

BAB II KERANGKA TEORI

A. Deskripsi Layanan Konseling Individu

1. Pengertian Konseling Individu

Konseling individu merupakan suatu layanan bimbingan dan konseling yang dapat memungkinkan konseli memperoleh layanan secara langsung dengan tatap muka (secara perorangan) dengan konselor untuk mengentaskan permasalahan pribadi yang dialami oleh konseli. Proses bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli yang memiliki permasalahan dilakukan melalui proses wawancara konseling.¹

Pengertian konseling individu memiliki arti khusus dalam mengartikan pertemuan antara konselor dengan klien secara individu, terjadinya hubungan proses konseling dengan bernuansa rapport, dan konselor berusaha untuk mengupayakan dengan memberikan bantuan agar klien memiliki pengembangan pribadi dan bisa mewaspadai adanya masalah-masalah yang dihadapinya. Konseling individu merupakan kunci dari semua bentuk kegiatan bimbingan dan konseling.²

Menurut pandangan Tolbert dikutip oleh Syamsu Yusuf mengutarakan bahwa konseling individu merupakan bentuk hubungan *face to face* antara konselor dengan konseli, konselor adalah seseorang yang mempunyai kompetensi khusus yang dapat memberikan situasi pembelajaran terhadap konseli sebagai manusia yang normal, konseli diberikan bantuan untuk mengenali tentang dirinya, keadaan sekarang yang dihadapi dan masa yang akan datang nantinya sehingga konseli bisa mempergunakan potensinya untuk memperoleh kebahagiaan baik pribadi ataupun sosial, serta konseli bisa belajar mengenai bagaimana cara memecahkan suatu permasalahan dan mencukupi kebutuhan di masa depan.³

¹ Mufida Istati, *Konseling Individual: Sebuah Pengantar Keterampilan Dasar Konseling Bagi Konselor Pendidikan*, (Bogor: Guepedia, 2021), 8.

² Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Terori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2010), 159.

³ Mufida Istati, *Konseling Individual: Sebuah Pengantar Keterampilan Dasar Konseling Bagi Konselor Pendidikan*, (Bogor: Guepedia, 2021), 8-9.

Menurut Prayitno dalam buku Nur Vita Fauziyah dan Abdul Muhid dengan judul *Konseling Individual: Sebuah Pengantar Keterampilan Dasar Konseling Bagi Konselor Pendidikan* bahwa konseling individu merupakan suatu bentuk layanan konseling yang diberikan oleh konselor kepada konseli melalui tatap muka secara langsung dan dilakukan guna pembahasan permasalahan yang sedang konseli hadapi. Menurut Hariastutik dalam buku Nur Vita Fauziyah dan Abdul Muhid dengan judul *Konseling Individual: Sebuah Pengantar Keterampilan Dasar Konseling Bagi Konselor Pendidikan* mengungkapkan bahwa konseling individu merupakan bentuk layanan konseling yang memungkinkan peserta didik mendapatkan layanan agar dapat memperoleh layanan secara individu dengan tatap muka secara langsung yang diberikan oleh seorang guru ataupun konselor guna membahas masalah yang dialami oleh peserta didik. Menurut Akhmad Sudrajat dalam buku Nur Vita Fauziyah dan Abdul Muhid dengan judul *Konseling Individual: Sebuah Pengantar Keterampilan Dasar Konseling Bagi Konselor Pendidikan* bahwa layanan konseling individu merupakan layanan yang digunakan guna menolong siswa untuk dapat menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya.⁴

Berdasarkan pengertian konseling individu diatas, peneliti menarik kesimpulan bahwa konseling individu merupakan layanan bantuan yang diberikan kepada konseli oleh konselor secara langsung untuk dapat membantu mengentaskan permasalahan konseli yang tidak dapat di tangani sendiri.

2. Tujuan Konseling Individu

Dalam layanan konseling individu, terdapat 2 (dua) tujuan, yaitu secara umum dan secara khusus. Secara umum, konseling individu memiliki tujuan yaitu dapat terselesainya suatu permasalahan yang dihadapi oleh konseli. Ciri ciri dari permasalahan dalam proses konseling, antara lain; hal yang keberadaannya sangat tidak disukai oleh konseli, suatu hal yang ingin konseli hilangkan dalam kehidupannya, hal yang keberadaannya dapat menjadi halangan dan dapat konseli

⁴ Nur Vita Fauziyah dan Abdul Muhid, "Efektivitas Layanan Konseling Individu Dengan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Siswa: *Literature Review*," *Jurnal Bikotetik* 3, no. 1 (2019): 2.

bisa mendapatkan kerugian. Dari ciri permasalahan konseling tersebut, maka bentuk upaya untuk menyelesaikan permasalahan tersebut melalui konseling individu, dimana dapat meminimalisir intensitas ketidaksukaannya dari keberadaan suatu hal yang dimaksudkan. Dalam proses konseling individu, beban permasalahan yang dialami konseli akan diringankan, kemampuan diri konseli akan diingkatkan, dan potensi diri konseli akan dikembangkan.⁵

Tujuan konseling individu secara khusus dihubungkan dengan fungsi-fungsi konseling secara keseluruhan, antara lain:

- a. Melalui proses konseling individu konseli memahami secara mendalam mengenai seluk beluk dari permasalahan yang dihadapi, dan secara menyeluruh, serta positif dan dinamis (fungsi pemahaman).
- b. Memiliki pemahaman yang telah dikembangkan melalui persepsi dan sikap konseli agar dapat mengentaskan permasalahan dengan spesifik (fungsi pengentasan)
- c. Konseli dapat memelihara dan mengembangkan potensi yang positif (fungsi pemeliharaan dan pengembangan).
- d. Konseli dapat mencegah adanya permasalahan-permasalahan yang akan muncul (fungsi pencegahan).
- e. Konseling individual dapat memberikan penanganan bersifat advokasi, jika permasalahan yang dialami konseli bersifat melanggar hak-hak yang dimilikinya sehingga konseli merasakan adanya penganiayaan.⁶

3. Proses Konseling Individu

Menurut Brammer dalam jurnal *Al-Takziah* oleh Firad Wijaya mengutarakan bahwa proses konseling merupakan sebuah kejadian yang sudah berlangsung dan memberikan konselor dan konseli sebuah makna bagi mereka. Di dalam proses konseling terdapat 3 (tiga) tahapan dalam konseling: a) tahap awal mendefinisikan masalah. b) tahap pertengahan, tahap kerja. c) tahap akhir keputusan.⁷

⁵ Muhammad Husni, "Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme," *Al-Ibrah* 2, no. 2 (2017): 64.

⁶ Muhammad Husni, "Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme," *Al-Ibrah* 2, no. 2 (2017): 65.

⁷ Firad Wijaya, "Konseling Individual Dalam Mengatasi Kenakalan Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Yogyakarta," *Al-Takziah* 6, no. 2 (2017): 101.

a. Tahap awal dalam konseling (mendefinisikan masalah)

Tahap awal dalam konseling terjadi pada saat konseli bertemu dengan konselor sampai berjalannya proses konseling dan konselor mendefinisikan permasalahan konseli dengan dasar isu, kepedulian ataupun permasalahan dari konseli. Proses pada tahap awal konseling, sebagai berikut :

- 1) Menciptakan hubungan konseling yang menyertakan konseli. Hubungan tersebut dinamakan *a working relationship* artinya hubungan yang memiliki fungsi, makna dan berguna. Keberhasilan dari proses konseling individu sangat ditentukan dari keberhasilannya tahap awal. Kunci keberhasilannya ditentukan pada keterbukaan seorang konselor dan konseli dimana keduanya harus jujur untuk mengungkapkan sebuah perasaannya, harapan, dll. Keterbukaan seorang konseli di lihat dari konselor yakni dapat membuat kepercayaan pada konseli, konselor harus dapat menyertakan konseli dengan terus menerus selama proses konseling berlangsung.
- 2) Memperjelas dan mendefinisikan permasalahan. Konselor harus dapat membantu konselinya untuk menjelaskan permasalahan yang dialami oleh konseli, karena tidak semua konseli bisa mengutarakan permasalahannya dengan baik dan konselor juga harus dapat mengembangkan potensi yang mungkin konseli tidak mengetahui akan potensi yang dimilikinya.
- 3) Menafsirkan dan menjajakan permasalahan. Konselor mengupayakan untuk penjajakan atau memberikan tafsiran yang mungkin akan terjadi pada permasalahan yang akan dialami oleh konseli dan membuat rencana bantuan dengan mengembangkan potensi konseli.
- 4) Melakukan negoisasi kontrak
 Dalam proses konseling, konselor dan konseli sebelumnya melakukan negoisasi kontrak waktu, tugas dan kontrak kerjasama dalam proses konseling.⁸

⁸ Firad Wijaya, "Konseling Individual Dalam Mengatasi Kenakalan Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Yogyakarta," *Al-Takziah* 6, no. 2 (2017): 101-102.

- b. Tahap pertengahan dalam konseling (tahap kerja)
 - 1) Menjelajahi dan mengeksplorasi permasalahan, isu yang terjadi dan kepedilian konseli lebih jauh Melakukan penjelajahan bermaksud agar konseli memiliki pandangan baru dari masalahnya. Konselor dan konseli bersama-sama menilai kembali permasalahannya untuk melihat jika konseli semangat artinya konseli tersebut sudah terbuka dan akan melihat masalahnya dengan objektik.
 - 2) Mejlaga agar hubungan konselingnya terpelihara. Proses konselingnya akan terpelihara jika;⁹ pertama, saat pembicaraan konseli merasa senang, konseli memperlihatkan akan kebutuhan pengembangan potensi dirinya dan ingin memecahkan permasalahannya. Kedua, konselor berusaha untuk kreatif memberikan ketrampilan dengan beragam serta menjaga keramahan, empati, kejujuran, keikhlasan untuk membantu konseli
 - 3) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak. Untuk menjaga penjanjian di awal konselor harus menegoisasikan kontrak untuk memperlancar proses konseling. Strategi konselor pada tahap ini yaitu: pertama, mengkomunikasikan tentang nilai-nilai inti agar konseli terus jujur mengutarakan isi hatinya, terbuka dan dapat menggali informasi lebih dalam. Kedua, memberikan tantangan konseli agar memiliki srategi baru¹⁰
- c. Tahap Akhir Konseling (Tahap Tindakan)
 - 1) Ditandai dengan menurunnya kecemasan konseli saat konselor menanyakan kondisi kecemasannya.
 - 2) Terdapatnya perubahan perilaku yang positif, sehat, dan dinamis.
 - 3) Terdapatnya perencanaan untuk khidupan di masa depan dengan jelas.

⁹ Firad Wijaya, "Konseling Individual Dalam Mengatasi Kenakalan Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Yogyakarta," *Al-Takziah* 6, no. 2 (2017): 101-102.

¹⁰ Firad Wijaya, "Konseling Individual Dalam Mengatasi Kenakalan Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Yogyakarta," *Al-Takziah* 6, no. 2 (2017): 101-103.

- 4) Terdapatnya perubahan sikap konseli yang mulai bisa menilai dirinya dan menghilangkan sikap menyalahkan orang lain.¹¹

B. Grand Teori

1. Teori *Client Centered*

Terapi client centered ditemukan dan dikembangkan oleh Carl R. Rogers (2006), yakni teknik terapi yang dipusatkan pada klien. Teknik ini mengasumsikan sejajar antara konselor dan klien.¹² Didalam konseling, hubungan antara konselor dan klien diwarnai dengan kehangatan, saling percaya, dan klien diberikan diperlakukan sebagai seorang dewasa yang dapat mengambil keputusan sendiri dan bertanggung jawab atas keputusannya. Tugas konselor untuk membantu klien mengenali dirinya sendiri sehingga akhirnya dapat menemukan solusi bagi dirinya sendiri.

Pendekatan konseling client centered menekankan pada kecakapan klien untuk menentukan isu yang penting bagi dirinya dan pemecahan masalah dirinya. Konsep utama yang menjadi dasar ialah hal yang mengenai diri (self), aktualisasi diri, teori kepribadian, dan hakekat kecemasan. Konsep inti konseling berpusat pada klien ialah tentang diri dan konsep menjadi diri sendiri atau pertumbuhan perwujudan diri. Beberapa konsepsi Rogers tentang hakekat manusia diantara lain:

- a. Manusia tumbuh melalui pengalamannya, baik melalui perasaan, berfikir, kesadaran ataupun penemuan
- b. Hidup ialah kehidupan saat ini dan lebih dari pada perilaku-perilaku otomatis yang ditentukan oleh kejadian-kejadian masa lalu, nilai-nilai kehidupan adalah saat ini daripada masa lalu, atau yang akan datang
- c. Manusia adalah makhluk subyektif, secara esensial manusia hidup dalam pribadinya sendiri dalam dunia subjektif
- d. Keakraban hubungan manusia merupakan salah satu cara seseorang paling banyak memenuhi kebutuhannya
- e. Pada umumnya, setiap manusia memiliki kebutuhan-kebutuhan untuk bebas, spontan, bersama-sama dan saling berkomunikasi

¹¹ Firad Wijaya, "Konseling Individual Dalam Mengatasi Kenakalan Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Yogyakarta," *Al-Takziah* 6, no. 2 (2017): 104.

¹² Ulfa Danni Rosada, "Model Pendekatan Konseling Client Centered dan Penerapannya dalam Praktik", *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, no. 1 (2016): 15.

f. Manusia memiliki kecenderungan ke arah aktualisasi, yaitu tendensi yang melekat pada organisme untuk mengembangkan keseluruhan kemampuannya dalam cara memberi pemeliharaan dan mempertinggi aktualisasi diri.¹³

Peran konselor dalam pendekatan konseling client centered adalah:

- a. Konselor tidak memimpin, mengatur atau menentukan proses perkembangan konseling, tetapi hal tersebut dilakukan oleh klien itu sendiri
- b. Konselor merefleksikan perasaan-perasaan klien, sedangkan arah pembicaraan ditentukan oleh klien
- c. Konselor menerima klien dengan sepenuhnya dalam keadaan seperti apapun
- d. Konselor memberi kebebasan pada klien untuk mengekspresikan perasaan-perasaan sedalam-dalamnya dan selunaslunasnya.¹⁴

2. Depresi Anak

a. Definisi Depresi

Depresi adalah istilah yang sangat populer dalam kalangan dunia kedokteran maupun dunia psikologi, namun istilah depresi susah untuk didefinisikan secara tepat. Di dalam penggunaan istilah bahasa Indonesia tidak ada yang identik dengan istilah dan kata yang identik dengan depresi. Perasaan sedih dan merasa putus asa tidak identik dengan istilah depresi, meskipun itu adalah termasuk gejala depresi.¹⁵

Depresi merupakan kata yang mempunyai banyak nuansa maknanya. Perasaan sedih atau jengkel, menjalankan kehidupan yang penuh dengan permasalahan, merasa kecewa dengan apa yang terjadi, merasa kehilangan dan frustrasi, sehingga dengan mudahnya kita merasa tidak bahagia dan putus asa, namun sebagian dari kita sudah pernah merasakannya, secara umum perasaan yang semacam itu cukup normal dan itu adalah reaksi sehat yang berlangsung cukup singkat serta mudah untuk dihalau.¹⁶

¹³ Ulfa Danni Rosada, "Model Pendekatan Konseling Client Centered dan Penerapannya dalam Praktik", Jurnal Bimbingan dan Konseling, no. 1 (2016): 15-16.

¹⁴ Ulfa Danni Rosada, "Model Pendekatan Konseling Client Centered dan Penerapannya dalam Praktik", Jurnal Bimbingan dan Konseling, no. 1 (2016): 16.

¹⁵ Namora Lumongga Lubis, Depresi Tinjauan Psikologi, (Jakarta: Kencana, 2016), 11-12.

¹⁶ Namora Lumongga Lubis, Depresi Tinjauan Psikologi, (Jakarta: Kencana, 2016), 11-12.

Depresi dapat terjadi ketika individu mengalami stres yang berlebihan dan tidak kunjung berhenti, depresi dapat dialami oleh individu yang memiliki kaitannya dengan suatu kejadian dramatis yang waktu terjadinya baru saja dialami oleh individu tersebut, seperti meninggalnya seseorang yang sangat dicintainya atau individu kehilangan pekerjaannya yang selama ini telah jerih payah untuk pekerjaan tersebut dan sangat dibanggakannya. Jika keadaan sedih yang ditimpinya tidak cepat reda atau bahkan sampai 6 bulan lamanya maka hal tersebut dinamakan dengan depresi.¹⁷

Depresi adalah gangguan jiwa yang berasal dari stres yang tidak bisa diatasi, maka individu tersebut bisa masuk ke dalam fase depresi. Rathus dalam bukunya Namora Lumongga Lubis dengan judul Depresi Tinjauan Psikologis mengungkapkan bahwa seseorang yang mengalami depresi maka gangguan yang umum terjadi yaitu kondisi emosi, motivasi, fungsional dan gerak-gerak tingkah laku serta kognisi. Atkinson dalam bukunya Namora Lumongga Lubis dengan judul Depresi Tinjauan Psikologis mengungkapkan bahwa depresi adalah gangguan *mood* yang cirinya seperti tidak memiliki harapan untuk hidup, patah hati, tidak memiliki daya, tidak bisa membuat keputusan dalam memulai kegiatan, menurunnya konsentrasi individu, tidak mempunyai semangat dalam hidupnya, selalu merasa tegang, dan individu memiliki upaya untuk mencoba bunuh diri.¹⁸

Secara sederhana bisa diutarakan bahwa Depresi merupakan suatu pengalaman menyakitkan yang didapatkan dalam kehidupannya, dan menimbulkan perasaan untuk tidak memiliki harapan lagi. Dr. Jonatan Trisna menarik kesimpulan bahwa depresi merupakan perasaan sensi dan perasaan sedih seseorang yang biasanya di ikuti dengan melambatnya fungsi gerak dan fungsi tubuh seseorang. Berawal dari perasaan sedih sedikit dampai pada tahap dimana keadaannya sudah tak berdaya. Depresi merupakan gangguan pada perasaan (afek) ditandai pada afek disforik (kehilangan kegembiraan/gairah) diikuti dengan gejala yang

¹⁷ Namora Lumongga Lubis, Depresi Tinjauan Psikologi, (Jakarta: Kencana, 2016), 12-13.

¹⁸ Namora Lumongga Lubis, Depresi Tinjauan Psikologi, (Jakarta: Kencana, 2016), 13.

lainnya seperti terganggunya pola tidur dan selera makan menjadi menurun.¹⁹

Dahulu anak-anak tidak dianggap dapat menderita depresi, karena sudut pandang dari Freudian tentang ketidaksadaran, depresi dipandang yang mengalami kondisi tersebut hanya orang dewasa, namun sekarang depresi sudah dipandang secara profesional medis sebagai kondisi serius yang dapat mempengaruhi remaja dan anak-anak. Simtom depresi pada anak-anak sama seperti simtom depresi orang dewasa, tetapi anak-anak tidak mempunyai banyak kata untuk dapat mengekspresikan kata-katanya melainkan anak-anak mengekspresikan melalui perilakunya. Anak kecil banyak menunjukkannya lewat fobia, bentuk kecemasan saat mereka ditinggal dan komplain sakit somatis.²⁰

Pada depresi psikotik anak memperoleh halusinasi, sedangkan pada depresi psikotik dewasa lebih mendapatkan delusi. Tanda yang diperlihatkan oleh anak usia TK dan SD yaitu: anak nampak sakit, pergerakannya lebih sedikit, beberapa dari anak-anak lebih mudah untuk menangis dan tersinggung dengan spontan jika mereka frustrasi, serta bisa saja dapat mengatakan hal-hal yang bersifat negatif mengenai dirinya.²¹

Berdasarkan dari *Natioanal Institute Of Mental Health*, konsekuensi depresi dari anak-anak ialah:

- 1) Sekali anak mengalami episode depresi, maka akan beresiko mendapatkan episode yang lain dalam jangka 5 tahun kedepan.
- 2) Mengalami depresi ada masa anak-anak akan dapat memprediksi mendapatkan depresi yang lebih berat pada saat masa dewasa.
- 3) Depresi yang menimpa anak-anak dan remaja diasosiasikan dapat meningkatnya perilaku untuk melakukan bunuh diri.²²

¹⁹ Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologi*, (Jakarta: Kencana, 2016), 13.

²⁰ Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologi*, (Jakarta: Kencana, 2016), 56.

²¹ Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologi*, (Jakarta: Kencana, 2016), 56-57.

²² Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologi*, (Jakarta: Kencana, 2016), 56-57.

Dari penjelasan diatas, peneliti menarik kesimpulan bahwa depresi merupakan gangguan emosional yang berupa perasaan sedih berkepanjangan, perasaan jengkel yang dipendam dan menghasilkan pola pikir yang negatif, serta berdampak pada munculnya perilaku-perilaku yang negatif.

b. **Gejala-Gejala Depresi**

Gejala depresi merupakan sekumpulan dari perilaku dan perasaan individu yang secara spesifiknya dapat digolongkan sebagai depresi. Gejala-gejala dari depresi dapat dilihat melalui tiga (3) segi, yaitu dilihat melalui segi fisik, psikis dan sosial.²³

1) Gejala fisik

Menurut dari beberapa ahli, gejala depresi yang terlihat memiliki rentangan dan variasi luas sesuai dengan berat ringannya depresi seseorang yang dialaminya, tetapi secara garis besar terdapat beberapa gejala fisik yang mudah untuk dideteksi. Seperti:

- a) Gangguan pada pola tidurnya. Seperti kesulitan untuk tidur, terlalu berlebihan ataupun terlalu kurang waktu tidurnya.
- b) Tingkat aktivitasnya menurun. Individu yang depresi perilakunya akan pasif seperti menonton tayangan televisi, makan dan tidur, dimana kegiatannya tidak melibatkan orang lain.
- c) Efisiensi kerjanya menurun. Individu memiliki kesulitan untuk memfokuskan perhatian terhadap suatu hal sehingga akan sulit memfokuskan energinya pada hal-hal yang utama dan melakukan hal-hal yang tidak berguna. Seperti melamun dengan pikiran kosong, ngemil, terus-terusan merokok, menelepon seseorang yang tidak perlu.
- d) Produktivitas kerja menurun. Individu yang mengalami depresi akan mudah merasakan lelah, capek meskipun belum melakukan kegiatan yang berarti.
- e) Mudah merasakan letih dan sakit. Depresi merupakan perasaan yang negatif. Jika seseorang selalu merasakan perasaan yang negatif maka akan

²³ Namora Lumongga Lubis, Depresi Tinjauan Psikologi, (Jakarta: Kencana, 2016), 22.

mudah merasakan capek, letih karena pikiran dan perasaannya selalu terbebani.²⁴

2) Gejala psikis

- a) Kehilangan rasa percaya diri. Individu yang depresi selalu memandang hal-hal yang negatif, termasuk juga menilai dirinya sendiri. Orang lain selalu dinilai lebih sukses, pandai dan lebih segalanya dari dirinya sendiri.
- b) Sensitif. Selalu mengaitkan sesuatu hal dengan dirinya. Perasaannya sangat sensitif, sehingga selalu melihat hal-hal dengan sudut pandang yang berbeda atau disalah artikan. Akibatnya selalu merasa tersinggung. Mudah sekali untuk marah, curiga, merasa sedih dan murung.
- c) Dirinya merasa tidak berguna. Hal ini muncul karena individu merasa selalu gagal terutama dalam bidang atau lingkungan yang seharusnya mereka kuasai.
- d) Perasaan bersalah. Individu selalu merasa bahwa kejadian yang telah menimpanya adalah sebuah hukuman bagi dirinya.
- e) Perasaan terbebani. Banyak yang menyalahkan orang lain karena kesusuahan yang dialaminya, sehingga individu merasa memiliki beban berat.²⁵

3) Gejala sosial

Gejala depresi yang menjadi permasalahan diri sendiri menjadi permasalahan sosial, karena sosial akan bereaksi atas perilaku individu yang mengalami depresi. Permasalahan yang biasanya terjadi ialah masalah interaksi dengan temannya. Masalah lainnya yang muncul yaitu perasaan minder, cemas jika berada dalam kelompok dan merasa tidak nyaman untuk bisa berkomunikasi secara normal seperti orang-orang lainnya.²⁶

4) Simtom-simtom depresi

kategori simtom atau gejala depresi yang dibuat menurut Beck dalam bukunya Namora Lumongga Lubis

²⁴ Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologi*, (Jakarta: Kencana, 2016), 22.

²⁵ Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologi*, (Jakarta: Kencana, 2016), 23-24.

²⁶ Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologi*, (Jakarta: Kencana, 2016), 24-25.

dengan judul Depresi Tinjauan Psikologis ialah simtom-simtom emosional, simtom-simtom kognitif, simtom-simtom motivasional dan simtom-simtom fisik.²⁷

- a) Simtom-simtom emosional merupakan perasaan yang berubah-ubah atau tingkah laku yang berdampak langsung dari keadaan emosi. Beck menyebutkan bahwa manifestasi emosional antara lain: menurunnya mood, memandang negatif dirinya sendiri, tidak merasa puas, menangis, hilangnya rasa kebahagiaan.
- b) Simtom-simtom kognitif. Beck dalam bukunya Namora Lumongga Lubis dengan judul Depresi Tinjauan Psikologis menyebutkan bahwa manifestasi kognitif antara lain: selalu menilai rendah dirinya, memiliki harapan-harapan yang negatif, selalu menyalahkan dan mengomentari dirinya sendiri, tidak bisa membuat keputusan dengan baik, distorsi “*body image*”.
- c) Simtom-simtom motivasional. Dorongan dan implus yang menonjol dalam depresi mengalami regresi, terutama dalam aktivitas yang menuntut untuk memiliki tanggung jawab atau energi yang lumayan besar. Hilangnya motivasi (*paralysis of will*) dijumpai 65 sampai 86% dari individu yang mengalami depresi. Individu mempunyai masalah besar pada mobilisasi diri untuk melakukan kegiatan yang paling dasar seperti makan, minum dan buang air. Inti dari permasalahannya ialah individu mengetahui apa hal yang harus dilakukan tetapi individu tidak memiliki kemauan untuk melakukannya.²⁸

Simtom motivasional yang lain yaitu individu memiliki keinginan untuk menyimpang dari pola kehidupan sehari-hari, memiliki keinginan untuk menghindari tugasnya sehari-hari dan ingin menunda-nunda kegiatan yang tidak mendatangkan

²⁷ Namora Lumongga Lubis, Depresi Tinjauan Psikologi, (Jakarta: Kencana, 2016), 25.

²⁸ Namora Lumongga Lubis, Depresi Tinjauan Psikologi, (Jakarta: Kencana, 2016), 25-28.

kepuasannya langsung, memilih melamun. Individu lebih teratak pada kegiatannya yang pasif, seperti menonton tayangan televisi, nonton bioskop, ataupun tiduran di kamar. Simtom motivasional lainnya yaitu memiliki keinginan untuk bunuh diri. Beck mencatat terdapat 74% individu memiliki keinginan untuk bunuh diri bagi penderita depresi sedangkan non depresi memiliki keinginan bunuh diri 12 %.

Simtom motivasional selanjutnya adalah meningkatnya dependensi yaitu keinginan guna mendapatkan pertolongan, petunjuk dan pengarahan dari pada melakukan proses yang aktual tersebut kepada orang lain.

d) Simtom-simtom fisik. Kehilangan nafsu makan, memiliki gangguan tidur, mudah merasakan lelah, kehilangan libido.²⁹

c. **Faktor-faktor Penyebab Depresi**

Faktor –faktor penyebab terjadinya depresi oleh anak dan remaja tidak diketahui secara lengkapnya, namun sudah diajukan dari sejumlah teori yang penting, antara lain:³⁰

1) Faktor psikologis

a) Teori psikoanalitik dan psikodinamik, Freud dan Abraham dalam bukunya Namora Lumongga Lubis dengan judul Depresi Tinjauan Psikologis mengungkapkan bahwa penyebab depresi karena hilangnya obyek cinta kemudian individu mengadakan introyeksi yang ambivalen dari hilangnya obyek cinta tersebut atau rasa marahnya disalurkan pada dirinya sendiri.

b) Menurut Model *Cognitive Behavioral*, Beck dalam bukunya Namora Lumongga Lubis dengan judul Depresi Tinjauan Psikologis mengungkapkan bahwa terdapat tiga pandangan negatif yang menyebabkan individu menderita depresi, seperti individu melihat dengan sudut pandang yang negatif, menginterpretasi negatif terhadap pengalaman hidup

²⁹ Namora Lumongga Lubis, Depresi Tinjauan Psikologi, (Jakarta: Kencana, 2016), 28-29.

³⁰ Soetiningsih, Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya, (Jakarta: Sagung Seto, 2004), 221.

yang pernah dialami, dan melihat harapan individu kedepannya secara negatif.

Sebab depresi anak usia remaja hampir sama dengan sebab depresi orang dewasa, karena adanya *triad cognitive*, perasaan yang; tidak berharga (*worthlessness*), tidak adanya seseorang yang menolong dirinya (*helplessness*), tidak memiliki harapan (*hopelessness*).

c) Menurut dari model teori belajar “merasakan tidak berdaya” (*learned helplessness model*) dari Seligman dalam bukunya Namora Lumongga Lubis dengan judul Depresi Tinjauan Psikologis mengungkapkan bahwa individu menderita depresi jika individu menemukan suatu peristiwa yang membuat individu tidak bisa mengendalikan dirinya kemudian juga tidak memiliki kemampuan untuk menguasai peristiwa pada masa depan.³¹

d) Menurut model sistem keluarga. Anak dapat menderita depresi perihal orangtua yang tidak memiliki kemampuan untuk menciptakan hubungan yang baik, seperti memenuhi kebutuhan anak, misalnya hubungan interpersonal dalam keluarga atau teman buruk, sukar dalam sekolah ataupun pekerjaan, permasalahan finansial, dan lain-lain.

Penyebab khusus dari depresi remaja terjadi karena adanya mediator yaitu harga diri rendah, terjadinya penolakan, dan akademiknya menurun.

e) Menurut dari model pengendalian diri sendiri (*self control model*) oleh Rehm dalam bukunya Namora Lumongga Lubis dengan judul Depresi Tinjauan Psikologis mengemukakan bahwa terjadinya depresi karena tidak adanya kemampuan lebih dari pemantauan diri sendiri, penilaian diri sendiri atau penguatan diri sendiri.³²

2) Faktor biologis

1) Faktor *neuro* kimia, adalah *mono-amine neurotransmitters* (*norepinephrine* dan *serotonin*).

³¹ Soetingsih, Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya, (Jakarta: Sagung Seto, 2004), 221-222.

³² Soetingsih, Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya, (Jakarta: Sagung Seto, 2004), 222.

Jika anak kekurangan zat tersebut maka dapat menyebabkan terjadinya depresi

- 2) Faktor *neuro-endokrin*, individu yang mengalami depresi berasal dari disfungsi dalam sistem menyalurkan rangsang ke hipofise dan target organs yang lain, pada ritme biologis yang mengatur suhu badan, mengatur kadar hormon di dalam darah, menstruasi, mengatur keadaan tidur dan bangun, jika terdapat gangguan pada organ ini maka dapat menimbulkan gangguan, meningkatkan kadar hormon yang berlebihan selama tidur pada anak, serta gangguan tiroid.³³
- 3) Faktor *neuro-imunologis*
 Pada individu yang dewasa ditemukannya gangguan pada faktor *neuroimunologis* sehingga infeksi pada susunan saraf pusatnya dapat mudah terjadi. Kemungkinan yang lainnya, zat imunologis sangat aktif sehingga menyebabkan kerusakan di susunan saraf pusat. Keadaan ini belum terbukti pada anak dan remaja.
- 4) Teori genetik
 Teori genetik telah dikenal bahwa penderita depresi banyak yang terjadi karena faktor keturunan dari keluarga yang depresi (*polygenic inheritance*). Resiko ini dapat meningkat antara 20-40% untuk keluarga dari keturunan yang pertama (*first degree relatives*).
 Diungkapkan bahwa jika anak-anak dari keluarga penderita depresi psikotik dan depresi non psikotik terdapat adanya kejadian yang tinggi dari gejala ini. Jika Mempunyai satu orang tua yang menderita depresi, maka kemungkinan akan meningkatkan resiko dua kali buat keturunannya. Jika memiliki kedua orangtua yang menderita depresi, maka kemungkinan akan meningkatkan resiko empat kali bagi keturunannya remaja sebelum 18 tahun. Penelitian terhadap kembar *monozigot* pada asuhan terpisah, memiliki kemungkinan saudara kembar juga mengalami depresi berat, kisaran 53-

³³ Soetiningsih, Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya, (Jakarta: Sagung Seto, 2004), 222.

69%. Sedangkan untuk yang gangguan depresi pada kembar *dyzygot* kisaran 19%.³⁴

- 5) Faktor psikososial
 - a) Peristiwa kehidupan dianggap bukan penyebab gangguan depresi terjadi tetapi merupakan faktor presipitasi untuk terjadinya gangguan tersebut. Seorang anak yang gangguan tersebut lebih sering melewati peristiwa yang negatif dibandingkan dengan kelompok pembanding.
 - b) Anak yang mengalami gangguan depresi biasanya memiliki defisit dalam bidang keterampilan sosial. Namun jika memperbaiki kekurangan tersebut akan membawa keberhasilan yang memuaskan.
 - c) Faktor dari status perkawinan orangtuanya (*broken home*).
 - d) Faktor dari banyaknya jumlah saudara.
 - e) Status ekonomi orangtuanya rendah.
 - f) Terjadinya perpisahan orangtua terhadap anaknya dengan alasan perceraian atau meninggal.
 - g) Buruknya hubungan keluarga.
- 6) Penelitian tidur *polysomnography* tidak menunjukkan perubahan pola tidurnya melainkan terdapatnya penurunan pada *Latency* REM (Rapid Eye Movement), meningkatnya jumlah pada periode REM dan gelombang lambat pada usia remaja dengan gangguan depresi yang berat.³⁵

C. Bullying

1. Pengertian *Bullying*

Istilah *bullying* dari segi bahasa berawal dari Bahasa Inggris, yang berasal dari kata *bull* yang artinya banteng yang suka menunduk kesana kesini. Kata *bullying* secara etimologi dalam bahasa Indonesia diambil kata *bully* yang artinya menggertak, orang yang suka mengusik kehidupan orang yang lemah, istilah *bullying* didefinisikan dalam terminology *bullying* merupakan “sebuah keinginan seseorang untuk dapat menyakiti orang lain. Keinginan ini di tonjolan

³⁴ Soetiningsih, Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya, (Jakarta: Sagung Seto, 2004), 222-223.

³⁵ Soetiningsih, Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya, (Jakarta: Sagung Seto, 2004), 223-224.

melalui bentuk tindakan yang mengakibatkan orang lain sengsara. Seseorang atau sekumpulan beberapa orang yang merasa bahwa dirinya kuat melakukan bentuk tindakan secara langsung, dengan tidak memiliki rasa tanggung jawab, melakukan tindakan dengan berulang-ulang, dan melakukan tindakan dengan hati yang bahagia”.³⁶

Bullying merupakan bentuk tindakan pemaksaan yang tergolong dalam jenis kekerasan fisik dan mental kepada satu orang atau sekelompok orang yang dianggap lemah oleh orang atau sekelompok orang yang merasa dirinya kuat untuk dapat mewujudkan apa saja yang diinginkannya terhadap korban yang merasa dirinya lemah.³⁷

Bullying merupakan penyalahgunaan kekuatan dengan sengaja dan dilakukan berulang-ulang oleh seorang anak atau lebih kepada anak lainnya, dengan tujuan untuk dapat menyakiti atau membuat perasaan tertekan dan sampai setres. Perilaku menyakiti biasanya secara langsung diarahkan kepada targetnya dan dilakukan terus menerus sepanjang waktu dengan melibatkan adanya sebuah perbedaan kekuatan yang dimiliki antara target dan pelaku.³⁸

Bullying merupakan bentuk dari salah satu tindakan agresi. Biasanya perilaku *bullying* merupakan bagian dari tindakan agresi yang dilakukan seseorang dengan berulang-ulang kali oleh seseorang yang merasa dirinya lebih kuat terhadap anak yang lebih lemah dilihat secara psikis dan fisiknya. *Bullying* diidentifikasi sebagai sebuah tindakan yang tidak bisa di terima dan apabila gagal dalam menanganinya, maka perilaku *bullying* dapat menjadikan tindakan agresi yang lebih parah. Sedangkan menurut Ken Riigby dalam jurnal *Pengabdian Kepada Masyarakat* oleh Azri Ranuwaldy Sugma dan Pradana Chairy Azhar mengutarakan bahwa *bullying* merupakan sebuah hasrat seseorang untuk menyakiti. Hasrat ini di salurkan dalam

³⁶ Ela Zakiyah, Sahadi Humaedi, Meilanny Budiarti Santoso, “Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan *Bullying*,” *Jurnal Penelitian & PPM* 4 no. 2 (2017), 325-326.

³⁷ Ela Zakiyah, Sahadi Humaedi, Meilanny Budiarti Santoso, “Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan *Bullying*,” *Jurnal Penelitian & PPM* 4 no. 2 (2017), 325-326.

³⁸ Azri Ranuwaldy dan Pradana Chairy Azhar, “Sosialisasi Dampak *Bullying* Terhadap Peserta Didik Mas Al Maksom Stabat,” *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1 no. 1 (2020), 35.

bentuk aksi, yang dapat menyebabkan seseorang menderita. Aksi tersebut dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang lebih kuat, dilakukan berulang-ulang, dengan hati senang dan tidak memiliki tanggung jawab.³⁹

Berdasarkan pengertian *bullying* secara *etimology* dan terminologi diatas, maka peneliti menarik kesimpulan bahwa *bullying* merupakan perilaku seseorang ataupun sekelompok orang yang merasa dirinya lebih kuat untuk dapat bisa melakukan suatu tindakan apa saja kepada orang yang lemah atas dasar keinginan yang di senangnya yang dapat menyebabkan korban menderita fisik maupun psikis sehingga korban merasa tidak berdaya.

2. Hukum perdata mengenai *bullying*

Di dalam Hukum perdata tidak ada yang membahas persoalan tentang tindakan *bullying*, tetapi tindakan *bullying* sangat bertentangan dengan Undang-undang No. 23 tahun 2002 pada pasal 1 yang membahas tentang perlindungan anak yang berbunyi:⁴⁰

“Perlindungan anak ialah segala kegiatan untuk menjamin dan melindungi anak dan hak-haknya agar dapat hidup, tumbuh, berkembang dan berpartisipasi secara optimal sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan, serta menapatkan perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi.”

Undang-undang No. 23 tahun 2002 pasal 1 diperkuat lagi oleh UU No. 23 tahun 2003 pasal 54, menyatakan bahwa:⁴¹

“sekolah harus menjadi zona anti kekerasan”

Pernyataan tersebut sangat bertentangan dengan kehidupan aslinya, bahwa permasalahan *bullying* dapat dengan mudah kita temukan di ruang lingkup sekolah.

3. Pihak-pihak dalam *Bullying*

Dalam kasus *bullying* yang terjadi, terdapatnya pihak-pihak yang ikut serta dapat dibagi menjadi 4 (empat), antara lain:⁴²

³⁹ Azri Ranuwaldy dan Pradana Chairy Azhar, “Sosialisasi Dampak Bullying Terhadap Peserta Didik Mas Al Maksud Stabat,” *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1 no. 1 (2020), 35.

⁴⁰ Undang-undang No. 3 tahun 2002 pasal 1 tentang Perlindungan Anak.

⁴¹ UU No. 23 tahun 2003 pasal 54 tentang Sekolah sebagai Tempat Anti Kekerasan.

- a. *Bullies* (pelaku yang melakukan tindakan bullying), yaitu siswa yang melukai siswa lainnya dengan terus menerus secara fisik dan psikisnya. Menurut Stephenson dan Smith dalam jurnal penelitian & PPM oleh Ella Zakiyah, Sahadi Humaedi, dan Meilanny Budiarti Santoso, tipe pada pelaku bullying ada 3 (tiga), antara lain:
- 1) Tipe percaya diri, memiliki fisik kuat, merasakan dirinya aman, menikmati agresifitas, di kelas atau disekolahnya populer.
 - 2) Tipe pencemas, memiliki akademik yang rendah, tidak bisa berkonsentrasi dengan baik, kurang terkenal di sekolah, selalu merasa kurang aman.
 - 3) Pada kondisi tertentu pelaku *bullying* bisa berubah menjadi korban.
- Menurut dari banyaknya pakar, pelaku *bullying* memiliki ciri-ciri seperti agresif, mempunyai pemikiran yang positif tentang kekerasan, sangat implusif, dan pelaku sulit untuk berempati terhadap sesama.⁴³
- b. *Victim* (korban *bullying*)
Byrne dalam jurnal penelitian & PPM oleh Ella Zakiyah, Sahadi Humaedi, dan Meilanny Budiarti Santoso mengungkapkan bahwa korban *bullying* biasanya menarik diri dari lingkungan, merasa depresi, cemas, dan takut akan kehidupan masa depan. Ciri-ciri korban *bullying* yaitu selalu merasa was-was, memiliki perasaan yang sensitive dan pendiam .
- c. *Bully-victim* merupakan pihak yang ikut serta namun juga menjadi bagian dari korban *bullying*. Karakteristik *bully-victim*, yaitu reaktivitas, memiliki regulasi emosi buruk, mempunyai kesulitan pada bidang akademik, dari lingkup teman sebaya memberikan penolakan terhadapnya, sulit belajar .

⁴² Ela Zakiyah, Sahadi Humaedi, Meilanny Budiarti Santoso, "Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan *Bullying*," *Jurnal Penelitian & PPM* 4 no. 2 (2017), 326.

⁴³ Ela Zakiyah, Sahadi Humaedi, Meilanny Budiarti Santoso, "Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan *Bullying*," *Jurnal Penelitian & PPM* 4 no. 2 (2017), 326.

- d. Netral, pihak yang tidak ikut andil di dalam tindakan *bullying*.⁴⁴

4. Faktor yang mempengaruhi terjadinya *bullying*

- a. Kepribadian, Mitsopoulo dan Giovszolias dalam jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan oleh Pipih Muhopilah menemukan seseorang yang memiliki kepribadian *extraversion* dominan memiliki perilaku yang agresi dan anti sosial. *Callous-Unemotional Traits*, Thronberg & Jungert dalam jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan oleh Pipih Muhopilah mencirikan seseorang yang memiliki karakter *callousness* (kurang memiliki empati terhadap seseorang, dan kurang memiliki rasa keprihatinan atas kesejahteraan orang lain, berbahaya, dan penderitaan orang lain), *uncaring* (kurang memiliki rasa prihatin tentang tanggapan orang lain atas kehidupan sosial seseorang), dan *unemotional* (tidak memiliki keterbukaan untuk mengeksposikan rasanya kepada seseorang).
- b. Keluarga, di dalam sebuah keluarga, pola asuh orangtua dalam mendidik anak-anaknya sangat mempengaruhi terjadinya *bullying*. Pola asuh yang otoriter, mempunyai peran terjadinya *bullying*, karena orangtua memberikan hukuman dengan bentuk kekerasan fisik dan psikis, sehingga anak dapat beranggapan orangtua tidak sensitive terhadapnya sehingga anak tidak dapat mengembangkan empati kepada oranglain dan dapat lebih bersifat agresif dengan teman sebayanya.
- c. *Adverse Children Exprience* (Pengalaman Buruk dari Masa Kecil), seorang anak memiliki pengalaman yang buruk di masa lalunya sehingga menghambat perkembangan psikologisnya dan menyebabkan anak memiliki potensi sebagai pelaku *bullying*.
- d. Lingkungan Sekolah, pada penelitian Rezapour, Khanjani dan Mirzai dalam jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan oleh Pipih Muhopilah mendapatkan data bahwa lingkungan sekolah yang nyaman dapat membuat potensi berkaitan dengan *bullying verbal*, *bullying relational* dan *cyber bullying* menjadi lebih rendah,

⁴⁴ Ela Zakiyah, Sahadi Humaedi, Meilanny Budiarti Santoso, "Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying," *Jurnal Penelitian & PPM* 4 no. 2 (2017), 326-327.

namun lingkungan sekolah yang tidak nyaman akan menjadikan potensi berkaitan dengan *bullying verbal*, *bullying relasional* akan tinggi.⁴⁵

5. Jenis-jenis *Bullying*

Menurut Coloroso dalam jurnal penelitian & PPM oleh Ella Zakiyah, Sahadi Humaedi, dan Meilanny Budiarti Santoso, *bullying* terbagi dalam 3 (tiga) jenis, antara lain;

1) *Bullying* Fisik

Kekerasan dalam fisik ialah jenis dari *bullying* yang terlihat dan dapat diidentifikasi dari bentuk-bentuk kekerasan seperti memukul anak, mencekik anak, menyikut badan anak, meninju anak, menendang dengan sengaja bagian tubuhnya, menggigitnya, memikir dan mencakar serta meludahi seorang anak yang tertindas sampai posisinya menyakitkan, merusakkan barang orang lain, lalu menghancurkan pakaian yang dikenakannya.⁴⁶

2) *Bullying Verbal*

Bullying verbal merupakan bentuk penindasan tanpa terdeteksi dan mudah dilakukan anak-anak baik laki-laki maupun perempuan di depan orang dewasa dan temannya. Bentuk penindasan secara *verbal* seperti, memanggilnya dengan julukan namanya, mencela, memfitnah, mengkritik dengan kejam, menghina, dan memberikan pernyataan yang berbau ajakan pelecehan seksual.

Bentuk penindasan *verbal* yang lain berupa, memalak uang saku teman, merebut barang-barang, berkomunikasi via telepon dengan kasar, mengirim *e-mail* untuk mengintimidasi seseorang, mengancam, menuduh seseorang, kasak-kusuk dengan keji, dan membicarakan orang lain melalui surat-surat kaleng.

3) *Bullying Relasional*

Bullying relasional merupakan *bullying* yang sangat sulit untuk dikenali dari luar. *Bullying* ini bersifat melemahkan harga diri korban melalui bentuk

⁴⁵ Pipih Muhopilah dan Fatwa Tentama, "Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku *Bullying*," *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan* 1 no. 2 (2019): 102-103.

⁴⁶ Ela Zakiyah, Sahadi Humaedi, Meilanny Budiarti Santoso, "Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan *Bullying*," *Jurnal Penelitian & PPM* 4 no. 2 (2017), 328.

pengabaian, mengucilkan, mengecualikan dirinya. Penindasan seseorang yang paling kuat adalah bentuk penyingkiran, anak tidak akan mengetahui jika dia digosipkan namun tetap memiliki dampaknya. Hal ini digunakan untuk dapat menyingkirkan seseorang dalam ruang lingkup persahabatan.

4) *Cyber Bullying*

Cyber bullying adalah suatu bentuk penindasan yang baru karena adanya perkembangan teknologi zaman sekarang, internet dan media sosial. Pelaku terus menerus mengirimkan pesan *negative* kepada korban melalui pesan sms, pesan yang tersambung di internet dan melalui media sosial lainnya.⁴⁷

D. Penelitian Terdahulu

Hasil dari penelitian terdahulu ini dimaksudkan agar dapat melengkapai kajian penelitian yang berjudul “Implementasi Konseling Individu dalam Mengatasi Depresi Anak Korban Buling di Jaringan Perlindungan Perempuan dan Anak (JPPA) Kudus. Adapun beberapa penelitian terdahulu sebagai berikut:

1. Maya Puspita Sari (2021) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara Medan dalam penelitiannya yang berjudul Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Mengatasi Korban Bullying Di Kles VIII SMP Swasta Muhammadiyah Terbing Tinggi TA 2020/2021. Tujuan penelitian tersebut adalah untuk mengetahui cara mengatasi korban bullying di kelas VIII SMP Swasta Muhammadiyah Terbing Tinggi TA 2020/2021 melalui layanan konseling individual.⁴⁸ Persamaan pada penelitian Maya Puspita Sari dengan penelitian ini yaitu persamaan dalam membahas permasalahan bullying yang sama-sama menggunakan penerapan layanan konseling individual. Sedangkan perbedaannya ialah jika penelitian Maya Puspita Sari meneliti tentang penerapan konseling individual untuk mengatasi korban bullying, dan penelitian ini membahas

⁴⁷ Ela Zakiyah, Sahadi Humaedi, Meilanny Budiarti Santoso, “Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying,” *Jurnal Penelitian & PPM* 4 no. 2 (2017), 328-329.

⁴⁸ Maya Puspita Sari, “Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Mengatasi Korban Bullying Di Kelas VIII SMP Swasta Muhammadiyah Terbing Tinggi TA 2020/2021,” (Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, 2020), 1-117.

- tentang implementasi konseling individu dalam mengatasi depresi anak pada korban bullying.
2. Rezki Hidayati NST (2027), Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan dalam penelitiannya yang berjudul Penerapan Bimbingan Kelompok Mengatasi Perilaku Bullying Siswa Kelas VII di MTS Yayasan Perhuruan Madinatssalam Percut Sei Tuan. Tujuan dalam penelitian tersebut adalah untuk mengetahui penerapan bimbingan kelompok dalam mengatasi perilaku bullying siswa kelas VII di Mts Yayasan Perguruan Madinatussalam Percut Sei Tuan.⁴⁹ Persamaan dalam penelitian Rezki Hidayati NST dengan penelitian ini yaitu sama-sama mengangkat topik bullying, sedangkan perbedaan pada penelitian Rezki Hidayati NST dengan peneliti ini yaitu penelitian Rezki Hidayati menggunakan metode bimbingan kelompok untuk mengatasi perilaku bullying sedangkan penelitian ini menggunakan metode konseling individu untuk mengatasi depresi anak korban bullying.
 3. Rosmida Pohan (2021), Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam Negeri Padangsisimpuan dalam penelitiannya yang berjudul Penerapan Konseling Individu Terhadap Psikologis Anak Korban Bullying Di Desa Pangikiran Dolok Kecamatan Barumon Tengah Kabupaten Padang Lawa. Tujuan dalam penelitian tersebut adalah untuk mengetahui kondisi psikologis anak korban (bully) setelah diterapkannya konseling individu di Desa Pangikiran Dolok Kecamatan Barumon Tengah Kabupaten Padang Lawas.⁵⁰ Persamaan dalam penelitian Rosmida Pohan dengan penelitian ini yaitu sama-sama membahas tentang kasus bullying dengan penanganan metode konseling individu, sedangkan pada perbedaan penelitian Rosmida Pohan dengan penelitian ini yaitu penelitian Rosmida Pohan membahas tentang psikologis anak korban bullying secara menyeluruh,

⁴⁹ Rezki Hidayati NST, "Penerapan Bimbingan Kelompok mengatasi Perilaku Bullying Siswa Kelas VII di MTS Yayasan Perguruan MadinatussalamPercut Sei Tuan," (Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan Togyakarta, 2017), 1-88.

⁵⁰ Rosmida Pohan, "Penerapan Konseling Individu terhadap Psikologis Anak Korban Bullying Di Desa Pangikiran Dolok Kecamatan Barumon Tengah Kabupaten Padang Lawas," (Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan, 2021),1-104.

sedangkan pada penelitian ini membahas tentang depresi anak pada korban bullying.

4. Joko Prasetyo (2015) dalam penelitiannya yang berjudul “Gambaran Tingkat Depresi Terhadap Perilaku Bullying Pada Siswa Di SMP PGRI 2 Denpasar”. Tujuan penelitian tersebut adalah untuk menjelaskan karakteristik dari responden dan menentukan gambaran kejadian depresi pada intensitas bullying pada remaja.⁵¹ Persamaan penelitian Joko Prasetyo dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas topik tentang gambaran depresi korban bullying. Sedangkan perbedaan dalam penelitian Joko Prasetyo dengan penelitian ini yaitu penelitian Joko Prasetyo meneliti tentang gambaran tingkatan depresi terhadap perilaku bullying sedangkan penelitian ini membahas tentang implementasi konseling individu dalam mengatasi depresi anak korban bullying.

E. Kerangka Berfikir

Setiap pelaksanaan kegiatan penelitian, peneliti memaparkan penjelasan yang menjadi objek permasalahan yang diteliti yang disusun berdasarkan atas tinjauan pustaka dan hasil dari penelitian yang relevan. Tujuan dalam penulisan kerangka berfikir adalah untuk memudahkan peneliti dalam memecahkan permasalahan. Terdapat beberapa hal yang menjadi fokus penelitian ini adalah Implementasi Konseling Individu Dalam Mengatasi Depresi Anak Korban Bullying Di Jaringan Perlindungan Perempuan dan Anak (JPPA) Kudus.

Bullying adalah permasalahan psikososial dengan menghina dan merendahkan harga diri orang lain dengan dilakukan secara berulang-ulang yang memiliki dampak negatif terhadap korban bullying dan pelaku.⁵² Bullying merupakan perilaku yang agresif dan mengakibatkan kerusakan atau tekanan mental. Tindakan bullying ini menyebabkan munculnya gejala

⁵¹ Gede Surya Kardiana dan Wayan Westa, “Gambaran tingkat depresi terhadap Perilaku Bullying Pada Siswa Di SMP PGRI 2 Denpasar,” *E-Jurnal Medika Udayana* 4 No. 6 (2015): 1-13, - 25 Desember, 2021 – <http://ojs.onud.ac.id/index.php/eum/article/view/13836>.

⁵² Kusumasari Kartika Hima Darmayanti, Farida Kurniawati dan Dominikus Davis Biondi Situmorang, “Bullying Di Sekolah: Pengertian, Dampak, Pembagian dan Cara Menanggulangnya,” *Jurnal Ilmu Pendidikan* 17 No. 1 (2019): 56.

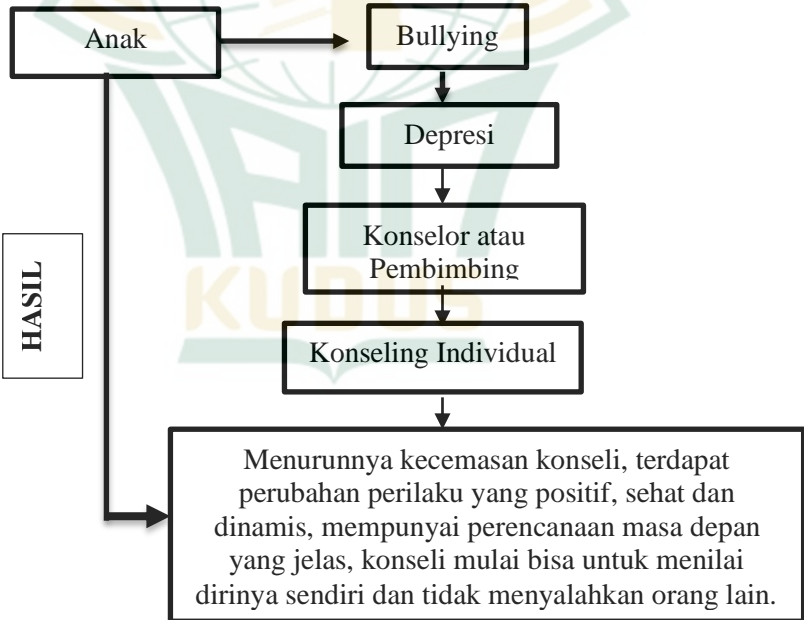
psikologis, fisik dan emosional. Dampak negatif dari tindakan bullying dalam jangka pendek dan panjang seperti depresi.⁵³

Depresi adalah gangguan mental yang berawal dari stres yang tidak diatasi, kemudian individu tersebut masuk kedalam fase depresi. Di dalam Yayasan Jaringan Perlindungan Perempuan dan Anak (JPPA) Kudus, menerapkan metode konseling individu dalam memberikan pendampingan psikologi pada anak untuk mengatasi depresi karena bullying.

Konseling individual merupakan hubungan antara konselor dengan konseli yang mempunyai tujuan agar permasalahan yang sedang dihadapi dapat terpecahkan. Dalam proses konseling, konselor memberikan bantuan kepada konseli secara individu untuk dapat mengembangkan kesehatan mental dirinya, perubahan sikap, dan tingkah laku konseli, konseling ini menjadi strategi utama dalam sebuah proses bimbingan.⁵⁴

Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan oleh diatas. Maka peneliti akan menjelaskan kerangka berpikir dalam penelitian ini.

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir



⁵³ Gitry Marela, Abdul Wahab, dan Carla Raymondalexas Marchira, "Bullying Verbal Menyebabkan Depresi Pada Remaja SMA di Kota Yogyakarta," *Journal Of Community Medicine and Public Health* 33 No. 1 (2017): 44.

⁵⁴ Muhammad Husni, "Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme," *Jurnal Al-Ibrah* 2 No. 2 (2017); 65.