiti orang lain, merasa bahwa dirinya memang pantas mendapatkan perlakuan tidak baik karena tidak bisa melakukan apa-apa dan tidak percaya bahwa dirinya memiliki kelebihan.
- b. Faktor eksternal, hubungan dengan lingkungan yang diliputi guncangan-psikologis dan tercekap dalam rasa takut menyebabkan anak tumbuh sesuai

bentuk perbuatan orang-orang yang berada di dalam lingkungan ini, sebab anak tersebut akan mewarisi semua perasaan ini melalui interaksi dan adopsi langsung dari lingkungan.

#### 5. Dinamika psikis klien

Dalam kasus ini, klien kurang dapat mengendalikan pikirannya sehingga selalu timbul pemikiran-pemikiran negatif klien. Dinamika psikis klien berperan untuk mengetahui masalah yang sedang klien hadapi.

##### a. Dinamika psikis klien yang positif

Sebenarnya dalam diri klien sendiri sudah ada keinginan untuk mengatasi masalah kepercayaan diri akibat tindakan bullying yang dia terima. Namun, klien merasa tidak yakin bahwa dirinya bisa menyelesaikan permasalahannya dan merasa tertekan dalam rasa takut akibat perlakuan teman-temannya.

##### b. Dinamika psikis klien yang negatif

Dinamika negatif yang muncul dalam diri klien yaitu klien tidak mengetahui bagaimana cara yang bisa dia lakukan untuk mengatasi masalahnya. Sehingga selama ini juga tidak ada usaha yang dia lakukan untuk menyelesaikan masalahnya tersebut. Klien menyadari bahwa selama ini klien merasa disakiti orang lain dan juga tidak klien merasa tidak yakin bahwa dirinya bisa menyelesaikan permasalahannya dan merasa tertekan dalam rasa takut akibat perlakuan teman-temannya.. dari sinilah klien mempunyai masalah dengan kepercayaan dirinya sehingga dia selalu menyalahkan dirinya atas perlakuan tidak baik teman-temannya kepada dirinya.

#### 6. Alternatif pemecahan masalah

Terkait dengan masalah yang dialami oleh klien yakni masalah kepercayaan diri siswa korban bullying apabila dibiarkan secara terus menerus akan mengakibatkan klien semakin kesulitan berkomunikasi dan bersosialisasi yang akan berpengaruh pada lingkungan pergaulannya serta akan mempengaruhi proses belajarnya di sekolah. Untuk itu, diperlukan upaya-upaya untuk membantu mengatasi masalah klien, salah satunya menggunakan

konseling individu dengan pendekatan rational emotif behavior therapy dengan menggunakan teknik home work assignment.

#### 7. Putusan pemecahan masalah dan implementasinya

Putusan pemecahan masalah dengan alternatif bantuan yang diberikan kepada klien kepada klien oeh praktikan yaitu konseling individu pendekatan rational emotif behavior therapy dengan menggunakan teknik home work assignment. Tujuannya adalah klien mampu mengalahkan pemikiran irasionalnya sehingga dia memiliki kepercayaan diri dengan kemampuan yang dimiliki sehingga mereka mampu mengaktualisasikan diri sesuai dengan tugas perkembangan mereka.

##### a. Tahapan pertama

###### 1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah

Pada pertemuan pertama sebelum melakukan proses konseling, dimulai dengan pembinaan hubungan baik anatar praktikan dengan klien. Praktikan menerima klien apa adanya dan memberi kehangatan kepada klien. Praktikan membicarakan maksud dan tujuannya yaitu ingin membantu klien memecahkan masalahnya. Praktikan mulai menanyakan tentang identitas klien kemudian bersama-sama dengan klien mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien.

###### 2) Penentuan tujuan konseling

Setelah mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien, praktikan bersama klien menetapkan tujuan yang akan dicapai yaitu meningkatkan kepercayaan diri klien.

###### 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT

Dalam proses konseling ini praktikan menjelaskan pola A-B-C, yaitu Activity event merupakan kejadian yang menyebabkan terjadinya permasalahan, Believe merupakan keyakinan yang dimiliki oleh klien, Consequence merupakan konsekuensi dari dari keyakinan yang dia miliki. Activity event dalam permasalahan ini adalah perilaku bullying dari teman-temannya berupa ejekan secara terus menerus, sedangkan believe yang diyakini oleh klien adalah bahwa klien tidak mempunyai kemampuan apa-

apa sehingga selalu diejek oleh teman. Believe irrasional yang dianut klien adalah bahwa lari dari kesulitan dari pada menghadapinya. Conequnce atau konsekuensinya dia lebih baik menghindar dan menuup diri.

#### 4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien

Praktikan menunjukkan keyakinan-keyakinan yang selama ini dianutnya merupakan keyakinan yang tidak benar.

#### b. Tahapan kedua

Pada pertemuan konseling yang kedua ini, praktikan melakukan beberapa hal, diantaranya:

1. Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien
2. Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional
3. Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis
4. Memberikan home work assignment berupa membaca biografi Dahlan Iskan serta dipahami dan peremuan selanjutnya didiskusikan bersama praktikan

#### c. Tahapan ketiga

Pada pertemuan ketiga, klien bersama praktikan mendiskusikan tentang home work assignment yang telah dilaksanakan oleh klien. Kemudian klien dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pemikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga klien tidak terjebak pada masalah yang disebabkan pemikiran irasional.

#### 8. Evaluasi proses dan hasil sementara

Dalam melakukan treatment klien terlebih dahulu menjalin hubungan baik dengan klien agar klien dalam melakukan konseling dapat terbuka dan mau menceritakan masalahnya dengan lancer dan penuh keakraban. Praktikan merasa diberikan kemudahan dan dapat memberikan teknik bantuan atau perlakuan terhadap klien, mulai dari pengumpulan data sampai pemberian treatment.

Setelah diberikan treatment tampak adanya perubahan pada diri klien secara bertahap yaitu klien sudah mulai berani untuk berkomunikasi dengan orang

lain, mau bertanya kepada guru ketika pelajaran berlangsung. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

Walau penanganan konseling sudah selesai, namun praktikan tetap memberikan motivasi kepada klien pada pertemuan keempat agar tetap semangat dalam menjalani hidup, selain itu pertemuan keempat juga dilakukan untuk mengetahui perkembangan klien setelah konseling.

Gumelar, 31 Oktober 2013

Konseli,

Praktikan

Ogi Saputra

Gus Riries Nahdliyatul A.



## REKAMAN KONSELING

### 1. Identitas Klien

Nama : Munawarotun Khasanah  
Kelas : VIII A

### 2. Pertemuan

Hari/Tanggal : (Rabu/ 2 Oktober 2013), (Sabtu/ 12, 23, 30 Oktober 2013)

### 3. Data klien yang telah diketahui

Klien adalah siswa kelas VIII A SMP Diponegoro 7 Gumelar, klien merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Klien tinggal bersama kedua orang tuanya. Klien disekolah kurang aktif mengikuti kegiatan sekolah. Sebenarnya klien adalah orang yang ramah dan baik hati, ini dapat dilihat pada waktu peneliti melakukan proses pertemuan pertama kali. Selain klien kurang aktif mengikuti kegiatan di sekolah, klien juga terlihat pasif saat pelajaran berlangsung. Klien juga menuturkan bahwa dia termasuk anak yang pendiam ketika di sekolah.

Klien menuturkan penyebab mengapa dia memiliki kepercayaan diri yang kurang ketika disekolah yaitu karena dia sering menjadi bahan ejekan atau dipermalukan oleh teman-temannya yang lain, sehingga sering kali dia tidak percaya terhadap kemampuannya sendiri untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru atau sekedar untuk mengajukan pertanyaan karena takut akan diejek terus menerus oleh teman-temannya ketika melakukan kesalahan kecil.

### 4. Diagnosis

Masalah yang dihadapi oleh klien diatas dilatar belakangi oleh factor dari dalam diri klien dan factor dari luar diri klien.

- a. Faktor internal, siswa korban bullying merasa disakiti orang lain, merasa bahwa dirinya memang pantas mendapatkan perlakuan tidak baik karena tidak bisa melakukan apa-apa dan tidak percaya bahwa dirinya memiliki kelebihan.
- b. Faktor eksternal, hubungan dengan lingkungan yang diliputi guncangan-psikologis dan tercekap dalam rasa takut menyebabkan anak tumbuh sesuai

bentuk perbuatan orang-orang yang berada di dalam lingkungan ini, sebab anak tersebut akan mewarisi semua perasaan ini melalui interaksi dan adopsi langsung dari lingkungan.

#### 5. Dinamika psikis klien

Dalam kasus ini, klien kurang dapat mengendalikan pikirannya sehingga selalu timbul pemikiran-pemikiran negatif klien. Dinamika psikis klien berperan untuk mengetahui masalah yang sedang klien hadapi.

##### a. Dinamika psikis klien yang positif

Sebenarnya dalam diri klien sendiri sudah ada keinginan untuk mengatasi masalah kepercayaan diri akibat tindakan bullying yang dia terima. Namun, klien merasa tidak yakin bahwa dirinya bisa menyelesaikan permasalahannya dan merasa tertekan dalam rasa takut akibat perlakuan teman-temannya.

##### b. Dinamika psikis klien yang negatif

Dinamika negatif yang muncul dalam diri klien yaitu klien tidak mengetahui bagaimana cara yang bisa dia lakukan untuk mengatasi masalahnya. Sehingga selama ini juga tidak ada usaha yang dia lakukan untuk menyelesaikan masalahnya tersebut. Klien menyadari bahwa selama ini klien merasa disakiti orang lain dan juga tidak klien merasa tidak yakin bahwa dirinya bisa menyelesaikan permasalahannya dan merasa tertekan dalam rasa takut akibat perlakuan teman-temannya.. dari sinilah klien mempunyai masalah dengan kepercayaan dirinya sehingga dia selalu menyalahkan dirinya atas perlakuan tidak baik teman-temannya kepada dirinya.

#### 6. Alternatif pemecahan masalah

Terkait dengan masalah yang dialami oleh klien yakni masalah kepercayaan diri siswa korban bullying apabila dibiarkan secara terus menerus akan mengakibatkan klien semakin kesulitan berkomunikasi dan bersosialisasi yang akan berpengaruh pada lingkungan pergaulannya serta akan mempengaruhi proses belajarnya di sekolah. Untuk itu, diperlukan upaya-upaya untuk membantu mengatasi masalah klien, salah satunya menggunakan

konseling individu dengan pendekatan rational emotif behavior therapy dengan menggunakan teknik home work assignment.

#### 7. Putusan pemecahan masalah dan implementasinya

Putusan pemecahan masalah dengan alternatif bantuan yang diberikan kepada klien kepada klien oeh praktikan yaitu konseling individu pendekatan rational emotif behavior therapy dengan menggunakan teknik home work assignment. Tujuannya adalah klien mampu mengalahkan pemikiran irasionalnya sehingga dia memiliki kepercayaan diri dengan kemampuan yang dimiliki sehingga mereka mampu mengaktualisasikan diri sesuai dengan tugas perkembangan mereka.

##### a. Tahapan pertama

##### 1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah

Pada pertemuan pertama sebelum melakukan proses konseling, dimulai dengan pembinaan hubungan baik anatar praktikan dengan klien. Praktikan menerima klien apa adanya dan memberi kehangatan kepada klien. Praktikan membicarakan maksud dan tujuannya yaitu ingin membantu klien memecahkan masalahnya. Praktikan mulai menanyakan tentang identitas klien kemudian bersama-sama dengan klien mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien.

##### 2) Penentuan tujuan konseling

Setelah mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien, praktikan bersama klien menetapkan tujuan yang akan dicapai yaitu meningkatkan kepercayaan diri klien.

##### 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT

Dalam proses konseling ini praktikan menjelaskan pola A-B-C, yaitu Activity event merupakan kejadian yang menyebabkan terjadinya permasalahan, Believe merupakan keyakinan yang dimiliki oleh klien, Consequence merupakan konsekuensi dari dari keyakinan yang dia miliki. Activity event dalam permasalahan ini adalah perilaku bullying dari teman-temannya berupa ejekan secara terus menerus, sedangkan believe yang diyakini oleh klien adalah bahwa klien tidak mempunyai kemampuan

apa-apa sehingga selalu diejek oleh teman. Believe irrasional yang dianut klien adalah bahwa lari dari kesulitan dari pada menghadapinya. Conequnce atau konsekuensinya dia lebih baik menghindar dan menuup diri.

4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien

Praktikan menunjukkan keyakinan-keyakinan yang selama ini dianutnya merupakan keyakinan yang tidak benar.

b. Tahapan kedua

Pada pertemuan konseling yang kedua ini, praktikan melakukan beberapa hal, diantaranya:

1. Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien
2. Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional
3. Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis
4. Memberikan home work assignment berupa membaca biografi Dahlan Iskan serta dipahami dan peremuan selanjutnya didiskusikan bersama praktikan

c. Tahapan ketiga

Pada pertemuan ketiga, klien bersama praktikan mendiskusikan tentang home work assignment yang telah dilaksanakan oleh klien. Kemudian klien dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pemikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga klien tidak terjebak pada masalah yang disebabkan pemikiran irasional.

8. Evaluasi proses dan hasil sementara

Dalam melakukan treatment klien terlebih dahulu menjalin hubungan baik dengan klien agar klien dalam melakukan konseling dapat terbuka dan mau menceritakan masalahnya dengan lancer dan penuh keakraban. Praktikan merasa diberikan kemudahan dan dapat memberikan teknik bantuan atau perlakuan terhadap klien, mulai dari pengumpulan data sampai pemberian treatment.

Setelah diberikan treatment tampak adanya perubahan pada diri klien secara bertahap yaitu klien sudah mulai berani untuk berkomunikasi dengan orang lain, mau bertanya kepada guru ketika pelajaran berlangsung. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

Walau penanganan konseling sudah selesai, namun praktikan tetap memberikan motivasi kepada klien pada pertemuan keempat agar tetap semangat dalam menjalani hidup, selain itu pertemuan keempat juga dilakukan untuk mengetahui perkembangan klien setelah konseling.

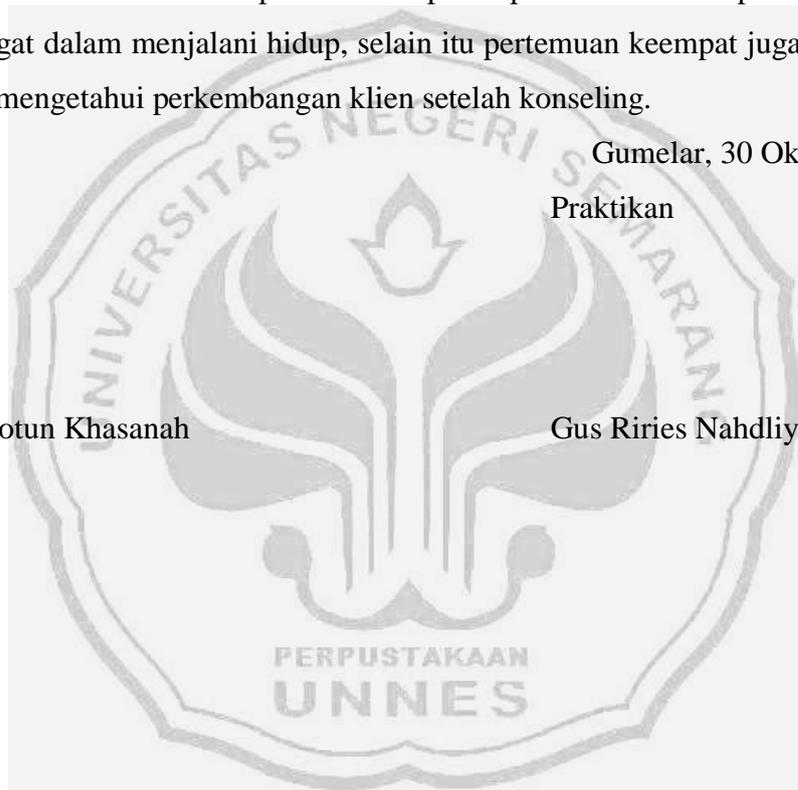
Gumelar, 30 Oktober 2013

Konseli,

Praktikan

Munawarotun Khasanah

Gus Riries Nahdliyatul A.



## REKAMAN KONSELING

### 1. Identitas Klien

Nama : Dive Putra Nanda  
Kelas : VIII A

### 2. Pertemuan

Hari/Tanggal : (Rabu/ 9 Oktober 2013), (Sabtu/ 19, 26 oktober, 2 November 2013 )

### 3. Data klien yang telah diketahui

Klien adalah siswa kelas VIII A SMP Diponegoro 7 Gumelar, klien merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Klien tinggal bersama kedua orang tuanya. Klien disekolah kurang aktif mengikuti kegiatan sekolah. Sebenarnya klien adalah orang yang ramah dan baik hati, ini dapat dilihat pada waktu peneliti melakukan proses pertemuan pertama kali. Selain klien kurang aktif mengikuti kegiatan di sekolah, klien juga terlihat pasif saat pelajaran berlangsung. Klien juga menuturkan bahwa dia termasuk anak yang pendiam ketika di sekolah.

Klien menuturkan penyebab mengapa dia memiliki kepercayaan diri yang kurang ketika disekolah yaitu karena dia sering menjadi bahan ejekan atau dipermalukan oleh teman-temannya yang lain, sehingga sering kali dia tidak percaya terhadap kemampuannya sendiri untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru atau sekedar untuk mengajukan pertanyaan karena takut akan diejek terus menerus oleh teman-temannya ketika melakukan kesalahan kecil.

### 4. Diagnosis

Masalah yang dihadapi oleh klien diatas dilatar belakangi oleh factor dari dalam diri klien dan factor dari luar diri klien.

- a. Faktor internal, siswa korban bullying merasa disakiti orang lain, merasa bahwa dirinya memang pantas mendapatkan perlakuan tidak baik karena tidak bisa melakukan apa-apa dan tidak percaya bahwa dirinya memiliki kelebihan.

- b. Faktor eksternal, hubungan dengan lingkungan yang diliputi guncangan-psikologis dan tercekap dalam rasa takut menyebabkan anak tumbuh sesuai bentuk perbuatan orang-orang yang berada di dalam lingkungan ini, sebab anak tersebut akan mewarisi semua perasaan ini melalui interaksi dan adopsi langsung dari lingkungan.

#### 5. Dinamika psikis klien

Dalam kasus ini, klien kurang dapat mengendalikan pikirannya sehingga selalu timbul pemikiran-pemikiran negatif klien. Dinamika psikis klien berperan untuk mengetahui masalah yang sedang klien hadapi.

##### a. Dinamika psikis klien yang positif

Sebenarnya dalam diri klien sendiri sudah ada keinginan untuk mengatasi masalah kepercayaan diri akibat tindakan bullying yang dia terima. Namun, klien merasa tidak yakin bahwa dirinya bisa menyelesaikan permasalahannya dan merasa tertekan dalam rasa takut akibat perlakuan teman-temannya.

##### b. Dinamika psikis klien yang negatif

Dinamika negatif yang muncul dalam diri klien yaitu klien tidak mengetahui bagaimana cara yang bisa dia lakukan untuk mengatasi masalahnya. Sehingga selama ini juga tidak ada usaha yang dia lakukan untuk menyelesaikan masalahnya tersebut. Klien menyadari bahwa selama ini klien merasa disakiti orang lain dan juga tidak klien merasa tidak yakin bahwa dirinya bisa menyelesaikan permasalahannya dan merasa tertekan dalam rasa takut akibat perlakuan teman-temannya.. dari sinilah klien mempunyai masalah dengan kepercayaan dirinya sehingga dia selalu menyalahkan dirinya atas perlakuan tidak baik teman-temannya kepada dirinya.

#### 6. Alternatif pemecahan masalah

Terkait dengan masalah yang dialami oleh klien yakni masalah kepercayaan diri siswa korban bullying apabila dibiarkan secara terus menerus akan mengakibatkan klien semakin kesulitan berkomunikasi dan bersosialisasi yang akan berpengaruh pada lingkungan pergaulannya serta akan

mempengaruhi proses belajarnya di sekolah. Untuk itu, diperlukan upaya-upaya untuk membantu mengatasi masalah klien, salah satunya menggunakan konseling individu dengan pendekatan rational emotif behavior therapy dengan menggunakan teknik home work assignment.

#### 7. Putusan pemecahan masalah dan implementasinya

Putusan pemecahan masalah dengan alternatif bantuan yang diberikan kepada klien kepada klien oeh praktikan yaitu konseling individu pendekatan rational emotif behavior therapy dengan menggunakan teknik home work assignment. Tujuannya adalah klien mampu mengalahkan pemikiran irasionalnya sehingga dia memiliki kepercayaan diri dengan kemampuan yang dimiliki sehingga mereka mampu mengaktualisasikan diri sesuai dengan tugas perkembangan mereka.

##### a. Tahapan pertama

##### 1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah

Pada pertemuan pertama sebelum melakukan proses konseling, dimulai dengan pembinaan hubungan baik anatar praktikan dengan klien. Praktikan menerima klien apa adanya dan memberi kehangatan kepada klien. Praktikan membicarakan maksud dan tujuannya yaitu ingin membantu klien memecahkan masalahnya. Praktikan mulai menanyakan tentang identitas klien kemudian bersama-sama dengan klien mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien.

##### 2) Penentuan tujuan konseling

Setelah mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien, praktikan bersama klien menetapkan tujuan yang akan dicapai yaitu meningkatkan kepercayaan diri klien.

##### 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT

Dalam proses konseling ini praktikan menjelaskan pola A-B-C, yaitu Activity event merupakan kejadian yang menyebabkan terjadinya permasalahan, Believe merupakan keyakinan yang dimiliki oleh klien, Consequence merupakan konsekuensi dari dari keyakinan yang dia miliki. Activity event dalam permasalahan ini adalah perilaku bullying

dari teman-temannya berupa ejekan secara terus menerus, sedangkan believe yang diyakini oleh klien adalah bahwa klien tidak mempunyai kemampuan apa-apa sehingga selalu diejek oleh teman. Believe irrasional yang dianut klien adalah bahwa lari dari kesulitan dari pada menghadapinya. Conequnce atau konsekuensinya dia lebih baik menghindar dan menuup diri.

#### 4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien

Praktikan menunjukkan keyakinan-keyakinan yang selama ini dianutnya merupakan keyakinan yang tidak benar.

#### b. Tahapan kedua

Pada pertemuan konseling yang kedua ini, praktikan melakukan beberapa hal, diantaranya:

1. Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien
2. Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional
3. Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis
4. Memberikan home work assignment berupa membaca biografi Chairil Tanjung serta dipahami dan peremuan selanjutnya didiskusikan bersama praktikan

#### c. Tahapan ketiga

Pada pertemuan ketiga, klien bersama praktikan mendiskusikan tentang home work assignment yang telah dilaksanakan oleh klien. Kemudian klien dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pemikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga klien tidak terjebak pada masalah yang disebabkan pemikiran irasional.

#### 8. Evaluasi proses dan hasil sementara

Dalam melakukan treatment klien terlebih dahulu menjalin hubungan baik dengan klien agar klien dalam melakukan konseling dapat terbuka dan mau menceritakan masalahnya dengan lancer dan penuh keakraban. Praktikan merasa diberikan kemudahan dan dapat memberikan teknik bantuan atau

perlakuan terhadap klien, mulai dari pengumpulan data sampai pemberian treatment.

Setelah diberikan treatment tampak adanya perubahan pada diri klien secara bertahap yaitu klien sudah mulai berani untuk berkomunikasi dengan orang lain, mau bertanya kepada guru ketika pelajaran berlangsung. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

Walau penanganan konseling sudah selesai, namun praktikan tetap memberikan motivasi kepada klien pada pertemuan keempat agar tetap semangat dalam menjalani hidup, selain itu pertemuan keempat juga dilakukan untuk mengetahui perkembangan klien setelah konseling.

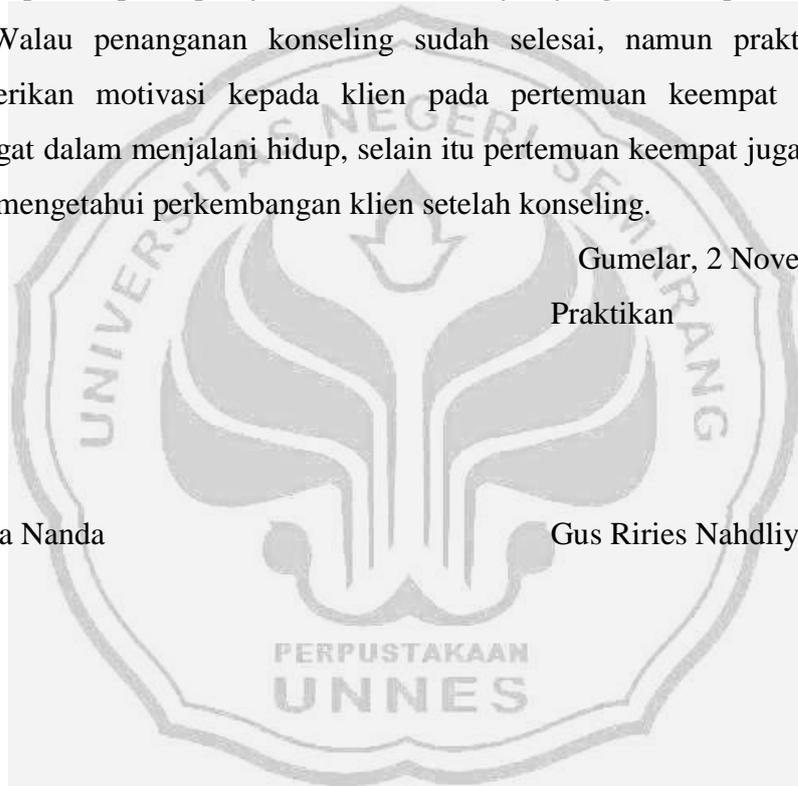
Gumelar, 2 November 2013

Konseli,

Praktikan

Dive Putra Nanda

Gus Riries Nahdliyatul A.



## REKAMAN KONSELING

### 1. Identitas Klien

Nama : Anton Sulistiawan  
Kelas : VIII A

### 2. Pertemuan

Hari/Tanggal : (Senin/ 7, 14, 21, 28 Oktober 2013)

### 3. Data klien yang telah diketahui

Klien adalah siswa kelas VIII A SMP Diponegoro 7 Gumelar, klien merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Klien tinggal bersama kedua orang tuanya. Klien disekolah kurang aktif mengikuti kegiatan sekolah. Sebenarnya klien adalah orang yang ramah dan baik hati, ini dapat dilihat pada waktu peneliti melakukan proses pertemuan pertama kali. Selain klien kurang aktif mengikuti kegiatan di sekolah, klien juga terlihat pasif saat pelajaran berlangsung. Klien juga menuturkan bahwa dia termasuk anak yang pendiam ketika di sekolah.

Klien menuturkan penyebab mengapa dia memiliki kepercayaan diri yang kurang ketika disekolah yaitu karena dia sering menjadi bahan ejekan atau dipermalukan oleh teman-temannya yang lain, sehingga sering kali dia tidak percaya terhadap kemampuannya sendiri untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru atau sekedar untuk mengajukan pertanyaan karena takut akan diejek terus menerus oleh teman-temannya ketika melakukan kesalahan kecil.

### 4. Diagnosis

Masalah yang dihadapi oleh klien diatas dilatar belakangi oleh factor dari dalam diri klien dan factor dari luar diri klien.

- a. Faktor internal, siswa korban bullying merasa disakiti orang lain, merasa bahwa dirinya memang pantas mendapatkan perlakuan tidak baik karena tidak bisa melakukan apa-apa dan tidak percaya bahwa dirinya memiliki kelebihan.
- b. Faktor eksternal, hubungan dengan lingkungan yang diliputi guncangan-psikologis dan tercekap dalam rasa takut menyebabkan anak tumbuh sesuai

bentuk perbuatan orang-orang yang berada di dalam lingkungan ini, sebab anak tersebut akan mewarisi semua perasaan ini melalui interaksi dan adopsi langsung dari lingkungan.

#### 5. Dinamika psikis klien

Dalam kasus ini, klien kurang dapat mengendalikan pikirannya sehingga selalu timbul pemikiran-pemikiran negatif klien. Dinamika psikis klien berperan untuk mengetahui masalah yang sedang klien hadapi.

##### a. Dinamika psikis klien yang positif

Sebenarnya dalam diri klien sendiri sudah ada keinginan untuk mengatasi masalah kepercayaan diri akibat tindakan bullying yang dia terima. Namun, klien merasa tidak yakin bahwa dirinya bisa menyelesaikan permasalahannya dan merasa tertekan dalam rasa takut akibat perlakuan teman-temannya.

##### b. Dinamika psikis klien yang negatif

Dinamika negatif yang muncul dalam diri klien yaitu klien tidak mengetahui bagaimana cara yang bisa dia lakukan untuk mengatasi masalahnya. Sehingga selama ini juga tidak ada usaha yang dia lakukan untuk menyelesaikan masalahnya tersebut. Klien menyadari bahwa selama ini klien merasa disakiti orang lain dan juga tidak klien merasa tidak yakin bahwa dirinya bisa menyelesaikan permasalahannya dan merasa tertekan dalam rasa takut akibat perlakuan teman-temannya.. dari sinilah klien mempunyai masalah dengan kepercayaan dirinya sehingga dia selalu menyalahkan dirinya atas perlakuan tidak baik teman-temannya kepada dirinya.

#### 6. Alternatif pemecahan masalah

Terkait dengan masalah yang dialami oleh klien yakni masalah kepercayaan diri siswa korban bullying apabila dibiarkan secara terus menerus akan mengakibatkan klien semakin kesulitan berkomunikasi dan bersosialisasi yang akan berpengaruh pada lingkungan pergaulannya serta akan mempengaruhi proses belajarnya di sekolah. Untuk itu, diperlukan upaya-upaya untuk membantu mengatasi masalah klien, salah satunya menggunakan

konseling individu dengan pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*.

#### 7. Putusan pemecahan masalah dan implementasinya

Putusan pemecahan masalah dengan alternatif bantuan yang diberikan kepada klien kepada klien oeh praktikan yaitu konseling individu pendekatan *rational emotif behavior therapy* dengan menggunakan teknik *home work assignment*. Tujuannya adalah klien mampu mengalahkan pemikiran irasionalnya sehingga dia memiliki kepercayaan diri dengan kemampuan yang dimiliki sehingga mereka mampu mengaktualisasikan diri sesuai dengan tugas perkembangan mereka.

##### a. Tahapan pertama

##### 1) Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah

Pada pertemuan pertama sebelum melakukan proses konseling, dimulai dengan pembinaan hubungan baik anatar praktikan dengan klien. Praktikan menerima klien apa adanya dan memberi kehangatan kepada klien. Praktikan membicarakan maksud dan tujuannya yaitu ingin membantu klien memecahkan masalahnya. Praktikan mulai menanyakan tentang identitas klien kemudian bersama-sama dengan klien mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien.

##### 2) Penentuan tujuan konseling

Setelah mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien, praktikan bersama klien menetapkan tujuan yang akan dicapai yaitu meningkatkan kepercayaan diri klien.

##### 3) Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT

Dalam proses konseling ini praktikan menjelaskan pola A-B-C, yaitu *Activity event* merupakan kejadian yang menyebabkan terjadinya permasalahan, *Believe* merupakan keyakinan yang dimiliki oleh klien, *Consequence* merupakan konsekuensi dari dari keyakinan yang dia miliki. *Activity event* dalam permasalahan ini adalah perilaku bullying dari teman-temannya berupa ejekan secara terus menerus, sedangkan *believe* yang diyakini oleh klien adalah bahwa klien tidak mempunyai kemampuan apa-

apa sehingga selalu diejek oleh teman. Believe irrasional yang dianut klien adalah bahwa lari dari kesulitan dari pada menghadapinya. Conequence atau konsekuensinya dia lebih baik menghindar dan menuup diri.

4) Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien

Praktikan menunjukkan keyakinan-keyakinan yang selama ini dianutnya merupakan keyakinan yang tidak benar.

b. Tahapan kedua

Pada pertemuan konseling yang kedua ini, praktikan melakukan beberapa hal, diantaranya:

1. Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien
2. Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional
3. Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis
4. Memberikan home work assignment berupa membaca biografi Sudi Artawan serta dipahami dan peremuan selanjutnya didiskusikan bersama praktikan

c. Tahapan ketiga

Pada pertemuan ketiga, klien bersama praktikan mendiskusikan tentang home work assignment yang telah dilaksanakan oleh klien. Kemudian klien dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pemikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga klien tidak terjebak pada masalah yang disebabkan pemikiran irasional.

8. Evaluasi proses dan hasil sementara

Dalam melakukan treatment klien terlebih dahulu menjalin hubungan baik dengan klien agar klien dalam melakukan konseling dapat terbuka dan mau menceritakan masalahnya dengan lancer dan penuh keakraban. Praktikan merasa diberikan kemudahan dan dapat memberikan teknik bantuan atau perlakuan terhadap klien, mulai dari pengumpulan data sampai pemberian treatment.

Setelah diberikan treatment tampak adanya perubahan pada diri klien secara bertahap yaitu klien sudah mulai berani untuk berkomunikasi dengan

orang lain, mau bertanya kepada guru ketika pelajaran berlangsung. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

Walau penanganan konseling sudah selesai, namun praktikan tetap memberikan motivasi kepada klien pada pertemuan keempat agar tetap semangat dalam menjalani hidup, selain itu pertemuan keempat juga dilakukan untuk mengetahui perkembangan klien setelah konseling.

Gumelar, 29 Oktober 2013

Konseli,

Praktikan

Anton Sulistiawan

Gus Riries Nahdliyatul A.



## REKAMAN KONSELING

### 1. Identitas Klien

Nama : Riko Prayuda

Kelas : VIII A

### 2. Pertemuan

Hari/Tanggal : (Rabu/ 9 Oktober 2013), (Sabtu/ 19, 26 oktober, 2 November 2013 )

### 3. Data klien yang telah diketahui

Klien adalah siswa kelas VIII A SMP Diponegoro 7 Gumelar, klien merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Klien tinggal bersama kedua orang tuanya. Klien disekolah kurang aktif mengikuti kegiatan sekolah. Sebenarnya klien adalah orang yang ramah dan baik hati, ini dapat dilihat pada waktu peneliti melakukan proses pertemuan pertama kali. Selain klien kurang aktif mengikuti kegiatan di sekolah, klien juga terlihat pasif saat pelajaran berlangsung. Klien juga menuturkan bahwa dia termasuk anak yang pendiam ketika di sekolah.

Klien menuturkan penyebab mengapa dia memiliki kepercayaan diri yang kurang ketika disekolah yaitu karena dia sering menjadi bahan ejekan atau dipermalukan oleh teman-temannya yang lain, sehingga sering kali dia tidak percaya terhadap kemampuannya sendiri untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru atau sekedar untuk mengajukan pertanyaan karena takut akan diejek terus menerus oleh teman-temannya ketika melakukan kesalahan kecil.

### 4. Diagnosis

Masalah yang dihadapi oleh klien diatas dilatar belakang oleh factor dari dalam diri klien dan factor dari luar diri klien.

- a. Faktor internal, siswa korban bullying merasa disakiti orang lain, merasa bahwa dirinya memang pantas mendapatkan perlakuan tidak baik karena tidak bisa melakukan apa-apa dan tidak percaya bahwa dirinya memiliki kelebihan.

- b. Faktor eksternal, hubungan dengan lingkungan yang diliputi guncangan-psikologis dan tercekap dalam rasa takut menyebabkan anak tumbuh sesuai bentuk perbuatan orang-orang yang berada di dalam lingkungan ini, sebab anak tersebut akan mewarisi semua perasaan ini melalui interaksi dan adopsi langsung dari lingkungan.

#### 5. Dinamika psikis klien

Dalam kasus ini, klien kurang dapat mengendalikan pikirannya sehingga selalu timbul pemikiran-pemikiran negatif klien. Dinamika psikis klien berperan untuk mengetahui masalah yang sedang klien hadapi.

##### a. Dinamika psikis klien yang positif

Sebenarnya dalam diri klien sendiri sudah ada keinginan untuk mengatasi masalah kepercayaan diri akibat tindakan bullying yang dia terima. Namun, klien merasa tidak yakin bahwa dirinya bisa menyelesaikan permasalahannya dan merasa tertekan dalam rasa takut akibat perlakuan teman-temannya.

##### b. Dinamika psikis klien yang negatif

Dinamika negatif yang muncul dalam diri klien yaitu klien tidak mengetahui bagaimana cara yang bisa dia lakukan untuk mengatasi masalahnya. Sehingga selama ini juga tidak ada usaha yang dia lakukan untuk menyelesaikan masalahnya tersebut. Klien menyadari bahwa selama ini klien merasa disakiti orang lain dan juga tidak klien merasa tidak yakin bahwa dirinya bisa menyelesaikan permasalahannya dan merasa tertekan dalam rasa takut akibat perlakuan teman-temannya.. dari sinilah klien mempunyai masalah dengan kepercayaan dirinya sehingga dia selalu menyalahkan dirinya atas perlakuan tidak baik teman-temannya kepada dirinya.

#### 6. Alternatif pemecahan masalah

Terkait dengan masalah yang dialami oleh klien yakni masalah kepercayaan diri siswa korban bullying apabila dibiarkan secara terus menerus akan mengakibatkan klien semakin kesulitan berkomunikasi dan bersosialisasi yang akan berpengaruh pada lingkungan pergaulannya serta akan

mempengaruhi proses belajarnya di sekolah. Untuk itu, diperlukan upaya-upaya untuk membantu mengatasi masalah klien, salah satunya menggunakan konseling individu dengan pendekatan rational emotif behavior therapy dengan menggunakan teknik home work assignment.

#### 7. Putusan pemecahan masalah dan implementasinya

Putusan pemecahan masalah dengan alternatif bantuan yang diberikan kepada klien kepada klien oeh praktikan yaitu konseling individu pendekatan rational emotif behavior therapy dengan menggunakan teknik home work assignment. Tujuannya adalah klien mampu mengalahkan pemikiran irasionalnya sehingga dia memiliki kepercayaan diri dengan kemampuan yang dimiliki sehingga mereka mampu mengaktualisasikan diri sesuai dengan tugas perkembangan mereka.

##### a. Tahapan pertama

##### 1. Pembinaan hubungan baik dan identifikasi masalah

Pada pertemuan pertama sebelum melakukan proses konseling, dimulai dengan pembinaan hubungan baik anatar praktikan dengan klien. Praktikan menerima klien apa adanya dan memberi kehangatan kepada klien. Praktikan membicarakan maksud dan tujuannya yaitu ingin membantu klien memecahkan masalahnya. Praktikan mulai menanyakan tentang identitas klien kemudian bersama-sama dengan klien mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien.

##### 2. Penentuan tujuan konseling

Setelah mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien, praktikan bersama klien menetapkan tujuan yang akan dicapai yaitu meningkatkan kepercayaan diri klien.

##### 3. Penjelasan tentang pola A-B-C dalam konseling REBT

Dalam proses konseling ini praktikan menjelaskan pola A-B-C, yaitu Activity event merupakan kejadian yang menyebabkan terjadinya permasalahan, Believe merupakan keyakinan yang dimiliki oleh klien, Consequence merupakan konsekuensi dari dari keyakinan yang dia miliki. Activity event dalam permasalahan ini adalah perilaku bullying dari

teman-temannya berupa ejekan secara terus menerus, sedangkan believe yang diyakini oleh klien adalah bahwa klien tidak mempunyai kemampuan apa-apa sehingga selalu diejek oleh teman. Believe irrasional yang dianut klien adalah bahwa lari dari kesulitan dari pada menghadapinya. Conequnce atau konsekuensinya dia lebih baik menghindar dan menuup diri.

4. Menunjukkan keyakinan irrasional yang dimiliki klien
5. Praktikan menunjukkan keyakinan-keyakinan yang selama ini dianutnya merupakan keyakinan yang tidak benar.

b. Tahapan kedua

Pada pertemuan konseling yang kedua ini, praktikan melakukan beberapa hal, diantaranya:

1. Mempertentangkan keyakinan irasional yang dianut klien
2. Menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapi dikarenakan klien memelihara keyakinan irasional
3. Membelajarkan klien untuk berfikir irasional dan logis
4. Memberikan home work assignment berupa membaca Sudi Artawan serta dipahami dan peremuan selanjutnya didiskusikan bersama praktikan

c. Tahapan ketiga

Pada pertemuan ketiga, klien bersama praktikan mendiskusikan tentang home work assignment yang telah dilaksanakan oleh klien. Kemudian klien dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pemikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga klien tidak terjebak pada masalah yang disebabkan pemikiran irasional.

8. Evaluasi proses dan hasil sementara

Dalam melakukan treatment klien terlebih dahulu menjalin hubungan baik dengan klien agar klien dalam melakukan konseling dapat terbuka dan mau menceritakan masalahnya dengan lancer dan penuh keakraban. Praktikan merasa diberikan kemudahan dan dapat memberikan teknik bantuan atau

perlakuan terhadap klien, mulai dari pengumpulan data sampai pemberian treatment.

Setelah diberikan treatment tampak adanya perubahan pada diri klien secara bertahap yaitu klien sudah mulai berani untuk berkomunikasi dengan orang lain, mau bertanya kepada guru ketika pelajaran berlangsung. Klien juga sudah bisa mengurangi rasa gugup dan gemetar saat berbicara, meski kadang masih terlihat gugup dan gemetar. Klien juga sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya, meski tidak banyak yang dia sampaikan.

Walau penanganan konseling sudah selesai, namun praktikan tetap memberikan motivasi kepada klien pada pertemuan keempat agar tetap semangat dalam menjalani hidup, selain itu pertemuan keempat juga dilakukan untuk mengetahui perkembangan klien setelah konseling.

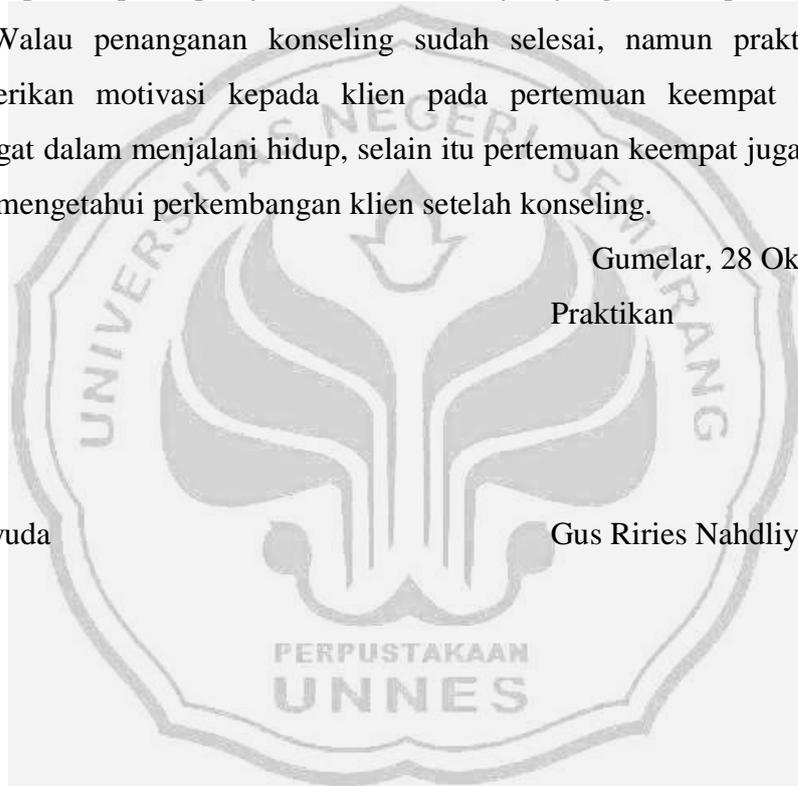
Gumelar, 28 Oktober 2013

Konseli,

Praktikan

Riko Prayuda

Gus Riries Nahdliyatul A.



## LAMPIRAN 13

### **Kisah Teladan : Kisah Sukses Chairul Tanjung si Anak Singkong**

**Chairul Tanjung** Pria kelahiran Jakarta, 16 Juni 1962 Pengusaha sukses asal Indonesia ini dikenal luas sebagai pendiri sekaligus pemimpin, CT Corp (sebelum 1 Desember 2011 bernama Para Group)

#### **Karier dan kehidupan**

*Chairul* lahir di Jakarta dalam keluarga yang cukup berada. Ayahnya A.G. Tanjung adalah wartawan zaman orde lama di sebuah surat kabar kecil. Chairul berada dalam keluarga bersama enam saudara lainnya. Ketika tiba di zaman Orde Baru, usaha ayahnya dipaksa tutup karena tulisannya dianggap berbahaya dan berseberangan secara politik dengan penguasa saat itu. Keadaan tersebut memaksa orangtuanya menjual rumah dan berpindah tinggal di kamar losmen yang sempit.

*Kedua* orangtua sangat tegas dalam mendidik anak-anaknya, termasuk CT. Orangtuanya mempunyai prinsip, “Agar bisa keluar dari jerat kemiskinan, pendidikan merupakan langkah yang harus ditempuh dengan segala daya dan upaya.” Apa pun akan mereka upayakan agar anak-anak mereka dapat melanjutkan pendidikan tinggi sebagai bekal utama kehidupan masa depan. Sang ibunda, Halimah, mengatakan bahwa uang kuliah CT pertama yang diberikan kepadanya, diperoleh ibunda dari menggadaikan kain halus miliknya.

Setelah lulus dari SMA Boedi Oetomo pada tahun 1981, Chairul melanjutkan pendidikannya di Universitas Indonesia (fakultas kedokteran gigi). Ketika kuliah dia dikenal sebagai murid yang sangat baik hal ini terbukti saat ia mendapat penghargaan sebagai Mahasiswa Teladan Tingkat Nasional periode 1984-1985.

*Naluri pengusaha* mulai muncul dalam dirinya saat ia menjadi Mahasiswa, untuk membiayai kuliahnya yang cukup besar dia berjualan buku kuliah stensilan dan kaos selain itu Ia juga pernah membuka usaha foto kopi **di kampus**. Chairul juga pernah mendirikan sebuah toko peralatan kedokteran dan laboratorium di daerah Senen Raya, Jakarta Pusat, tetapi usahanya ini tidak berhasil,

Setelah lulus dari Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Indonesia, Chairul bersama tiga rekannya mendirikan PT Pariarti Shindutama pada tahun 1987. Dengan modal awal Rp 150 juta dari Bank Exim, (PT Pariarti Shindutama adalah perusahaan yang kegiatannya memproduksi sepatu anak-anak untuk ekspor). Karena Kerja keras yang luar biasa perusahaan tersebut mendapat pesanan 160 ribu pasang sepatu dari Italia. Akan tetapi, karena ada masalah internal dalam perusahaan (perbedaan visi tentang ekspansi usaha), Chairulpun memilih pisah dan mendirikan *usaha sendiri*.

Beliau sangatlah piawai dalam membangun jaringan dan berorganisasi hal inilah yang membuat bisnisnya semakin berkembang. Setelah keluar dari PT Pariarti Shindutama Chairul mereposisi dirinya ke tiga bisnis inti: yaitu keuangan, properti, dan multimedia.

Kemudian ia pun mendirikan sebuah kelompok perusahaan dengan nama Para Group. Perusahaan Konglomerasi ini mempunyai Para Inti Holdindo sebagai fatherholding company, yang membawahkan beberapa sub-holding, yakni Para Global Investindo (bisnis keuangan), Para Inti Investindo(media dan investasi) dan Para Inti Propertindo (properti).

Di bawah para group, Chairul Tanjung memiliki sejumlah perusahaan di berbagai bidang diantaranya :

**Para Group mempunyai beberapa unit usaha, yaitu:**

- Mega Corpora
- Perbankan
- PT Bank Mega Tbk (Bank Mega)
- PT Bank Syariah Mega Indonesia (Bank Mega Syariah)
- Asuransi
- PT Asuransi Jiwa Mega Life
- PT Asuransi Umum Mega
- Pasar modal
- PT Mega Capital Indonesia
- Pembiayaan
- PT Para Multifinance

- PT Mega Auto Finance
- PT Mega Central Finance
- Trans Corp
- Trans Corpora Media
- PT Televisi Transformasi Indonesia (Trans TV)
- PT Duta Visual Nusantara Tivi Tujuh (Trans7)
- PT Agranet Multicitra Siberkom (DetikCom)
- PT Trans Lifestyle
- PT Anta Express Tour & Travel Service Tbk
- PT Trans Fashion
- PT Trans Mahagaya
- PT Mahagaya Perdana (Prada, Miu Miu, Tod's, Aigner, Brioni, Celio, Hugo Boss, Francesco Biasia, Jimmy Choo, Canali, Mango)
- PT Trans F&B
- PT Trans Coffee (The Coffee Bean & Tea Leaf)
- PT Trans Ice
- PT Naryadelta Prarthana (Baskin Robbins)
- PT Metropolitan Retailmart (Metro department store)
- PT Trans Airways
- PT Trans Rekan Media
- PT Trans Entertainment
- PT Trans Property
- PT Para Bandung Propertindo (Bandung Supermal)
- PT Batam Indah Investindo
- PT Karya Data Mandiri
- PT Mega Indah Propertindo
- PT Para Bali Propertindo
- PT Trans Studio
- PT Trans Kalla Makassar (Trans Studio Resort Makassar)
- Trans Studio Resort Bandung
- PT Trans Retail

- PT Carrefour Indonesia
- PT CT Global Resources
- PT Para Inti Energy
- PT Para Energy Investindo
- PT CT Agro
- PT Kaltim CT Agro
- PT Kalbar CT Agro
- PT Kalteng CT Agro
- PT Arah Tumata
- PT Wahana Kutai Kencana

Prestasi **Para Group** antara lain : di bisnis properti, Para Group memiliki Bandung Supermall. Mal seluas 3 hektar ini menghabiskan dana 99 miliar rupiah. Para Group meluncurkan Bandung Supermall sebagai Central Business District pada 1999. Sementara di bidang investasi, Pada awal 2010, Para Group melalui anak perusahaannya, Trans Corp., membeli sebagian besar saham Carefour, yakni sejumlah 40 persen. Mengenai proses pembelian Carrefour, MoU (memorandum of understanding) pembelian saham Carrefour ditandatangani pada tanggal 12 Maret 2010 di Perancis.

Majalah *ekonomi* ternama **Forbes** merilis daftar orang terkaya dunia 2010. menurut majalah tersebut, Chairul Tanjung termasuk salah satu orang terkaya dunia asal Indonesia. Forbes menyatakan bahwa Chairul Tanjung berada di urutan ke 937 dunia dengan total kekayaan US\$ 1 miliar. Tahun 2011, menurut Forbes Chairul Tanjung menduduki peringkat 11 orang terkaya di Indonesia, dengan total kekayaan US\$ 2,1 miliar .

Pada tanggal 1 Desember 2011, Chairul Tanjung meresmikan perubahan Para Grup menjadi CT Corp. CT Corp terdiri dari tiga perusahaan sub holding: Mega Corp, Trans Corp, dan CT Global Resources yang meliputi layanan finansial, media, ritel, gaya hidup, hiburan, dan sumber daya alam

### **Riwayat Pendidikan**

Berikut selengkapnya latar belakang pendidikan seorang *Chairul Tanjung*.

- ♣ SD Van Lith, Jakarta (1975)

- ♣ SMP Van Lith, Jakarta (1978)
- ♣ SMA Negeri I Boedi oetomo, Jakarta (1981)
- ♣ Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Indonesia (1987)
- ♣ Executive IPPM (MBA; 1993)

### **Pemikiran**

Chairul menyatakan bahwa dalam membangun bisnis, mengembangkan jaringan (network) adalah penting. Memiliki rekanan (partner) dengan baik diperlukan. Membangun relasi pun bukan hanya kepada perusahaan yang sudah ternama, tetapi juga pada yang belum terkenal sekalipun. Bagi Chairul, pertemanan yang baik akan membantu proses berkembang bisnis yang dikerjakan. Ketika bisnis pada kondisi tidak bagus (baca: sepi pelanggan) maka jejaring bisa diandalkan. Bagi Chairul, bahkan berteman dengan petugas pengantar surat pun adalah penting.

Dalam hal investasi, **Chairul** memiliki idealisme bahwa perusahaan lokal pun bisa menjadi perusahaan yang bisa bersinergi dengan perusahaan-perusahaan multinasional. Ia tidak menutup diri untuk bekerja sama dengan perusahaan multinasional dari luar negeri. Baginya, ini bukan upaya menjual negara. Akan tetapi, ini merupakan upaya perusahaan nasional Indonesia bisa berdiri sendiri, dan jadi tuan rumah di negeri sendiri.

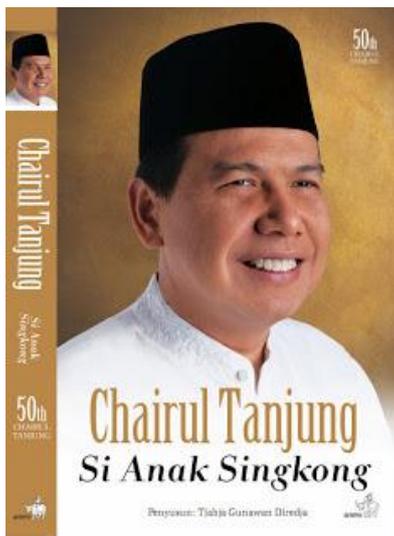
Menurut Chairul, modal memang penting dalam membangun dan mengembangkan bisnis. Baginya, kemauan dan kerja keras harus dimiliki seseorang yang ingin sukses berbisnis. Namun mendapatkan mitra kerja yang handal adalah segalanya. Baginya, membangun kepercayaan sama halnya dengan membangun integritas. Di sinilah pentingnya berjejaring (networking) dalam menjalankan bisnis.

Dalam bisnis, Chairul menyatakan bahwa generasi muda bisnis sudah seharusnya sabar, dan mau menapaki tangga usaha satu persatu. Menurutnya, membangun sebuah bisnis tidak seperti membalikkan telapak tangan. Dibutuhkan sebuah kesabaran, dan tak pernah menyerah. Jangan sampai banyak yang mengambil jalan seketika (instant), karena dalam dunia usaha kesabaran adalah salah satu kunci utama dalam mencuri hati pasar. Membangun integritas adalah

penting bagi Chairul. Adalah manusiawi ketika berusaha, seseorang ingin segera mendapatkan hasilnya. Tidak semua hasil bisa diterima secara langsung.

### **Buku**

Kisah hidup Chairul Tanjung telah ditulis dalam sebuah buku yang berjudul “Si Anak Singkong” buku ini mengisahkan tentang perjalanan hidup Chairul Tanjung dari kecil hingga sukses seperti saat ini, Buku setebal 360 halaman yang diterbitkan Penerbit Buku Kompas (PBK) ini disusun oleh wartawan Kompas Tjahja Gunawan Adiredja. Buku ini diberi kata pengantar oleh Jakob Oetama, Pendiri dan Pemimpin Umum Harian Kompas,



Biografi Chairul Tanjung diawali dengan kisah bagaimana di tengah keterbatasan kondisi ekonomi keluarga, ia mampu melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Kedua orangtua sangat tegas dalam mendidik anak-anaknya, Orangnya mempunyai prinsip, “Agar bisa keluar dari jerat kemiskinan, pendidikan merupakan langkah yang harus ditempuh dengan segala daya dan upaya.” Apa pun akan mereka upayakan agar anak-anak mereka dapat melanjutkan pendidikan tinggi sebagai bekal utama kehidupan masa depan

Buku ini juga mengisahkan kehidupan rumah tangga dan keluarga CT, ketika CT bertemu dengan perempuan Jawa, Anita Ratnasari, yang tegas dan tegar.

Dalam buku ini, CT mengungkapkan bahwa, “bagi saya, ibu adalah segalanya.” CT percaya bahwa surga ada di telapak kaki ibu. “Bila kita benar-benar berbakti

kepada ibu sepenuh hati dan ikhlas, maka surga akan kita gapai di dunia. Itu yang saya alami sendiri,” demikian CT berpendapat.

CT juga menyampaikan pandangan-pandangannya tentang persoalan ekonomi dan menceritakan aktivitasnya sebagai pengusaha.

Buku karya penulis buku ini diberi judul *si anak singkong* karena saat masih anak-anak chairul sering diejek teman-temannya dengan sebutan **anak singkong** yang artinya *anak kampungan*, tapi kini kenyataannya si anak singkong telah berubah menjadi seorang pengusaha yang luar biasa, jadi apakah arti sebuah nama.....

Sumber : Berbagai sumber

<http://artikelpengusahamuslim.blogspot.com/2013/05/kisah-teladan-kisah-sukses-chairul.html>



## **Biografi Dahlan Iskan – Orang Miskin Yang Jadi Raja Media dan Menteri BUMN**

Dahlan Iskan adalah salah satu putera terbaik Indonesia. Beliau dikenal masyarakat karena keberhasilannya dalam memimpin surat kabar Jawa Pos yang awalnya hanya koran daerah yang hampir gulung tikar menjadi koran nasional dengan penjualan yang sangat fantastis. Saat ini Dahlan Iskan menjabat menjadi menteri BUMN menggantikan Mustafa Abubakar.

Dahlan Iskan dilahirkan di Magetan Jawa Timur, tepatnya di desa Kebun Dalam Tegalarum, Kecamatan Bando, Magetan, Jawa Timur pada tahun 1951. Dahlan Iskan tidak pernah tahu tepatnya tanggal dan bulan ia dilahirkan, sampai saat ini tanggal yang ia gunakan sebagai tanggal lahir adalah karangannya sendiri. Ia menggunakan tanggal 17 Agustus 1951 sebagai hari kelahirannya karena tanggal itu tepat hari kemerdekaan Indonesia sehingga mudah diingat. Selain itu mungkin ia juga ingin tersemangati dengan tanggal itu seperti semangat para pejuang tahun 45.

### **Masa Kecil Dahlan Iskan**

Dahlan Iskan adalah anak dari pasangan Mohammad Iskan dan Lisnah. Dahlan adalah anak ketiga dari empat bersaudara. Kakak pertamanya bernama Khosyatun, kakak keduanya bernama Sofwati sedangkan adik bungsunys bernama Zainuddin.

Orang tua Dahlan Iskan bukanlah orang kaya, bahkan sangat miskin sekali. Dahlan dan saudara-saudaranya terbiasa hidup dalam kesederhanaan. Kehidupan telah menempa Dahlan kecil menjadi pribadi yang tangguh. Sering ia dan saudaranya merasa perih di perut karena menahan rasa lapar, ia belitkan sarung di perutnya. Kemiskinan bukan berarti harus meminta-minta untuk dikasihani melainkan harus dihadapi dengan bekerja dan berusaha. Ayah Dahlan pernah berkata “ Kemiskinan yang dijalani dengan tepat akan mematangkan jiwa”. Begitulah prinsip keluarga Dahlan.

Pada saat kecil Dahlan Iskan hanya memiliki baju satu stel yaitu kaos dan celana serta satu sarung. Sarung adalah baju serba guna bagi dahlan, saat

beribadah ia gunakan sarung, saat baju dan celana nya dicuci , ia gunakan sarung sampai pakaiannya kering, saat tidur di malam hari ia gunakan sarung untuk selimut. Ketika sekolah ia tidak mempunyai sepatu. Saat itu jarak antara rumah dan sekolahnya puluhan kilometer, sehingga ia dan saudaranya menempuhnya dengan berjalan kaki dengan merasakan lecet di telapak kaki karena tak bersepatu. Sehingga ia menyimpan keinginan besar (menurutnya saat itu) yaitu bisa memiliki sepeda dan sepatu (cerita ini bisa anda baca di buku “Sepatu Dahlan”).

### **Kenangan Tentang Ayah dan Ibunya**

Tentang ayah dan ibu Dahlan, yang ia ingat tentang orang tuanya adalah bahwa ayah dan ibunya adalah sosok yang bersahaja. Ayah dan ibunya adalah pasangan yang harmonis, walaupun hidup serba kekurangan, ayah dan ibunya hampir tidak pernah bertengkar. Ada cerita menarik tentang orang tua Dahlan. Di dekat rumah Dahlan ada kebun pisang milik keluarganya, saat itu daun pisang sedang lebat-lebatnya. Ibu Dahlan sangat senang melihat daun pisang yang rimbun. Tanpa sepengetahuan istrinya, ayah Dahlan memotong daun pisang itu dan menjualnya ke pasar karena butuh uang, kontan saja saat ibunya mengetahui, ia sangat marah dan terjadilah adu mulut antar keduanya. Itulah satu-satunya pertengkaran yang pernah terjadi diantara orang tua Dahlan.

Suatu saat ibu Dahlan terserang penyakit yang membuat perutnya membesar. Karena orang desa dan tak punya biaya, mereka tak tahu itu penyakit apa. Akhirnya ibu Dahlan meninggal dunia. Ketika dewasa Dahlan baru tahu bahwa penyakit ibunya itu adalah sejenis kista yang dengan operasi sederhana bisa sembuh. Jika Dahlan mengingat itu, kecewa hatinya. Saat itulah Dahlan bertekad menjadi orang pandai, kaya dan sukses. Agar tidak terjadi lagi hal seperti itu di kehidupannya.

### **Kenakalan Dahlan Kecil**

Sepulang sekolah, Dahlan tak lantas bermain-main. Ia harus bekerja membantu orang tuanya seperti menyabit rumput, menjadi kuli seset di kebun tebu, menggembala kambing dan lainnya. Namun hal ini tak lantas membuat

Dahlan kecil kehilangan keceriaannya. Ia tetaplah menjadi anak kecil yang periang dan sesekali nakal.

Pernah suatu hari, karena sangat ingin memiliki sepatu, Dahlan membongkar lemari ayahnya guna mencari siapa tahu ayahnya menyimpan sejumlah uang disana. Ia juga pernah mendapatkan nilai merah di raport-nya. Ketika ia telah berhasil memiliki sepatu, ia tetap ‘nyeker’ berjalan ke sekolah dan sepatunya ia ‘tenteng’ agar tetap awet dan tidak rusak.

Kisah kenakalan Dahlan kecil yang lain adalah sewaktu pulang sekolah, ia dan adiknya yang bernama Zainuddin bekerja menggembalakan kambing, “Waktu itu masih SD. Setelah pulang sekolah, kami biasa menggembala domba di pinggir sungai desa,” kata Zainuddin. Sambil menggembala domba, ia dan teman-temannya bermain wayang dari ranting ketela pohon. “Karena keasyikan, enggak tahu ternyata domba-dombanya sudah lewat dan kembali ke kandang di rumah.” Mereka berdua sangat ketakutan sekali jika dimarahin bapaknya, namun mereka akhirnya lega karena jumlah domba yang kembali lengkap 30 ekor. Pengalaman kenakalan Dahlan waktu kecil yang lain adalah saat adu menunggang kerbau dan Dahlan terjatuh dari kerbaunya yang mengakibatkan mulutnya terluka.

### **Karir Dahlan Iskan**

Sebelum saya mengulas tentang karir Dahlan Iskan, saya akan sedikit mengulas tentang riwayat pendidikan Dahlan Iskan. Dahlan Iskan mulai bersekolah di madrasah yang juga disebut sekolah rakyat (sekarang bernama sekolah dasar). Setelah tamat ia melanjutkan ke sekolah lanjutan tingkat pertama, kemudian ke sekolah aliyah setingkat SLTA.

Setamat SLTA, Dahlan Iskan melanjutkan sekolahnya di fakultas hukum IAIN Sunan Ampel dan di Universitas 17 Agustus. Semasa kuliah ia lebih senang mengikuti kegiatan kemahasiswaan seperti Pelajar Islam Indonesia dan menulis majalah mahasiswa dan koran mahasiswa ketimbang mengikuti kuliah. Karena keasyikannya itu ia jadi tidak meneruskan kuliahnya.

Kemudian Dahlan Iskan hijrah ke Samarinda, Kalimantan Timur, disana ia numpang di rumah kakak tertuanya. Disana ia menjadi reporter sebuah surat kabar lokal. Tulisan Dahlan banyak yang meminatinya.

Pada Tahun 1976, Dahlan kembali ke Surabaya dan bekerja sebagai wartawan majalah Tempo. Saat itu terjadi musibah yang bersejarah yaitu tenggelamnya kapal Tampomas. Dahlan menulis tentang musibah tersebut dengan sepenuh hati dan meletakkannya di Headline News Tempo. Tak disangka hasilnya sangat luar biasa, dari respon pembaca banyak yang menyukai gaya Dahlan menulis. Hal inilah yang membuat pimpinan Tempo mengangkat Dahlan sebagai kepala biro Tempo Jatim.

Walau sudah bekerja dan menulis untuk Tempo, diam-diam Dahlan juga menulis untuk koran lain seperti Surabaya Post dan surat kabar mingguan seperti Ekonomi Indonesia sebagai tambahan penghasilan. Hal ini diketahui oleh pimpinan Tempo dan menegur Dahlan.

### **Dahlan Iskan dan Jawa Pos**

Jawa Pos didirikan oleh The Chung Shen pada 1 Juli 1949 dengan nama Djawa Post. Saat itu The Chung Shen hanyalah seorang pegawai bagian iklan sebuah bioskop di Surabaya. Karena setiap hari dia harus memasang iklan bioskop di surat kabar, lama-lama ia tertarik untuk membuat surat kabar sendiri. Setelah sukses dengan Jawa Pos-nya, The Chung Shen mendirikan pula koran berbahasa Mandarin dan Belanda. Bisnis The Chung Shen di bidang surat kabar tidak selamanya mulus. Pada akhir tahun 1970-an, omzet Jawa Pos mengalami kemerosotan yang tajam. Tahun 1982, oplahnya hanya tinggal 6.800 eksemplar saja.

Koran-korannya yang lain sudah lebih dulu pensiun. Ketika usianya menginjak 80 tahun, The Chung Shen akhirnya memutuskan untuk menjual Jawa Pos. Dia merasa tidak mampu lagi mengurus perusahaannya, sementara tiga orang anaknya lebih memilih tinggal di London, Inggris.

Saat itu terdengar kabar bahwa Jawa Pos dibeli oleh Direktur Utama PT Grafiti Pers, Penerbit Tempo yaitu Eric Samola. Melihat prestasinya yang

lumayan dan keinginan Dahlan untuk berbuat lebih, tahun 1982 ia dipromosikan menjadi pemimpin Koran Jawa Pos.

Awalnya koran Jawa Pos bernama Java Post kemudian diganti dengan Djawa Post dan diganti lagi menjadi Jawa Pos. Awalnya media masa Surabaya dikuasai oleh Surabaya Post dan Kompas. Saat Dahlan Iskan ditunjuk menjadi pimpinan Jawa Pos, Jawa Pos hampir bangkrut karena kalah bersaing. Perputarannya saja hanya 6.800 eksemplar. Namun Dahlan tidak berputus asa. Ia mencari akal untuk menyelamatkan Jawa Pos.

Ketika itu budaya membaca koran adalah di sore hari. Melihat ini muncullah ide cemerlang Dahlan. Ia memutuskan bahwa Jawa Pos akan diterbitkan dan dibagikan di pagi hari. Ide ini di gulirkan Dahlan agar Jawa Pos seakan-akan bisa memberikan berita lebih cepat dari koran lain.

Namun tidak semua stafnya menyetujui usul Dahlan karena bertentangan dengan kebiasaan masyarakat dalam membaca koran. Sore hari adalah saat santai, orang pulang kerja sembari santai dengan membaca koran. Sedangkan pagi hari, banyak orang diburu waktu untuk kerja. Mana mungkin ada waktu untuk membaca koran. Bagaimana nanti jika Jawa Pos tidak laku jika diterbitkan pagi hari. Begitulah argumen para stafnya yang tidak setuju dengan usul Dahlan.

Namun Dahlan tidak menyerah, justru inilah kesempatan Jawa Pos. Saat koran lain belum terbit, Jawa Pos mendahului untuk terbit dan dibagikan. Sehingga akan membentuk opini bahwa Jawa Pos lebih cepat meliput berita dan lebih cepat mengetahui berita dibandingkan koran lain. Persoalan kebiasaan membaca koran di sore hari itu pelan-pelan dapat di rubah di pagi hari. Tentunya orang akan lebih senang jika lebih cepat mengetahui apa yang terjadi di masyarakat ketimbang yang terakhir tahu.

Akhirnya Jawa Pos terbit di pagi hari. Awalnya masyarakat kaget ada koran yang terbit di pagi hari. Tetapi dengan sabar Dahlan dan timnya mengedukasi masyarakat untuk membaca koran di pagi hari. Dahlan membentuk opini bahwa lebih cepat mengetahui berita yang up to date itu lebih cerdas dan lebih keren. Untuk hal ini Dahlan Iskan bahkan terjun langsung dalam memasarkan koran Jawa Pos.

Pelan-pelan Jawa Pos membiasakan masyarakat untuk membaca koran di pagi hari. Menerbitkan koran di pagi hari, Jawa Pos hampir tidak ada saingannya karena koran lain tetap terbit sore hari. Akhirnya dalam kurun waktu lima tahun yaitu 1982-1987 Jawa Pos berhasil terbit dengan oplah 126.000 eksemplar. Omset Jawa Pos naik 20 kali lipat dari omset ditahun pertama yaitu tahun 1982. Omset Jawa Pos mencapai 10,6 miliar. Dari surat kabar yang hampir gulung tikar, Dahlan Iskan menjadikan Jawa Pos menjadi surat kabar yang spektakuler dan Jawa Pos di bawah kepemimpinan Dahlan berhasil merubah kebiasaan masyarakat dari membaca koran di sore hari menjadi pagi hari.

Melihat keberhasilan Jawa Pos, koran lain yang awalnya terbit sore juga ikut-ikutan ter bit pagi karena takut kehilangan pasar. Di tahun 1993 saat usianya mencapai 42 tahun, Dahlan mengundurkan diri menjadi pemimpin redaksi dan pemimpin umum Jawa Pos karena ia ingin memberikan kesempatan pada orang yang lebih muda untuk berkarya.

Dahlan Iskan akhirnya fokus mengembangkan jaringan media Jawa Pos, yang awalnya hanya menerbitkan koran saja, Jawa Pos kemudian juga membuat majalah dan juga surat kabar daerah lain. Jaringan ini terkenal dengan nama Jawa Pos News Network (JPNN). JPNN adalah jaringan media terbesar di Indonesia saat ini dengan memimpin 190 surat kabar, tabloid dan majalah serta memiliki 40 percetakan yang tersebar di seluruh Indonesia.

Tahun 1997 Dahlan Iskan membangun gedung pencakar langit yang terkenal di Surabaya dengan nama Graha Pena. Gedung ini menjadi pusat aktivitas JPNN. Selain di Surabaya, Dahlan Iskan juga membangun gedung serupa di Jakarta mengingat Jakarta adalah ibukota Indonesia dan untuk lebih mengukuhkan keberadaan JPNN di tanah air.

*“Jangan meletakkan semua telur di keranjang yang sama”*, begitulah pepatah bisnis. Dahlan Iskan juga mempercayai pepatah itu. Ia mendiversifikasikan usahanya ke bisnis real estate dan hotel.

Selain itu Dahlan Iskan juga memiliki perusahaan yang berkaitan dengan listrik yaitu direktur pembangkit listrik swasta PT Cahaya Fajar Kaltim di Kalimantan Timur dan PT Prima Electric Power di Surabaya. Hal inilah yang

menjadi salah satu alasan kelak mengapa Dahlan ditunjuk menjadi Direktur Utama PLN.

### **Fangbian Iskan Corporindo (FIC)**

Pada awal tahun 2009, Dahlan Iskan juga menaruh 'telur investasinya' di bidang industri komunikasi. Beliau membangun Sambungan Komunikasi Kabel Laut (SKKL) yang akan menghubungkan Surabaya - Indonesia dan Hong Kong dengan panjang serat optik mencapai 4.300 kilometer. Proyek ini di dalam naungan Fangbian Iskan Corporindo (FIC) dengan Dahlan Iskan yang menjadi Komisarisnya.

### **Dahlan Menjadi Dirut PLN**

Kesuksesan Dahlan Iskan dalam mengembangkan Jawa Pos Group sangat terkenal dimana-mana. Setiap saat media cetak dan elektronik meliputi keberhasilan raja media asal Jawa Timur ini sampai-sampai Presiden SBY pun tahu kecemerlangan Dahlan Iskan dalam memimpin JPNN. Waktu itu di Jakarta sedang musimnya mati lampu. Banyak masyarakat yang mengeluh alat elektroniknya rusak gara-gara byar-pet ini. Fahmi Mochtar yang menjadi Dirut PLN saat itu banyak menuai kritikan. Akhirnya Presiden Susilo Bambang Yudhoyono mengeluarkan keputusan untuk mengangkat Dahlan Iskan menjadi Dirut PLN menggantikan Fahmi Mochtar.

Banyak pihak yang tidak setuju dan meragukan hal itu. Bahkan tak segan pihak yang kontra mencibir dengan mengatakan “ Mana mungkin Dahlan Iskan yang hanya lulusan SLTA dan tidak lulus kuliah bisa memimpin PLN. Jangan samakan PLN dengan Jawa Pos.” Menanggapi hal itu Dahlan Iskan dengan santainya menjawab “*PLN ini tempat berkumpul orang-orang hebat, karyawan lulusan SMA jurusan terhebat, Fisika, jurusan yang dianggap paling pintar. Lalu, masuk fakultas teknik elektro ITB, yang juga terhebat. Lulus ITB, diseleksi lagi masuk PLN oleh senior-senior yang hebat. Tidak diragukan lagi, PLN adalah kumpulan orang-orang terhebat dan terpintar di negeri ini*” “ Ya. Yang dibutuhkan sekarang adalah manusia bodoh seperti saya”.

Hari pertama Dahlan bekerja di PLN, ia langsung membuat gebrakan antara lain :

1. Bebas byar-pet se Indonesia dalam waktu enam bulan
2. Gerakan sehari sejuta sambungan
3. Pencabutan capping yaitu batas tarif listrik industri, sehingga lebih adil dan dapat menumbuhkan iklim investasi di Indonesia.

Selain program diatas. Dahlan Iskan juga membangun sejumlah besar proyek untuk PLN seperti membangun PLTS di 100 pulau pada tahun 2011. Di tahun sebelum kepemimpinan Dahlan, PLN hanya berhasil membangun PLTS di 5 pulau di Indonesia bagian Timur yaitu Pulau Banda, Bunaken Manado, Derawan Kalimantan Timur, Wakatobi Sulawesi Tenggara, dan Citrawangan.

Fakta unik Dahlan Iskan saat menjadi Dirut atau CEO PLN adalah sebagai berikut :

1. Setiap tanggal 17 di setiap bulan yang biasanya diisi upacara, diganti dengan diskusi antar karyawan dan atasan.
2. Dahlan Iskan juga membuat “CEO Note” sering juga disebut *CEO Note Dahlan Iskanyaitu* catatan yang dapat menjembatani atasan dan bawahan. *CEO Note Dahlan Iskan* ini selalu diakhiri dengan kata-kata motivasi untuk lebih maju dan sukses.
3. Dahlan Iskan lebih memilih mengendarai mobil pribadinya sendiri daripada memakai mobil dinas.
4. Dahlan Iskan tidak mengambil gajinya sebagai CEO PLN dan tidak menempati rumah dinas.

Benar saja, dibawah kepemimpinan Dahlan Iskan yang full visi dan memiliki etos kerja yang tinggi, PLN memiliki banyak kemajuan. Seperti tidak byar-pet lagi dan pelayanannya lebih profesional

Sebenarnya Dahlan sangat berat meninggalkan PLN, karena banyak programnya yang belum rampung dan visi yang ia bangun untuk mereformasi PLN masih sedikit yang terwujud mengingat masa jabatannya yang masih seumur jagung 2 tahun. Namun apa dikata, ternyata kemampuannya dalam memimpin dianggap lebih tinggi dari pada hanya memimpin PLN.

### **Dahlan Menjadi Menteri BUMN**

Saat diangkat menjadi Menteri BUMN, ada satu pertanyaan yang dialamatkan ke Dahlan, kurang lebih pertanyaannya seperti ini “*BUMN adalah lembaga yang sering menjadi sasaran empuk korupsi, bagaimana menurut anda?*” Menanggapi pertanyaan seperti itu, Dahlan tersenyum sambil menjawab “*Menurut pengamatan saya, di lembaga ini ada 10% orang yang jujur dan ada 10% orang yang tidak jujur. Sedangkan yang 80% berada di tengah-tengahnya, tergantung yang memimpin. Jika yang memimpin termasuk orang yang jujur maka yang 80% tadi ikut yang jujur sehingga yang jujur menjadi 90%. Sebaliknya jika pemimpinnya tidak jujur maka yang 80% juga ikut yang tidak jujur sehingga yang tidak jujur juga menjadi 90%. Jadi kembali lagi ke pemimpinnya*” Wow excellent. Jawaban yang sangat cerdas.

Semenjak menjadi menteri BUMN, Dahlan Iskan melakukan beberapa gerakan. Salah satunya adalah membersihkan BUMN dari korupsi. Langkah awalnya adalah dengan memberi kriteria khusus dalam mengangkat CEO di perusahaan BUMN. Salah satu kriterianya adalah memiliki integritas yang tinggi. Syarat yang lain adalah memiliki antusias untuk maju.

Dahlan tidak menyebut pandai sebagai syaratnya karena semua orang sudah pasti pandai. "Satu integritas yang baik, kenapa bukan kepintaran karena saya yakin semua orang sudah pintar, yang kedua adalah harus mempunyai antusias keinginan maju, banyak orang integritas tinggi tapi tidak punya antusias. Tapi ada juga antusias tidak integritas dia kaya kuda liar," jelas Dahlan.

### **Dahlan Iskan Cangkok Hati**

Mungkin banyak yang sudah tahu jika Pak Dahlan Iskan pernah terjangkit virus Hepatitis B. Sebenarnya Dahlan Iskan tidak menyadari jika ia sedang terkena penyakit hepatitis B, tahu-tahu muntah darah. Dahlan mengakui sebelum ini ia sering hidup seenaknya, waktu kecil ia sering minum air sungai mentah yang tak tahu bagaimana tingkat higienisitasnya, kemudian ia juga suka makan di satu wadah sama-sama. Saat bekerja pun ia sering lupa waktu untuk istirahat. Apalagi saudaranya yaitu ibu, paman dan kakak kandungnya yang meninggal di

usia muda yaitu berumur 30-34 tahun juga mengalami gejala yang sama yaitu muntah darah.

Berikut kronologisnya Dahlan Iskan sampai harus menjalani cangkok hati atau transplatasi hati yang dikutip dari wawancara Dahlan di Kick Andy.

*Bermula setelah melakukan perjalanan bisnis yang begitu panjang. Mulai dari China hingga Ambon, Dahlan Iskan mengalami muntah darah ketika tiba di rumahnya, Surabaya. Setelah melakukan pengecekan kepada seorang dokter, ternyata liver atau hatinya telah sirosis. Selain itu, hati yang telah rusak juga telah dipenuhi kanker.*

*“Dokter bilang umur saya tinggal enam bulan. Paling lama dua tahun,” kata Pimpinan Jawa Pos Group ini. Dokter pun langsung menyarankan melakukan tindakan yang tak pernah terbayangkan sebelumnya, yaitu transplantasi. Tindakan ini jelas saja penuh risiko. Apalagi sebelumnya seorang tokoh, Nurcholish Madjid gagal setelah melakukan transplantasi. Cak Nur meninggal dunia ketika dirawat di sebuah rumah sakit di Singapura.*

*Akhirnya dengan penuh pertimbangan, Dahlan Iskan memilih sebuah rumah sakit di Tianjin, China untuk melakukan transplantasi. Bersama tim kecil, yaitu Nafsiah Sabri, istrinya, Robert Lai, sahabatnya dan saudara angkatnya di China menunggu donor hati. Tim kecil ini tinggal di China sampai mendapat donor hati untuk di cangkokkan ke dalam tubuh Dahlan Iskan selama enam bulan.*

*Dengan berhasilnya transplantasi hati Dahlan Iskan, ternyata tidak hanya melegakan keluarganya saja. Keluarga Nurcholish Madjid juga merasa bersyukur. Waktu itu banyak orang berpendapat, Cak Nur meninggal dunia karena dimurkai Allah makanya mukanya hitam. Ternyata yang terjadi tidaklah demikian. Orang yang menderita sirosis hati pasti mukanya hitam. Begitu juga Dahlan Iskan. Namun setelah transplantasi mukanya kembali bersinar. “ Kalau muka menjadi hitam, itu karena kotoran ikut beredar melalui aliran darah karena hati yang telah rusak,” kata Dahlan Iskan, yang mengaku berasal dari keluarga miskin.*

*Kini Dahlan Iskan mempunyai dua “Mercy”. Satu Mercy adalah salah satu mobil Mercy seri 500 seharga Rp 3 miliar. Mercy yang lain adalah lambang*

*mercy di perutnya, bekas operasi transplantasi hati yang harganya konon lebih dari harga mobil itu.*

### **Dahlan Iskan Dan Nafsiah Sabri**

*“Dibalik keberhasilan seorang pria pastilah ada peran wanita hebat yang mendukungnya sepenuh hati”*. Pepatah diatas pantaslah disematkan pada Dahlan Iskan dan Nafsiah Sabri. Nafsiah Sabri adalah wanita yang dipilih Dahlan untuk menjadi istri dan ibu bagi anak-anaknya. Nafsiah adalah wanita yang sholehah, pengertian, sabar, humoris, ceria dan mandiri. Hal itulah yang membuat Dahlan jatuh hati padanya.

Awal pertemuan mereka adalah saat sama-sama mengisi ceramah agama di sebuah radio di Semarang. Saat itu Dahlan belum menyatakan isi hatinya. Ia hanya berani menawarkan boncengan sepeda angin untuk Nafsiah saat akan berangkat siaran radio.

"Dulu saya hanya punya sepeda dan berangkat boncengan. Saya lihat sepertinya Ia bisa menjadi ibu yang hebat," ucap Dahlan mengenang saat masa pedekate dengan Nafsiah Sabri.

Pada tahun 1975, Dahlan Iskan yang ketika itu berusia 25 tahun dan Nafsiah Sabri yang berumur 22 tahun akhirnya menikah. Nafsiah Sabri adalah istri yang benar-benar mencintainya sepenuh hati, penurut dan tidak banyak menuntut. Hal ini tercermin dari Nafsiah yang mau dijadikan istrinya walaupun Dahlan belum menjadi apa-apa. Saat itu Dahlan Iskan hanyalah reporter lepas, DO dari kuliah dan tidak punya penghasilan tetap serta belum punya rumah.

"Bahkan kehidupan sehari-hari lebih banyak dibantu dari gaji istri saya yang menjadi guru SD waktu itu. Ketika lahir anak pertama mereka, Azrul Ananda kita bisa menyewa rumah yang ada kamarnya meski di gang sempit," jelasnya. Dari pernikahan Dahlan Iskan dan Nafsiah Sabri, mereka telah dikaruniai dua orang anak yaitu Azrul Ananda dan Isna Fitriana. Walau hidup mereka saat itu serba kekurangan namun Nafsiah tetap setia dan mencintai Dahlan. Mulai dari Dahlanhanya seorang reporter lepas sampai saat Dahlan menjadi menteri BUMN,

Nafsiah selalu menemaninya bahkan saat Dahlan ditransplantasi hati, Nafsiah jugalah yang mempersiapkan segala kebutuhannya.

Sebagai seorang istri, Nafsiah 100% mendukung karir suaminya. Saat Dahlan Iskan harus turun ke jalan menjual e-toll card, Nafsiah juga ikut membantu suaminya berpanas-panasan menjajakan e-toll card.

Nafsiah sangat mahir memasak. Dahlan Iskan sangat menyukai masakan istrinya bahkan ia sering membanggakan dan menawarkan masakan istrinya itu ke wartawan dan stafnya untuk ikut mencicipi. Saat Dahlan pulang dari cek up kesehatan di Singapura, Dahlan langsung pulang kerumah dan bersama stafnya menikmati masakan istri tercintanya, Nafsiah Sabri.

### **Mobil Listrik Dahlan Iskan**

Setelah lolos dari maut karena penyakit sirosis-nya, Dahlan Iskan seakan menemukan hidupnya yang baru. Beliau jadi benar-benar menghargai waktu ekstra yang diberikan Allah kepadanya. Apa yang beliau kerjakan sepenuhnya didedikasikan untuk kebaikan banyak orang. “Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat untuk manusia lainnya.” Itulah prinsip Dahlan Iskan. Saat ia menjadi Dirut PLN, ia berprestasi sebaik-baiknya. Begitu pula saat menjadi Menteri BUMN, Dahlan ingin mengabdikan dengan sebaik-baiknya. Salah satu bentuk pengabdianya pada negeri Indonesia dan bentuk pengabdianya pada masyarakat adalah dengan memfasilitasi dan mendukung produksi mobil nasional. Dahlan Iskan memang bukan orang pertama yang mendukung mobil nasional, sebelum nya ada Jokowi dengan mobil SMK dan saat era Soeharto juga ada Timor mobil.

Dahlan berpendapat bahwa Indonesia adalah negara besar dengan penduduk lebih dari 200 juta jiwa, sayang sekali jika hanya menjadi konsumen termasuk mobil. Tetapi jika Indonesia ngotot memproduksi mobil bensin maka pasti Indonesia sudah kalah pasar dengan Jepang dan Korea. Akhirnya dipilihlah mobil listrik yang belum seramai mobil bensin. Mobil listrik dipilih sebagai mobil yang akan didukung Dahlan Iskan sebagai mobil nasional karena pesaingnya belum

ketat, ramah lingkungan dan jika diproduksi secara masal (apalagi produksinya di Indonesia) akan lebih murah harganya dari mobil bensin yang harus impor.

Mobil listrik Dahlan yang pertama adalah Tuxuci. Tuxuci adalah sejenis mobil sport. Tuxuci ini dibuat oleh Danet Suryatama adalah salah satu Diaspora Indonesia (orang Indonesia yang tinggal di luar negeri tapi telah kembali alias ‘pulang kampung’) yang pernah berkarir dibidang otomotif dan sangat cemerlang dibawah bendera Chrysler dan Mitsubishi. Tim yang membuat mobil listrik ini dinamai “Putra Petir”.

Tuxuci bisa menempuh jarak 400km atau 4 jam dengan baterai terisi penuh, untuk mengisi baterai sampai penuh butuh waktu 6 jam. Tuxuci memiliki kecepatan maximum 193km/jam dan jarak jelajah 200 mil atau 321,8km untuk sekali charge. Tuxuci dibandrol dengan harga 3 miliar.

Namun sayang saat uji coba dari Solo menuju Surabaya,, Tuxuci mengalami rem blong dan menabrak tebing di Magetan. Body Tuxuci mengalami rusak parah dan untungnya Dahlan Iskan yang mengemudikannya selamat dan tak terluka sedikit pun.

Walau begitu Dahlan Iskan tak patah semangat. Ia tetap melanjutkan proyek mobil listriknya. Bersama dengan “Putra Petir” yaitu komunitas yang membantu Dahlan membuat mobil listrik, Dahlan Iskan membuat mobil listrik kedua yang bernama “Selo” yang dalam bahasa Jawa berarti batu. Mobil kedua ini masih berupa mobil sport. Bedanya “Selo” tidak memakai gearbox agar lebih hemat beda dengan Tuxuci yang memakai gearbox. Jika mobil Tuxuci dirancang oleh Danet Suryatama maka mobil kedua dirancang oleh Ricky Elson. “Selo” ditawarkan dengan harga 1,5 miliar namun bisa menjadi 300 jutaan jika diproduksi massal. Rencananya “Selo” akan dipamerkan di ajang KTT Asean di Bali bulan Oktober 2013.

Itulah Biografi Dahlan Iskan mulai dari kecil hingga sekarang. Penulis merangkumnya dari berbagai sumber.

*Ref: Wikipedia, kompas.com,*

*ramadhani09.blogspot.com, blog.binder724studio.com.*

## **Biografi Sudi Artawan – Orang Miskin Yang Menjelma Menjadi Milionaire**

Sudi Artawan atau nama lengkapnya I Nyoman Sudi Artawan, bagi teman blogger yang asli Bali tentu tak asing dengan pengusaha yang satu ini. Ia adalah pengusaha kapal pesiar, pendiri Monarch School, dan bidang usaha yang lain. Awalnya beliau adalah seorang penjual kelapa yang kemudian beralih menjadi bartender, lalu bekerja di kapal pesiar. Setelah menikah ia ingin tetap bersama keluarga sehingga resign dari kapal pesiar dan mendirikan bisnis yang membuatnya dari miskin papa menjadi miliuner di Bali. Berikut ini Biografi Sudi Artawann dengan kisah suksesnya.

I Nyoman Sudi Artawan atau akrab dipanggil Sudi adalah orang asli kelahiran Bali. Ia lahir pada tanggal 1 Desember 1975 di desa Pelapuan, Kecamatan Busungbiu, Kabupaten Buleleng-Bali. Ia adalah dari pasangan Ketut Merta dan Wayan Kenak. Saat Sudi kecil, kedua kakaknya meninggal secara hampir bersamaan, hal ini membuat orang tua Sudi merasa sedih. Untuk bisa melupakan kesedihannya akhirnya keluarga Sudi pindah ke desa Bongancina. Disana orang tuanya membeli tanah yang dicicil dari desa Bongancina. Di tanah itu didirikan rumah semi permanen yang terbuat dari bambu, lantainya tanah. Sehingga jika hujan, lantainya becek dan udara dingin masuk ke rumah yang membuat keluarga Sudi kedinginan.

Sudi dan adiknya sering ditinggal di rumah sendirian dengan hanya disediakan nasi yang dicampur ketela atau pisang. Orang tuanya harus bekerja seharian di rumah tetangga guna memperoleh penghasilan. Saat Sudi SD, ia dibelikan kambing bapaknya untuk ditenak, selain itu Sudi biar bisa menghasilkan uang sendiri. Setiap hari Sudi harus meempuh jarak 4 km sehingga sering ia merasa kelelahan sesampainya di sekolah. Saat masuk SMP, ia tidak diterima di SMP Negeri karena nilainya kurang akhirnya ia masuk di SMP PGRI.

Saat SMA beliau diterima di SMA Negeri 2 Singaraja yang merupakan SMA favorit di sana. Karena persaingannya ketat, ia sampai hampir tak naik kelas. Namun saat kelas dua ia masuk kelas Sosial dan selalu menjadi juara kelas sampai kelas tiga. Ketika SMA Sudi tinggal dengan saudaranya yang menjadi guru

dimana budaya keluarganya adalah membaca. Tinggal bersama keluarga dengan budaya yang positif membuat Sudi selalu terpacu untuk belajar dan berprestasi. Selain sekolah Sudi juga mengikuti kursus bahasa Inggris dan Jepang. Sering saat di angkot ia mempraktekkan bahasa Inggrisnya dengan bercakap-cakap dengan turis (di Bali banyak turis berkeliaran).

### **Bekerja Sebagai Penjual Kelapa**

Selepas SMA Sudi tak bisa kuliah karena tak ada biaya. Sudi kemudian ikut pamannya yang menjual kelapa dan ia juga harus membantu pamannya tersebut. Selain itu ia juga harus bisa mencari uang untuk kursus bahasa Inggris. Baginya bahasa Inggris adalah penting karena siapa tahu dari situlah pintu kesuksesannya terbuka. Sudi harus bangun jam 1 dini hari dan berjualan kelapa di pasar sampai pukul 07.30 pagi.

Selama itu orang tua Sudi masih mengiriminya uang. Ia sangat berterimakasih pada orang tuanya karena walau ia sudah tidak sekolah tapi masih membantunya. Uang itu ia kumpulkan dan akhirnya cukup untuk membeli vespa. Ia pun merasa senang karena dengan vespa itu ia tidak lagi berganti kendaraan jika mau kursus ataupun saat ia libur ia bisa menuju ke kawasan wisata untuk mempraktekkan bahasa Inggrisnya.

Suatu hari Sudi ditawarkan menjadi salesman sebuah MLM yang mengharuskannya berkeliling mencari nasabah setiap hari. Pekerjaan ini ia lakukan selama dua bulan tentu dengan tetap kursus bahasa Inggris dan kursus singkat bartender di BLKP. Ia kemudian pindah dari rumah pamannya ke kontrakan yang sekamar dengan temannya yang sudah menikah. Disana ia membantu dengan mencuci piring dan memasak alias jadi pembantu. Dengan begitu ia tak perlu ikut membayar sewa kontrakan. Namun ia harus rela tidur di beranda hanya beralas selimut tipis dengan bantal kamus bahasa Inggris. Sebenarnya Sudi ingin menjadi “Guide” namun karena usulan teman sekontrakannya tersebut yang bernama Dewa Sudi ia ikut kursus “bartender” di BLKP.

### **Bekerja di Hotel**

Suatu hari Sudi berkenalan dengan Mr. Martinus yang kemudian menawarinya pekerjaan menjadi bartender di Nusa Dua Bali, namun gajinya sangat kecil sehingga tidak cukup untuk makan sampai sebulan. Untuk mendapat penghasilan tambahan, sewaktu hari libur ia nyambi sebagai Guide sambil melancarkan bahasa Inggrisnya. Untuk mengatasi kebutuhan makannya saat tanggung bulan ia juga sering meminta nasi di tempat kerjanya, tetapi itu juga tak selalu ia lakukan karena merasa tak enak. Kadang ia menanggung rasa lapar yang sangat sehingga pernah pingsan di tempat kerjanya. Hal ini membuat Sudi ingin sekali pulang kampung namun temannya selalu menguatkannya agar tetap berjuang demi masa depannya.

Sudi juga sering mengirim lamaran ke tempat yang lebih baik agar mendapat gaji yang lebih banyak juga namun sering tidak mendapat panggilan. Sudi pun merasa kecewa karena hanya dirinya yang belum mendapat kerja yang lebih layak sedang teman sekamar lainnya sudah pindah kost karena sudah bekerja di Radisson hotel yang tempatnya lebih bagus dan gajinya lebih banyak. Sudi pun harus membayar sewa kamar sendiri.

Suatu hari ia mendapat panggilan di hotel Nikko sebagai bartender. Hotel Nikko lebih bagus dari Nusa Dua. Di sini ia harus mengalami masa percobaan dahulu. Walau sebelumnya pernah bekerja di restoran Nusa Dua namun peralatan di Hotel Nikko lebih canggih dan sangat berbeda sehingga ia sering salah dan menjadi bahan tertawaan temannya. Untuk mengejar kekurangannya ia sering datang lebih awal untuk belajar.

Semisal ia mulai bekerja jam satu siang maka ia akan datang jam 10 pagi untuk belajar menggunakan alat-alat lebih dahulu. Akhirnya Sudi lulus masa percobaan dan menjadi karyawan tetap. Di hotel Niko ini ia mendapat gaji 500 ribu per bulan yang merupakan jumlah yang cukup untuknya mencicil sepeda motor baru. Tak lupa ia juga mengirim uang untuk orang tuanya di kampung.

Selain bahasa Inggris, Sudi juga kursus bahasa Jepang. Setelah satu tahun di hotel Nikko, Sudi diterima bekerja di Ritz Carlton yang lebih baik. Namun tak lama kemudian Sudi mendapat panggilan di hotel Four Season yang gajinya jauh

lebih tinggi. Dengan gaji ini Sudi membantu orang tuanya memperbaiki rumahnya di kampung.

### **Bekerja Di Kapal Pesiar**

Suatu hari ia dikenalkan dengan orang yang bekerja di kapal pesiar yang tak lain adalah menantu dari bapak kosnya yang bernama Ketut Manis yang bercerita bahwa bekerja di kapal pesiar lebih gede gajinya. Ini terbukti dari apa yang dimilikinya, setiap Ketut Manis pulang dari bekerja di kapal pesiar, ia bisa membeli mobil baru dan tanah serta mengirim uang untuk keluarga. Ketut pun menyarankan Sudi untuk mengirim lamaran ke agen kapal pesiar apalagi pengalaman Sudi selama di hotel berbintang pastinya akan banyak membantu Sudi untuk diterima di kapal pesiar. Sudi pun menuruti saran Ketut Manis.

Sudi pun diterima di hampir semua kapal pesiar namun ia memilih bekerja di kapal pesiar Celebrity Zenit, ini tepat dia berulang tahun ke 24 dan saat itu ia langsung meninggalkan Bali untuk bekerja di kapal pesiar. Saat dua bulan bekerja di kapal pesiar, Sudi merasa tak betah karena ternyata bahasa Inggrisnya selama ini kurang dan membuatnya sulit berkomunikasi dengan karyawan lain, namun ia mendapat dorongan dari bar manager seorang berkebangsaan Turki yaitu Mr Yelmas, Mr. Fermin asal Dominica Republik, dan Pak Gusti Lanang Rai seniornya. Berkat dukungan mereka, Sudi Artawan pun bangkit kembali.

Sudi bekerja dengan rajin sehingga ia mendapat penghargaan sebagai karyawan terbaik. Dan Sudi mendapat kepercayaan untuk mensetting kapal baru berfasilitas gas turbin Miami Office / Company yang saat itu memang sedang dinantikan oleh semua orang yang ingin berlayar.

Sudi dikirim ke Prancis untuk menset Martini Bar yang merupakan bar favorit yang akan ditempatkan di kapal pesiar Milenium. Namun ternyata setelah sampai di Prancis, jadwalnya mundur, untuk menunggu waktu akhirnya Sudi diberi bekal training hospitality dan bar. Dari situlah ia mendapat ilmu tentang perhotelan dan bar.

Penghargaan demi penghargaan diraihinya, mulai dari karyawan terbaik selama satu bulan hingga satu tahun. Sejak 1998 sampai 2008, ia mendapat

pengalaman begitu berharga. Selain sebagai karyawan, Sudi juga berbisnis seperti menjual tanaman hias, exporter, dan agent tour (BTO) Bali Tour Operational. Akan tetapi, semua itu belum berjalan dengan lancar karena modal yang sangat tipis.

Akhirnya, beliau kembali berangkat ke kapal pesiar dan menyelesaikan kontrak selama 6 bulan. Setelah itu, beliau melanjutkan bisnis exporter bersama Mr .Allan Yeo. Saat itu, beliau merasakan keuntungan yang sangat besar, sehingga beliau pun bisa membangun rumah kost di daerah Renon.

### **Merintis Bisnis**

Setelah menikah, Sudi Artawan tidak lagi berlayar karena lebih memilih tinggal bersama keluarga. Dari pengalamannya berpesiar dan menjadi bartender, ia kemudian mendapat ide untuk mendirikan sekolah bar di Bali. Ia kemudian mengontak kenalannya selama di kapal pesiar. Dari situ ia mendapat kepercayaan untuk menyalurkan pegawai ke kapal pesiar-kapal pesiar. Sekolah Sudi Artawan yang diberi nama sekolah Monarch Bali.

Banyak lulusannya yang kemudian diterima di kapal pesiar sebagai pegawai seperti dia dahulu. Selain itu Sudi juga berbisnis ekspor-impor. Semua bisnisnya dinaungi dengan nama PT. Ratu Oceania Raya Bali. Selain itu Sudi juga berkuliah di universitas swasta dengan jurusan Sastra Inggris agar ilmunya terus bertambah.

Kunci sukses Sudi Artawan adalah terus belajar, berusaha, meningkatkan integritas diri dan tidak cepat puas diri dengan apa yang sudah dicapai. Itulah kisah Sudi Artawan, pengusaha sukses dari Bali yang berawal dari kemiskinan dan sempat hampir putus asa namun karena ingin merubah nasib ia tetap terus berusaha sehingga bisa mencapai apa yang dimiliki saat ini.

### **Berikut ini adalah perjalanan karir I Nyoman Sudi Artawan :**

1. Jualan Kelapa di Pasar Badung ,periode 1995-1996 , ( 8 bulan )
2. Freelance Tour Guide,Tahun 1996 ( 6 bulan )
3. Koki Loka Restourant Nusa Dua as Bartender and Waiter, periode 1996-1997 ( 8 bulan )

4. Nikko Bali Resort & Spa, As Bartender periode 1997 -1998 ( satu tahun )
5. Ritz Carlton Hotel as Bartender Tahun 1998 ( 2 .5 bulan )
6. Four Season Resort Bali As Bartender Periode 1998 -1999 ( 2 tahun )
7. Celebrity Cruise Line as Bartender and Trainer ( 1999-2008) ( 9 tahun )
8. Exporter 2006 – 2007 ( TEMPLE OF THE WORLD) (2 tahun )
9. OWNER OF BTO ( BALI TOUR OPERATIONAL ) 2005-SEKARANG.
10. Directur of PT.Ratu Oceania Raya Bali,Agustus 8,2008 until present,
11. Salah satu Owner of Monarch School and Hotel Training Centre.

Prinsip hidup Sudi Artawan “ *Orang dibilang success bila telah membuat orang disekitarnya success*” “*Orang dibilang kaya bila telah membuat orang disekitarnya kaya*”.

Itulah biografi dari I Nyoman Sudi Artawan. Tak ada yang mustahil jika terus mencari, pasti akan menemukan kesuksesan



**LAMPIRAN 13****FOTO KEGIATAN**

Foto praktikan sedang melakukan wawancara dengan Guru BK



**Foto ketika siswa di dalam kelas setelah mengikuti konseling**





KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG (UNNES)  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Kampus Sekaran Gd. A2 Gunungpati Semarang 50229 Telp/Fax. 024-8508019  
Laman : <http://fip.unnes.ac.id>

Nomor : 4503 /UN37.1.1/PP/2013

Lamp : -

Hal : Ijin Penelitian

Kepada

Yth Kepala SMP Diponegoro 7 Gumelar

Di tempat

Dengan hormat,

Bersama ini, kami mohon ijin pelaksanaan penelitian untuk penyusunan skripsi/tugas akhir oleh mahasiswa sebagai berikut:

Nama : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah

NIM : 1301409031

Prodi : Bimbingan dan Konseling

Judul : Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* dengan Menggunakan Teknik *Home Work Assigment* Pada Siswa Kelas VIII SMP Diponegoro 7 Gumelar Kabupaten Banyumas

Kegiatan pada bulan September sampai dengan bulan November 2013

Sehubungan dengan hal tersebut di atas mohon Bapak/Ibu berkenan memberi ijin mahasiswa tersebut.

Demikian atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu kami sampaikan terimakasih.

Semarang, 18 September 2013



Drs. Harjono, M.Pd.

NIP. 19510801 197903 1 007



**YAYASAN AL HIDAYAH CABANG PURWOKERTO  
SMP DIPONEGORO 7 GUMELAR  
TERAKREDITASI B**

Alamat : Sebelah Barat KUA Kec. Gumelar Tlp.(0281)5700292 Hp.081327095451  
e-mail : [smpdipo7gml@gmail.com](mailto:smpdipo7gml@gmail.com). Kode pos 53165

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 227/SMP D.7 / XI / 2013

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala SMP Diponegoro 7 Gumelar menerangkan bahwa :

Nama : Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah  
NIM : 1301409031  
Prodi : Bimbingan dan Konseling

Telah melaksanakan Penelitian di SMP Diponegoro 7 Gumelar pada :

Hari /Tanggal : Rabu 8 September s.d. Sabtu, 16 November 2013

Waktu : 07.00 s.d Selesai

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Atas partisipasi dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih

وَالسَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Gumelar, 16 November 2013

Kepala Sekolah



Supriyanto, S.Ag., S.Pd.