

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Konseling Behavior.

a. Pengertian Konseling Behavior

Menurut aliran behavior sesungguhnya tingkah laku yang sepenuhnya ditentukan oleh sebuah norma, bisa diprediksi, dan juga bisa di kendalikan. Dalam memahami tingkah laku ini diperlukan adanya pendekatan yang obyektif, mekanistik, dan materialistic sehingga adanya sebuah perubahan tingkah laku dapat di kondisikan. Pendekatan behavioral ini digunakan untuk dilakukannya adanya kegiatan psikoterapi yang bersumber pada aliran behaviorisme, yaitu suatu aliran yang menitik beratkan pada peranan yang dilingkungan, peranan dunia luar sebagai faktor penting dimana seseorang dapat dipengaruhi, seseorang dalam belajar. Konseling behavior adalah konseling yang berdasarkan pada suatu upaya merubah perilaku seseorang berdasarkan pada pengalaman dalam berinteraksi dengan lingkungan yang ada disekitar.¹ Natawidjaja berpendapat menyebutkan bahwa asumsi pokok dari pendekatan ini adalah bahwa perilaku, kognisi perasaan bermasalah itu semua terbentuk karena dipelajari, dan oleh karena itu, semua dapat diubah dengan proses belajar yang baru atau belajar kembali. Perilaku yang dikatakan masalah adalah masalah itu sendiri bukan semata mata gejala dari masalah itu sendiri.² Menurut corey konseling behavior merupakan konseling tingkah laku yang merupakan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Konseling ini beda dengan dengan lainnya yang ditandai dengan pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik, kecermatan dan penguraian tujuan tujuan treatment, perumusan prosedur treatment yang

¹ Sulthon, "mengatasi kenalakan pada siswa melalui pendekatan konseling behavior", jurnal of gueidance and conseling, No.2 (2018), 51-52.

² Namora lumongga L, *Konseling Kelompok edisi pertama*, (jakarta, Kencana, 2016),110.

spesifik yang sesuai dengan masalah penaksiran objektivitas hasil hasil konseling.³

Konseling behavior adalah konseling yang menekankan prinsip desensitifkasi sistematis, implusif, latihan asertif, aversif dan pengkondisian operant dan semua menggunakan prinsip belajar dalam perubahan perilaku.⁴ Konseling behavior merupakan salah satu pendekatan konseling yang pada dasarnya konselor tingkah laku ingin membantu klien untuk menyesuaikan diri dengan baik terhadap kondisi kehidupannya dan mencapai tujuan pribadi dan profesionalnya. Jadi fokusnya adalah mengubah atau mengurangi tingkah laku mal adaptif yang diperlihatkan oleh sebuah konseli., dengan membantunya mendapatkan cara yang lebih baik dan konstruktif.⁵

b. Hakikat Konseling Behavior

Hakikat dari konseling behavior adalah perilaku. Perilaku yang dibentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalaman yang berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitar. Kepribadian seseorang merupakan cerminan dari pengalaman, yaitu situasi atau stimulus yang diterimanya. Untuk itu memahami tentang kepribadian individu tidak lain adalah perilakunya yang terlihat.⁶

Karena kenyataan bawah konseling behavioral pada hakektanya adalah membentuk perilaku individu melalui modifikasi sesuai dengan perilaku yang diharapkan. Pembentukan perilaku ini dapat dilakukan melalui dalam belajar dengan lingkungannya, belajar dengan dikondisikannya dan dibiasakannya. Usaha untuk membentuk perilaku melalui pembentukan kebiasaan yang berulang ulang melalui stimulus yang dikondisikan sehingga perilaku tersebut dapat terbentuk dalam waktu

³ Fredy akbar, dkk, *Strategi Menurunkan Prevalensi Gizi Kurang Pada Balita*, (Yogyakarta, CV Budi Utama, 2021),22.

⁴ Herri zan P, dan Namora Lumongga L, *Pengantar Psikologi Dalam Keperawatan* (Jakarta, Kencana, cet.3, 2017), 142.

⁵ Ni Komang sri yuliani, "efektifitas model konseling behavior dengan teknik untuk menurunkan kecemasan dalam menghadapi mata pelajaran matematika", jurnal konseling Indonesia, No.1 (2020), 2, di akses 1 Oktober 2020,

<http://ejournal.unikama.ac.id/index.pp/JKI>

⁶ Kadek Adi APP, dkk, "efektifitas konseling behavior dengan teknik relaksasi untuk meningkatkan self change siswa", jurnal bimbingan konseling Indonesia, No.1 . 152.

yang telah ditentukan.⁷ hakikat manusia menurut pendekatan konseling perilaku adalah :

- 1) Manusia bertindak laku melalui proses belajar.
Semua perilaku manusia, tepat atau tidak , dikehendaki atau tidak diperoleh melalui proses belajar. Misalnya seseorang melanggar disiplin dalam lingkungan, maka ia akan memperoleh hukuman . namun selai ia sendiri merasakan ganjaran maka secara tidak langsung ia juga menjadi pusat perhatian dilingkungan sekitra. Hal ini seorang tersebut belajar cara cara menarik perhatian cara dan konsekuensi tentang aturan dalam lingkungan dan sebagainya.
- 2) Manusia berkembang melalui proses kematangan dan belajar.
Sebagian perubahan perilaku yang dialami individu muncul Karena proses kematangan dan hasil belajar dari sebuah peristiwa peristiwa apa yang telah dialaminya oleh seseorang itu. Seseorang dalam berperilaku akan mengevaluasi dari waktu kewaktu apakah perilakunya tepat maupun tidak sampai pada akhirnya individu belajar dari apa yang telah dilakukan karena mendapatkan respons dari lingkungannya.
- 3) Manusia berinteraksi dengan lingkungannya.
Melalui lingkunganlah manusia berinteraksi sekaligus belajar dari apa yang telah dia liat maupun dirasakannya. Bagaimana kepribadian seseorang berkembang , bergantung interaksinya dengan lingkungan.
- 4) Manusia bersifat unik
Manusia berbeda antara satu dengan lainnya. manusia berbeda pula dalam berperilaku. Seseorang dapat mengartikan situasi secara berbeda dari hasil belajarnya, dan akan mereaksi situasi secara berbeda dari hasil belajarnya yang dia peroleh dari hasil belajar sebelumnya.
- 5) Manusia memiliki kebutuhan bawaan, khususnya kebutuhan fisiologis . kebutuhan lainnya yang

⁷ Sulthon, "mengatasi kenalakan pada siswa melalui pendekatan konsleing behavior", jurnal of gueidance and conseling, No.2 (2018), 52-53.

berkembang dikondisi lain akan lebih banyak dan kebutuhan itu akan juga dipelajari bagaimana pemenuhan melalui pengalaman pengalaman yang ada.

- 6) Manusia bersifat reaktif
Seseorang akan merespon atau akan bereaksi berperilaku ketika terdapat stimulus dari lingkungan.
- 7) Manusia dipengaruhi oleh aspek kognitifnya.
Aspek kognitif turut menentukan pola perilaku seseorang. Hal ini dikemukakan bahwa perilaku seseorang bukan berasal hasil dari kondisi kondisi bersyarat belaka, namun juga belajar dari sosial maupun proses kognitifnya.⁸

c. Konsep Konsep Pokok

Ada beberapa konsep pokok yang seharusnya menjadi acuan bagi para seorang konselor yang memberikan layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan behavioral sebagai berikut :

- 1) Pemusatan pada perilaku yang terlihat khusus, yaitu Hal ini seorang konselor kelompok meminta para konseli untuk mengutamakan perilaku yang benar benar ingin dirubahnya, serta sikap yang baru yang ingin dirubahnya.
- 2) Tujuan teraupik yang tepat yaitu, tugas seorang konselor adalah merinci dan memilih tujuan yang khusus, kongkrit, dan dapat diukur ditelusuri dengan sistematis.
- 3) Perumusan rancangan dan metode metode yang berorientasi tindakan , yaitu para konseli diharapkan melakukan sebuah sikap sesuatu bukan hanya memephatikan secara pasif dan terlena dalam sebuah intropeksi saja. Dengan melakukan tindakan khusus untuk mencapai tujuan tersebut.
- 4) Penilaian objektif terhadap hasil dan balikan.
Penilaian kemajuan konseling ini merupakan sebuah proses yang terus menerus dan berkesinambungan, karena penilaian itu bukan saja yang diarahkan kepada hasil konseling, melainkan juga diarahkan

⁸Mulawarman, dkk, *Psikologi Konseling Sebuah Pengantar Bagi Konselor Pendidikan*, (Jakarta,kencana, cet.1 , 2019), 112-113.

kepada keberhasilan dan efektifitas prosedur dan teknik yang digunakan.⁹

d. Ciri Ciri Konseling Behavior.

Ciri ciri konseling behavioral yakni kebanyakan perilaku manusia dapat dipelajari dan oleh karena itu dapat dirubah, perubahan perubahan khusus terhadap lingkungan individual dapat membantu dalam mengubah perilaku perilaku berusaha membawa perubahan perubahan yang relevan dalam berperilaku si klien, dengan mengubah lingkungan, prinsip prinsip belajar seperti “reinforcement” dan “sosial modeling”, dapat digunakan untuk mengembangkan prosedur prosedur konseling, keefektifan konseling dan hasil konseling dinilai dari perubahan dalam perilaku khususnya diluar wawancara prosedur prosedur konseling , prosedur prosedur konseling tidak statis, tetap atau ditentukan sebelumnya tetapi secara khusus di konsep untuk membantu klien dalam memecahkan sebuah masalah.¹⁰

Karakteristik konseling behavior adalah yang pertama berfokus pada tingkah laku yang tampak dan spesifik, kedua memerlukan kecermatan dalam perumusan tujuan konseling, yang ketiga mengembangkan prosedur perlakuan spesifik sesuai dengan masalah pada klien, dan yang keempat penilaian yang objektif terhadap tujuan konseling.¹¹

Ciri ciri utama konseling behavioral yang dikemukakan oleh krumboltz adalah sebagai berikut :

1) Proses pendidikan

Konseling merupakan proses pendidikan. Dengan kata lain, konseling membantu konseli mempelajari tingkah laku baru untuk memecahkan masalahnya. Konseling menggunakan prinsip prinsip belajar dan prosedur belajar yang efektif untuk membentuk dasar dasar pemberian bantuan kepada konseli.

⁹ Edi Kurnanto, *konseling Kelompok*, (Bandung, alfabeta, cet,2 , 2014), 63.

¹⁰ Kadek Adi APP, dkk, “efektifitas konseling behavior dengan teknik relaksasi untuk meningkatkan self change siswa”, jurnal bimbingan konseling Indonesia, No.1 . 152.

¹¹ Ulfiah, “Psikologi Konseling Teori dan Implementasi”, (Jakarta:Kencana, cet. 1, 2020), 68.

- 2) Teknik dirakit secara individual.
Teknik konseling yang digunakan pada setiap konseli berbeda beda tergantung pada masalah dan karakteristik konseli. Dalam proses konseling, penentuan tujuan konseling, proses asemen, dan teknik teknik dibangun oleh konseli dengan bantuan konselor.
- 3) Metodologi ilmiah
Konseling behavioral dilandaso oleh metode ilmiah dalam melakukan asemen dan evaluasi konseling. Konseling ini menggunakan observasi sistematis, kuantifikasi data dan kontrol yang tepat .¹²

e. Teknik Teknik Konseling.

Lazarus mengemukakan bahwa dalam detail praktek kerja sehari hari, seorang konseli, menemukan perlunya memperluas dasar konvensional dari terapi behavioral. Dan juga Krumbolts dan thoresen mengemukakan bahwa tidak ada daftar teknik yang diterima untuk di pakai konselor yang menyebut dirinya seorang konselor behavioral. Teknik semacam ini , biasanya disebut dengan behavioris, elektik , namun dasar operasional kerjanya tetap behavioral, ini berarti walaupun teknik yang dipakai mungkin tidak berdasarkan teori belajar , fokusnya tetap fokus pada perubahan tingkah laku konseli secara nyata tampak , baik dalam bentuk mengembangkan dan memperkuat tingkah laku baru, maupun menghilangkan tingkah laku yang tidak dikehendaki.¹³ Didalam layanan kegiatan konseling behavioral teknik konseling baku yang digunakan , teknik konseling yang dirasa kurang baik, dieliminasi dan diganti dengan teknik yang lain yang beranggapan sesuai dengan proses konseling, berikut ini dikemukakan beberapa teknik konseling behavioral :

1) Desensitisasi Sistematis (*systematic Desensitization*)

Teknik ini dikembangkan oleh Wolpe yang mengemukakan bahwa semua perilaku neurotic adalah ekspresi dari kecemasan. Dalam teknik ini , klien dianjurkan santai dan menghubungkan keadaan santai

¹² Gantina Komalasari, dkk , Teori Dan Teknik Konseling , (Jakarta,PT indeks , 2016), 153

¹³ Muhammad syahrul dan Nur Setiawan, *Konseling teori dan Aplikasinya*, (Sulawesi selatan, Aksara timur, 2020), 24.

itu dengan membayangkan pengalaman pengalaman yang memecahkan, mengusarkan dan mengecewakan. Prosedur teknik desensitisasi sistematik adalah sebagai berikut :

- a) Analisis perilaku yang menimbulkan kecemasan.
 - b) Menyusun hirarki yang menimbulkan kecemasan, dari yang kurang mencemaskan sampai tingkat sangat mencemaskan.
 - c) Meberikan latihan relaksasi otot otot yang dimulai dari lengan hingga otot kaki.
 - d) Klien diminta membayangkan situasi yang menyenangkan dan dapat membahagiakan dirinya sendiri. Misalnya liburan.
 - e) Klien duduk rileks dan memejamkan mata, lalu disuruh membayangkan situasi yang kurang mencemaskan dirinya, bila situasi itu dapat dihadapi maka tingkatan tahap yang mencemaskan sampai kepaling mencemaskan.
 - f) Jika klien berada pada tingkat paling mencemaskan , maka konselor meminta kepada klien untuk menyangkan situasi situasi menyenangkan dirinya untuk menghilangkan kecemasan tersebut.
 - g) Menyusun tingkat kecemasan harus bersama dengan klien, dan tingkat kecemasan tersebut ditulis dalam kertas oleh konselor.
- 2) *Assertive training*

Merupakan teknik dalam konsleing behavioral untuk menitik beratkan kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya. Contonya ingin marah, tetapi tetap merespon manis. Teknik ini membantu klien dalam membangkitkan rasa keberanian orang lain. Teknik ini membantu klien dalam hal berikut ini :

- a) Tidak dapat menyatakan kemarahannya atau kejengkelannya.
- b) Sopan yang berlebihan , kadang kadang dimanfaatkan oleh lain.
- c) Klien yang mengalami kesulitan berkata “tidak”.
- d) Klien yang gengsi menyatakan cinta dan respon positif lainnya.

- e) Klien yang merasa tidak punya untuk menyatakan pendapat pikirannya.
- 3) *Aversion therapy*
Teknik ini bertujuan untuk menghukum perilaku negative dan memperkuat perilaku positif. Hukuman bisa berupa sesuai dengan perilaku negativanya.
- 4) *Homework*
Teknik konseling dalam bentuk pemebrikan tugas rumah bagi klien yang kurang mampu menyesuaikan situasi tertentu. Misalnnnya dengan memberikan tugas rumah pada klien akan memberikan sikap disiplin pada klien tersebut dan rasa tanggung jawab.¹⁴
- 5) *Teknik modeling*
Teknik modeling ini adalah sebuah proses bagaimana seseorang individu belajar dari mengamati orang lain.¹⁵

Dalam behavioral proses ini dpaat dilakukan dengan memakai instrument asemen, self-report, behavior rating scales, format self monitoring, teknik observasi sederhana. Perangkat instrument tersebut merupakan bagian dari upaya behavioral konseling, sedangkan teknik teknik behavioral yang dapat digunakan adalah :

- 1) Teknik *operant conditioning*, prinsip prinsip kunci dalam behavioral adalah penguatan positif, penguatan *negative*, *extinction*, hukuman positif dan hukuman negative.
- 2) Model asesmen fungsional, merupakan blueprint bagi konselor dalam memberikan intervensi yang diperlukan oleh konseli. Langkah langkah yang disipakan konselor dilakukan tahap demi tahap dalam memberikan perlakuan.
- 3) *Relaxation training and related methods*, adalah teknik yang dipakai untuk melatih konslei agar melakukan relaksasi. Dalam pelaksanaannya konselor konselor dapat memodifikasi teknik ini dengan *systematic desentisization*, *assertion training*, *self management programs*.

¹⁴ Agus Sukirno, *Teori & dan Teknik Konseling*, (Serang, A-Empat , 2015), 75-76.

¹⁵ Siti Rahmi, *Bimbingan Dan Konseling Pribadi Sosial*, (Aceh, Syiah kuala University Press, 2021),159.

- 4) *Systematic desentisization* merupakan teknik yang tepat untuk terapi bagi konseli yang mengalami phobia, anorexia nervosa, depresi, obsesif, kompulsif, gangguan body image.
- 5) *Exposure therapies*. Variasi dari *exposure therapies* adalah *in vivo desentisization dan flooding*, (memakai teknik teknik behaviorial) , sedangkan aaron T. ¹⁶

f. Tujuan Konseling Behavior.

Konselor yang menggunakan pendekatan behaviorial ddpapat menggunakan berbagai macam teknik dan prosedur berakar pada teori tentang belajar. Dengan dasarnya bahwa segenap tingkah laku adalah dipelajari (*learned*), termasuk tungkah laku yang maladaptive, jika tingkah laku *neurotic learned*, maka dia bisa unlearned (di hapus ingatan), dan tingkah laku efektif bisa di peroleh. Corey mengatakan bahwa tujuan konseling behaviorial ini untuk memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku yang *maladaptive*, serta memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan. ¹⁷

Tujuan konseling behaviorial adalah mecapai kehidupan tanpa mengalami perilaku sistomatik, yaitu kehidupan tanpa mengalami sebuah kesulitan atau hambatan perilaku , yang dapat membuat ketidak puasan dalam jangka yang panjang atau mengalami masalah dengan kehidupan sosial. ¹⁸

Secara umum tujuan dari konseling behaviorial adalah menciptakan suatu kondisi baru yang lebih baik melauli sebuah proses belajar sehingga perilaku yang tidak seharusnya dapat dihilangkan. Sementara itu tujuan konseling behaviorial secara khusus adalah mengubah tingkah laku adaptif dengan memperkuat tingkah laku yang diharapkan dan meniadakan perilaku yang tidak diharapkan serta berusaha menemukan cara cara bertingkah laku yang tepat.

¹⁶Gusman lesmana, *Teori Dan pendekatan Konseling*, (Medan, umsu Press, 2021), 108.

¹⁷ Fredy akbar, dkk, *Strategi Menurunkan Prevalensi Gizi Kurang Pada Balita*, (Yogyakarta, CV Budi Utama, 2021),22.

¹⁸ Kadek Adi APP, dkk, "efektifitas konsleing behavior dengan teknik relaksani untuk meningkatkan self change siswa", jurnal bimbingan konseling Indonesia, No.1 . 153

Berdasarkan diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling behavioral adalah sebagai berikut :

- 1) Untuk mengubah dan menghapus perilaku yang buruk dengan menggunakan cara belajar yang baru yang lebih sesuai dan dikehendaki.
- 2) Memperkuat perilaku yang adaptif dan memperlemah atau menghilangkan perilaku yang maladaptive
- 3) Membentuk sikap asertif.¹⁹

g. Peranan Konselor

Konselor behavioral memiliki peran yang sangat penting dalam membantu klien. Wolpe mengemukakan peran yang harus dilakukan konselor, yaitu bersikap menerima, mencoba memahami klien dan apa yang dikemukakan tanpa menilai atau mengkritiknya. Konselor lebih berperan sebagai guru yang membantu klien melakukan teknik teknik modifikasi perilaku yang sesuai dengan sebuah masalah, tujuan yang hendak dicapai.²⁰ Menurut willis mengungkapkan hubungan konselor dengan klien meliputi beberapa hal diantaranya : konselor memahami dan menerima klien, keduanya bekerja sama , konselor memberikan bantuan dalam arah yang diinginkan klien.²¹

Konselor behavioristik akan memainkan peran secara aktif, menjadi model . dapat mengendalikan/mengontrol lingkungan, pandai memainkan peran, melatih konseli untuk memiliki perilaku baru serta *adjustive*, mampu memepkuat perilaku yang diterima secara sosial, dan menghapuskan perilaku yang tidak sesuai dengan lingkungan sosial. Konselor akan banyak membantu konseli dalam melakukan modifikasi perilaku, karenanya peran konselor yang juga penting adalah sebagai model. Konselor adalah teladan yang dapat ditiru perilakunya : konseli akan meniru nilai, sikap , ucapan, kepercayaan dan perilaku dari konselor. Disamping itu konselor tetap penting untuk membangun hubungan dan

¹⁹ Sulthon, "mengatasi kenalaln pada siswa melalui pendekatan konsleing behavior", jurnal of gueidance and conseling, No.2 (2018), 53.

²⁰ Latipun, *Psikologi Konseling* ,(malang: umm press,cet.3, 2001),116.

²¹ Fredy akbar, dkk, *Strategi Menurunkan Prevalensi Gizi Kurang Pada Balita*, (Yogyakarta, CV Budi Utama, 2021),23.

komunikasi yang efektif dengan konseli, mengenalkan konseli pada teknik teknik yang dapat membantunya memodifikasi perilaku , mengajarkannya dan menjelaskan prosedur dari teknik teknik yang akan digunakan oleh konselor dalam proses konseling.²²

2. Teknik Modeling

a. Pengertian Teknik Modeling

Sebagian besar dari perilaku seseorang merupakan hasil dari belajar. Penerapan prinsip belajar dalam membentuk perilaku merupakan prinsip dasar perilaku. Pembentukan perilaku melalui modeling merupakan salah satu penerapan teori belajar sosial dalam pembentukan tingkah laku seseorang yaitu belajar dari keberhasilan dan kegagalan orang lain.

Menurut komalasari “penggunaan teknik modeling meliputi tokoh nyata, tokoh melalui flim, tokoh imajinasi. Penokohan istilah yang menggambarkan terjadinya sebuah proses belajar yang melalui pengamatan terhadap orang lain dan perubahan terjadi melalui peniruan. Menurut Bandura “ teknik modeling bukan sekadar menirukan atau mengulangi apa yang dilakukan oleh seseorang, akan tetapi modeling melibatkan penambahan dan atau pengurangan tingkah laku yang teramati, menganalisis berbagai pengamatan sekaligus dan melibatkan proses kognitif. Berdasarkan definisi dari berbagai ahli diatas menjelaskan bahwa teknik modeling adalah tingkah laku manusia tidak hanya dipengaruhi proses belajar dari lingkungan tetapi juga dapat melalui pengamatan langsung terhadap tingkah laku orang lain. Maka dari itu bahwa tingkah laku baru dapat dipelajari dan diperoleh dengan jalan mengamati tingkah laku orang lain sekaligus dengan konsekuensinya.²³ Menurut albert bandura modeling adalah proses bagaimana seseorang belajar dari mengamati orang lain, dia adalah satu komponen teori belajar sosial yang dikembangkan. Penelitian awal tentang modeling dilaksanakan oleh miller dan dollar (1941), yang

²² Arina Mufrihah, *Bimbingan Dan Konseling Teori Teori Hubungan Interpersonal, Keterampilan Konseling Dan Teknik Konseling.* (Bandung, cv Alfabeta, cet,1 , 2020), 224-225

²³ Naili Faizatiz S, *"Menjadikan Peserta Didik SMK Gemar Berwirausaha"*, (Kediri, pemeal Edukatif, 2001), 44.

menemukan bahwa melalui reinforcement (penguatan) , partisipan dapat belajar untuk meniru sebuah model, belajar untuk tidak meniru model yang lain, belajar untuk membedakan antara kedua model , dan mengeneralisasikan dikriminasi meniru atau tidak meniru perilaku pada orang orang lain yang sama.²⁴

Teknik modeling merupakan salah satu teknik dalam bimbingan konseling yang lebih menekankan konseli untuk mengamati orang lain kemudian belajar menirukan dan mengembangkan atas tingkah laku yang sesuai dengan perubahan apa yang menjadi tujuan.²⁵

b. Tujuan Teknik Modeling.

Tujuan teknik modeling dalam penggunaannya disesuaikan dengan kebutuhan ataupun permasalahan pada klien. Tujuannya digunakan teknik ini menurut bandura beberapa diantaranya yaitu :

- 1) Membantu individu mengatasi fobia, penderita ketergantungan atau kecanduan obat-obatan atau alcohol.
- 2) Membantu menghadapi penderitaan gangguan kepribadian yang berat seperti psikosis.
- 3) Untuk perolehan tingkah laku sosial yang lebih adaptif
- 4) Supaya konseli dapat belajar sendiri menunjukkan tindakan yang diinginkan tanpa harus belajar melalui coba-coba.
- 5) Membantu konseli untuk merepon hal baru.
- 6) Melaksanakan tekun respon yang semula terhambat/terhalang
- 7) Mengurangi respon yang tidak layak.

Sementara menurut Willis tujuan modeling yaitu :

- 1) Menghilangkan perilaku tertentu
- 2) Membentuk perilaku yang baru yang lebih positif.²⁶

Menurut Willis , tujuan dari teknik modeling yang dipakai dalam proses konseling ada dua, yaitu menghilangkan perilaku tertentu, membentuk perilaku

²⁴Siti Rahmi, *Bimbingan Dan Konseling Pribadi Sosial*, (Aceh, Syiah Kuala University Press, 2021),159.

²⁵ Dian Bowo Saputro, dkk, “peran layanan bimbingan kelompok teknik modeling terhadap sikap sopan santun”, *jurnal advice*, No. 2 (2020), 138.

²⁶ Naili Faizatiz S, “Menjadikan Peserta Didik SMK Gemar Berwirausaha”, (Kediri, penerbit Edukatif, 2001),45-46.

baru. Hal ini dapat di jelaskan teknik modeling bertujuan untuk menghindari ataupun menghilangkan perilaku buruk yang ada pada diri seseorang agar terbentuk perilaku baru yang lebih baik ketika di terlihat oleh model tersebut dengan tujuan sebagai acuan perilaku yang benar. Untuk itu diterapkan dalam kehidupannya.²⁷

c. Jenis jenis/karakteristik teknik Modeling

Teknik modeling merupakan mempelajari suatu hal melalui observasi dengan menambah atau mengurangi perilaku yang terlihat, terdapat beberapa tipe modeling yaitu :

- 1) *Live modeling with participant*, dengan menghadirkan model secara langsung, misalnya seorang konselor ingin membantu anak agar percaya diri ketika bertemu dengan lawan jenis, maka tugas terapi menacri model yang akan dijadikan pbjek sebagai bahan pengamatan bagi klien kemudian konseli klien mengamati model tersebut secara langsung.
- 2) *Symbolic* model, penokohan menggunakan symbol seperti flim, dan audio visual. Diharapkan dengan tokonya , tetapi perlu adanya pemdampingan dari seorang konselor bertujuan agar apa yang diinginkan tercapai.
- 3) *Multiple* model, terjadi dalam kelompok, seorang anggota mengubah sikap dan memepelajari sikap dan mempelajari tingkah laku yang baru setelah mengamati anggota lain bagaimana yang lain dalam bersikap dalam sebuah kelompok.²⁸

Menurut gunarsa teknik modeling ada tiga macam, diantaranya adalah :

- 1) Modeling yang sifatnya nyata (secara langsung) , contohnya adalah guru, bapak , ibu, kakak atau orang lain yang dihormati. Anak dapat memperhatikan model, berinteraksi dan menyaksikan secara langsung perilaku dari model tersebut.

²⁷ Anita Tiara A, dan Islakhatus S, "Penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling untuk meningkatkan etika pergaulan siswa di smp maarif 4 pamekasa", jurnal Guidance and counseling inspiration, No.2 (2020), 105.

²⁸ Naili Faizatiz S, "Menjadikan Peserta Didik SMK Gemar Berwirausaha", (Kediri, pemeral Edukatif, 2001), 46.

- 2) Modeling yang sifatnya simbol, contohnya adalah penokohan penokohan dalam flim. Anak anak akan memahami karakter dari tokoh flim tersebut dan kemudian menirunya.
- 3) Modeling yang sifatnya ganda, yaitu perpaduan antara modeling yang nyata dan simbolik . anak akan mendapatkan dua model sekaligus baik dari tokoh diflim secara simbolik maupun dikehidupan nyata.²⁹
- 4) Langkah langkah Teknik modeling.
Tahapan tahapan dalam teknik modeling menurut kumalasari sebagai berikut :
 - a) Konselor membuat kesepakatan dengan klien untuk membantu klien memecahkan sebuah masalah yang sedang dialaminya untuk menentukan tingkah laku yang bertujuan.
 - b) Konselor membantu konseli agar rileks dnegan membantuknnya menenagkan pernapasan dangkal dan cepat (yang dapat mengakibatkan stress dan hiperventilasi) kepernapasan pelan, panajang dan dalam, hal ini mereka menentukan sebuah perilaku yang alternative.
 - c) Selanjutnya konselor mendiskusikan alasan penggunaan latihan modeling dan perilaku.
 - d) Kemudian konsleor memimpin diskusi dengan memberikan penguatan secara verbal dan menentukan jenis modeling yag akan digunakan.
 - e) Konselor meminta klien memperhatikan dan mengingat demonstrasi modeling.
 - f) Konselor mengarahkan kepada klien mengenai perilaku model, menggunakan model teramati dan di[amahi jenis tingkah laku yang dicontoh.
 - g) Konselor meminta klien untuk mengamati model dan menyimpulkan tentang apa yang dia analisis dari demonstrasi model itu.
 - h) Klien melakukan kembali perilaku yang ditampilkam tetapi dengan adanya modifikasi, penyesuaian diri dan kreatif.

²⁹ Anita Tiara A, dan Islakhatus S, ”Penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling untuk meningkatkan etika pergaulan siswa di smp maarif 4 pamekasa”, jurnal Guidance and counseling inspiration, No.2 (2020), 106.

- i) Melakukan evaluasi dan penguasaan.³⁰

Menurut faizin ada beberapa langkah yang dilaksanakan dalam proses teknik modeling diantaranya adalah :

- a) Menetapkan karakteristik (model langsung, simbolik, beberapa model misalnya konselor, guru, teman sebaya dan simbolis menggunakan model berupa tayangan video.
- b) Dalam model langsung, memilih model dengan yang bersikap ramah atau teman sebaya konseli yang mempunyai kesamaan seperti halnya usia, status ekonomi, dan penampilan fisik. Ini sangat berguna untuk anak anak.
- c) Jika itu memungkinkan menggunakan lebih dari satu model.
- d) Kompleksitas perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat tingkah laku seorang guru bimbingan konseling.
- e) Kombinasi modeling dengan aturan, intruksi dan penguatan.³¹

d. Variasi- variasi Teknik Modeling

Modeling kognitif dikembangkan untuk membantu klien menghindari pikiran pikiran dan perilaku perilaku self- defeating dengancara menggantinya dengan pernyataan positif (james & giliand 2003).modeling kognitif melibatkan lima langkah. Pertama, konselor professional mencontohkan perilaku seakan akan konselor adalah klien. Kedua, klien melaksanakan tugas itu, sementara itu konselor professional menjelaskan setiap langkah kepada klien. Ketiga, klien melaksanakan tugas itu lagi kali ini dengan memberikan instruksi kepada dirinya dengan suara keras. Keempat, klien melaksanakan tugas tersebut untuk ketiga kalinya sambil membisikan instruksi kepada dirinya. Kelima, klien melaksanakan tugas sambil memberikan instruksi kepada dirinya secara diam diam. Dalam latihan keterampilan seorang konselor dank lien menentukan keterampilan keterampilan yang akan

³⁰ Dian Bowo Saputro, dkk, “peran layanan bimbingan kelompok teknik modeling terhadap sikap sopan santun”, jurnal advice, No. 2 (2020), 139.

³¹ Naili Faizatiz S, “Menjadikan Peserta Didik SMK Gemar Berwirausaha”, (Kediri, pemeal Edukatif, 2001), 48.

dipelajari. Setelah itu di urutkan mulai dari yang paling tidak sulit sampai yang bagian paling sulit. Melalui mencontohkan keterampilan, memerintahkan klien untuk meniru keterampilan itu seperti yang dicontohkan, memberikan umpan balik kepada klien, dan mengulangi sekuensi/urut urutannya sampai keterampilan tu dikuasai betul oleh klien klien.³²

e. Prinsip Prinsip Teknik Modeling.

Ada beberapa pendapat tentang Prinsip prinsip teknik modeling , menurut komala bahwa asas asas dalam modeling adalah ;

- 1) Belajar dapat diperoleh melalui pengalaman langsung maupun tidak langsung.
- 2) Dalam mengamati sebuah tingkah laku orang lain dengan konsekuensi didalamnya.
- 3) Kecakapan sosial dapat diperoleh dengan mengamati dan mencontoh dari tingkah laku model yang ada.
- 4) Reaksi reaksi emosional yang terganggu dapat dihapus dengan mengamati orang lain yang mendekati obyek atau situasi yang ditakuti tanpa mengalami akibat menakutkan dengan tindakan yang dilakukan.
- 5) Pengendalian diri dipelajari dari pengamatan dari atas model yang dikenai hukuman
- 6) Status kehormatan sangat berarti
- 7) Individu mengamati seorang model dan dikuatkan untuk mencontoh tingkah laku model tersebut.
- 8) Modeling dapat dilakukan dengan model simbol melalui flim dan atau visual lainnya.³³

Prinsip menurut faizin sebagai berikut:

- 1) Belajar bisa diperoleh melalui pengalaman langsung dan tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain berikut dengan konsekuensinya.
- 2) Dalam hal berbicara sosial tertentu bisa dihapus dengan cara mengamati orang lain yang mendekati suatu obyek atau situasi yang ditakuti dengan tindakan yang dilakukan.

³² Siti Rahmi, *Bimbingan Dan Konseling Pribadi Sosial*, (Aceh, Syiah kuala University Press, 2021),161-162.

³³ Nain rahmatyana dan Rima Irmayanti, "Teknik Modeling Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Perencanaan Karier Siswa Sma", No.2 (2020), 64.

- 3) Pengendalian diri dipelajari melalui pengamatan atas model yang dikenai hukuman.
- 4) Seseorang mengamati seorang model dan dikuatkan dalam mencotok tingkah laku model.
- 5) Pada bimbingan kelompok terjadi model ganda karena peserta bebas meniru perilaku pemimpin kelompok atau yang lain.³⁴

Yusuf berpendapat menyakini bahwa teknik modeling melibatkan empat usur yaitu ;

- 1) *Attentional*, yaitu observasi/individu menaruh perhatian terhadap perilaku atau penampilan model.
- 2) *Retention*, yaitu sebuah proses yang merujuk pada upaya individu untuk memasukkan informasi tentang model.
- 3) *Production*, yaitu proses mengontrol tentang bagaimana seorang dapat mereduksi respons atau tingkah laku model.
- 4) *Motivational*, yaitu proses pemilihan tingkah laku model.
- 5) *Vicarious learning*, yaitu proses belajar dengan cara mengobservasi konsekuensi dari tingkah laku orang lain.³⁵

Penggunaan teknik modeling harus mempertimbangkan segi jenis informasi yang terkandung dalamnya dan pengaruh yang dapat ditimbulkan. Menurut kumalasari berpendapat bahwa teknik modeling dapat memberikan beberapa pengaruh berupa :

- 1) Pengambilan respon atau keterampilan baru dan memperlhatkannya dalam perilaku baru,
- 2) Hilangnya respons takut setelah melihat tokoh melakukan sesuatu yang menimbulkan rasa takut konseli, tidak berakibat buruk bahkan berakibat positif.
- 3) Melalui pengamatan terhadap tokoh, seseorang terdorong untuk melakukan sesuatu yang

³⁴ Naili Faizatiz S, "Menjadikan Peserta Didik SMK Gemar Berwirausaha", (Kediri, penerbit Edukatif, 2001), 47.

³⁵ Nain rahmatyana dan Rima Irmayanti,"Teknik Modeling Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Perencanaan Karier Siswa Sma", No.2 (2020), 64.

memungkinkan sudah diketahui atau di fahami dan tidak ada halangan.³⁶

3. *Bullying*

a. *Pengertian Bullying.*

Kata *bullying* berasal dari bahasa Inggris yaitu “*bully*” yang artinya , menggertak atau mengganggu. Dalam Bahasa Indonesia, secara etimologi kata *bully* berarti penggertak, orang yang mengganggu orang lemah, sejiwa yang menyatakan bahwa *bullying* adalah situasi dimana seseorang yang merasa kuat baik fisik atau mental menekan, memojokkan, melecehkan, menyakiti seseorang yang lemah dengan sengaja dan berulang ulang, untuk menunjukkan kekuasaanya. Dalam hal ini sang korban tidak bisa membela dirinya dan mempertahankan dirinya sendiri karena lemah secara fisik dan mental.³⁷

Menurut wiyani *bullying* adalah “penggertak”, orang yang mengganggu orang yang lemah. Selain itu menurut eko perilaku agresif seseorang atau sekelompok orang yang dilakukan secara berulang ulang terhadap orang atau sekelompok orang lain yang lebih lemah dalam menyakiti korban³⁸. Menurut ken rigby *bullying* adalah hasrat menyakiti. Hasrat ini diperlihatkan kedalam aksi, menyebabkan seseorang menderita. Aksi ini dilakukan secara langsung oleh seseorang atau ke,ompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab biasanya berulang dan dilakukan dengan perasaan senang.³⁹

Bullying adalah perilaku yang disengaja untuk menjatuhkan/ mempermalukan orang lain. *bullying* adalah perilaku yang disengaja dan cenderung akan dilakukan berulang kali.⁴⁰

³⁶ Trifosa Dyah P, “ *Teknik Modeling terhadap Perencanaan Karir Peserta Didik Sma*”, jurnal bimbingan konseling, No.1 (2018), 4.

³⁷ Amin nasir, “*konseling behavior solusi alternative Mnegatasi Bullying Anak Di Sekolah*”, Konseling edukasi: journal Of Guindace and Counseling, No 2 (2018),70.

³⁸ Heryana Mardika I, “*fenomena Bullying antar Siswa*”, Jurnal pendidikan ilmu pengetahuan sosial Indonesia , No. 1 (2019), 25.

³⁹ Ponny Retno Astuti, “*Meredam Bullying: 3 cara efektif mennagulangi kekerasan pada anak*”, (PT Grasindo, jarkata 2008), 3.

⁴⁰ Sukarmadiarti, dkk., *Sukses Mnejadi Orang Tua*, (wiyung, Cv Brilian angkasa Jaya, cet 1, 2020), 69.

b. Jenis Jenis *Bullying*

Bullying juga terjadi dalam beberapa jenis tindakan *bullying* menurut coloroso, *bullying* dibagi menjadi 4 jenis yaitu :

1) *Bullying* fisik

Penindasan fisik merupakan jenis *bullying* yang paling jelas dan paling dapat di indentifikasi diantara *bullying* yang lainnya, akan tetapi kejadian penindasan fisik terhidung kurang dari sepertiga dari peristiwa penindasan yang dilaporkan oleh seseorang. Jenis penindasan secara fisik diantaranya adalah memukul, mencekik, menyikut, meninju, menendang, menggigit, memotong, mencakar, serta merusak dan menghancurkan pakaian serta barang barang orang yang tertindas, semakin kuat semakin kuat semakin berbahaya serangan orang membully.

2) *Bullying* verbal

Kekerasan verbal adalah bentuk penindasan yang paling umum biasanya digunakan, baik dari perempuan ataupun juga laki laki. kekerasan verbal ini mudah dilakukan dan dapat menjadi bisikan dihadapan orang dewasa serta teman seusianya, tanpa terdeteksi. Penindasan verbal dapat berupa julukan nama, celaan, fitnah, kritik kejam, penghinaan , dan pernyataan pernyataan bernuasa ajakan seksual atau pelecehan seksual. Tidak hanya itu, penindasan verbal bisa berupa sebuah perampasan uang saku atau barang barang, menelfon dengan kasar, e-mail yang menjurus mengintimidasi, surat surat kaleng yang berisi dengan sebuah ancaman kekerasan, tuduhan tuduhan yang tidak benar, kasak kusuk yang keji, serta ghibah.

3) *Bullying* relasional.

Penindasan relasional adalah pelemahan harga diri sikorban dalam penindasan secara sistematis melalui dengan pengabaian, pengucilan, penguacualian, atau juga penghindaran. Jenis *bullying* ini yang paling sulit di deteksi dari luar. Penghindaran adalah suatu tindakan penyingkiran alat yang terkuat. Perilaku ini dapat menanggung sikap sikap tersembunyi seperti pandangan yang agresif, lirik mata, helaan nafas, bahu yang bergidik, cicbiran bibir, tawa yang mengejek, dan bahasa tubuh yang kasar.

4) *Cyber bullying*

Cyber bullying ini adalah bentuk bullying yang terbaru karena dengan semakin perkembangan teknologi, internet dan media sosial. Hal ini korban terus menerus mendapatkan pesan negative dari sipelaku melalui sosial lainnya bentuknya berupa : a). mengirim pesan yang menyakitkan atau menggunakan gambar . b) meninggalakna pesan voicemall yang kejam. c) menelpon terus menerus tanpa henti namun tidak mengatakan apa apa (silent call). d) membuat wibesite yang memalukan bagi sikorban. e) sikorban dihindarkan atau dijauhi dari chat room dan lainnya. f) happy slapping yaitu video yang berisi dimana korban dipermalukan atau dibully lalu disebar.⁴¹

Menurut pendapat sejiwa hal ini mengelompokkan bullying menjadi tiga kategori yaitu bullying fisik, bullying verbal, dan bullying psikologis. Bullying fisik misalnya memukul, mendorong, menendang, memalak dan mencubit. Bullying verbal misalnya berkata kasar, mengejek, menertawakan, memanggil dengan julukan yang tidak senangi dan juga mengancam. Dan sedangkan bullying psikologis misalnya mengucilkan, mengabaikan, menyebarkan berita hoax , memandang sinis, mencibir dan juga meneror.⁴²

c. **Faktor faktor perilaku *Bullying*.**

Faktor faktor yang mempengaruhi perilaku bullying pada remaja diantaranya , Faktor yang pertama adalah pengaruh teman. Bahwa perilaku bullying dapat terjadi keran adanya pengaruh teman. Remaja merasa lebih nyaman dengan teman dari pada dengan keluarga sehingga cenderung mengikuti teman temannya.Faktor yang kedua adalah pengaruh lingkungan. Lingkungan disekitar remaja memberikan pengaruh terhadap perilaku anak. Salah satu orang tua mengatakan bahwa remaja menjadikan ustad dilingkungan rumahnya sebagai panutan. Selain itu salah

⁴¹ Amin nasir, "konseling behavior solusi alternative Mnegatasi Bullying Anak Di Sekolah", Konseling edukasi: journal Of Guindace and Counseling, No 2 (2018),71-72.

⁴² Yunita Bulu, dkk, "Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Bullying Pada Remaja Awal", Nursing news, Vol 4, No 1 (2019), 56-57.

satu orang tua mengaku bahwa remaja lebih banyak belajar agama dari lingkungan rumah dibandingkan dari keluarga. Faktor ketiga, adalah riwayat bullying. Bahwa bullying diterima oleh remaja mempengaruhi perilaku remaja. bahwa orang tua menerapkan kekerasan untuk memenuhi kebutuhan remaja atau menggunakan metode kedisiplinan yang kasar cenderung memiliki remaja yang bersifat agresif dan melakukan intimidasi. Faktor keempat adalah penggunaan media elektronik. Remaja yang menunjukkan sering menggunakan handphone atau media lainnya menyebutkan perilaku *bullying* pada remaja dapat dipengaruhi apa yang dia lihat, remaja sering mengakses media sosial akan cenderung lebih rentan terhadap perilaku *bullying*. Faktor kelima adalah karakter perilaku *bullying*. Salah satu karakter pelaku *bullying* adalah remaja yang memiliki masalah di rumah dan kurang mendapat perhatian dari orang tua. Remaja kan mencari se buah pelampiasan dengan menyakiti teman temannya atau melakukan tindakan *bullying*. Fakot keenam adalah karakter sasaran *bullying*. *bullying* Dapat terjadi karena orang tersebut memiliki sifat yang tidak disukai orang lain.⁴³

Menurut quiros et al Faktor penyebab terjadinya bullying ada 3 menyebabkan perilaku bullying yaitu diantaranya :

- 1) Hubungan keluarga, menurut oliver et al mengemukakan ada enam karakteristik faktor latar belakang dari keluarga yang dapat memengaruhi perilaku bullying pada individu, yaitu sebagai berikut. Lingkungan dengan emosional yang beku dan kaku dengan tidak adanya saling memperhatikan dan memberikan kasih sayang yang hangat antar sesama, pola asuh yang permissive dengan pola asuh serba membolehkan, sedikit sekali membiarkan aturan aturan, tidak membatasi untuk berperilaku, struktur keluarga yang kecil, pengasingan keluarga dari masyarakat sekitar, kurangnya kepedulian terhadap hidup dalam bermasyarakat, dan kurangnya berkontribusi keluarga dalam bersosial dimasyarakat.

⁴³ Ema waliyanti, dkk, “Fenomena Perilaku Bullying pada Remaja di Yogyakarta”, jurnal ilmiah keperawatan Indonesia, Vol.2 no 1 (2018), 58-62. Diterima 17 juli 2018 , disetujui 28 september 2018,

Konflik yang terjadi diantara orangtua dan ketidakharmonisan keluarga, penggunaan dalam disiplin, orang tua gagal untuk menghukum atau memperkuat perilaku agresif dan gagal untuk memberikan sebuah apresiasi, pola asuh orangtua yang otoriter dengan menggunakan control dan hukuman sebagai bentuk disiplin yang tinggi, orang tua mencoba untuk membuat rumah tangga dengan aturan yang standar dan tidak kaku.

- 2) Teman sebaya, pada masa remaja memiliki keinginan untuk tidak lagi terlalu bergantung pada keluarga dan memulai dengan mencari dukungan dari teman sebaya, oleh karena itu salah satu faktor sangat besar yang memberikan pengaruh negative dengan cara memberikan hal yang baik secara aktif maupun pasif bahwa bullying tidak akan berdampak apa apa dan merupakan suatu hal yang wajar dilakukan. Pencarian identitas diri dalam masa remaja dapat melalui penggabungan diri dalam sebuah kelompok teman sebaya atau kelompok yang dihormati.
- 3) Pengaruh media, media sangat memiliki peranan penting dalam pembentukan cara berfikir dan berperilaku. Hal ini tidak hanya sebatas pada media televisi akan tetapi media seluruh yang mencakup internet. Remaja yang terbiasa melihat dan membaca kekerasan di media akan cenderung berperilaku agresif atau meniru apa yang dia lihat untuk menyelesaikan sebuah masalah.⁴⁴

d. Hukum perdata tentang *bullying*.

Tidak ada satupun hukum perdata yang berbicara mengenai perilaku *bullying*. Hanya saja perilaku *bullying* bertentangan dengan Undang Undang no. 23 tahun 2002 pasa 1 tentang perlindungan anak yang berbunyi : ⁴⁵

“perlindungan anak adalah segala kegiatan untuk menjamin dan melindungi anak dan haknya agar dapat hidup, tumbuh , berkembang, dan berpartisipasi secara maksimal sesuai dengan harkat dan martabat

⁴⁴ Amin nasir, ”*konseling behavior solusi alternative Mnegatasi Bullying Anak Di Sekolah*”, *Konseling edukasi: journal Of Guindace and Counseling*, No 2 (2018),73-74

⁴⁵ Undang Undang No.23 tahun 2002 pasal 1 tentang Perlindungan Anak.

kemanusiaan, serta mendapat perlindungan dari kekerasan dan deskriminasi”. “

Undang undang diatas diperkuat dengan pernyataan UU no. 23 tahun 2003 pasal 54 yang menyatakan bahwa :⁴⁶

“ sekolah harus menjadi zona anti kekerasan”

Hal ini sangat bertentangan jika pada realitanya justru banyak kasus bullying yang dapat kita temukan bullying ditempat mencari ilmu.

e. Dampak *Bullying*

Dampak *bullying* memberikan dampak yang negative, dampak *bullying* fisik bagi korban yaitu akan mengalaminya sebuah rasa sakit kepala, sakit dada, luka memar, luka tergores, benda tajam, dan sakit fisik lainnya. sedangkan dampak dalam psikologisnya anantara lain menurunnya kesejahteraan psikologis, penyesuaian sosial semakin buruk, mengalami emosi, seperti marah, dendam, kesal, tertekan, takut, malu, sedih, tidak nyaman, terancam, cemas, dan bahkan ada keinginan untuk korban bunuh diri dari pada harus menghadapi tekanan berupa hinaan hukuman.⁴⁷ Kowalski dan limber berpendapat bahwa adanya ketidak sehatan psikologi bagi korban *bullying*, hal ini ditunjukkan dari kecemasan, depresi, harga diri, kesejahteraan fisik, kehadiran sekolah, dan prestasi akademik.⁴⁸

Kerugian bagi seorang pelaku *bullying* adalah adanya sebuah sanksi, lenih lanjut jika seorang pelaku berperilaku kekerasan sampai melampui batas otoritas lembaga, dan peraturan sekolah, maka kekerasan tersebut dapat mengarahkan pada pelanggaran atas HAM yang dapat dikenakan sebagai Kasus pidana.⁴⁹

⁴⁶ UU No. 23 tahun 2003 pasal 54 tentang sekolah sebagai tempat Anti Kekerasan .

⁴⁷ Yunita Bulu, dkk, "Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Bullying Pada Remaja Awal", Nursing news, Vol 4, No 1 (2019), 57.

⁴⁸ Fery Muhammad Firdaus,"Upaya Mengatasi Bullying Di Sekolah Dasar Dengan Mensinergikan Program Sekolah Dan parenting Program Melalui Whole – School Approach", jurnal pendidikan sekolah dasar, vol 2 no,2 (2019). 53. Di akses 1 desember 2019

<https://juurnal.iny.ac.id/index.php/didaktika>

⁴⁹ Yunita Bulu, dkk, "Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Bullying Pada Remaja Awal", Nursing news, Vol 4, No 1 (2019), 57.

Anak pelaku *bullying* akan berdampak negative bagi perkembangan kepribadiannya, karena anak pelkau *bullying* kecenderungan terlibat dalam kekerasan perilaku beresiko lainnya saat dia mulai dewasa, bentuknya bisa jadi :

- 1) Sering terlibat dalam perkelahian
- 2) Melakukan aksi perbuatan menghancurkan, merusak fasilitas umum.
- 3) Penyalah gunaan dan kecanduan alcohol serta narkoba
- 4) Terlibat kegiatan yang criminal dan masuk dalam hukum ketika beranjak dewasa.
- 5) Melakukan aktivitas seksual terlalu dini (sebelum waktunya)
- 6) Melakukan kekerasan pada pasangan atau keluarga dan juga anak anak ketika dewasa.⁵⁰

Dampak yang menjadi saksi *bullying*, pertama terdoornng membolos sekolah, kedua terdorong meingkatkan penyalahgunaan rokok, alcohol dan obat obatanlainnya dan ketiga, rentan terhadap masalah kesehatan mental misalnya mudah depresi dan kecemasan berlebihan. Orang orang yang menjadi saksi *bullying* yang tidak melkukan sebuah tindakan apa apa untuk menghentikan *bullying* ada empat faktor yang menajdi alasan diantaranya :

- 1) Saksi *bullying* merasa takut akan melukai dirinya sendiri
- 2) Saksi *bullying* merasa takut menjadi target yang akan datang oleh pelaku *bullying*.
- 3) Saksi *bullying* takut apabila dia melakukan sesuatu, maka akan memperburuk situasi yang ada.
- 4) Saksi *bullying* ridak tahu apa yang harus dilakukan.⁵¹

⁵⁰ Fery Muhammad Firdaus,"*Upaya Mengatasi Bullying Di Sekolah Dasar Dengan Mensinergikan Program Sekolah Dan parenting Program Melalui Whole – School Approach*", jurnal pendidikan sekolah dasar, vol 2 no,2 (2019). 52. Di akses 1 desember 2019

<https://juurnal.iny.ac.id/index.php/didaktika>

⁵¹ Fery Muhammad Firdaus,"*Upaya Mengatasi Bullying Di Sekolah Dasar Dengan Mensinergikan Program Sekolah Dan parenting Program Melalui Whole – School Approach*", jurnal pendidikan sekolah dasar, vol 2 no,2 (2019). 54. Di akses 1 desember 2019

<https://juurnal.iny.ac.id/index.php/didaktika>

f. Karakteristik Pelaku *Bullying*

Karakteristik bahwa pelaku *bullying* dapat diidentifikasi kedalam 10 sifat yaitu : suka mendominasi, suka memanfaatkan orang lain untuk kepentingan pribadi, merasa kesulitan melihat situasi dari sudut pandang orang lain, tidak peduli akan kebutuhan, hak hak, dan tidak peduli akan perasaan orang lain , hanya memperdulikan pada dirinya sendiri, kecenderungan untuk melukai orang orang ketika mereka sebagai mangsa mereka, menggunakan kesalahan, kritikan dan tuduhan tuduhan yang tidak sesuai untuk memperlihatkan ketidak mampuan mereka kepada targetnya, tidak bertanggung jawab atas setiap tindakan yang mereka lakukan, tidak memiliki pandangan terhadap masa depan, yaitu tidak mampu berfikir konsekuensi yangka pendek dan jangka panjang, serta yang mungkin tidak diinginkan dari perilaku mereka saat itu dan harus akan perhatian.⁵²

g. Dukungan Untuk Korban *Bullying*.

Dukungan untuk korban *bullying* adalah dukungan sosial, dukungan sosial sendiri merupakan kehadiran orang lain yang dapat membuat individu merasa dicintai, diperhatikan , mendapatkan kenyamanan, perasaan diakui oleh keluarga , teman sebaya, atau yang lainnya. Menurut champions menjelaskan bahwa bentuk dukungan sosial adalah :

- 1) Dukungan emosional yaitu memberikan kehangatan dan kasih sayang.
- 2) Dukungan penghargaan yaitu memberikan penghargaan yang positif kepada subjek dengan cara memberikan semangat pada ide atau pendapat subyek.
- 3) Dukungan informasi seperti memberikan informasi atau nasehat.

Olweus menjelaskan bahwa dukungan sosial yang dibutuhkan pada korban *bullying* muncul dalam bentuk :

- 1) Memberikan semangat dengan cara bertemu langsung dengan korban.

⁵² Itsna Afyiani, dkk, “Identifikasi Ciri Ciri Perilaku *Bullying* dan Solusi Untuk Mengatasinya Di Sekolah”, jurnal mahasiswa Bk Annur, Vol. 5 no.6 (2019), 23.

<https://ojs.uinska-bmj.ac.id/index/php/AN-NUR>

- 2) Melihat kondisi negative akibat bullying serta memberikan respon positif untuk meningkatkan kondisi yang baik pada korban.
- 3) Mengajak korban untuk melakukan interaksi dalam sebuah kelompok (sosial)
- 4) Memberikan fasilitas kepada korban dengan cara memberikan waktu bertemu dan berkomunikasi dengan korban, memberikan informasi kegiatan yang positif kepada korban, serta memberikan waktu agar korban menjelaskan harapan masa depan.

Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa korban bulliying membutuhkan dukungan sosial. Dukungan sosial tersebut dibutuhkan dari orang orang yang terdekat seperti contohnya orang tua, teman dekat, atau sahabat, serta teman bermain. Bentuk dukungan sosial yang dibutuhkan adalah memberikan waktu kepada korban , memberikan perhatian, memebrikan infomasi positif.⁵³

4. Santri

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kata santri setidaknya mengandung dua arti, arti yang pertama yaitu orang yang mendalami agama islam, dan makna yang kedua yaitu orang yang beribadah dengan sungguh sungguh.⁵⁴ santri sebagai orang yang berpengang teguh pada alquran dan hadist serta kukuh pada prinsipnya dalam mencari ilmu agama. Menurut KH Mustofa Bisri berpendapat bahwa santri tidak hanya yang tinggal disebuah pesantren , akan tetapi setiap orang yang memiliki akhlak dan sifat yang baik juga hormat kepada gurunya.⁵⁵ Nuscholis Madjid menyebut ada dua pendapat tentang asal susul kata santri. Yang pertama, kata santri berasal dari kata “shastri” dalam bahasa sanserkerta yang artinya melek huruf. CC Berg mengartikan *shastri* dengan orang yang tahu buku buku suci agama hindu. Pendapat ini merujuk kepada para santri yang berusaha mendalami agama melalui kitab kitab bertulisan arab asli maupun arab pegon. Kedua, kata santri berasal;ah dari kata “ Cantrik” dalam bahasa jawa berarti seseorang yang se;;au mengikuti seorang guru kemana guru itu

⁵³ Riani, *Pentingnya Dukungan untuk Korban Bullying*, (Jakarta , Pusaka taman Ilmu, 2021), 29-32

⁵⁴ Angkatan Madin IAIN Tulungagung 2018, *Sang Santri : Perjalanan Meraih Barakah* , (Guepedia, 2020), 21.

⁵⁵ Eneng Susanti, “ *Apa Itu Santri* “, *eneng susanti* (islampos), 22 Oktober , 2019, <https://www.islampos.com/apa-itu-santri-169376/>

pergi menetap. Dengan demikian dari berbagai pendapat diatas tersebut dapat disimpulkan bahwa santri adalah seseorang yang mendalami agama melalui kitab kitab dengan mengikuti guru atau kyai.⁵⁶

B. Penelitian Terdahulu.

Peneliti menemukan bebrapa kajian semacam ini dengan judul yang hampir sama. adapun karya tersebut dianataramya sebagai berikut :

1. Skripsi dengan judul “konseling individu dengan pendekatan behavioristik teknik kontrak perilaku untuk mengurangi masalah kecanduan media sosial siswa di smp negeri 1 ungaran”, yang diteliti oleh susilowati, fokus penelitian pada kecanduan media sosial pada remaja dari pendekatan behavioristik, pasti ada perbedaan dengan fokus penelitian yang peneliti ambil dari skripsi ini, persamaan dari penelitian ini sama sama membahas tentang konseling behavioristik. Yang berkaitan dengan mengurangi perilaku , karena sebuah sikap bisa berpengaruh atau berkaitan dengan yang lainnya.

Perbedaan yang jelas dari peneliti terdahulu dengan peneliti yang sekarang terdapat pada objek yang diteliti beda , dengan fokus peneltian juga yang berbeda. Fokus penelitian pada peneliti terdahulu yaitu mengurangi masalah kecanduan media sosial pada siswa smp dari konseling behavior, sedangkan fokus peneltian pada peneliti sekarang yaitu mengurangi bullying pada santri dari konseling behavior dengan teknik modeling. Kemudian subyek pada penelitian terdahulu difokuskan pada anak smp sedangkan penelitian sekarang pada santri pondok yang memfokuskan pada individu yang mempunyai perilaku bullying . hasil dari penelitian tersebut bisa disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada mengurangi masalah kecanduan sebelum dan sesudah diberlakukan konseling behavior. Akan tetapi hasil penelitian tersebut membuktikan adanya sikap membatasi media sosial pada anak smp berkat pengaruh konseling behavioristik teknik kontrak perilaku.⁵⁷

⁵⁶ Ifaan Ahmad Gufron, *Santri dan Nasionalisme*, Islamic insight journal , Vo, 1 No,1 , 2019, 42.

⁵⁷ susilowati, *Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioristik Teknik Kontrak Perilaku untuk Mengurangi Masalah Kecanduan Media Sosial Siswa di Smp Negeri 1 Ungaran*, Semarang, diakses pada tanggal 21 desember 2021. <http://lib.unnes.ac.id/31165/1/1301412079>.

2. Jurnal dengan judul “efektivitas Konseling Behavioral dengan teknik modeling untuk mengatasi perilaku agresif pada peserta didik smp negeri 07 bandar lampung”. Yang diteliti oleh rika damayanti dan tri aeni, fokus penelitian ini perilaku agresif pada peserta didik smp dalam efektivitas konseling dengan teknik modeling. Pasti ada perbedaan dalam fokus penelitian jurnal ini. Persamaan dari penelitian ini sama sama membahas konseling behavior dan menggunakan teknik yang sama yaitu teknik modeling. Yang berkaitan dengan perilaku dan metode yang sama. Karena sebuah pendekatan melalui sikap dan modeling sebagai contoh saling berkaitan.

Perbedaan pasti ada dari peneliti terdahulu dengan peneliti yang saat sekarang terdapat pada objek yang diteliti beda, dengan fokus penelitian pun juga berbeda . fokus penelitian pada peneliti sekarang yaitu mengurangi bullying pada santri dari konseling behavior dengan teknik modeling. Kemudian subyek pada penelitian terdahulu difokuskan pada peserta didik smp sedangkan penelitian sekarang pada santri pondok yang memfokuskan pada individu yang mempunyai perilaku bullying.kemudian subyek penelitian terdahulu memfokuskan pada seseorang yang mempunyai perilaku yang agresif, sedangkan subyak penelitian peneliti yang sekarang adalah seseorang atau kelompok pada santri pondok yang memfokuskan pada individu yang mempunyai perilaku bullying. Hasil dari peneltian ini ada perubahan yang semulanya agresif dalam bertindaksetelah diterapkannya konseling behavioral melalui teknik modeling sudah bisa menyesuaikan sikap agresif tersebut. Mengurangi rasa frustasi, perilaku yang merugikan diri sendiri maupun orang lain.⁵⁸

3. Skripsi dengan berjudul “Meningkatkan kepercayaan diri korban bullying melalui konseling individual *rational emotif behavior therapy teknik homework assignment*”, yang diteliti oleh gus riries nahdliyah awaliyah. Penelitian terdahulu ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan penelitian lapangan sama dengan penelitian peneliti sekarang. Fokus peneltian pada peneliti terdahulu yaitu dengan konseling

⁵⁸ Rika Damayanti dan Tri aeni, “Efektifitas Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Mengatasi Perilaku Agresif pada Peserta Didik Smp Negeri 07 Bandar Lampung”, jurnal bimbingan dan konseling, vol, 2 no, 1 (2016). Di publikasi pada bulan juni 2016

<http://www.ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/article/view/572>.

individu untuk meningkatkan kepercayaan diri korban bullying dengan terapi behavior rational emotif menggunakan teknik homework assignment. Sedangkan penelitian fokus penelitian pada peneliti sekarang yaitu konseling behavior dengan teknik modeling dalam mengurangi bullying. Terapi behavior rational emotif berkaitan dengan konseling behavior, penjelasan peneliti terdahulu dalam terapi behavior rational emotif dikategorikan ada teknik kognitif, teknik afektif dan behavioral yang disesuaikan dengan masalah setiap konseli yang ada saling kaitannya dengan konseling bevioral.

Pada penelitian ini tentunya ada perbedaan didalamnya dan juga ada persamaan antara peneliti terdahulu dengan peneliti sekarang letak perbedaan peneliti terdahulu objek penelitian terdahulu memfokuskan pada konseling individu dengan terapi behavior rational emotif teknik homework assignmen. Walaupun keduanya hampir sama berkiatan akan tetapi konsepnya tentu sudah berbeda. Sedangkan persamaan pada peneliti terdahulu dengan peneliti yang sekarang yaitu subyek dalam peneltisn dsm meneliti individu yang mengalami bullying. hasil penelitian pada penltii terdahulu yaiturational emotif behavior terapy dengan teknik homework assignmen dapat meningkatkan kpercyaan diri korban bullying pada siswa kelas VIII smp diponegoro 7 gumelar kabupaten banyumas.⁵⁹

4. Jurnal dengan judul, “Penerapan Teknik Modeling Simbolis untuk Mengurangi Perilaku Bullying siswa di sma negeri 16 banda Aceh”, yang ditulis oleh desi arita Nurhasanah dan nurbaity. Objek yang dibahas pada jurnal dan peliti sekarang sama dengan yang dibahas tentang teknik modeling. Akan tetapi bedanya pada jurnal ini difokuskan teknik modeling simbolis untuk mengurangi perilaku bullying. Sedangkan pada penelitian ini memfokuskan pada konseling behavioral dengan Teknik modeling dalam mengurangi bullying. Pada jurnal ini menjelaskna bahwa penerapan teknik modeling simbolis dapat digunakan sebagai sarana dalam membantu seseorang untuk

⁵⁹ Gus Riries Nahdliyatul Awaliyah, ”Meningkatkan Kpercayaan Diri Siswa Korban Bullying Melalui Konsleing Individual rational emotif Behaviour Terapi Teknik Homework Assigment”, diakses pada tanggal 21 desember 2021

<https://www.bing.com/search?q=jurnal+tenatang+bullying+dalam+bimbingan+konseling&qs=n&form=OBRE&sp=-1&pq=jurnal+tenatang+bullying+da&sc=0-27&sk=&cvid=1C772ED196814C2DA06DAA9C12F67DDD>

mengurangi perilaku bullying untuk menjadikan tujuan menjadi pribadi yang baik⁶⁰.

5. Jurnal dengan judul, “Pendekatan konseling spiritual sebagai alternative pencegahan perilaku bullying (kekerasan)”, yang di tulis oleh Annisa subroto, rosiana wulandari dan suharni. Fokus penelitian ini pada pencegahan perilaku bullying dari pendekatan konseling spiritual sebagai alternative. Hal ini pasti ada yang berbeda dengan fokus peneltian yang peneliti ambil dari jurnal ini, persamaan dari penelitian ini sama sama membahas bullying yang saling berkaitan. Perbedan terletak pada jurnal yang memfokuskan pendekatan konseling spiritual sebagai alternative dalam mencegah bullying. Sedangkan penelitian sekarang peneliti memfokuskan konseling behavior dengan teknik modeling dalam mengurangi bullying. . pada jurnal yang ditulis ini menjelaskan apabila konseling spiritual sebagai alternative yang setiap individ agar memiliki kemampuan untuk mengembangkan dalam berperilaku yang baik. tentang nilai nilai agama dan mengatasi masalah masalah kehidupan yang mampu mencegah perilaku bullying itu sendiri.⁶¹

Dari penjelasan diatas mengenai semua penelitian terdahulu bahwa penelitian ini pasti mempunyai perbedaan dan persamaan dari penelitian sekarang. Akan tetapi Bahwa halnya penelitian ini berhak untuk dilanjut karena mempunyai keterbaruan dari yang dulu. Keterbaruan itu ialah dimana implementasi konseling behavior dengan menggunakan teknik modeling dalam mengurangi bullying santri di lingkungan pondok pesantren modern assyifa muhammadiyah.

C. Kerangka Berfikir.

Dalam setiap kegiatan penelitian, peneliti harus memaparkan kerangka berfikir dalam penelitian.kerangka berfikir bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam melkakukan suatu pemecahan masalah yang diteliti.

⁶⁰ Desi Arista, dkk, ” Penerapan Teknik Modeling Simbolis Untuk Mengurangi perilaku Bullying siswa Di Sma Negeri 16 Banda Aceh”, jurnal ilmiah mahasiswa bimbingan dan konseling, vol. 5 no.1 (2020). Di akses pada bulan maret 2020.

⁶¹ An nisa subroto, dkk, “ Pendekatam Konseling Spiritual Seabagai Alternatif Pencegahan Perilaku Bullying (kekerasan)”, Jurnal prosiding seminar nasional bimbingan konseling , Vol 1 no. 1 (2017), diakses pada bulan mei 2017.

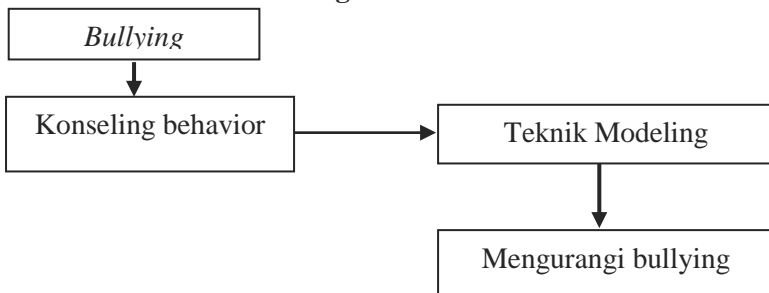
<http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SNBK/article/view/117/116>

Bullying merupakan tindakan yang agresif yang dilakukan seseorang atau sekelompok dengan tujuan untuk menyakiti orang lain dengan merasa dirinya kuat, sehingga orang yang lemah merasa tertindas apa yang dia rasakan secara berulang ulang. bullying dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor.

konseling behavior sebagai salah satu upaya memberikan bantuan konseling baikk kepada individu atau kelompok yang membutuhkan. Dimana tujuan tujuan konseling behavior sendiri berupa membantu individu dalam mevapai kehidupan tanpa mengalami perilaku simtomatik, yaitu kehidupan tanpa mengalami kesulitan atau sebuah hambatan perilaku, yang dapat membuat ketidakpuasan dalam jangk panjang atua mengalami sebuah masalah dengan kehidupan sosial.⁶²

Teknik modeling menjadi salah satu teknik dalam membantu menyelesaikan permasalahan konseli yang mempunyai latar belakang perilaku bullying dari faktor faktor yang berbeda. Hal ini ustadz sebagai model kepada konseli memberikan pengaruh yang positif kepada konseli, sebagai model yang dihargai dan dihormati agar apa yang konseli mengamati dari seorang uzbek yang memberikan contoh perilaku yang baik akan di aplikasikan kepada konseli. Seorang konseli jika sudah bersikap positif maka akan mengurangi sikap bullying yang ada pada dirinya. Penerapan konseling behavior ini dengan menggunakan teknik modeling diharapkan bisa mengurangi perilaku bullying dengan diterapkannya ilmu dan konsep konsep dalam berperilaku sehingga membantu mengurangi bullying santi di pondok modern assyifa muhammadiyah. Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan diatas maka peneliti akan menjelaskan kerangka berfikir dalam penelitian ini sebagai berikut :

Gambar 2.1
Kerangka Berfikir



⁶² Latipun, "psikologi konseling", (malang: umm press, cet.3, 2001), 113.