

## BAB II LANDASAN TEORI

### A. Deskripsi Teori

#### 1. Konseling Kelompok

##### a. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling secara bahasa berasal dari bahasa latin, yakni “*consillium*” yang mempunyai arti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”, sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari kata “*sellan*” yang berarti “menyerahkan” atau menyampaikan”. Berdasarkan yang di paparkan oleh *division of counseling psychology* konseling merupakan suatu proses untuk membantu individu dalam mengatasi hambatan-hambatan perkembangan, dan untuk mencapai perkembangan optimal kemampuan pribadi yang dimilikinya, proses tersebut dapat terjadi setiap waktu.<sup>1</sup>

Konseling ialah suatu proses pemberian bantuan yang dilaksanakan dengan wawancara oleh seorang ahli atau konselor kepada individu atau klien guna membantu klien menuntaskan masalah yang dihadapi, sedangkan menurut Roehman Natawidjaya konseling merupakan layanan dari salah satu bimbingan, konseling ialah hubungan antara dua individu, dimana konselor membantu klien guna dapat menyelesaikan masalah yang ada dalam diri konseli.<sup>2</sup>

Menurut David Ari Setyawan yang dikutip oleh penulis bahwasannya konseling merupakan bantuan yang diberikan dari konselor untuk klien untuk memecahkan masalah dalam kehidupannya dengan wawancara dan teknik yang sesuai dengan keadaan yang di alami oleh konseli.<sup>3</sup> Dari beberapa pendapat para ahli konseling merupakan layanan pemberian bantuan dari seorang ahli (konselor) kepada seorang individu (klien) dengan tujuan untuk membantu dalam pemecahan masalah yang dihadapi oleh klien sehingga

---

<sup>1</sup>Prayitno dan Emran Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Reneka Cipta, 2018), 99-100

<sup>2</sup>Suhertina, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Pekanbaru:CV. Mutiara Pesisir Sumatera,2014), 11-13

<sup>3</sup>David Setyawan, *Layanan Konseling Islam Untuk Santri yang Mengalami Masalah Kemandirian Belajar Pondok Pesantren Nguntut Tulungagung*, Vol.2, No.1, (2018): hal 6 diakses pada 8 November 2022, <https://jurnal.ar.raniry.ac.id/index.php/taujih>.

klien mampu mencapai kesejahteraan dalam hidupnya. Terdapat beberapa layanan yang semestinya diberikan konselor, salah satunya pelayanan konseling kelompok.

Konseling kelompok merupakan system layanan bantuan yang digunakan untuk membantu pengembangan kemampuan pribadi, pencegahan, dan menangani masalah-masalah antar yang dialami oleh individu. Konseling kelompok ini dilaksanakan dengan jumlah anggota 4 sampai 12 orang. Tujuan pemberian pengetahuan dalam konseling kelompok adalah untuk mengembangkan pemahaman tentang realitas, aturan dalam kehidupan, strategi mengatasi masalah, dan mengantisipasi masa depan di sekolah, pekerjaan, atau kehidupan. Kegiatan ditujukan untuk meningkatkan kesadaran diri, kesadaran lingkungan, penyesuaian diri, dan pengembangan diri.<sup>4</sup>

Menurut Latipun konseling kelompok adalah layanan konseling yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu, memberi umpan balik, dan pengalaman belajar.<sup>5</sup>

Konseling kelompok Menurut George M. Gazda ialah proses antar pribadi secara dinamis, dan dipusatkan terhadap pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses ini mempunyai ciri terapeutik yakni pengungkapan dari klien mengenai pemikiran dan perasaan secara leluasan berorientasi terhadap kenyataan yang terjadi, saling percaya, saling memperhatikan, dan saling member dukungan. Menurut W.S. Winkle konseling kelompok merupakan bentuk layanan dalam konseling yakni dengan wawancara oleh konselor kepada konseli yang tergabung dalam kelompok kecil. Adapun aspek dalam konseling kelompok yakni aspek proses dan aspek tatap muka. Aspek proses memiliki ciri yang khas yakni, proses konseling dilakukan lebih dari dua orang, sedangkan aspek tatap muka dilakukan dengan sejumlah orang yang tergabung dalam beberapa kelompok.<sup>6</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa yang dinamakan konseling kelompok

---

<sup>4</sup>Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung: PT Refika Aditama 2018), 23.

<sup>5</sup>Latipun, *psikologi konseling*. 2006. (Malang: UMM Pers), 178

<sup>6</sup>Winkle, W.S. dan M.M, Srihastuti. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. (Yogyakarta: Media Abadi 2007): 590

yakni, layanan yang dalam konseling yang dilakukan secara berkelompok dimana dalam pelaksanaannya yaitu dengan memainkan atau menghidupkan dinamika kelompok.

**b. Manfaat Layanan Konseling Kelompok**

Adapun beberapa manfaat yang bisa didapatkan oleh anggota kelompok melalui layanan konseling kelompok antara lain:

- 1) Memberikan dorongan dan motivasi kepada individu.
- 2) Memberikan rasa aman yang dibutuhkan anggota untuk secara spontan dan bebas berinteraksi dan berani mengambil resiko sehingga dapat menambah pengalaman dalam hidup.
- 3) Memberikan beberapa pengalaman dalam kelompok yang membantu mereka untuk belajar berfungsi secara aktif
- 4) Mengembangkan toleransi terhadap sesama anggota kelompok
- 5) Dengan adanya interaksi dalam kelompok akan membantu menyadari diri bahwa cara pandang setiap individu itu berbeda
- 6) Dapat membuat seseorang mempertimbangkan persepsi lain dalam dirinya
- 7) Dengan berinteraksi dengan kelompok akan mengembangkan keterampilan, kepercayaan terhadap diri maupun orang lain, dan mampu berfikir positif terhadap hal hak yang dihadapi.

**c. Tujuan Konseling Kelompok**

1) Tujuan Secara Umum

Tujuan menyeluruh dari terapi kelompok adalah untuk membantu siswa meningkatkan keterampilan sosialisasi mereka, terutama kemampuan mereka untuk berkomunikasi dengan peserta layanan. Dalam kaitan ini, seringkali kemampuan seseorang untuk berkomunikasi/berinteraksi terhambat oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang tidak objektif, sempit dan terbatas, serta tidak efisien. Pikiran yang buntu, buntu, atau beku dapat dicairkan dan secara dinamis melalui berbagai masukan dan jawaban baru melalui layanan konseling kelompok dan hal-hal yang mengganggu atau menghancurkan sentimen dapat diartikulasikan, dilonggarkan, diregangkan, dengan berbagai cara. Melalui pelepasan pikiran, kesadaran, dan

penjelasan, persepsi dan wawasan yang sempit diluruskan dan diperluas, dan sikap yang tidak objektif, terkekang, tidak terkendali, dan tidak efektif dapat diganti dengan sikap yang lebih efektif.<sup>7</sup>

2) Tujuan Secara Khusus

Secara khusus nya konseling kelompok bertujuan untuk mendorong munculnya perilaku individu, berkembangnya perasaan, pikiran, wawasan dan sikap yang terarah kepada tingkah laku yang bertanggung jawab, khususnya dalam bersosialisasi dan berkomunikasi yang imbasnya pada pemecahan masalah yang dialami individu peserta kelompok yang mengalami kesulitan dalam perkembangannya dengan memanfaatkan dinamika kelompok.<sup>8</sup>

**d. Asas-Asas Konseling Kelompok**

Murno, Mantheil, & Small menunjukkan bahwa tiga etika inti dalam kegiatan layanan bimbingan dan konseling adalah kerahasiaan, kesukarelaan, dan keputusan yang dibuat oleh klien sendiri. Ketiga etika tersebut harus diterapkan dalam terapi kelompok. Berikut ini adalah beberapa prinsip terapi kelompok:

1) Kerahasiaan

Segala sesuatu yang dibicarakan dan terjadi dalam kegiatan kelompok harus dirahasiakan, hanya diketahui oleh anggota kelompok, dan tidak dibagikan ke luar kelompok. Setiap orang dalam kelompok harus menyadari hal ini dan berkomitmen untuk melaksanakannya.

Pengaplikasian kerahasiaan dianggap sangat penting dalam layanan konseling kelompok karena subjek yang akan ditangani adalah masalah yang benar-benar dialami oleh anggota kelompok. Dan pemimpin kelompok harus memperkuat prinsip ini sehingga semua anggota benar-benar berkomitmen untuk melaksanakannya.

2) Kesukarelaan

Ide untuk membentuk kelompok berdasarkan anggota kelompok diawali dengan anggota kelompok

---

<sup>7</sup> Prayitno, *Jenis Layanan Dan Kegiatan Pendukung Konseling*, 150-151

<sup>8</sup> Prayitno, *Jenis Layanan Dan Kegiatan Pendukung Konseling*, (Padang: Universitas Negeri Padang, 2012), 152

secara sukarela. Kesukarelawan secara konsisten didorong oleh upaya pemimpin kelompok dalam membangun persyaratan kelompok yang berhasil dan mengatur layanan konseling kelompok. Kesukarelaan memungkinkan anggota kelompok untuk mewujudkan partisipasi aktif mereka dari dalam untuk mencapai tujuan pelayanan.

3) Asas-Asas Lain (keahlian, kekinian, dan kenormatifan)

Jika semua anggota kelompok menerapkan sepenuhnya prinsip keaktifan dan keterbukaan, maka dinamika kelompok dalam kegiatan konseling kelompok akan semakin intensif dan berhasil. Mereka menampilkan diri secara agresif dan terus terang, tanpa rasa takut, kedengkian, atau keengganan. Dinamika kelompok menjadi lebih kompleks, lebih kaya, dan beragam. Masukan dan sentuhan akan lebih terasa, sehingga anggota bimbingan kelompok akan merasakan manfaatnya.

Gagasan saat ini, menawarkan konten aktual dalam pembicaraan yang diadakan, anggota kelompok diundang untuk mengkomunikasikan apa yang terjadi di dalam diri mereka. Hal-hal yang dialami tersebut lalu dibahas dan dianalisis untuk dicari solusi pemecah masalah yang sedang dihadapi.

*Asas kenormatifan*, dipraktikkan dengan cara komunikasi, dan bertata karma dalam kegiatan kelompok, serta mengemas isi bahasan. Sedangkan *asas keahlian* diperlihatkan oleh pemimpin kelompok dalam mengelola kegiatan kelompok untuk mengembangkan proses dan ini pembahasan masalah secara keseluruhan.<sup>9</sup>

**e. Tahapan Konseling Kelompok**

Tahap pertama dalam konseling kelompok adalah pembentukan, dimana ketua kelompok atau konselor melakukan beberapa kegiatan seperti memberi salam, menerima secara terbuka kehadiran anggota kelompok, dan mengucapkan terima kasih. Selanjutnya ketua kelompok memimpin doa, menjelaskan maksud dan tujuan konseling kelompok, menjelaskan tata cara pelaksanaan konseling kelompok, dan menjelaskan prinsip-prinsip yang ada dalam

---

<sup>9</sup> Sisca Florast, et.al, *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Bandung: Mujahid Perss, 2016), 30-31

konseling kelompok yang dapat dikemas dalam Pendekatan konselor atau ketua kelompok di tahap pembentukan ini adalah menampilkan diri secara utuh dan terbuka, menunjukkan rasa hormat kepada orang lain, bersikap hangat, tulus, mau membantu, dan penuh empati, dan pada akhirnya menjadi teladan yang baik. Pada intinya tahapan pembentukan ini meliputi pengenalan, keterlibatan diri, penyertaan diri, dan kesan awal terhadap ketua kelompok, yang kesemuanya dapat mempengaruhi arah proses konseling kelompok.

Tahap kedua adalah tahap transisi, yang juga dikenal sebagai jembatan antara tahap pembentukan dan kegiatan. Beberapa langkah yang akan dilakukan nantinya dalam tahap peralihan ini, antara lain menjelaskan secara singkat kegiatan bimbingan kelompok, mengajukan pertanyaan tentang kesiapan dan kemampuan anggota kelompok untuk kegiatan selanjutnya, mengenal suasana, dan mulai membahas pemecahan masalah yang akan diselesaikan dalam kelompok. Pada tahap ini, pemimpin kelompok diharapkan mampu membuka diri, memberi contoh yang baik dan penuh empati, menerima suasana saat ini dengan sabar dan bebas, tidak menggunakan teknik langsung dan menegaskan kendalinya, dan untuk merangsang diskusi tentang perasaan.

Tahap ketiga, yaitu tahapan *kegiatan*. Didalam tahap ini pemimpin kelompok mulai mengeluarkan permasalahan yang akan dibahas, setelah itu pemimpin kelompok menjelaskan mengenai pentingnya membahas permasalahan tersebut untuk dibahas dan diselesaikan bersama, tanya jawab mengenai permasalahan yang dikemukakan oleh anggota kelompok, dan yang terakhir dalam tahap ini adalah penyelesaian masalah dengan tuntas. Pada tahap ini ketua kelompok berfungsi sebagai pengatur lalu lintas, sabar dan terbuka, aktif tapi tidak cerewet, memberi semangat dan menguatkan, serta empati.

Tahap terminasi adalah tahap keempat dan terakhir. Tahapan ini meliputi penjelasan bahwa kegiatan konseling kelompok akan dihentikan, anggota kelompok menyampaikan pesan dan menilai kemajuan satu sama lain, mendiskusikan kegiatan tindak lanjut, mengucapkan terima kasih, berdoa, dan pamitan. Diakhir konseling kelompok, PK (pemimpin kelompok) tetap harus berusaha bersikap humble, hangat, bebas, terbuka, dan memberikan semangat untuk

kegiatan lebih lanjut, memberipernyataan dan ucapan terima kasih atas partisipasinya sebagai anggota kelompok, dan rasa persahabatan dan penuh empati.<sup>10</sup>

**f. Pendekatan Konseling Kelompok**

Pendekatan merupakan dasar dalam proses pemberian layanan bimbingan dan konseling. Pendekatan dalam melakukan konseling kelompok dilakukan agar mudah dalam menentukan arah dan proses konseling kelompok. Artinya pendekatan dalam konseling kelompok merupakan penerapan teori-teori konseling yang digunakan sebagai dasar serta model yang dipergunakan oleh konselor dalam proses konseling untuk membantu menyelesaikan masalah konseli.<sup>11</sup>

Dalam penelitian pendekatan yang digunakan ialah pendekatan behavioral. Pendekatan behavioral merupakan pendekatan yang menitik beratkan pada perubahan tingkah laku seseorang. Tujuan umum dari pendekatan behavioral ini ialah untuk mengubah perilaku yang tidak diinginkan menjadi perilaku yang diinginkan. Sedangkan tujuan khusus dari pendekatan behavioral yakni untuk memperkuat perilaku adaptif, menghilangkan perilaku maladaptif, mengurangi rasa cemas, berlatih asertif. Adapun langkah langkah dalam konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan behavioral antara lain:

1) *Assessment*.

*Assessment* atau pemberian kesempatan kepada klien agar mampu menyampaikan apa yang sedang dialami dalam kehidupannya dengan jujur, baik kelebihan dan kekurangan dalam dirinya, kegagalan dalam dirinya tanpa ada yang ditutupi. Dalam hal ini konselor harus memberikan penguatan kepada konseli atau klien untuk berjanji tidak membocorkan semua hal terkait konseli.

2) *Goal Setting*.

Langkah selanjutnya yakni merumuskan masalah yang dialami konseli.

3) *Technique Implementation*.

*Technique implementation* merupakan langkah untuk menentukan teknik dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok.

---

<sup>10</sup> Prayitno, *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*, 58-78

<sup>11</sup> Arga, Satrio & Wening Cahyawulan, *Pendekatan Behavioral: Dua Sisi Mata Pisau*, Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 2016, Vol.5, No1.

4) *Evaluation termination*

Evaluation termination merupakan langkah untuk memberikan penilaian apakah konseling kelompok yang dilakukan berhasil atau tidak.

5) *Feedback*

Yaitu menganalisis kekurangan yang dialami selama proses konseling kelompok dan memperbaiki kekurangan yang ada guna mendapatkan hasil yang maksimal.<sup>12</sup>

## 2. Teknik Assertive Training

### a. Pengertian Teknik *Assertive Training*

*Assertive* berasal dari bahasa Inggris yaitu “*to assert*” yang berarti “menyatakan dengan tegas”. *Assertive* juga didefinisikan sebagai kemampuan seseorang dalam menyatakan perasaan yang dirasakan dengan tulus, tegas, jujur, terbuka, sopan, dan apa adanya.<sup>13</sup>

Behavioris sering menggunakan pelatihan asertif. Dalam perspektif behavioristik, strategi pelatihan asertif adalah teknik yang dapat dilakukan dan memberikan hasil langsung dalam pengaturan interpersonal ketika individu mengalami kesulitan menerima konsep bahwa menegaskan dan menegaskan diri adalah tindakan yang cocok atau benar. Tindakan asertif atau membela hak adalah suatu bentuk usaha untuk memperoleh kebebasan emosional, yaitu kemampuan untuk mengatur diri sendiri, bebas dan menyenangkan, serta menanggapi hal-hal yang disukai atau tidak disukai dengan cara yang ceria dan adil.<sup>14</sup>

Menurut *Bromoassertive training* ialah suatu program dalam pembelajaran yang disusun guna pengembangan kompetensi yang dimiliki oleh seseorang dalam kaitannya dengan orang lain.<sup>15</sup> Menurut Huston menyatakan bahwa latihan asertif adalah suatu program dalam kegiatan belajar mengajar dimana seseorang dapat

---

<sup>12</sup> Sulthon, *Mengatasi Kenakalan Pada Siswa Melalui Pendekatan Konseling Behavioral*, Jurnal: Of Guidance And Counseling, 2018, Vol.2, No.2

<sup>13</sup> Mochammad Nursalim, *Strategi & investasi konseling*, (Jakarta: Indeks, 2013), hal: 138.

<sup>14</sup> Mochammad Nursalim, hal 141

<sup>15</sup> Isnaini Maulina Putri, “*Layanan Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial Dengan Menggunakan Metode Latihan Assertive Training untuk Mengatasi Siswa Terisolir*”, Jurnal Skripsi Program Sastra 1 Iain Raden Intan Lampung, 2015), Hal: 32

mengutarakan atau mengekspresikan hal-hal yang dirasakan dalam dirinya dengan jujur, dan tidak membuat ancaman bagi orang lain.<sup>16</sup> Sedangkan Cory mengatakan *assertive training* ialah langkah yang dipakai guna membantu orang lain ketika tidak mampu dalam mengungkapkan kemarahan didalam dirinya, selalu mendorong orang lain untuk selalu mendahului dirinya, sulit berkata “tidak”, sulit mengalami afeksi atau respon lain dan merasa tidak mempunyai hak untuk berperasaan dan berfikir sendiri.<sup>17</sup>

Berdasarkan beberapa pemaparan tersebut, penulis dapat menyimpulkan bahwa teknik *assertive training* ini merupakan teknik yang digunakan untuk melatih keberanian individu dalam mengungkapkan keinginan, kebutuhan, pikiran, perasaan, harapan, pendapat, yang di inginkan oleh diri sendiri dengan tegas, jujur, sesuai dengan hak yang dimiliki oleh individu tanpa mengancam orang lain.

#### **b. Ciri Ciri Assertive Training**

Menurut FASTERHEIM dan BEAR adapun ciri- ciri perilaku asertif sebagai berikut:

- 1) Individu enggan bebeas mengemukakan pendapat dan apa yang dipikirkan melalui perkataan atau dengan tindakan
- 2) Berkomunikasi dengan terbuka dan langaung
- 3) Berpandangan dan bersikap aktif mengenai kehidupan yang dijalani
- 4) Mampu meminta tolong terhadap orang lain ketika membutuhkan bantuan
- 5) Mampu mengungkapkan apa yang dirasakan baik perasaan senang maupun sedih secara cepat
- 6) Mampu mengungkapkan rasa tidak setuju mengenai pendapat orang lain maupun hal hal negative lainnya tanpa menyakiti perasaan orang lain
- 7) Mampu mengawali dan mengakhiri pembicaraan dengan baik
- 8) Mampu menerima kekurangan yang ada dalam diri dan tetap berusaha guna mencapai apa yang di inginkan dengan sebaik mungkin.<sup>18</sup>

---

<sup>16</sup> Mochammad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta Barat: Akademia Permata, 2013),hal 141

<sup>17</sup> Muhammad Nursalim,*Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta Barat: Akademia Permata, 2013), hal: 138

<sup>18</sup> Stefan Sikone, *Pembentukan Karakter Dalam Sekolah*.<http://www.mirifica.net/2008>. Diakses Pada 10 November 2022.

### c. Tujuan Teknik Asertif

Teknik asertif bertujuan untuk membantu individu dalam mengatasi kecemasan dalam dirinya yang diakibatkan dari perasaan tidak adil terhadap lingkungannya, meningkatkan kemampuan bersikap jujur dengan diri sendiri dan lingkungan sekitar serta mampu meningkatkan kehidupan pribadi-sosial supaya lebih baik lagi.

Tujuan lain dari teknik asertif juga dikemukakan oleh Fauzan (2010, Lutfifauzan.blogspot.com), adapun tujuan teknik asertif yakni:

- 1) Meningkatkan keterampilan behavioral individu dalam menentukan tindakan dalam situasi tertentu
- 2) Mengajarkan individu dalam mencari cara-cara yang akan dilakukan untuk menyatakan perasaan yang mereka hadapi
- 3) Menghindari kesalahpahaman dari pihak lawan komunikasi.<sup>19</sup>

Berdasarkan beberapa tujuan di atas dapat penulis simpulkan bahwa tujuan dari teknik *assertive training* adalah untuk membantu seorang individu menjadi pribadi yang terbuka, jujur, mampu berekspresi, mengenai apa yang dirasakan.

### d. Prosedur Pelaksanaan Teknik *Assertive Training*

Teknik *asertif training* menggunakan prosedur bermain peran. Kecakapan dalam bergaul yang diperoleh individu diharapkan mampu untuk mengungkapkan pikiran individu agar lebih terbuka. Adapun prosedur pelaksanaan dalam teknik *asertif training* sebagai berikut:

- 1) Menentukan kesulitan yang dihadapi konseli dalam bersikap asertif dengan menggali data terhadap klien
- 2) Mengidentifikasi perilaku yang diinginkan oleh klien beserta harapan-harapan klien yang berhubungan dengan permasalahan yang sedang dihadapi
- 3) Menentukan perilaku akhir yang diperlukan dan tidak diperlukan
- 4) Membantu membedakan perilaku yang dibutuhkan atau tidak dibutuhkan oleh klien dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi

---

<sup>19</sup>Turina, *Penggunaan Teknik Assertive Training dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2014/2015*, (Lampung, Universitas Lampung, 2015), Hal: 20

- 5) Mengungkapkan ide-ide yang tidak rasional, sikap dan kesalah pahaman yang dipikirkan oleh klien
- 6) Menentukan respon asertif yang dapat membantu klien dalam memecahkan masalahnya
- 7) Mengadakan pelatihan perilaku asertif dan melakukannya dengan berulang kali
- 8) Melanjutkan pelatihan perilaku asertif
- 9) Member tugas kepada klien secara bertahap untuk melancarkan perilaku asertif yang di inginkan
- 10) Member penguatan terhadap tingkah laku yang di inginkan.<sup>20</sup>

**e. Kelebihan dan kekurangan Teknik *Assertive Training***

- 1) Kelebihan Teknik *Assertive Training*
  - a) Pelaksananya dilakukan dengan sederhana
  - b) Penerapannya dapat dikombinasikan dengan beberapa pelatihan seperti relaksasi ketika klien atau anggota kelompok merasa jenuh, bisa menerapkan pelatihan yang menggunakan teknik modeling, atau dapat dilakukan dengan menerapkan teknik kursi kosong
  - c) Teknik ini cocok digunakan kepada individu supaya individu dapat mengubah secara langsung perilakunya melalui perasaan dan sikap yang di rasakan
  - d) Teknik ini dapat digunakan secara kelompok maupun individu.
- 2) Kekurangan Teknik *Assertive Training*.
  - a) Membutuhkan waktu yang cukup lama, dan tergantung pada kemampuan dari individu dalam mengubah cara berfikirnya
  - b) Bagi kenselor kurang dapat mengembangkan atau megkombinasikan dengan teknik yang lain, pelatihan ini kurang berjalan dengan baik atau akan membuat rasa jenuh dan bosan dalam diri klien/ peserta karena waktu yang dibutuhkan cukup lama.<sup>21</sup>

---

<sup>20</sup>Ibid, hal 146.

<sup>21</sup>Derriyanto, Siti Masitoh, *Pengaruh Assertive Training Terhadap Konsep Diri Pada Peserta Didik Kelas X di SMK N Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016*, Jurnal Bimbingan Dan Konseling, Vol 03 No 01 (2016), Hal 79-96

### 3. *Bullying*

#### a. Pengertian *Bullying*

*Bullying* berasal dari bahasa Inggris yaitu dari kata *bull* yang artinya benteng yang suka menunduk. Kata *bull* secara etimologi diartikan sebagai gertakan, atau gangguan terhadap orang yang lemah. Adapun secara terminologi *bullying* diartikan sebagai perasaan yang muncul dengan tujuan untuk menyakiti orang lain. Perasaan ini dilakukan individu dengan suatu tindakan dan menyebabkan orang merasa tersakiti. Tindakan ini dilakukan secara langsung oleh seseorang atau kelompok yang lebih kuat dan tidak bertanggung jawab secara berulang-ulang dan dilakukan dengan perasaan senang. *Bullying* ialah perilaku tindak kekerasan dimana seseorang dipaksa baik dari segi psikologis maupun fisik terhadap seseorang yang dianggap lemah.<sup>22</sup>

*Bullying* bisa diartikan juga dengan situasi dimana terjadinya penyalahgunaan kekuasaan/kekuatan, kekuatan disini tidak hanya dari segi fisik melainkan juga dalam bentuk mental.

Olweus berpendapat bahwa *bullying* merupakan tindakan seseorang secara agresif yang bertujuan untuk menjauhi orang lain dan membuat orang lain menderita.

Sedangkan Hergert berpendapat bahwa *bullying* adalah tindakan agresi secara bebas atau perilaku yang bisa melukai penuh seseorang dan dilakukan secara terus menerus.<sup>23</sup>

*Bullying* secara fisik bisa dilakukan dengan cara menampar, melempari dengan barang, menendang, memalak, menjegal, dan lain sebagainya, adapun secara verbal dapat berupa tindakan menghina, memaki, menjeriaki, menyebarkan gosip, memfitnah, mempermalukan di depan umum dan masih banyak lagi, dari segi psikologis *bullying* dilakukan dengan

---

<sup>22</sup>Ela Zakiyah, dkk, “Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan *Bullying*”, Jurnal Penelitian & Ppm, Vol 4, No2 (2017), Hal: 2-3

<sup>23</sup> Cucu Arumsari, “Strategi Konseling Latihan Asertif untuk Mereduksi Perilaku *Bullying*”, Journal Of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research, (Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, 2017), Hal: 32

ancaman, menjauhi, tidak mengajak bicara, mencibir, melihat dengan pandangan sinis dan lain sebagainya.<sup>24</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa *bullying* merupakan suatu tindak kekerasan verbal maupun non verbal yang dilakukan dengan sengaja kepada orang yang dianggap lebih rendah dibandingkan suatu kelompok tertentu sehingga menyebabkan pengaruh kepada korban.

Pengaruh yang dihasilkan dalam jangka pendek akibat penindasan ialah, menurunnya minat terhadap pelajaran tertentu dan minat untuk mengikuti kegiatan disekolah, sedangkan pengaruh yang diakibatkan dalam jangka panjang ialah kesulitan dalam berinteraksi dengan lawan jenis, merasa cemas ketika mendapat perilaku yang kurang nyaman dari teman-temannya.

#### **b. Ciri- Ciri Pelaku *Bullying***

Orang yang melakukan *bullying* mempunyai ciri ciri sebagai berikut: 1) Mudah terhasut oleh situasi sekitar, 2) Beranggapan bahwa tindakan agresif adalah hal yang biasa dilakukan, 3) Fisik yang kuat dimiliki oleh anak laki-laki daripada teman sebayanya, 4) Anak perempuan cenderung memiliki fisik yang lemah, 5) suka mendominasi orang lain.

Ciri-ciri lain pelaku *bullying* yani: 1) Sering berjalan di barisan depan, 2) Suka berkelompok dan menguasai sekolah, 3) Sering berkata kasar, 4) Menyepelekan atau melecehkan, 5) gerak geriknya mudah diingat, 6) merupakan orang yang cukup populer disekolah<sup>25</sup>

Menurut Debord & Stephani, adapun ciri-ciri dari pelaku *bullying* adalah: 1) Bersikap agresif untuk mendapat perhatian dari orang lain, 2) Sulit bertanggung jawab dan tidak punya rasa empati, 3) tidak adanya rasa penyesalan dan bersalah dalam diri pelaku *bullying*, 4) Beanggapan bahwa dirinya lebih unggul dibanding yang lain, 5) Memiliki jalan pikiran yang kurang realistis.<sup>26</sup>

---

<sup>24</sup> Hengki Yandri, *Peran Guru Bk/ Konselor Dalam Pencegahan Bullying di Sekolah*, Jurnal Pelangi, Vol.7 No.1 (2014), hal 4, Diakses Pada 12 November 2022 <http://dx.doi.org/10.22202/ip.2014.v7il.155>

<sup>25</sup> Astuti, P.R, “*Meredam Bullying 3 Cara Efektif Meredam KAP (Kekerasan Pada Anak)*”, (Jakarta; Grasindo, 2009), Hal: 8

<sup>26</sup> Sejiwa, *Bullying, “Mengatasi Kekerasan Disekolah Dan Lingkungan Sekitar Ana”*, (Jakarta: Grasindo, 2008), Hal: 34-36

Dari beberapa pendapat diatas, penulis menjadikan pendapat Astuti sebagai acuan dari skala penelitian pelaku bullying yaitu: berjalan di barisan depan, suka berkelompok atau menguasai sekolah, sering berkata kasar kepada orang lain, menyepelkan, orang yang cukup populer disekolah, dan tingkah lakunya mudah di ingat semua pihak.

Peneliti memilih acuan sekala ini karena kasus tindakan membuli yang terjadi disekolah tersebut dilakukan bukan hanya satu orang saja, melainkan sekelompok orang yang tergabung dalam suatu grup dalam sekolah atau satu kelas. Pelaku bullying akan berkata kasar kepada korban apabila korban tidak mengikuti apa yang di inginkan oleh pelaku.

### c. **Jenis- Jenis *Bullying***

Menurut Coloroso *bullying* dikelompokan menjadi beberapa jenis diantaranya ialah:

#### 1) *Bullying* Fisik

*Bullying* secara fisik adalah jenis perilaku bulli yang bisa dilihat secara langsung bentuk tindakanya, dan menimbulkan bekas. *Bullying* secara fisik antara lain yakni dilakukan dengan cara memukul, menampar, mendorong, bahkan merusak barang korban tindakan bullying. Semakin kuat perilaku *bullying* yang dilakukan, semakin berbahaya dampak yang dirasakan korban.

#### 2) *Bullying* Verbal

*Bullying* secara verbal merupakan tindakan menyakiti orang yang paling sering digunakan oleh pelaku bullying, baik itu perempuan maupun laki-laki. Perilaku verbal ini mudah dilakukan baik dengan teman sendiri, orang dewasa tanpa terdeteksi. Perlaku ini dapat berupa memberikan nama julukan, ejekan, fitnah atau menuduh, kritikan secara kejam, dan menghina. Selain itu juga dapat berupa pemalakan uang saku abau barang, telpon genggam, ancaman yang ditulis dikertas, serta gosip.

#### 3) *Bullying* Relasional

Tindakan bullying ini sulit dideteksi dari luar karena, tindakan ini korban akan merasa dikucilkan, dihindari, diabaikan, disingkirkan oleh pelaku bullying, penyampaian bahasa tubuh negatif. Dalam hal ini korban tidak mendengar gossip mengenai dirinya melainkan korban akan terkena efek atau dampak dari tindakan ini.

Tindakan relasional digunakan pelaku untuk mengasingkan atau menolak seseorang dengan sengaja dan tujuannya untuk merusak persahabatan yang sudah terjalin baik. Perilaku ini berupa pandangan yang agresif, lirik mata yang tajam, helaan napas, mencibir, dan bahasa tubuh yang kasar.

4) *Cyber Bullying*

Tindakan *bullying* ini muncul setelah adanya media sosial, korban akan terus mendapat cibiran melalui pesan yang ditulis di media sosial yang dimiliki. Adapun bentuknya bisa berupa pesan yang menyakitkan perasaan, mendapat telepon tetapi tidak terdengar suara, membuat *website* yang memalukan bagi korban, korban akan dijauhi dari *chat room* lainnya, atau kiriman video yang membuat korban merasa malu.

Sedangkan Riauskina, dkk dalam Ariseto mengemukakan ada 5 kategori *bullying* diantaranya: kontak fisik secara langsung (memukul, mendorong, menggigit, menjambak, menendang, mencubit, mencakar, dan merusak barang orang lain), kontak verbal langsung (mengancam, mempermalukan, merendahkan, mengganggu, menelpon secara berulang kali, mencela, dan menyebarkan gosip), perilaku non verbal langsung (menatap sinis, menjulurkan lidah, menunjukkan ekspresi wajah yang merendahkan, mengejek, atau mengancam), perilaku non verbal tidak langsung (mendiamkan, menjauhi, memanipulasi persahabatan hingga retak, dan mengabaikan), dan perilaku melecehkan (ini dikategorikan sebagai tindak perilaku agresi fisik atau verbal).<sup>27</sup>

**d. Faktor yang Mempengaruhi *Bullying***

Adapun faktor penyebab tindak *bullying* diantaranya:

1) Faktor Keluarga

Keluarga merupakan unit terkecil sebagai tempat pendidikan seorang individu, dengan anak yang kurang mendapatkan kasih sayang, perhatian dari orang tuanya akan memicu perilaku atau sikap kurang baik terhadap anak. Faktor yang dapat mempengaruhi tindakan *bully* pada anak dari faktor keluarga diantaranya:

---

<sup>27</sup> Ela Zakiyah, dkk, "*Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying*", Jurnal Penelitian & PPM, (2017), Vol 4, No 2, hal:5-6

- a) Lingkungan emosional keluarga yang beku dan tidak terdapat perhatian dan kasih sayang yang hangat antar anggota keluarga
- b) Pola asuh yang selalu membolehkan anak, aturan keluarga yang sedikit, membatasi tingkah laku anak dan struktur keluarga yang kecil
- c) Kurangnya interaksi dengan masyarakat lain, kurangnya rasa peduli dengan aktivitas dengan masyarakat sekitar
- d) Adanya rasa tidak harmonisan dalam keluarga
- e) Aturan dalam keluarga yang terkesan mengkekang anak

## 2) Teman Sebaya

Diusia remaja, anak akan lebih suka menghabiskan waktu dengan teman-temannya. Dalam hal ini remaja mulai tidak bergantung dengan keluarga dan akan mencari rasa aman dan dukungan dari kelompok lain. Oleh sebab itu salah satu faktor utama penyebab *bullying* adalah teman sebaya yang memberikan pengaruh kurang baik dengan member ide baik akrab maupun psif bahwa bulli tidak berdampak apa-apa. Pentingnya penerimaan kelompok dalam remaja dikarenakan mereka bisa berbagi perasaan dan pengalaman dengan kelompoknya. Hal tersebut memang baik tetapi ada pengecualian budaya sekolah yang menyuburkan dan menaikkan sejumlah kelompok diatas kelompok lainnya, dan menyebabkan diskriminasi atau penindasan di lingkungan sekolah.

## 3) Media

Perkembangan teknologi saat ini berdampak positif dan negative dikalangan pelajar. Remaja tidak bisa terlepas dari penggunaan media sosial, ironisnya media sosial disalah gunakan. Berbeda dari orang dewasa, remaja belum mampu untuk memfilter hal hal mana yang baik dan mana yang kurang baik. Remaja cenderung terpengaruh terhadap lingkungan sosial tanpa mempertimbangkan dampak negatif dan positif yang diterima dalam menggunakan media sosial.

Dampak negatif yang timbul karena penyalahgunaan media sosial yaitu munculnya perlakuan yang kurang baik di dunia maya yang disebut dengan *cyberbullying*. Tindakan ini tidak memandang laki laki

dan perempuan. Tentunya bagi korban akan merasa sangat dirugikan secara psikis. Ada beberapa alasan mengapa remaja melakukan tindakan ini diantaranya yakni: mereka pernah menjadi korban, ingin menunjukkan eksistensi, ingin diakui semua orang, terkena pengaruh tayangan yang negatif, menutupi kekurangan yang dimiliki, mencari perhatian, balas dendam, iseng, dan pernah mendapat perlakuan kasar dari pihak lain.

#### 4) Lingkungan Sekolah

Dalam hal ini ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi tindakan *bullying* disekolah antara lain:

- 1) Moral staf sekolah yang masih rendah
- 2) Standar perilaku yang kurang jelas
- 3) Penerapan metode kedisiplinan yang tidak konsisten
- 4) Pengawasan yang lemah
- 5) Anak- anak diperlakukan dengan tidak adil
- 6) Kurangnya dukungan terhadap siswa baru
- 7) Guru yang sering berteriak dengan siswanya
- 8) Tidak adanya hukuman bagi pelaku *bullying*
- 9) Pihak sekolah yang memperlakukan siswanya disepan teman-teman yang lain<sup>28</sup>

#### e. Dampak *Bullying*

Dampak *bullying* dalam jangka pendek akan menimbulkan rasa tidak aman, merasa rendah diri, depresi, stres dan bisa berakhir dengan bunuh diri. Dan dalam waktu yang lama korban *bullying* dapat menderita masalah emosional dan juga perilaku. Dampak jangka panjang yang muncul tidak dapat di sadari oleh korban, pelaku, guru bahkan orang tua. Hal ini dikarenakan dampak *bullying* lebih bersifat praktis dan emosi yang tidak terlihat dan proses nya berjalan dengan lambat dan langsung muncul saat itu juga. Berikut adalah tanda-tanda anak mengalami *bullying* yang harus diwaspadai:

- 1) Sulit tidur
- 2) Sulit berkonsentrasi
- 3) Sering membolos sekolah
- 4) Menjauhkan diri dari berbagai aktivitas
- 5) Selalu merasa gelisah

---

<sup>28</sup> Andi Janantung, Skripsi, “*Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku Bullying Di SMAN 2 Barru*”, (Makasar: Universitas Hasanudin 2018), Hal 20-27

- 6) Sering mengeluh kehilangan barang, kepercayaan, mudah cemas, dan menutup diri dari orang lain
- 7) Turunya prestasi belajar disekolah
- 8) Adanya luka di bagian tubuh

Tetapi tidak mudah untuk mengetahui apakah anak-anak mengalami bullying atau tidak, banyak tanda yang muncul dan hampir mirip dengan perlakuan bullying. Tindak kekerasan yang dilakukan oleh pihak sekolah bisa menurunkan prestasi atau motivasi belajar pada siswa dan akan sulit menerima pembelajaran ketika disekolah, selain itu siswa akan membenci dan takut tergapad pihak terkait disekolah.

Beberapa kasus dampak secara fisik yang dialami siswa akan mengakibatkan hilangnya nyawa, sedangkan secara psikologis dampak yang muncul yakni turunya kesejahteraan psikologis, buruknya penyesuaian sosial, sering marah, mempunyai rasa dendam, merasa tertekan, takut, malu, tidak nyaman dan merasa terancam. Sering kali anak yang mengalami tindakan ini menginginkan untuk pindah sekolah dan sering tidak masuk.

Dampak *bullying* juga dirasakan oleh pelaku *bullying*, dampak yang terjadi diantaranya: pelaku akan merasa tidak aman, tidak semangat saat belajar, menurunnya prestasi akademik yang dimiliki, beresiko besar mengalami depresi, dan rendahnya harga diri dikehidupan selanjutnya, selain itu anak akan beresiko untuk meninggalkan rumah, bunuh diri, mabok, hingga penyalahgunaan narkoba.<sup>29</sup>

#### f. Upaya Mencegah *Bullying*

Beberapa upaya yang bisa dilakukan untuk mengatasi dan menaggulangi tindak kekerasan diantaranya:

- 1) Memperkuat pengendalian sosial
- 2) Mengembangkan budaya meminta maaf dan member maaf
- 3) Menerapkan prinsip anti kekerasan
- 4) Meningkatkan dialog dan komunikasi intensif antar siswa dan sekolah

---

<sup>29</sup> Raudhah Jasmin, Skripsi, “Penerapan Teknik Assertive Training Untuk Mengurangi Perilaku *Bullying* Siswa SMP Negeri 3 Meulaboh”, (Banda Aceh: Universitas Negeri Ar- Raniry, 2021)

5) Melakukan usaha pencegahan kekerasan disekolah<sup>30</sup>

g. **Bullying Dalam Al- Qura'an**

Didalam Al- Qur'an sendiri perilaku *bullying* mempunyai arti perilaku yang dapat merendahkan, hal tersebut dilakukan oleh pelaku untuk mencoba menurunkan mental pada korban bulli. Didalam agama Islam sangat melarang keras dan tidak menganjurkan perilaku tersebut.

Adapun ayat-ayat didalam Al- Qur'an yang membahas mengenai perilaku bullying terdapat dalam surat At-Taubah ayat: 79, dan surat Al-Hujurat ayat: 11. Adapun bunyi dari ayat-ayat tersebut adalah:

1. Surat At-Taubah ayat: 79

الَّذِينَ يَلْمُزُونَ الْمُطَّوِّعِينَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ فِي الصَّدَقَاتِ  
وَالَّذِينَ لَا يَجِدُونَ إِلَّا جُهْدَهُمْ فَيَسْخَرُونَ مِنْهُمْ سَخِرَ اللَّهُ مِنْهُمْ  
وَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ

Artinya:

"Orang-orang (munafik) yang mencela orang-orang beriman yang memberikan sedekah dengan sukarela dan yang (mencela) orang-orang yang hanya memperoleh (untuk disedekahkan) selain kesanggupannya, lalu mereka mengejeknya. Maka Allah mengejek mereka dan bagi mereka azab yang sangat pedih."

Pada ayat tersebut menjelaskan mengani orang yang suka mencela, menghina, dan memberikan pertolongan tetapi dengan tujuan tertentu atau mempunyai tujuan untuk merendahkan orang yang disedekahinya, tentunya dalam hal ini sangatlah dibenci oleh Allah dan pasti akan mendapatkan balasan yang sangat pedih di hari akhir kelak.

2. Surat Al-Hujurat ayat: 11

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرُونَ مِنْ قَوْمٍ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا  
مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءً مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا

<sup>30</sup> Yuranti, "Mengatasi Bullying Melalui Pendidikan Karakter", Jurnal Kreatif, (2018) Vol 9, No 1, Hal 5-6

أَنْفُسِكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ  
 وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ﴿٥١﴾

Artinya:

"Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olokkan itu) lebih baik daripada mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olok) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diolok-olok itu) lebih baik daripada perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela dan saling memanggil dengan julukan yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) fasik setelah beriman. Siapa yang tidak bertobat, mereka itulah orang-orang zalim."

Ayat tersebut menjelaskan mengenai larangan untuk mengolok-olok, menghina, mengejek, merendahkan seseorang. Didalam hal ini seseorang yang suka mencari permasalahan dengan orang lain, sesungguhnya dia lupa dengan kesalahan yang ada pada dirinya. Nabi Muhammad SAW pernah mengatakan bahwa "kesombongan itu adalah menolak kebenaran dan memandang rendah manusia". Dan akibatnya bagi pelaku tindakan tersebut Allah SWT akan membalas apa yang diperbuat dengan setimpal.

Dari kedua ayat tersebut tentunya sebagai manusia yang beriman janganlah melakukan tindakan tersebut karena selain dapat menyakiti perasaan orang lain, juga berdampak terhadap kesehatan mental yang orang tersebut miliki, dan belum tentu juga apabila diri kita mendapatkan perlakuan yang sama, kita bisa menerima perlakuan tersebut dengan senang hati.<sup>31</sup>

## B. Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian yang masih ada dirinci dalam sub bab penelitian terdahulu ini yang penelitiannya masih terikat dengan judul peneliti yakni "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik

<sup>31</sup>Li Mauzila, *Al-Quran Memandang Isu Anti Bullying Study Penafsiran Tematik Ayat Ayat Tentang Anti Bullying*, hal 10

*Assertive Training untuk Mereduksi Bullying di MTs NU Miftahul Ulum Kudus*". Beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan yang dilakukan oleh peneliti ialah:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Devi Shintia Fatmawati & Titin Indah Pratiwi dengan judul "*Penerapan Konseling Kelompok Latihan Asertif Pada Siswa Korban Bullying Di SMPN 34 Surabaya*" (jurnal BK UNES). Dalam penelitian ini teknik analisis yang digunakan yaitu teknik pengumpulan data berupa angket. Jenis penelitian yang digunakan adalah *one group pre-post test design* dengan menjadikan siswa SMPN 34 Surabaya sebagai sampel penelitian.

Kajian yang ada didalam penelitian ini yaitu antara layanan konseling kelompok latihan asertif. Penelitian tersebut menghasilkan kesimpulan bawa konseling kelompok dapat meningkatkan perilaku asertif siswa korban *bullying* di SMPN 34 Surabaya. Hasil ini didukung oleh hasil hipotesis yang menyatakan hipotesis yang diajukan diterima.

Persamaan penelitian ini yakni sama-sama membahas terkait konseling kelompok latihan asertif, adapun perbedaanya terletak pada lokasi penelitian.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Dina Afriana, dkk dengan judul "*Upaya Mengurangi Perilaku Bullying Disekolah Dengan Menggunakan Layanan Konseling Kelompok*". Dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah wawancara dengan guru BK, wali kelas dan calon subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan adalah *quasi experimental designs* dengan jenis penelitian *time series design*, dengan menjadikan peserta didik kelas VIII SMPN 19 Bandung sebagai sampel penelitian.

Persamaan penelitian ini yakni sama-sama membahas terkait pengurangan perilaku bullying dengan konseling kelompok, sedangkan perbedaanya terpetak pada teknik yang di pilih pada saat melakukan konseling kelompok, dan juga lokasi penelitian.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Raudhah Jasmin, dengan judul "*Penerapan Teknik Assertive Training Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa Smp Negeri 3 Meulaboh Kabupaten Aceh Barat*". (Skripsi UIN Ar-Raniry Banda Aceh tahun 2021. Penelitiannya menggunakan metode kuantitatif dan eksperimen. Teknik yang digunakan untuk mendapat data penelitian ialah *pre-experimental* dengan desain *one group pre-test*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 3 Meulaboh Aceh Barat.

Persamaan penelitian ini adalah sama-sama memakai teknik *assertive training* untuk mengurangi *bullying*. Perbedaannya adalah pada penelitian tersebut tidak terdapat layanan yang akan diberikan, sedangkan peneliti menggunakan layanan dalam bimbingan dan konseling yaitu layanan konseling kelompok.

### C. Kerangka Berfikir

Sugiyono mengemukakan bahwasanya kerangka berfikir merupakan sintesa hubungan variabel yang dibangun dari berbagai teori yang telah diartikulasikan. Saat ini variabel yang diteliti adalah hubungan antara bimbingan kelompok dengan perilaku *bullying* siswa di sekolah. Teknik pelatihan asertif merupakan salah satu jenis layanan konseling yang diberikan secara berkelompok dengan menggunakan dinamika kelompok untuk berdebat dan menyelesaikan masalah, memperbaiki diri, dan mencegah perundungan. Karena anggota layanan konseling kelompok adalah teman sebayanya, anggota kelompok akan merasa lebih nyaman dan beradaptasi dengan layanan ini. Kerangka kerja untuk penelitian ini ditunjukkan di bawah ini.

**Gambar 2.1**  
**Kerangka Berpikir**



### D. Hipotesis

Hipotesis merupakan tanggapan sementara terhadap rumusan masalah penelitian, yang telah diberikan dalam bentuk kalimat tanya. Disebutkan sementara karena solusi yang diberikan hanya didasarkan pada keyakinan yang tepat, bukan fakta empiris yang dikumpulkan melalui pengumpulan data. Akibatnya, hipotesis mungkin diartikulasikan sebagai jawaban teoretis terhadap rumusan masalah dalam studi, bukan jawaban empiris berdasarkan bukti. Berikut hipotesis penelitian tersebut.

**Ha:** Terdapat hubungan yang positif antara layanan konseling kelompok teknik *assertive training* dengan perilaku *bullying* siswa disekolah.

**Ho:** Tidak terdapat korelasi antara layanan konseling kelompok teknik *assertive training* dengan perilaku *bullying* siswa disekolah.

