

**STRATEGI GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM  
MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM* PADA SISWA KORBAN  
*BULLYING* DI MAN 3 CIREBON**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Program Studi Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam



**YUHANNAH**

**NIM. 2108306169**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM (BKI)  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON  
1447 H/2025**

**STRATEGI GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN  
*SELF-ESTEEM* PADA SISWA KORBAN *BULLYING*  
DI MAN 3 CIREBON**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Program Studi Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam



**YUHANNAH**

**NIM. 2108306169**

**UINSSC**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON**

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM (BKI)  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON  
1447 H/2025 M**

## ABSTRAK

### **YUHANNAH. 2108206169. STRATEGI GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM* PADA SISWA KORBAN *BULLYING* DI MAN 3 CIREBON. 2025.**

*Bullying* merupakan fenomena sosial yang kerap terjadi di lingkungan sekolah dan dapat mengakibatkan dampak negatif terhadap kesehatan mental dan emosional siswa dan dapat menurunkan *self-esteem*. *Self-esteem* yang rendah, dapat menghambat perkembangan diri siswa dan mempengaruhi prestasi akademik siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Untuk mengetahui gambaran *self-esteem* yang dialami oleh korban *bullying* di MAN 3 Cirebon, (2) Untuk mengetahui bentuk *bullying* yang dialami oleh korban (3) Untuk mengetahui strategi Guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *bullying* di MAN 3 Cirebon. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini melibatkan lima informan yang dipilih melalui purposive sampling. Hasil penelitian ini menemukan bahwa pengaruh *bullying* terhadap *self-esteem* siswa di MAN 3 Cirebon. Ditemukan bahwa *self-esteem* siswa dipengaruhi oleh penghargaan dari orang lain, kemampuan menghadapi tantangan, dan sikap terhadap diri sendiri. Berdasarkan aspek *self-esteem* Coopersmith (1967). *Bullying*, yang terdiri dari bentuk fisik, verbal, dan isyarat, berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik korban, menyebabkan kecemasan, rendah diri, dan kesulitan regulasi emosi. Meskipun keempat siswa tidak menjadi target *bullying* berkelompok, mereka tetap merasakan dampak psikologis yang signifikan. Peran Guru BK sangat penting dalam pemulihan psikologis korban *bullying* melalui pendekatan konseling individu dan kelompok, dengan penekanan pada teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Guru BK berupaya meningkatkan *self-esteem* siswa melalui bimbingan konseling berulang hingga siswa merasa lebih percaya diri.

**Kata Kunci: Guru BK; *Bullying*; *Self-esteem*.**

UINSSC  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON

## ABSTRACT

**YUHANNAH. 2108206169. GUIDANCE AND COUNSELING TEACHERS' STRATEGY IN IMPROVING SELF-ESTEEM IN BULLYING VICTIMS AT MAN 3 CIREBON. 2025.**

*Bullying is a social phenomenon that often occurs in the school environment and can have a negative impact on students' mental and emotional health and can reduce self-esteem. Low self-esteem can hinder students' self-development and affect students' academic achievement. This study aims to determine: (1) To find out the description of self-esteem experienced by victims of bullying at MAN 3 Cirebon, (2) To find out the form of bullying experienced by victims (3) To find out the counseling teacher's strategy in increasing self-esteem in victims of bullying at MAN 3 Cirebon. The method used in this research is qualitative with a case study approach. This study involved five informants who were selected through purposive sampling. The results of this study found that the influence of bullying on student self-esteem at MAN 3 Cirebon. It was found that students' self-esteem was influenced by appreciation from others, the ability to face challenges, and attitudes towards themselves. Based on Coopersmith's (1967) self-esteem aspects. Bullying, which consists of physical, verbal, and gestural forms, negatively affects the mental and physical health of victims, causing anxiety, low self-esteem, and difficulty with emotional regulation. Although the four students were not the target of group bullying, they still felt a significant psychological impact. The role of the counseling teacher is very important in the psychological recovery of bullying victims through an individual counseling approach.*

**Keyword: BK Theacher, Bullying, Self-esteem.**

UINSSC

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**STRATEGI GURU BIMBINGAN DAN**  
**KONSELING DALAM MENINGKATKAN *SELF-***  
***ESTEEM* PADA SISWA KORBAN *BULLYING* DI**  
**MAN 3 CIREBON**

Disusun Oleh:

Yuhannah  
NIM. 2108306169

Mengetahui:

Pembimbing I

Pembimbing II



**Bambang Setiawan, M.Pd.**

NIP. 19890706 201801 1 002

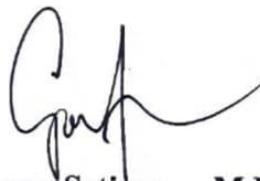


**HERNY NOVIANTI, M. Pd.**

NIP. 32017011 981112 1 201

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam



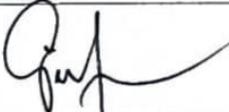
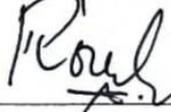
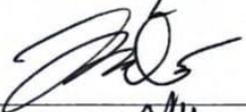
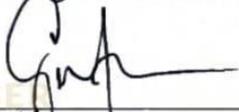
**Bambang Setiawan, M.Pd.**

NIP. 19890706 201801 1 002

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “STRATEGI GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN *SEFL-ESTEEM* PADA SISWA KORBAN *BULLYING* DI MAN 3 CIREBON” Oleh Yuhannah, NIM. 2108306169, telah dimunaqosahkan pada tanggal 16 Juni 2025, dihadapan dewan penguji dan dinyatakan **LULUS**.

Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon (UINSSC).

Panitia Munaqosyah	Tanggal	Tanda Tangan
<b>Ketua Jurusan</b> Bambang Setiawan, M.Pd. NIP. 19890706 201801 1 002	23 Juni 2025	
<b>Sekretaris Jurusan</b> Rina Kurnia, M.Pd. NIP. 19900517 201903 2 011	23 Juni 2025	
<b>Dosen Penguji I</b> Dr. Ade, Hidayat, M.Pd. NIP. 19820226202012 1 001	20 Juni 2025	
<b>Dosen Penguji II</b> Nurhannah Widianti, M.Pd, NIP. 19920811 201903 2 011	20 Juni 2025	
<b>Dosen Pembimbing I</b> Bambang Setiawan, M.Pd. NIP. 19890706 201801 1 002	23 Juni 2025	
<b>Dosen Pembimbing II</b> Herny Novianti, M. Pd. NIP. 32017011 981112 1 201	23 Juni 2025	

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

  
1-  
**Dr. Naila Farah, M.Ag.**  
NIP. 19770622 201101 2 003

## OTENTITAS PENELITIAN

Bismillahirrahmanirrohim

Dengan ini saya menyatakan skripsi yang berjudul **“STRATEGI GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM* PADA SISWA KORBAN *BULLYING* DI MAN 3 CIREBON”** ini beserta isinya merupakan karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi atau apapun yang dijatuhkan kepada saya dengan peraturan yang berlaku. Apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau ada klaim lain terhadap keaslian karya saya ini.

Cirebon, 20 Mei 2025



## RIWAYAT HIDUP



Yuhannah, lahir pada tanggal 09 Juni 2003 di Cirebon. Peneliti adalah anak ke-6 dari 7 bersaudara. Dari pasangan Alm. Bapak Ahmad Anas Dan Ibu Sun'iyah. Peneliti bertempat tinggal di Dusun Manis RT 02 RW 01, Desa Mertapada Kulon, Kec. Astanajapura, Kab. Cirebon, Prov. Jawa Barat.

Jenjang pendidikan yang pernah peneliti tempuh adalah sebagai berikut:

1. SDN 1 Mertapadakulon, pada tahun 2008 – 2012
2. MI Wathoniyah Putri Mertapada, pada tahun 2008 – 2014
3. MTs Agama Islam Mertapada, pada tahun 2014 – 2017
4. MAN 3 Cirebon, pada tahun 2017 – 2020

Peneliti menempuh program Pendidikan Strata Satu (S-1) pada Fakultas Dakwah Komunikasi Islam Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam lalu Mengambil judul skripsi: “STRATEGI GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM* PADA SISWA KORBAN *BULLYING* DI MAN 3 CIREBON” Dengan bimbingan Bapak Bambang Setiawan, M. Pd dan Ibu Herny Novianti, M.Pd.

**UINSSC**  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON

## MOTTO

“Segala sesuatu didunia ini, kemungkinan besar tidak berjalan sesuai dengan keinginan.

Yang terpenting adalah kamu bisa menyesuaikan diri.”

*“May you always remember why you started.”*



# UINSSC

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON

## NOTA DINAS

Kepada  
Yth. Ketua Jurusan  
Bimbingan Konseling Islam  
UIN Siber Syekh Nurjati  
Cirebon Di Cirebon

*Assalamualaikum. wr. wb.*

Setelah melaksanakan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi berikut ini :

Nama : Yuhannah  
NIM : 2198306169  
Judul : **STRATEGI GURU BIMBIGAN DAN KONSELING  
DALAM MENINGKATKAN SELF-ESTEEM PADA  
SISWA KORBAN BULLYING DI MAN 3 CIREBON**

Kami bersepakat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon untuk di Munaqosyahkan.

*Wassalamualaikum. wr. wb.*

Cirebon, 27 Mei 2025

Pembimbing I



**Bambang Setiawan, M. Pd.**  
NIP. 19890706 201801 1 002

Pembimbing II



**Herny Novianti, M. Pd.**  
NIP. 32017011981112 1 201

## PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin sujudku pada-Mu Ya Allah atas nikmat yang telah Engkau berikan sehingga skripsi ini dapat saya selesaikan. Skripsi ini saya persembahkan kepada;

1. Kedua orang tuaku tercinta, untuk almarhum Bapak Ahmad Anas dan Ibu Sun'iyah yang telah menyayangi, mengasahi, dan mendidik saya, serta senantiasa selalu mendo'akan saya untuk meraih kesuksesan.
2. Seluruh kakak-kakakku, yang selalu membantuku, mendukung setiap langkahku, selalu mendampingi, memotivasiku, dan memberi dukungan dalam penyelesaian skripsi.
3. Teman terbaikku, yaitu Nurlailiyah yang selalu memberikan dukungan, motivasi, semangat, doa, penderar yang baik yang membantu dalam menyelesaikan skripsi.
4. Almamaterku Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon yang telah banyak mengajarkan saya untuk belajar berfikir dan bertindak lebih baik.
5. Teman-teman BKI E angkatan 2021, khususnya Vina Sri Amalia dan Lisa Salsabilla, penulis ucapkan terima kasih atas dukungannya.
6. Semua pihak yang telah membantu penulis yang tidak bisa disebutkan satu-persatu terimakasih atas doa serta dukungan yang sangat berharga bagi penulis.
7. Terakhir, terima kasih kupersembahkan kepada wanita terhebat, terkuat, dan paling mandiri, yaitu penulis diriku sendiri, Yuhannah. Terima kasih karena selalu berusaha keras untuk memberikan yang terbaik sampai bisa berada di titik ini, sampai selesaikan studi ini. Berbahagialah, karena kita pantas merayakan bersama. Semoga Allah selalu meridhai segala kebaikan langkah kita di mana pun itu suatu saat nanti. Aamiin.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur tak henti penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya karena atas izin-Nya lah peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Strategi Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan *Self-esteem* Pada Siswa Korban *Bullying* Di MAN 3 Cirebon”**. Penyusunan skripsi ini ditujukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Komunikasi Islam.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena didalamnya masih terdapat kekurangan-kekurangan. Hal ini dikarenakan keterbatasan yang dimiliki oleh penulis baik dalam segi kemampuan, pengetahuan serta pengalaman penulis. Oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun agar dalam penyusunan karya tulis selanjutnya dapat menjadi lebih baik.

Proses penulisan skripsi ini banyak mengalami kendala, namun berkat bantuan, bimbingan, kerjasama dari berbagai pihak baik moril maupun materil, terutama kepada selaku Dosen Pembimbing Bapak Bambang Setiawan, M. Pd. dan Ibu Herny Novianti, M. Pd., yang dengan sabar, dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan pikiran serta memberikan bimbingan, motivasi, arahan, dan saran-saran yang sangat berharga kepada penulis selama menyusun skripsi ini.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini, diantaranya yaitu kepada :

1. Allah Swt yang selalu memberkahi setiap langkah peneliti dalam mengerjakan tugas-tugas kuliah dan selalu memberikan yang terbaik untuk peneliti.
2. Orang tua peneliti yakni Ibu dan Bapak yang selalu mendukung finansial dalam kelancaran kuliah serta selalu memanjatkan doa untuk peneliti kepada Allah Swt.
3. Prof. Dr. H. Aan Jaelani, M.Ag., selaku Rektor Uinversitas Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon (UINSSC).

4. Ibu Dr. Naila Farah, M.Ag. *Selaku* Dekan Fakultas Dakwah Komunikasi Islam, Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon.
5. Bapak Bambang Setiawan, M. Pd. *Selaku* Ketua Program Studi Bimbingan konseling Islam, Universitas Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon.
6. Ibu Rina Kurnia, M.Pd., *selaku* Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.
7. Bapak Bambang Setiawan, M. Pd dan Ibu Herny Novianti, M. Pd *Selaku* Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan kepada penulis dan terima kasih atas bantuan yang telah diberikan selama menjalani masa studi.
8. Seluruh Staff dosen Universitas Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon (UINSSC) khususnya Fakultas Dakwah Komunikasi Islam Program Studi Studi Bimbingan konseling Islam yang telah memberikan ilmu yang tak ternilai harganya, masukan, pemikiran dan tenaga selama proses pembelajaran yang dapat menambah wawasan bagi penulis.
9. Seluruh Staff Guru MAN (Madrasah aliyah Negeri) 3 Cirebon khususnya kepada Bapak Drs. H. Imron Rosyadi, M.Ag *selaku* Kepala Sekolah dan Ibu Duriah, S. Pd *sekalu* Guru BK MAN 3 Cirebon yang telah memberikan kesempatan pada penulis untuk melakukan penelitian di Madrasah.
10. Semua pihak yang telah membantu penulis yang tidak bisa disebutkan satupersatu terimakasih atas do'a serta dukungan yang sangat berharga bagi penulis.

Semoga Allah Swt memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semuanya yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi para pembaca.

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>OTENTITAS PENELITIAN</b> .....	<b>v</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>vi</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vii</b>
<b>NOTA DINAS</b> .....	<b>viii</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABLE</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Landasan Teori .....	8
F. Signifikasi Penelitian .....	13
G. Penelitian Terdahulu .....	14
H. Metodologi Penelitian .....	19
I. Sistematika Penelitian .....	23
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	<b>26</b>
A. Bimbingan dan Konseling .....	26
B. Guru Bimbingan dan Konseling .....	27
C. <i>Self-esteem</i> .....	29
D. <i>Bullying</i> .....	32
<b>BAB III PROFIL UMUM OBJEK PENELITIAN</b> .....	<b>38</b>
A. Gambaran Umum MAN 3 Cirebon .....	38
B. Gambaran Umum Bimbingan Konseling Di MAN 3 Cirebon .....	41
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>44</b>

A. Profil Informan Penelitian .....	44
B. Hasil Penelitian .....	47
C. Pembahasan.....	63
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>77</b>
A. Kesimpulan .....	77
B. Saran. ....	78
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>83</b>



**UINSSC**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON**

## DAFTAR TABLE

Table 1.1 Penelitian Terdahulu .....	16
Table 1.2 Rencana Waktu Penelitian ( <i>Time Schedule</i> ).....	24
Table 3.1 Sarana dan Prasarana .....	39

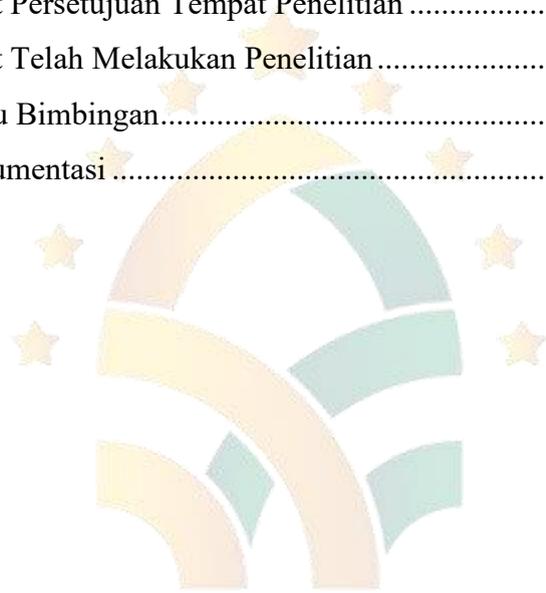


**UINSSC**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON**

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara.....	83
Lampiran 2 Wawancara Verbatim Siswa & Guru BK.....	88
Lampiran 3 RPL dan Waktu Konseling .....	116
Lampiran 4 SK Penelitian .....	118
Lampiran 5 Surat Permohonan Izin Penelitian.....	119
Lampiran 6 Surat Persetujuan Tempat Penelitian .....	120
Lampiran 7 Surat Telah Melakukan Penelitian.....	121
Lampiran 8 Kartu Bimbingan.....	122
Lampiran 9 Dokumentasi .....	123



**UINSSC**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON**

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Setiap siswa pasti mendambakan hidup yang aman, damai dan sejahtera di lingkungan sekolah. Lingkungan yang kondusif, aman dan nyaman dapat memberikan kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan sosial, emosional dan akademik siswa. Tetapi disisi lain, lingkungan sekolah yang tidak kondusif atau yang mendukung adanya kekerasan. Menurut Fadilla & Siregar (2024) Lingkungan pertemanan yang sehat terdapat perilaku yang positif dan negatif, contoh perilaku positif seperti saling menghormati, saling membantu, selalu bersama dan lain-lain. Sedangkan contoh perilaku yang negatif seperti membolos, *bullying*, tawuran, berkelahi, merokok dan lain-lain. Salah satu tindakan negatif yang sering terjadi dalam dunia pendidikan adalah *bullying* yang dilakukan oleh para siswa-siswa. *bullying* umumnya dilakukan oleh individu yang merasa lebih kuat atau berkuasa dibandingkan orang lain yang dianggap lebih lemah, rendah atau kurang percaya diri (Aziz & Christiana, 2023). Hal ini selaras dengan Muhopilah & Tentama (2019) *bullying* yang terjadi di lingkungan pendidikan sering kali dipicu oleh berbagai faktor yang berkaitan dengan perkembangan sosial, emosional, dan lingkungan anak. Anak-anak di usia sekolah masih dalam proses belajar memahami emosi diri sendiri dan orang lain.

Beberapa siswa belum mampu mengembangkan kemampuan empati yang cukup, sehingga mereka sulit merasakan dampak dari perilaku mereka terhadap teman-temannya (Putri, 2022). Di sekolah, pengawasan dari guru dan staf sekolah sangat penting. Jika ada kurangnya pengawasan atau intervensi si dari guru terhadap konflik antar siswa, *bullying* bisa berkembang tanpa ada tindakan pencegahan. Anak-anak yang merasa tidak diawasi akan merasa lebih bebas untuk melakukan tindakan *bullying* (Anjelita & Utama, 2023). *bullying* adalah masalah sosial yang sangat mempengaruhi kesejahteraan emosional masyarakat, terutama bagi korban *bullying*. Menurut media Kompas, Federasi Serikat Guru Indonesia (2023) terdapat 30 kasus *bullying* di dunia pendidikan. Angka ini meningkat 9 kasus dibandingkan tahun sebelumnya. Dari 30 kasus tersebut, setengahnya terjadi di tingkat SMP, 30% di tingkat SD, 10% di tingkat SMA, dan 10% di jenjang SMK. Tingkat SMP

menempati posisi teratas dengan jumlah kasus bullying terbanyak, baik yang dilakukan oleh siswa sekelas maupun oleh guru.

Sebenarnya, Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Permendikbudristek) Nomor 46 Tahun 2023 tentang Pencegahan dan Penanganan Kekerasan di Satuan Pendidikan (PKSP) telah dikeluarkan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Ilmu Pengetahuan, dan Teknologi. PPKSP diakui sebagai aturan hukum yang wajib diikuti oleh semua lembaga pendidikan dan sektor terkait. Aturan ini bertujuan untuk menangani dengan tegas dan mencegah perundungan, kekerasan seksual, diskriminasi, dan intoleransi di institusi pendidikan. Tujuan lain dari aturan ini adalah untuk membantu institusi pendidikan menangani berbagai jenis kekerasan, seperti kekerasan yang terjadi secara online, psikis, dan lainnya, dengan memprioritaskan kepentingan korban. Tindakan *bullying* yang terjadi di lingkungan pendidikan merupakan fenomena yang berdampak serius terhadap masa depan korban *bullying*. Kurangnya kepedulian terhadap korban *bullying* merupakan masalah serius yang memerlukan perhatian lebih besar dari masyarakat dan satuan lembaga pendidikan. Kurangnya kesadaran dan pemahaman mengenai dampak sosial dan emosional dari terjadinya kasus *bullying* dapat membuat korban merasa terisolasi dan tidak dapat menerima dukungan yang mereka butuhkan.

Dalam perspektif Islam, bullying merupakan perbuatan yang tercela dan bertentangan dengan ajaran Al-Qur'an. Allah SWT berfirman dalam Surah Al-Hujurat ayat 11 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَرُوا بِالْأَلْقَابِ

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olokkan itu) lebih baik daripada mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olok) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diolok-olok itu) lebih baik daripada perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela dan saling memanggil dengan julukan yang buruk”. QS Al-Hujarat ayat 11).

Berdasarkan hasil wawancara pada Sabtu, 04 Mei 2024 terhadap Guru BK MAN 3 Cirebon diketahui bahwa terdapat empat siswa yang menjadi

korban *bullying* memiliki self-esteem yang rendah. Rendahnya *self-esteem* memicu berbagai polemik pada siswa, seperti kurangnya rasa percaya diri, tidak pantas untuk dimiliki, sering overthinking, insomnia, menarik diri dari keramaian, kesulitan konsentrasi dan kehilangan minat belajar. Kondisi ini menunjukkan bahwa *bullying* tidak hanya berdampak pada pribadi individu, tetapi juga pada lingkungan sosial dan akademik di sekolah. *bullying* di sekolah MAN 3 Cirebon menjadi salah satu perhatian khusus yang sedang ditangani oleh Guru BK dan beberapa kali bekerja sama dengan lembaga Psikologi yang ada di Kota Cirebon dan di Jakarta. Siswa yang menjadi korban, merasa bahwa mereka tidak pantas untuk mendapatkan hak mereka sebagai seorang siswa yang mengakibatkan kurangnya *self-esteem*. Hal ini menyebabkan siswa mengurangi kegiatan mereka dengan teman-teman yang lain. Mungkin tindakan yang dilakukan hanyalah lelucon untuk pelaku, tetapi korban tentu menganggapnya bukan sebagai lelucon (Dachmiati & Amalia, 2017).

Peneliti juga mewawancarai korban *bullying* pada ahad, 18 oktober 2024 yang dilakukan temannya saat pada jam istirahat. Korban yang berinisial H mendapat perilaku Bullying yang merupakan ejekan dan dijuluki "si pendiam dan di bodoh". Karena H tidak bisa memahami materi yang telah disampaikan oleh guru, H akui dirinya memiliki pemahaman materi lebih lambat dari yang lain sehingga para pelaku Bullying terus menerus menjeleknya dengan kata kata "dari tadi salah mulu, padahal minggu kemarin udah diterangin berkali-kali, kalo kayak gitu gausah sekolah aja". Atau "masa gini doang ga ngerti-ngerti jadi diulang-ulang terus kan materinya gara-gara kamu". Padahal H sudah berusaha untuk belajar dengan giat dan selalu tidak ada hasilnya. Pada suatu hari, H pernah mendapat pukulan karena tidak menurut kepada pelaku, H sering disuruh suruh untuk membelikan jajan untuk pelaku, puncaknya yaitu ketika pelaku sedang memiliki suasana hati buruk maka berimbas pada H, H terkadang diseret ke ruangan kosong atau pojok sekolah yang sepi dan menghajar dan memukul H.

Peneliti juga mewawancarai korban *bullying* pada ahad, 18 oktober 2024 Korban yang berinisial ARP mendapat pengalaman Bullying pada saat di kelas. Ia mendapatkan perilaku Bullying verbal yang ejekan dan hinaan yang terus menerus karena memiliki bibir yang sumbing. Saat itu respon ARP hanya

diam saja dan tidak ada yang menolongnya. Pada lain kesempatan, ARP akhirnya mengoperasi bibir sumbing gara normal kembali. Setelah operasi selesai, teman-temannya masih saja mengejek dan mengolok-gngolok dirinya bahkan lebih parah dari sebelumnya. sehingga ARP merasa dikucilkan dan tidak dipercaya diri dengan bentuk mukanya. Ia mulai meragukan dirinya sendiri dan merasa tidak mau menunjukkan dirinya dihadapan teman-temannya.. Harga dirinya hancur, dan ia merasa tidak berdaya.

Jika masalah ini tetap dibiarkan maka akan berdampak pada masa depan kehidupannya dan akan sulit beradaptasi dengan penurunan *self-esteem* yang diderita oleh korban Bullying. Jika korban memiliki *self-esteem* yang rendah maka dampak akan seperti selalu menarik diri dari keramaian, penilaian negatif terhadap dirinya sendiri, rasa takut, perasaan bersalah terus menerus dan lain-lain (Setiowati & Dwiningrum, 2020). Selain itu, rendahnya *self esteem* juga akan dampak yang panjang seperti terganggunya masa depan, depresi, gangguan kecemasan, kesulitan dalam membangun hubungan dengan orang lain dan lain-lain. Menurut Srisayekti & Setiady (2015) Berbagai pengalaman yang kurang dihargai sebagai seorang individu membuat korban *bullying* kurang memiliki *self-esteem* yang tinggi.

Dalam hal ini guru BK berperan sangat penting dalam pembentukan untuk meningkatkan *self-esteem* pada korban *bullying*. Adapun intervensi yang adalah dengan meningkatkan *self-esteem* pada korban *bullying*. *Self-esteem* merupakan penilaian individu tentang dirinya sendiri, termasuk keyakinan tentang kemampuan dan harga dirinya. Korban *bullying* sering kali mengalami *self-esteem* yang rendah karena pengalaman tidak menyenangkan terus berdatangan. Menurut Saragih & Soetikno (2023) Interaksi seseorang dengan lingkungannya dapat membentuk *self-esteem*, jika interaksi tersebut memberikan respons yang baik, *self-esteem* menjadi positif, tetapi jika interaksi tersebut memberikan respons yang buruk, maka *self-esteem* menjadi negatif. Masalah inilah yang menjadi menyebabkan penurunan *self-esteem* atau harga diri korban secara signifikan, yang dapat mempengaruhi banyak aspek kehidupan korban, seperti hubungan sosial, prestasi akademik, dan kesejahteraan umum (Dachmiati & Amalia, 2017). Jika hal ini terus dibiarkan maka dampaknya akan sangat serius, baik dalam jangka panjang maupun jangka pendek. Dampak jangka pendek antara lain penurunan tingkat percaya

diri, rasa takut dan cemas yang berlebihan, mengisolasi diri dari keramaian, kesulitan konsentrasi dan gangguan tidur (insomnia). Dampak jangka panjang antara lain depresi, gangguan kecemasan, sulit membangun hubungan dengan orang lain dan penurunan prestasi akademik.

Sebagai Guru BK, harus mengawasi perilaku tersebut setelah kejadian dengan memanggil pelaku dan korban untuk konseling individu secara bergantian. Tujuan dari konseling ini adalah untuk mengetahui alasan utama mengapa seseorang melakukan pelecehan dengan temannya (Filosofianita, Supriatna & Adriatna, 2023). Untuk itu, Guru BK membuat strategi untuk membantu korban dalam menangani masalah tersebut dengan melakukan konseling individu. Untuk membantu siswa dalam membangun kembali kepercayaan dirinya serta menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi siswa. Guru BK dapat berperan sebagai konselor, mediator, dan advokasi bagi siswa yang menghadapi berbagai permasalahan di sekolah. Menurut Afifah & Nasution (2023) Guru BK harus menekankan pentingnya intervensi yang komprehensif dan proaktif untuk mengatasi dampak *bullying*. Diperlukan upaya bersama untuk meningkatkan kesadaran, mendidik tentang pentingnya empati, dan menciptakan lingkungan yang sehat dan mendukung bagi para siswa. Hal ini selaras dengan Ramadhanti & Hidayat (2022) Peran Guru BK Memberikan kontribusi dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *bullying*. Guru BK dapat menjadi orang yang dapat dipercaya, pendengar yang baik, dan pembimbing yang baik bagi siswa yang mengalami kesulitan, menciptakan ruang yang aman bagi siswa, memberikan validasi yang akan membantu korban dalam mengakui perasaannya bahwa yang dirasakan oleh beraka adalah hal yang sah dan wajar.

Seorang Guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban Bullying dapat dilakukan melalui pemberian layanan-layanan Guru BK menurut Fahyuni, Tautusta & Hariastuti (2023) seperti layanan orientasi, layanan informasi, layanan pembelajaran, layanan penempatan dan penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan konseling individu, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, layanan konsultasi dan layanan mediasi. Menurut peneliti sendiri, strategi Guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* nya yaitu dengan cara konseling individu agar korban merasa nyaman ketika melakukan konseling dan menggunakan teknik

teori humanistik yang dikembangkan oleh Abraham Maslow dengan membantu korban menerima diri mereka apa adanya, termasuk kekurangan dan kesalahan yang mereka lakukan semasa dulu, lalu menciptakan suasana yang aman dan mendukung, di mana korban merasa didengarkan dan dipahami.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa peran Guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *bullying*. Guru BK bertindak sebagai sosok yang dapat diandalkan dan memberikan dukungan emosional yang sangat dibutuhkan oleh korban *bullying*, melalui strategi yang dilakukan Guru BK, diharapkan mampu mengatasi permasalahan menurunnya *self-esteem* pada korban *Bullying*. Hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Strategi Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan *Self-esteem* Pada Siswa Korban *Bullying* di MAN 3 Cirebon.”

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah ini meliputi identifikasi masalah, batasan penelitian dan pernyataan penelitian.

### **1. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan hasil penguraian latar belakang, maka dalam hal ini dapat mengidentifikasi masalah-masalah dalam penelitian, sebagai berikut:

- a. Korban *bullying* tidak merasa dihargai atau tidak dipedulikan keberadaanya oleh orang lain.
- b. Korban *bullying* merasa ketakutan dan kegagalan dalam mencoba hal-hal yang baru.
- c. Korban *bullying* sering menghindari situasi sosial karena takut dinilai buruk oleh orang lain.
- d. Korban *bullying* merasa kesulitan dalam mengeskpresikan pendapat.

### **2. Pembatasan Masalah**

Untuk mencegah meluasnya masalah dalam penelitian, maka dalam hal ini dapat membataasi masalah yang erat kaitannya dengan judul penelitian, sebagai berikut:

- a. Penelitian ini hanya pada siswa MAN 3 Cirebon yang menjadi korban *bullying*.

- b. Aspek yang diteliti hanya pada aspek *self-esteem* menurut Coopersmith.
  - c. Penelitian ini berfokus pada strategi yang digunakan oleh Guru BK di MAN 3 Cirebon dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *bullying*.
3. Pertanyaan Penelitian
- Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dipaparkan, disusun pertanyaan penelitian sebagai berikut:
1. Bagaimana gambaran *self-esteem* yang dialami siswa korban *bullying* di MAN 3 Cirebon?
  2. Bagaimana bentuk *bullying* yang diterima siswa korban *bullying* di MAN 3 Cirebon?
  3. Bagaimana strategi guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* pada siswa korban *bullying* di MAN 3 Cirebon?

#### C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mendeskripsikan gambaran *self-esteem* yang dialami siswa korban *bullying* di MAN 3 Cirebon.
2. Untuk mendeskripsikan bentuk *bullying* yang dialami oleh siswa korban *bullying*.
3. Untuk mendeskripsikan strategi Guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* pada siswa korban *bullying* di MAN 3 Cirebon.

#### D. Manfaat Penelitian

Dilihat dari tujuan penelitian. Dalam hal ini manfaat penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Secara Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat dan dapat dijadikan referensi bagi Guru BK lainnya serta calon Guru BK dikemudian hari dan penelitian ini diharapkan dapat membantu membangun model intervensi yang berguna untuk meningkatkan *self-esteem* korban *bullying* di sekolah MAN 3

Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat meningkatkan teori-

teori di bidang bimbingan dan konseling, khususnya terkait dengan bagaimana *Bullying* mempengaruhi *self-esteem* seseorang. Dan juga, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lain yang melakukan penelitian yang serupa, serta bagi praktisi yang membangun program intervensi yang lebih baik.

## 2. Manfaat secara praktis

### a. Bagi Sekolah

Melalui penelitian ini diharapkan akan menjadi pembanding mengenai strategi Guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying* sehingga dapat menangani masalah *Bullying* di lingkungan sekolah.

### b. Bagi Guru BK

Melalui penelitian ini diharapkan agar Guru BK dapat mengembangkan program konseling yang lebih fokus dan berhadil dalam mengatasi permasalahan yang dialami oleh korban *Bullying*.

### c. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan agar dapat menambah pengetahuan dampak *Bullying* terhadap *self-esteem* siswa yang menjadi korban *Bullying*

## E. Landasan Teori

### 1. Strategi Guru BK

Strategi Guru bimbingan Konseling Menurut Sukatin, Diavoni, Siregar, Mawaddah & Suryaningsih (2020) yaitu berupa Layanan yang dilakukan oleh Guru BK. Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah bertujuan membantu siswa dalam perkembangan pribadi, sosial, emosional, dan akademik mereka. Maksud utamanya adalah membantu siswa mengatasi berbagai masalah dan memaksimalkan potensi mereka.

Menurut Fahyuni, Tautusta & Hariastuti (2023) terdapat beberapa jenis layanan bimbingan dan konseling di sekolah sesuai pendidikan nasional, antara lain:

#### a. Layanan Orientasi

Membantu siswa dalam memahami dan mengenal tempat baru mereka, seperti sekolah dan materi pelajaran yang akan dipelajari. Ini

juga membantu murid memahami lingkungan baru mereka dengan lebih baik

b. Layanan Informasi

Membantu siswa menyerap dan memaham semua informasi seperti diri mereka sendiri, hubungan sosial, studi, karir, dan pendidikan berkelanjutan. Dengan bantuan informasi ini, siswa dapat membuat keputusan mengenai masalah sosial, pribadi, akademik, dan karir.

c. Layanan Pembelajaran

Membantu siswa belajar dengan baik. Siswa dapat belajar dengan kecepatan dan kemampuannya sendiri dalam berbagai aspek tujuan dan kegiatan pembelajaran.

d. Layanan Penempatan Dan Penyaluran

Bertujuan untuk menempatkan siswa pada kelas, kelompok belajar, program akademik, magang, dan kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan bakat, minat, dan kemampuannya. Sehingga peserta didik dapat mengembangkan bakat, minat dan potensinya

e. Layanan Penguasaan Konten

Dapat membantu siswa mempelajari materi, seperti keterampilan dan kebiasaan yang berguna. Menjadi orang yang lebih baik di sekolah, di masyarakat, dan di rumah.

f. Layanan Konseling Individu

Layanan konseling ini membantu siswa mendapatkan bimbingan langsung secara pribadi dari Guru BK untuk membahas dan menyelesaikan masalah demi perkembangan yang lebih baik.

g. Layanan Bimbingan Kelompok

Membantu siswa bekerja sama dalam berkelompok agar memperoleh untuk mendapatkan informasi dan mendeskripsikan terkait topik yang dibahas. Bertujuan agar semua siswa lebih memahami dan bisa berkembang dalam hal sosial. Hal ini membuat mereka lebih mendapatkan dukungan sosial dan belajar tentang kegiatan belajar, karir, dan membuat keputusan dalam kelompok.

h. Layanan Konseling Kelompok

Membantu siswa dan kelompok siswa untuk mendapatkan kesempatan untuk membahas masalah mereka dalam berkelompok.

i. Layanan Konsultasi

Layanan Konsultasi adalah tempat di mana siswa mendapatkan pemahaman dan pengetahuan tentang berbagai cara untuk menangani masalah atau kondisinya.

j. Layanan Mediasi

Layanan mediasi diberikan kepada siswa untuk meningkatkan hubungan dan menyelesaikan masalah. Guru BK bertindak sebagai mediator.

2. Komponen Program Layanan Guru BK

Menurut Krisphianti (2017) layanan BK dalam Satuan pendidikan secara menyeluruh terdapat empat komponen layanan Guru BK. Yaitu antara lain;

a. Layanan Dasar

Layanan dasar, layanan ini dimaksudkan sebagai proses pemberian bantuan kepada seluruh peserta didik melalui kegiatan penyiapan pengalaman terstruktur secara klasikal atau kelompok yang dirancang dan dilaksanakan secara sistematis dalam rangka mengembangkan kemampuan penyesuaian diri yang efektif sesuai dengan tahap dan tugas-tugas perkembangan sesuai dengan standar kompetensi kemandirian

b. Layanan Permintaan/Perencanaan Individual

Layanan peminatan dan perencanaan individual, yang dimaksud dengan layanan ini adalah program kurikuler yang disediakan untuk mengakomodasi pilihan minat, bakat dan atau kemampuan peserta didik dengan orientasi pemusatan, perluasan, dan atau pendalaman mata pelajaran dan atau kejuruan.

c. Layanan Responsif

Layanan responsif, layanan ini memiliki pengertian bahwa pemberian bantuan kepada peserta didik yang menghadapi masalah dan memerlukan pertolongan dengan segera, agar peserta didik tidak mengalami hambatan

dalam proses pencapaian tugas-tugas perkembangannya. Adapun tujuan dari layanan responsif adalah membant peserta didik yang sedang mengalami masalah tertentu menyangkut perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karier.

#### d. Dukungan Sistem

Dukungan sistem, yang dimaksud dengan dukungan sistem adalah komponen pelayanan dan kegiatan manajemen, tata kerja, infrastruktur dan pengembangan kemampuan profesional konselor atau guru bimbingan dan konseling secara berkelanjutan, yang secara tidak langsung memberikan bantuan kepada peserta didik atau memfasilitasi kelancaran perkembangan peserta didik dan mendukung efektivitas dan efisiensi pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling.

### 3. Guru Bimbingan Konseling

Guru Bimbingan Konseling (BK) merupakan memegang peranan penting dalam pertumbuhan murid di sekolah. Biasanya, Guru BK adalah guru yang dekat dengan murid di sekolah dan membimbing mereka untuk mencapai kesuksesan. Menurut Sukatin, Diavoni, Siregar, Mawaddah & Suryaningsih (2020) Bimbingan dan konseling adalah bagian yang tidak dapat dipisahkan dalam dunia pendidikan. Konseling membantu para siswa dalam pengembangan emosi, baik di sekolah maupun di masyarakat yang luas. Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor merupakan seorang profesional yang memiliki tanggung jawab dalam kegiatan program bimbingan dan konseling di sekolah. Program ini penting untuk pendidikan siswa agar dapat mengembangkan kepribadian dan kemampuan mereka baik fisik maupun spiritual. Konselor membantu siswa agar bisa hidup mandiri dan menyelesaikan tugas perkembangan sebagai individu dan anggota masyarakat. Menurut Mulyati & Kamaruddin (2020) bimbingan konseling adalah ketika guru sekolah bertemu dengan siswa yang memiliki masalah belajar di sekolah. Ini bisa dilakukan langsung atau tidak langsung. Ini dilakukan untuk membantu siswa dalam menyelesaikan masalah yang sedang mereka hadapi.

Guru BK mendukung perkembangan *self-esteem*, keterampilan sosial siswa. Hal ini bertujuan agar siswa bisa hidup mandiri dan melaksanakan berbagai tugas perkembangannya sebagai individu dan anggota masyarakat, serta sebagai makhluk yang beragama dan berbudaya. Peranan guru bimbingan dan konseling di lembaga pendidikan sangat penting karena mereka membantu meningkatkan atau menurunkan kualitas pendidikan. Mereka membimbing dalam banyak hal, seperti akademik, pribadi, sosial, dan intelektual, serta memberikan nilai.

#### 4. *Self-esteem*

*Self-esteem* dikenal sebagai harga diri atau penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri untuk menentukan apakah harga dirinya positif atau negatif. Menurut Triwahyuningsih (2017) *self-esteem* merupakan hasil penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri, yang dinyatakan dalam sikap positif dan negatif. Penilaian seseorang terhadap dirinya mempengaruhi perilakunya dalam kehidupan sehari-hari. Orang dengan harga diri yang tinggi menunjukkan penerimaan diri, rasa percaya diri, harga diri, keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, rasa aktif membantu, dan rasa bahwa kehadirannya dibutuhkan oleh lingkungannya. Hal ini selaras dengan Suhron (2016) Seseorang dengan rasa percaya diri yang kuat dapat membangun hubungan yang baik dan sehat dengan orang lain, bertingkah sopan, dan mencapai kesuksesan. Orang dengan rasa percaya diri rendah akan memiliki pandangan diri yang negatif dan gambaran diri yang tidak baik. Semua hal akan menghambat kemampuannya untuk membangun hubungan dengan orang lain secara nyaman dan bermanfaat baginya.

Menurut artikel yang ditulis oleh Christopher (2004) William James, seorang psikolog terkenal, memperkenalkan konsep *self-esteem* (harga diri) ke dalam psikologi pada tahun 1890 melalui bukunya "*The Principles of Psychology*". James mendefinisikan harga diri sebagai bagian dari "*empirical self*" atau "*me*" yang mencakup semua yang seseorang bisa sebut sebagai miliknya, termasuk tubuh, pikiran, perasaan, dan hubungan sosial. William Jams membagi konsep diri menjadi beberapa bagian yaitu,

*material self* (tubuh dan barang-barang milik pribadi), *social self* (hubungan sosial), dan *spiritual self* (nilai-nilai dan keyakinan pribadi). Menurut James, harga diri kita dipengaruhi oleh bagaimana kita merasa tentang diri kita sendiri dan bagaimana kita dihargai oleh orang lain. Selain itu, *Self-esteem* berasal dari perbandingan antara cita-cita dan pencapaian kita. Semakin jauh perbedaan antara keduanya, semakin rendah *self-esteem* kita. Sebaliknya, ketika kita merasa telah mencapai semua yang kita inginkan, *self-esteem* kita akan meningkat.

#### 5. *Bullying*

*Bullying* adalah tindakan yang bertujuan menyakiti orang lain yang dilakukan berulang kali oleh rekan sebaya. Hal ini melibatkan ketidakseimbangan kekuatan, baik secara nyata maupun persepsi antara pelaku dan korban. Menurut kementerian, *bullying* merupakan tindakan kekerasan yang sengaja diperbuat oleh orang atau sekelompok orang yang lebih kuat untuk melukai orang lain secara berulang-ulang.

Hal itu selaras dengan Darmayanti, Kurniawati & Situmorang (2019) *bullying* adalah perilaku yang agresif. Dilakukan oleh seseorang secara verbal ataupun non verbal. Perilaku tersebut terjadi berulang kali dan melibatkan perbedaan kekuatan antara pelaku dan korban. Perbedaan kekuatan mencakup pandangan terhadap kemampuan fisik dan mental seseorang. Menurut Kemdikbud, *bullying* merupakan tindakan yang dilakukan oleh seorang individu atau kelompok dalam membentuk serangan fisik, psikologis, sosial, atau verbal yang berulang-ulang. yang dilakukan dari posisi kekuasaan yang ditentukan secara situasional, demi keuntungan atau kepuasan mereka sendiri.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa *bullying* merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang dengan maksud untuk menyakiti seseorang dilakukan secara individu maupun kelompok dan terjadi di lingkungan sekolah.

#### **F. Signifikansi Penelitian**

Penelitian ini memiliki signifikansi yang sangat penting dalam upaya memecahkan masalah *bullying* di sekolah. Dengan mengidentifikasi strategi

konseling yang efektif, penelitian ini diperkirakan dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan *self-esteem* korban *bullying*, mengetahui persepsi korban *bullying* terhadap strategi-strategi yang telah ditetapkan mengurangi dampak negatif *bullying*, dan menciptakan sekolah yang sehat serta aman bagi semua siswa.

#### **G. Penelitian Terdahulu**

1. Artikel ini ditulis oleh Nur Sholehah Dian Saputri pada tahun 2017 yang berjudul “Peningkatkan *Self-esteem* Siswa Yang Menjadi Korban *bullying* Melalui Pendekatan Konseling Feminis”. Penelitian ini sangat relevan karena tingginya angka *Bullying* di kalangan siswa dan dampaknya terhadap kesehatan mental mereka. Penelitian ini menggunakan metode ini menggunakan tindakan dengan pengumpulan data melalui skala *self-esteem*, observasi, dan wawancara. Tindakan dilakukan dalam dua siklus, di mana siklus pertama berfokus pada identifikasi isu gender dan pengalaman *bullying*, sedangkan siklus kedua melibatkan analisis peran gender dan pelatihan asertif. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam *self-esteem* siswa. Skor rata-rata pre-test berada pada 74,65% (kategori sedang) dan meningkat menjadi 88,83% (kategori tinggi) setelah intervensi. Ini menunjukkan bahwa konseling feminis dapat memberikan dampak positif terhadap *self-esteem* siswa yang menjadi korban *bullying*. Kesimpulannya yaitu artikel jurnal ini memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman tentang bagaimana konseling feminis dapat digunakan sebagai alat untuk meningkatkan *self-esteem* siswa yang menjadi korban *bullying*. Penelitian ini membuka jalan bagi penelitian lebih lanjut dan praktik konseling yang lebih inklusif dan responsif terhadap isu gender.
2. Artikel ini diteliti oleh Adiena Filosofianita, Mamat Supriatna & Nadia Aulia Nadhirah pada tahun 2023 dengan judul “Strategi Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Menangani Korban Perundungan (*Bullying*)” Metode penelitian yang digunakan dalam jurnal ini adalah *Systematic Literature Review* (SLR). Hasil menunjukkan bahwa efektivitas dalam menangani dan mencegah perundungan. Berdasarkan analisis dari sebelas

sumber literatur yang relevan. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan yang terstruktur dan dukungan dari konselor sekolah sangat penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman dan mendukung bagi semua siswa. Kesimpulannya adalah uraian ini memberikan wawasan yang berharga tentang penanganan perundungan di sekolah, menyoroti pentingnya program yang terstruktur dan dukungan dari konselor sekolah. Dengan meningkatnya kasus perundungan, pendekatan yang komprehensif dan kolaboratif sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman dan mendukung bagi semua siswa.

3. Artikel jurnal ini diteliti oleh Arum Setiowati dan Siti Irene Astuti Dwiningrum pada tahun 2020 yang berjudul “Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dasar Untuk Mengatasi Perilaku *bullying*”. Penelitian ini menggunakan metode tinjauan pustaka untuk menganalisis sumber-sumber yang relevan. Penulis mengidentifikasi tiga strategi utama dalam layanan bimbingan dan konseling untuk mengatasi *bullying*. Yaitu, layanan dasar, layanan responsif dan layanan kolaborasi. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa pentingnya layanan bimbingan dan konseling yang responsif dan kolaboratif untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman. Penulis juga menyoroti peran pentingnya guru bimbingan dan konseling dalam membantu perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karir siswa.
4. Jurnal ini diteliti oleh Kasmawati dan Fiptar Abdi Alam pada tahun 2021 yang berjudul “Penerapan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan *Self-esteem* Siswa” Penelitian ini menggunakan metod kepustakaan dan analisis isi untuk mengumpulkan dan menganalisis data dari berbagai sumber. Hal ini memberikan landasan teoritis yang kuat untuk mendukung temuan penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan *self-esteem* siswa. Kelompok eksperimen yang mengikuti sesi konseling menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam skor *self-esteem*, sementara kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan yang berarti. Peningkatan ini dapat di pada dinamika kelompok yang mendorong saling dukung dan introspeksi di

antara anggota kelompok. Kesimpulannya yaitu konseling kelompok adalah metode yang efektif untuk meningkatkan *self-esteem* siswa, dengan penekanan pada aspek kognitif dan sosial. Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam bidang psikologi pendidikan, terutama dalam konteks pengembangan diri siswa.

5. Jurnal ini diteliti oleh Enesta Movis Avela dan Hadi Warsito Wiyosutomo pada tahun 2023 dengan judul “Penerapan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Pada Siswa Korban *Bullying* Kelas VII Sekolah Menengah Pertama” Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa mengalami berbagai bentuk perundungan, baik fisik maupun verbal, yang berdampak negatif pada harga diri mereka. Setelah enam kali sesi perlakuan dengan menggunakan teknik latihan asertivitas, harga diri siswa meningkat secara signifikan. Rerata skor pre-test sebesar 130,17 dan post-test sebesar 147,67, dengan nilai Z sebesar -2,226 dan p-value sebesar 0,026. Kesimpulannya adalah penerapan teknik pelatihan asertif terbukti efektif dalam meningkatkan harga diri siswa, yang merupakan langkah penting dalam membantu mereka mengatasi dampak negatif *Bullying*.

**Table 1.1 Penelitian Terdahulu**

NO	JUDUL	PERSAMAAN	PERBEDAAN
1.	Penelitian terdahulu berjudul “Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menangani Korban Perundungan ( <i>Bullying</i> )” oleh Filosofianita dkk (2023)	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Penelitian tentang strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam menangani korban <i>Bullying</i>.</li> <li>b. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan salah satunya berfokus pada kognitif siswa.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Penelitian ini fokus pada berbagai strategi dan intervensi yang dapat digunakan untuk mencegah dan mengatasi <i>Bullying</i> di sekolah, termasuk pelatihan sosial emosional, konseling kelompok, teknik terapi seperti terapi perilaku kognitif dan terapi perilaku rasional emotif, serta peran guru BK dalam mendukung</li> </ol>

			korban <i>Bullying</i> dan meningkatkan asertivitas siswa.
2.	Penelitian terdahulu berjudul Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dasar Untuk Mengatasi Perilaku Bullying Soetiawati & Dwiningrum (2023)	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Berfokus pada korban bullying</li> <li>b. Metode peleitian menggunakan penelitian kualitatif</li> <li>c. Tempat penelitian di sekolah.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Tidak terdapat <i>self-esteem</i></li> <li>b. Berfokus padasekolah dasar</li> </ul>
3.	Penelitian terdahulu berjudul “ <i>Self-Esteem</i> Korban <i>Bullying</i> : Studi Literatur” Saragih & Soetikno (2023)	a. Meningkatkan <i>self-esteem</i> pada korban <i>Bullying</i> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Metode penelitian yang digunakan adalah tinjauan pustaka (<i>literature review</i>). Metode penelitian yang digunakan adalah dengan memilih pendekatan studi pustaka yang mencakup penelaahan terhadap artikel atau jurnal</li> </ul>
4.	Penelitian terdahulu berjudul “Strategi Guru dalam Mengatasi Perilaku Bullying Siswa di Sekolah Dasar” Ramadhanti & Hidayat (2022)	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Aspek yang diteliti oleh Ramadhanti &amp; Taufik adalah strategi dalam mengatasi perilaku <i>Bullying</i> pada siswa.</li> <li>b. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif. pengambilan datanya menggunakan teknik observasi &amp; wawancara.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Dalam penelitian oleh Ramadhanti &amp; Taufik bukan Guru BK, Melainkan Guru Mata Pelajaran.</li> </ul>

5.	Penelitian terdahulu berjudul skripsi “Hubungan Antara <i>Self-esteem</i> Dengan Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i> Siswa Di SMA Negeri 6 Bandar Lampung Pratiwi (2022)	a. Tempat penelitian di sekolah	a. Metode penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan menghubungkan dua variabel antara self-esteem dengan kecenderungan perilaku bullying siswa.
----	---	---------------------------------	--



**UINSSC**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
 SYEKH NURJATI CIREBON

## H. Metodologi Penelitian

### 1. Pendekatan dan Metode Penelitian

Pendekatan kualitatif dengan metode penelitian studi kasus adalah pendekatan yang digunakan untuk memahami fenomena kompleks dengan mengeksplorasi kasus-kasus tertentu secara mendalam dan kontekstual. Menurut Ahyar dkk. (2020), jenis penelitian ini memberikan gambaran lengkap tentang fenomena, perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan subjek penelitian, dan menyampaikan hasilnya dalam bentuk kalimat dan kata-kata.

Penelitian ini merupakan bagian dari jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, keyakinan, persepsi, dan pemikiran siswa atau kelompok. Metode kualitatif sering disebut dengan metode penelitian natural karena penelitiannya dilakukan dalam kondisi alamiah (Sugiyono, 2009). Menurut Hardani dkk. (2020) Pendekatan kualitatif adalah metode penelitian yang bertujuan untuk memahami makna, pengalaman, dan pandangan individu atau kelompok dalam konteks tertentu. Pendekatan ini menekankan pada pengumpulan data yang berbasis teks atau visual daripada data numerik. Pendekatan kualitatif adalah penelitian yang lebih berfokus pada kualitas daripada kuantitas. Berbeda dengan pendekatan kuantitatif yang menggunakan data berupa angka dan statistik, pendekatan kualitatif lebih menekankan pada makna, pemahaman, dan konteks dari fenomena yang diteliti. Menurut Bogdan & Taylor dalam (Kusumastuti & Khoiron, 2019) penelitian kualitatif secara langsung mewakili sifat hubungan antara survei dan responden. Selain itu, penelitian kualitatif tidak menggunakan angka-angka untuk mendeskripsikan atau menjelaskan data. Proses meliputi bentuk, sifat, hubungan, persamaan, aktivitas, perubahan, dan perbedaan antara fenomena yang satu dengan fenomena yang lain. Tujuan dari metode kualitatif dalam penelitian ini untuk memahami fenomena yang kompleks secara mendalam (Kusumastuti & Khoirun (2019).

Metode penelitian studi kasus berkenaan dengan segala sesuatu yang bermakna dalam sejarah atau perkembangan kasus yang bertujuan untuk memahami siklus kehidupan atau bagian dari siklus kehidupan suatu unit individu (perorangan, keluarga, kelompok, pranata sosial suatu masyarakat).

Berdasarkan pernyataan di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menunjukkan seberapa efektif kah strategi guru bimbingan konseling dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying* di MAN 3 Cirebon. Fokus penelitian ini adalah pada kualitas data karena tujuan penelitian adalah untuk mengumpulkan informasi lebih lanjut tentang subjek penelitian untuk mendapatkan gambaran tentang strategi guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying*.

## **2. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat penelitian ini dilakukan di Sekolah MAN 3 Cirebon. Dengan fokus penelitian di Ruang BK dan Ruang Laboratorium Komputer. Sementara itu, waktu pelaksanaan penelitian terhitung sejak bulan November 2024 s/d Mei 2025.

## **3. Penentuan Sumber Informasi/Informan**

Penentuan sumber Informasi atau informan dari sumber diberikan data penelitian melalui wawancara dari Korban *Bullying*

### **a. Penentuan informan:**

#### **1) Data Primer**

Penentuan informan berdasarkan kriteria siswa korban bullying yang mengalami *self-esteem* yang rendah. Lalu satu Guru BK untuk mendapatkan informasi tentang strategi untuk meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying* di MAN 3 Cirebon.

#### **2) Data Sekunder**

Dalam penelitian ini data sekunder memakai buku, jurnal, artikel dan skripsi yang digunakan peneliti untuk melengkapi data dalam melakukan penelitian strategi guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying*.

3) Informan yang dipilih:

a) Korban *Bullying*

Sebanyak empat siswa untuk mendapatkan informasi mengenai persepsi H, ARP, GF dan SS dengan melakukan wawancara yang lebih mendalam tentang pengalaman siswa yang menjadi korban *Bullying* dan *self-esteem* rendah.

b) Guru BK

Guru BK MAN 3 Cirebon, yaitu Lia Duriah, S.Spi. Untuk mendapatkan informasi mengenai strategi guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying*.

c) Etika penelitian:

Penelitian ini menghormati etika penelitian dengan memastikan kerahasiaan informasi dan mendapatkan persetujuan dari semua informan yang terlibat.

**4. Unit Analisis**

Unit analisis dalam penelitian kualitatif adalah elemen utama yang difokuskan dalam pengumpulan dan analisis data. Dalam konteks buku atau literatur, unit analisis bervariasi tergantung pada tujuan dan desain penelitian. Dalam studi ini, terdapat beberapa unit analisis, antara lain:

a. Korban *Bullying*

unit analisis ini memfokuskan siswa MAN 3 Cirebon yang telah menjadi korban *Bullying*. Fokus penelitian pada unit ini adalah bagaimana pengalaman *Bullying* secara verbal dan non verbal mempengaruhi *self-esteem* mereka dan bagaimana peran guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan *self-esteem* mereka.

b. Guru BK

Unit analisis pada Guru BK di MAN 3 Cirebon yang bertanggung jawab untuk memberikan konseling kepada siswa. Penelitian akan menyelidiki pendekatan yang mereka gunakan untuk menangani

korban *Bullying* dan bagaimana pendekatan tersebut membantu meningkatkan keyakinan diri siswa.

c. Program Atau Intervensi BK

Peneliti dapat menganalisis seberapa efektif program atau intervensi yang dirancang oleh Guru BK di sekolah untuk membantu korban *Bullying* dalam meningkatkan *self-esteem*.

## 5. Teknik Pengumpulan Data

Dalam mengumpulkan data-data, peneliti menggunakan teknik *Field Research* yaitu data yang diambil dari lapangan dengan menggunakan teknik:

a. Teknik Observasi

Teknik observasi adalah pengamatan yang dilakukan secara sengaja dan sistematis mengenai fenomena sosial yang kemudian dilakukan pencatatan. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan kunjungan ke sekolah atau yang digunakan MAN 3 Cirebon yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian. Dengan melakukan observasi terhadap Guru BK dan siswa korban *Bullying*, maka data yang diperoleh akan lebih lengkap.

b. Teknik Wawancara

Sugiono (2011) menjelaskan bahwa wawancara yang mendalam adalah wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan Pedoman wawancara yang telah tersusun secara rapih dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang telah peneliti susun, hanya berupa poin-poin permasalahan yang akan ditanyakan. Wawancara ini bertujuan untuk menganalisis strategi Guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying* di MAN 3 Cirebon.

c. Teknik Dokumentasi

Teknik dokumentasi yaitu mencari data terkait hal-hal atau yang sesuai Variabel yang berbentuk catatan, transkrip, buku, majalah dan sebagainya. Dokumentasi yang peneliti gunakan adalah mengumpulkan data yang ada di Kantor MAN 3 Cirebon. Lebih tepatnya dari ruangan Guru BK dan ruang laboratorium.

## 6. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data kualitatif diterapkan sepanjang penelitian, dari awal hingga akhir. Tujuannya adalah karena peneliti telah mengumpulkan data yang diperlukan untuk analisis dan kemudian melakukan olahan ulang dari awal penelitian. Pendekatan yang dipakai adalah analisis data model Miles dan Huberman dalam (Hardani, 2020) yaitu:

### b. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Data dalam penelitian kualitatif umumnya berupa narasi deskriptif kualitatif, walaupun ada data dokumen yang bersifat kuantitatif juga bersifat deskriptif. Tidak ada analisis data secara statistik dalam penelitian kualitatif.

### c. Penyajian Data (*Data Display*)

Sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan simpulan dan pengambilan tindakan. Penyajian yang paling sering digunakan pada data kualitatif pada masa yang lalu adalah bentuk teks naratif. Teks tersebut terpencar-pencar, bagian demi bagian dan bukan simultan, tersusun kurang baik, dan sangat berlebihan.

### d. Penarikan Simpulan dan Verifikasi

Dalam penelitian ini, nilai informatif dari data yang dikumpulkan terbukti. Data ini menarik kesimpulan yang bersifat sementara, samar-samar, kaku dan dapat dipertanyakan, sehingga kesimpulan ini harus diverifikasi. Verifikasi dilakukan dengan memeriksa kembali reduksi data dan penyajian data agar kesimpulan yang dicapai tidak menyimpang .

## I. Sistematika Penelitian

### 1. BAB I: Pendahuluan

Bab satu merupakan pendahuluan yang menguraikan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat/kegunaan penelitian, landasan teori, signifikansi penelitian, landasan teori, signifikansi penelitian, penelitian terdahulu, metode penelitian, sistematika penelitian dan rencana waktu penelitian.

2. BAB II: Landasan Teori

Bab dua menguraikan landasan teoritis atau pemikiran yang memberikan uraian umum tentang konsep guru bimbingan dan konseling, *self-esteem* dan *Bullying*.

3. BAB III: Metode Penelitian

Bab tiga menguraikan tentang metode penelitian, dan lokal penelitian yang digunakan penulis dalam melakukan penelitian. Dan bab ini menjelaskan metode penelitian, dan teknik pengumpulan data, tempat dan waktu penelitian, dan teknik analisis data.

4. BAB IV: Hasil Dan Pembahasan

Membahas tentang hasil penelitian dan pembahasan mengenai gambaran *self-esteem* yang dialami oleh korban *Bullying* di MAN 3 Cirebon, bentuk *Bullying* yang diterima oleh korban di MAN 3 Cirebon dan strategi guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying* di MAN 3 Cirebon?

5. BAB V: Penutup

Dalam bab ini mengemukakan kesimpulan dan saran-saran. Kesimpulan merupakan jawaban dari permasalahan yang ada dalam penelitian ini, sedangkan saran-saran berisi tentang hal-hal yang mungkin berguna dikemudian hari.

**J. Rencana Waktu Penelitian (*Time Schedule*)**

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan akhir november 2024 hingga bulan Mei 2025, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini;

**Table 2 Rencana Waktu Penelitian (*Time Schedule*)**

NO	Aktivitas	Bulan							
		Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei
1.	Sidang Proposal								
2.	Menyusun Instrumen Penelitian								

3.	Pengumpulan Data Penelitian								
4.	Pengolahan Data								
5.	Sidang Skripsi								



**UINSSC**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON**

## BAB II KAJIAN TEORI

### A. Bimbingan dan Konseling

#### 1. Pengertian Bimbingan dan Konseling

Bimbingan dan Konseling (BK) adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan secara sistematis dan berkelanjutan kepada individu atau kelompok, agar mereka mampu memahami diri, mengembangkan potensi dan menghadapi berbagai persoalan kehidupan secara mandiri (Prayitno & Amti, 2015). Adapun bimbingan dan konseling merupakan terjemahan dari istilah “*guidance*” dan “*counseling*” dalam bahasa Inggris. Secara harfiah istilah “*guidance*” berasal dari akar kata “*guide*”, yang berarti : (1) mengarahkan (*to direct*), (2) memandu (*to pilot*), (3) mengelola (*to manage*), dan (4) menyetir (*to steer*) (Yusuf, 2017). Bimbingan dan konseling adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar dapat memahami, menerima, mengarahkan, dan merealisasikan dirinya sesuai dengan potensinya. Hal ini selaras dengan Nasution Dan Abdillah (2019) bimbingan merupakan proses Pemberian bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang secara terus menerus dan sistematis oleh konselor kepada Individu atau sekelompok individu klien) menjadi pribadi yang mandiri. Bimbingan ini penekanannya bersifat preventif (pencegahan) artinya proses bantuan yang diberikan kepada Seseorang atau sekelompok orang (klien) supaya bisa mencegah ggar suatu masalah bisa diselesaikan.

Selanjutnya Ginintasi (2016) berpendapat bahwa bimbingan dan konseling adalah suatu proses pemberian bantuan yang berkesinambungan dalam rangka membantu meningkatkan pencapaian tugas perkembangan individu dan membantu mengatasi permasalahan individu, baik secara perorangan maupun kelompok. Bimbingan juga dapat diberikan untuk menghindari atau mengatasi kesulitan serta masalah yang dihadapi seseorang di dalam kehidupannya.

Di sisi lain, menurut Menurut Permendikbud No. 111 Tahun 2014, bimbingan dan konseling adalah layanan bantuan yang diberikan secara sistematis, objektif, berkelanjutan, dan terprogram oleh konselor atau guru bimbingan dan konseling kepada peserta didik di satuan pendidikan dasar dan menengah untuk membantu mereka mengembangkan kompetensi hidup, memahami diri, mengatasi masalah pribadi, sosial, akademik, dan karier, serta mencapai perkembangan optimal sesuai dengan potensi, minat, bakat, dan kondisi masing-masing. dan menurut Permendikbud No. 27 Tahun 2008 lebih berfokus pada standar kualifikasi akademik dan kompetensi konselor, bukan definisi bimbingan dan konseling secara langsung. Namun, secara umum, bimbingan dan konseling dalam konteks pendidikan adalah layanan profesional yang diberikan oleh konselor yang memenuhi standar akademik dan kompetensi tertentu untuk membantu peserta didik dalam mengembangkan potensi diri, mengatasi masalah pribadi, sosial, akademik, dan karier, serta mencapai perkembangan optimal sesuai dengan standar pendidikan nasional.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, Bimbingan konseling merupakan proses bantuan yang diberikan kepada individu untuk membantu mereka mengatasi masalah pribadi, sosial, akademik, maupun emosional, sehingga mereka dapat berkembang secara optimal dan mencapai kesejahteraan psikologis. Melalui bimbingan konseling, seseorang dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang dirinya sendiri, menemukan solusi bagi permasalahan yang dihadapi, serta meningkatkan keterampilan dalam menghadapi tantangan hidup.

## **B. Guru Bimbingan dan Konseling**

### **1. Definisi Guru BK**

Guru Bimbingan dan Konseling (BK) adalah seorang guru yang memiliki tugas khusus untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada siswa di sekolah guna membantu mereka dalam mengatasi masalah pribadi, akademik, dan karier. Dan juga untuk mengembangkan potensi minat bakat serta kemandirian siswa secara menyeluruh. Menurut Syukur Yarmis, Neviyarni & Zahri Triave Nuzila (2019) bimbingan dan konseling merupakan komponen penting dalam

pendidikan. Siswa mendapatkan bantuan emosi dari konseling, baik di sekolah maupun di masyarakat yang luas. Guru bimbingan dan konseling, juga dikenal sebagai konselor, adalah individu yang bertanggung jawab untuk menjalankan program bimbingan dan konseling di institusi pendidikan. Program ini sangat penting untuk membantu siswa mengembangkan kepribadian dan kemampuan fisik dan spiritual mereka. Siswa mendapat bantuan dari konselor untuk berkembang menjadi individu dan anggota masyarakat yang mandiri.

Selaras dengan hal itu, menurut Mumpuni Saesya Diaz (2018) Guru BK, sebagai representasi pendidik yang memiliki alasan kuat untuk mengajarkan pendidikan karakter kepada siswa mereka. Oleh karena itu, sebagai bagian dari tanggung jawab mereka dalam memberikan bimbingan dan konseling, guru BK harus memenuhi tugas yang sangat penting dalam memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan karakter siswa mereka sambil tetap mempertahankan otoritas.

Untuk itu Guru BK bertugas membantu peserta didik dalam perencanaan akademik, bimbingan perguruan tinggi dan karier, serta pengembangan pribadi, dan juga dapat mendampingi murid dalam menangani masalah sosial-emosional serta masalah kesehatan mental. Dapat disimpulkan bahwa Guru BK bertugas memberikan bantuan kepada siswa agar ia sebagai pribadi, memiliki pemahaman yang benar akan diri pribadinya dan akan dunia disekitarnya, mengambil keputusan untuk melangkah maju secara optimal dalam perkembangannya dan dapat menolong dirinya sendiri dalam menghadapi serta mengatasi masalah-masalahnya.

## **2. Kompetensi Guru BK**

Kompetensi Guru BK yaitu kemampuan atau kualifikasi yang harus dimiliki oleh seorang Guru BK untuk menjalankan tugas dan tanggung jawabnya secara efektif. Kompetensi yang harus dimiliki oleh Guru BK sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional (PERMENDIKNAS) No. 27 Tahun 2008, yaitu terdiri dari kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian kompetensi sosial dan kompetensi profesional.

Kompetensi ini mencakup berbagai aspek, termasuk pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang diperlukan untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling yang berkualitas kepada siswa. Menurut Nasution Henni Syafriana & Abdillah (2019) kompetensi Guru BK sangatlah penting dalam proses pelayanan yang profesional, terutama bagi guru bimbingan dan konseling (BK) dalam menjalankan tugasnya yaitu membantu peserta didik/konseli dalam mengembangkan potensinya secara optimal dengan tujuan untuk memandirikan peserta didik/konseli.

### C. *Self-esteem*

#### 1. Definisi *Self-esteem*

Dalam dunia psikologi, *self-esteem* merupakan salah satu kajian yang sering kali dibahas karena psikologi merupakan ilmu yang ditujukan untuk manusia dan hal tersebut tidak lepas dengan adanya *self* atau diri manusia sendiri. Menurut Rosenberg, Schooler, Carmi, Santrock dalam (Desmita, 2012) mengungkapkan bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi sikap individu secara menyeluruh tentang dirinya, mulai dari penilaian yang sifatnya negatif maupun positif. *Self-esteem* merupakan evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri secara positif dan juga sebaliknya dapat bersifat negatif. Menurut Klass dan Hodge dalam (Ghufron & Risnawati S, 2017) *Self esteem* sebagai hasil evaluasi diri yang dibuat dan dipertahankan oleh individu, dimana proses tersebut di peroleh atas hasil interaksi Dengan lingkungan serta penghargaan, penerimaan, dan perlakuan orang Lain terhadap individu.

Menurut teori dari Coopersmith (1967) *self-esteem* dimulai dari evaluasi individu dan kebiasaan memandang dirinya sendiri, yang mengarah pada penerimaan atau penolakan, serta keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki, atau dengan kata lain *self-esteem* merupakan penilaian personal mengenai perasaan berharga yang diungkapkan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya. Hal ini selaras dengan Mu'awanah Elfi (2014) *Self-esteem* adalah tingkat penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri. Seseorang yang menilai dirinya berharga dan mampu menerima dirinya akan memiliki *self-esteem* tinggi. Akibatnya, ia akan dapat dengan mudah mengejar cita-citanya,

berharga dan mampu menerima dirinya akan memiliki *self-esteem* tinggi. Akibatnya, ia akan dapat dengan mudah mengejar cita-citanya, menyelesaikan tugas dengan baik dan tepat waktu, dapat menghargai dirinya sendiri dan orang lain, tahan terhadap tantangan dan selalu berusaha menemukan solusi, dan dapat berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain.

Dalam variabel subjektif, *self-esteem* berarti perilaku seseorang terhadap dirinya sendiri, termasuk keyakinan, nilai dan rasa percaya diri. Sedangkan menurut Refnadi (2018) *Self-esteem* digunakan sebagai variabel independen, atau sebagai faktor yang memengaruhi perilaku seseorang. Seseorang dikatakan berperilaku dengan cara tertentu karena tinggi atau rendahnya tingkat kepercayaan diri mereka sendiri. Beberapa orang percaya bahwa mempertahankan *self-esteem* seseorang adalah hal yang sangat penting. Individu berperilaku dengan cara yang mempertahankan harga diri mereka karena kebutuhan untuk terlihat baik baik secara pribadi maupun publik. *Self-esteem* berhubungan satu sama lain. *Self-esteem* umum memengaruhi tujuan dan kegiatan yang sedang dilakukan serta perilaku sehari-hari.

## 2. Aspek dan Indikator *Self-esteem*

Aspek *self-esteem* dapat dibagi menjadi empat menurut Coopersmith (1962), antara lain:

a. *Power* (kekuatan) kekuatan penghargaan positif terhadap diri sendiri. Adapun indikator dari power ini adalah:

- 1) Mampu mengontrol tingkah laku
- 2) Mampu mengatur tingkah laku
- 3) Dihormati orang lain
- 4) Memiliki pendapat yang diterima oleh orang lain

b. *Significance* (keberartian) keberadaan diri sendiri memiliki arti penting bagi orang lain.

Adapun indikator dari significance ini adalah:

- 1) Menerima kepedulian dari orang lain
- 2) Menerima perhatian dari orang lain.
- 3) Menerima afeksi dari orang lain
- 4) Menerima ekspresi cinta dari orang lain

- 5) Memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri
- 6) Mendapat penerimaan apa adanya dari lingkungan
- c. *Virtue* (kebajikan) penilaian karakter positif yang dianggap baik dan benar.

Adapun indikator dari *virtue* ini adalah:

- 1) Melaksanakan etika yang berlaku di Masyarakat
- 2) Memiliki kemampuan untuk menerima kegagalan dalam keberhasilan
- d. *Competence* (kompetensi) pencapaian positif memberikan kontribusi yang positif terhadap diri sendiri

Adapun indikator dari *competence* ini adalah:

- 1) Mampu untuk sukses
- 2) Memiliki tuntutan prestasi yang ditandai dengan keberhasilan
- 3) Mampu mengerjakan tugas dengan baik dan benar

### 3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Self-esteem*

Faktor-faktor yang memengaruhi *self-esteem* dapat dibagi menjadi enam menurut McLoed, Owens & Powell (dalam Suhron, 2016) antara lain:

- a. *Usia*: Perkembangan *self-esteem* dimulai saat individu masih anak-anak dan remaja. Mereka mendapatkan nilai diri dari teman, orang tua, dan guru di sekolah.
- b. *Ras*: Pengaruh keanekaragaman budaya dan ras tertentu terhadap *self-esteem* seseorang dalam mempertahankan rasnya.
- c. *Etnis*: Dalam kehidupan bersosial dan bermasyarakat, ada kelompok etnis yang merasa superior sehingga mempengaruhi harga dirinya.
- d. *Pubertas*: Pubertas adalah saat-saat perubahan dari masa anak-anak hingga mereka dewasa. Pada saat ini, karakteristik seksual kedua dimulai muncul dan kemampuan untuk bereproduksi juga mulai berkembang. Hal ini bisa membuat seseorang merasa tertarik dan mempengaruhi tingkat kepercayaan dirinya.
- e. *Berat Badan*: Perubahan berat badan yang paling mencolok selama remaja adalah perubahan fisik. Hormon-hormon baru diproduksi oleh kelenjar endokrin.

- f. Jenis kelamin: faktor jenis kelamin menunjukkan bahwa remaja pria lebih bersemangat dalam bersaing dan berusaha untuk mencapai prestasi belajar di sekolah daripada remaja putri. Hal ini dapat memengaruhi harga diri remaja tersebut.

#### 4. Pembentukan *self-esteem*

Pembentukan *self-esteem* adalah proses yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor sepanjang hidup seseorang. Hal ini selaras dengan Suhron (2016) Proses pembentukan *self-esteem* terjadi mulai dari usia pertengahan anak hingga remaja akhir. Pengalaman dalam berinteraksi dengan orang lain dapat memengaruhi rasa percaya diri seseorang baik positif maupun negatif. Harga diri mereka cenderung stabil seiring bertambahnya usia. Pemikiran remaja mengenai dirinya sendiri akan terbentuk secara bertahap seiring berjalannya waktu. Sehingga, mereka akan lebih baik dalam menghadapi berbagai pengalaman yang berbeda.

### D. *Bullying*

#### 1. Definisi *Bullying*

*Bullying* berasal dari kata "*bully*" dan mengacu pada ancaman yang dilakukan seseorang terhadap orang lain yang menyebabkan stres dan gangguan psikologis bagi korbannya. Kata "*bully*" berasal dari kata "*bully*", yang berarti "pengganggu yang mengganggu". Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) *Bullying* adalah tindakan yang mengganggu, menyusahkan dan menjahili secara terus menerus. *Bullying* adalah jenis intimidasi fisik maupun psikologis yang terjadi berkali-kali dan terus-menerus. Beberapa anak di sekolah biasa mengalami ancaman fisik maupun verbal seperti mencela, mengejek, menendang, memukul, dan mengancam (Kurnia, 2016). Menurut Menurut Budiman Arief & Asriyadi Fitroh (2021), *Bullying* adalah jenis kekerasan yang dilakukan secara fisik atau verbal terhadap seseorang yang merendahkan dan mengintimidasi korban sehingga mereka tidak dapat melawan. Pelaku *Bullying* juga mencari kesenangan yang tidak dapat mereka dapatkan dan melampiaskannya dengan membuat orang lain menderita. Perilaku ini akan menghambat perkembangan anak karena tidak akan memberi rasa aman dan nyaman kepada korban dan akan membuat korban merasa tidak

tidak aman dan tidak nyaman.

Definisi *Bullying* menurut *Development Department of Education and Early Childhood Development* adalah *Bullying* terjadi jika seseorang atau sekelompok orang mengganggu atau mengancam keselamatan dan kesehatan seseorang baik secara fisik maupun psikologis, serta dilakukan secara berulang dan terus menerus (Sapitri, 2020). Hal ini selaras dengan Coloroso dalam (Sapitri, 2020) *Bullying* adalah salah satu tindakan intimidasi yang berulang yang dilakukan oleh pihak yang lebih kuat terhadap pihak yang lebih lemah dengan sengaja dan yang bertujuan untuk melukai korbannya secara fisik maupun emosional.

Dengan kata lain *Bullying* merupakan tindakan seseorang yang dilakukan secara sengaja sehingga membuat orang lain takut atau terancam sertamenyebabkan korban merasa takut dan terancam. Menurut Yayasan Semai Amin (Sejiwa, 2008) *Bullying* adalah sebuah situasi dimana terjadinya penyalahgunaan kekuatan atau kekerasan fisik maupun mental yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok, dan dalam situasi ini korban tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya. Dari penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa *Bullying* adalah tindakan kekerasan yang dapat menyebabkan terlukanya fisik dan psikologis yang dilakukan oleh seseorang dengan dengan sengaja yang dilakukan secara berulang-ulang.

## 2. Karakteristik *Bullying*

Terdapat tiga katakarakteristik *Bullying* menurut Levianti (dalam Bayu, dkk. 2024) antara lain:

- a. Ketidakseimbangan Kekuatan: Pelaku membuat korban tertekan dengan perilakunya yang tidak seimbang. Orang-orang yang melakukan pelecehan seringkali berusia lebih tua, lebih tinggi atau lebih sehat, lebih pandai berbicara, memiliki status sosial yang lebih tinggi, dan dari ras yang berbeda.
- b. Perilaku Agresif yang “Menyenangkan” Pelaku: *Bullying* dapat menyebabkan korbannya menderita rasa sakit emosional dan kerugian fisik. Tindakan ini melibatkan kesengajaan untuk menimbulkan rasa sakit, sekaligus memberikan kepuasan kepada pelaku intimidasi

dengan menyaksikan penderitaan yang dialami korban.

- c. Perilaku yang berulang-ulang dan terus-menerus: *Bullying* merupakan perilaku agresif yang sering terjadi berulang kali dan dapat menjadi kebiasaan yang merugikan bagi korbannya.

### 3. Dampak *Bullying*

Terdapat empat dampak *Bullying* menurut Sukiman (2018) antara lain:

- a. Prestasi akademik: Prestasi akademik siswa akan terganggu akibat dari *Bullying* yang menimpa korban. Stres dan ketakutan yang menghantui dapat mengurangi konsentrasi dan kinerja akademik. Bahkan beberapa siswa mungkin menghindari untuk berangkat ke sekolah.
- b. Sosial: Salah satu dampak sosial umum adalah kurang percaya diri, pemalu, sulit menyatakan pendapat, dan cenderung mengikuti kehendak orang lain. Orang yang mengalami hal ini biasanya memiliki sedikit teman, tidak populer, suka menjauh dari keramaian, dan sebagainya.
- c. Fisik: Rasa sakit yang terus-menerus, pusing, perut sakit (mulas) kesulitan berbicara, sulit tidur, lemah, mual, adanya luka pada tubuh korban, terlihat lemah dan tak berdaya.
- d. Emosi: Perasaan yang berubah-ubah, sensitif, cemas, was-was, takut, gelisah, tidak aman, meminta orang lain menemani ke tempat-tempat di mana pernah di-bully sebelumnya, sedih, mudah menangis, mudah menyalahkan diri sendiri.

### 4. Aspek dan indikator *Bullying*

Aspek dan indikator *Bullying* menurut Rigby (dalam Saefullah (2015)) terdapat 4 aspek *Bullying*, antara lain:

- a. Bentuk fisik yaitu menendang memukul, dan menganiaya orang yang dirasa mudah dikalahkan dan lemah secara fisik.
- b. Bentuk verbal yaitu menghina, menggosip, dan memberi nama ejekan pada korbannya.
- c. Bentuk isyarat tubuh yaitu mengancam dengan gerakan dan gertakkan

### 5. Bentuk *Bullying*

Bentuk *Bullying* menurut penelitian yang dilakukan Amanda, dkk. (2020) antara lain:

- a. Secara fisik: menendang, memukul dan mendorong.

- b. Secara verbal: ejekan dan kata-kata kasar
- c. Secara psikologis: mengucilkan, mengabaikan orang lain, mengisolasi, dan menyebarkan berita buruk.

#### 6. Faktor-Faktor Penyebab *Bullying*

Terdapat lima faktor penyebab *Bullying* menurut Andrew Mellor, Ratna Djuwita & Komarudin Hidayat (dalam Lestari, 2016) antara lain:

- a. Faktor Keluarga: sikap terlalu protektif dari orang tua bisa membuat anak rentan mengalami pelecehan teman sebaya, baik fisik maupun psikologis. Anak-anak yang orang tuanya sangat mengontrol dan melindungi mereka dari pengalaman tidak baik juga lebih mudah menjadi korban.
- b. Faktor Sekolah: *Bullying* bisa terjadi di sekolah jika guru tidak mengawasi dengan baik, disiplin terlalu ketat, bimbingan kurang memadai, dan aturan tidak konsisten. Sekolah yang tidak memperhatikan masalah *Bullying* dapat membuat pelaku *Bullying* merasa bebas untuk melakukannya.
- c. Media Massa: dalam penelitian oleh Kompas, disebutkan bahwa 56,9% akan meniru adegan dari film yang anak-anak tonton, terutama dalam gerakan (64%) dan kata-kata (43%). Hal ini bisa membuat anak menjadi kasar dan agresif yang kemudian menyebabkan tindakan *Bullying* dari anak-anak terhadap teman-teman mereka di sekolah.
- d. Faktor Budaya: Perilaku *Bullying* bisa muncul karena pengaruh budaya kriminal. Anak-anak dan remaja bisa merasa sedih, stres, sombong, dan kasar karena adanya masalah di masyarakat, ketidakpastian ekonomi, prasangka, diskriminasi, dan sikap etnosentris.
- e. Faktor Teman Sebaya: Teman sebaya yang terlibat cecok di sekolah dapat berdampak negatif pada teman sebaya lainnya. Contohnya, mereka mungkin akan berperilaku kasar terhadap guru atau teman sekelas, serta sering membolos. Terkadang, anak-anak bisa melakukan *Bullying* kepada teman saat berada di sekitar rumah atau di sekolah.

## 7. Ciri-Ciri Perilaku *Bullying*

Menurut Lestari (2016) Ciri perilaku *Bullying* dibagi menjadi dua, antara lain:

### a. Ciri pelaku *bullying*:

- 1) Hidup bersama dalam kelompok dan mengendalikan situasi sosial siswa.
- 2) Berada di lokasi sekolah
- 3) Menjadi orang terkenal di sekolah.
- 4) Perilakunya sering ditunjukkan dengan: selalu berjalan di depan, dan bertindak secara agresif, meremehkan.

### b. Ciri korban *Bullying*:

- 1) Pemalu, pendiam, serta sering sendirian.
- 2) Terlihat bodoh atau tidak pintar.
- 3) Tiba-tiba menjadi pendiam atau menyendiri.
- 4) Sering absen di sekolah tanpa alasan jelas.
- 5) Perilaku aneh atau tidak biasa.

### c. Sudut pandang korban *bullying*

Pada sudut pandang korban *bullyig* adalah perasaan atau pengalaman yang dialami oleh korban *Bullying* yang menjafi sasaran tindakan *Bullying*. Hal ini meliputi perasaan ketakutan, cemas, rendah diri, sakit hati dan depresi akibat dan perilaku tidak menyenangkan yang terus menerus alami oleh korban. Korban juga bisa mengalami masalah fisik seperti sakit kepala, mermar diperut, sakit perut atau luka lainnya akibat *Bullying* fisik.

### **BAB III**

#### **PROFIL UMUM OBJEK PENELITIAN**

##### **A. Gambaran Umum MAN 3 Cirebon**

###### **1. Sejarah MAN 3 Cirebon**

Mandrasah Aliyah Negeri (MAN) 3 Cirebon adalah Madrasah yang didirikan oleh para kiyai Pondok Buntet Pesantren, pada waktu itu bernama MAAI (Madrasah Aliyah Agama Islam) Buntet Pesantren pada tahun 1967 yang kemudian dinegerikan menjadi MAAIN Buntet Pesantren pada tahun 1968 yang ditetapkan dengan keputusan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 180 Tahun 1968 pada tanggal 20 Agustus 1968, seiring dengan berjalannya waktu MAAIN berganti nama menjadi MAN Buntet Pesantren dengan keluarnya SK Menteri Agama Nomor 17 Tahun 1978, Tanggal 16 Maret 1978 Tentang Susunan Organisasi dan Tata Kerja Madrasah Aliyah Negeri dan terakhir pada Tahun 2015 terbit KMA nomor 212 Tentang perubahan nama madrasah aliyah negeri, dan pada tahun 2017 MAN Buntet Pesantren resmi berubah nama menjadi MAN 3 Cirebon.

###### **2. Letak Geografis MAN 3 Cirebon**

Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 3 Cirebon terletak di Jl. YLPI Buntet Pesantren, Desa Mertapada kulon, Kec. Astanajapura, Kab. Cirebon.

###### **3. Visi, Misi, Strategi dan Motto MAN 3 Cirebon**

###### **a. Visi**

Menjadikan sumber daya manusia (SDM) yang cerdas, Berakhlakul Karimah dan berwawasan luas.

###### **b. Misi**

- 1) Membentuk potensi yang berkualitas secara akademik.
- 2) Membangun lingkungan yang agamis.
- 3) Menjadikan pribadi yang mandiri.
- 4) Memiliki pola pikir yang universal.

c. Strategi

Transparasi, Kebersamaan, Kekeluargaan dan Kesadaran tanggung jawab bersama.

d. Motto

Memacu Kualitas Mengejar Prestasi.

e. Data Madrasah

Nama Madrasah : MAN 3 KAB. CIREBON

NSM/NPSN : 131132090002 / 20280253

Akreditasi Madrasah : A

Alamat Madrasah Lengkap : Jalan LPI Jl. Buntet Mertapada Kulon Kec. Astanajapura Cirebon Jawa Barat 45181

NPWP : 00.146.042.7-455.000

Nama Kepala Sekolah : Drs. H. IMRON ROSYADI, M.Ag.

NIP : 196701302001121001

Telp/Fax : +62231635166

Lembaga Penyelenggara : Kementrian Agama

E-Mail : [https://man3kabcirebon@gmail.com](mailto:https://man3kabcirebon@gmail.com)

Website : <https://man3kabcirebon.sch.id>

Luas Bangunan : 9.707 m2

f. Sarana dan prasarana

**Table 3 Sarana dan Prasarana**

No.	Kode	Nama Ruangan	Jumlah	Kondisi
1.	R. Kelas	Ruang Kelas	26	Baik

2.	R. Kepala	Ruang Kepala Sekolah	1	Baik
3.	R. Kepala TU	Ruang Kepala TU	1	Baik
4.	R. TU	Ruang TU	1	Baik
5.	R. G 1	Ruang Guru Laki-laki	1	Baik
6.	R. G 2	Ruang Guru Perempuan	1	Baik
7.	R. BP 1	Ruang Bimbingan Konseling	1	Baik
8.	R. Lab. 1	Ruang Lab Bahasa	1	Baik
9.	R. Lab. 2	Ruang Lab Kimia	1	Baik
10.	R. Lab. 3	Ruang Lab Biologi	1	Baik
11.	R. Lab. 4	Ruang Lab Fisika	1	Baik
12.	R. Lab. 5	Ruang Lab Keterampilan	1	Baik
13.	R. Lab. 6	Ruang Lab Kesenian	1	Baik
14.	R. Lab. 7	Ruang Lab Olahraga	1	Baik
15.	R. Lab. 8	Ruang Lab Komputer	2	Baik
16.	R. Lab. 9	Ruang Lab IPS	1	Baik
17.	R. H 1	Ruang Humas	1	Baik
18.	R. P 1	Ruang Piket	1	Baik
19.	R. DB 1	Ruang Drum Band (peralatan)	1	Baik
20.	R. G 1	Ruang Gedung Aula	1	Baik
21.	R. G 2	Masjid Perempuan	1	Baik

22.	R. G 3	Masjid Laki-Laki	1	Baik
23.	R. K 1	Ruang Kantin Sehat	1	Baik
24.	R. T 1	Toilet Guru Laki-laki	1	Baik
25.	R. T 2	Toilet Guru Perempuan	1	Baik
26.	R. T 3	Toilet TU	1	Baik
27.	R. T 4	Toilet Siswa Perempuan	8	Baik
28.	R. T 5	Toilet Siswa Laki-laki	8	Baik
29.	R. K 1	Ruang Komite	1	Baik

## B. Gambaran Umum Bimbingan Konseling Di MAN 3 Cirebon

### 1. Visi Misi Bimbingan Dan Konseling

- a. Visi  
Menjadikan sumber daya manusia (SDM) yang cerdas, Berakhlakul Karimah dan berwawasan luas.
- b. Misi
  - 1) Membentuk potensi yang berkualitas secara akademik.
  - 2) Membangun lingkungan yang agamis.
  - 3) Menjadikan pribadi yang mandiri.
  - 4) Memiliki pola pikir yang universal.

### 2. Profil Singkat Guru Bimbingan Dan Kobseling Man 3 Cirebon

Di MAN 3 Cirebon terdapat 3 Guru BK yang kompeten. Salah satunya adalah Lia Duriah, S, Pd. beliau merupakan seorang guru Bimbingan dan Konseling di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 3 Cirebon. Beliau telah menjadi Guru BK sejak tahun 2020 hingga saat ini.

Latar belakang pendidikan beliau adalah Sarjana dari Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY), Ibu Lia memiliki pemahaman mendalam tentang dinamika psikologis remaja, tahapan perkembangan,

serta berbagai tantangan yang bisa saja dihadapi oleh para siswa. Pengetahuan ini menjadi landasan penting dalam setiap interaksi dan program bimbingan yang beliau rancang dan implementasikan.

Sebagai guru BK, peran Ibu Lia tidak hanya terbatas pada memberikan saran individu ketika siswa mengalami masalah. Selain itu, Ibu Lia juga proaktif dalam desain dan implementasi berbagai program manajemen pencegahan dan pengembangan. Program-program ini bertujuan untuk menumbuhkan siswa potensial secara komprehensif, termasuk aspek akademik, sosial, emosional, profesional, dan pribadi. Beliau juga terlibat dalam memberikan keterampilan belajar yang efektif, manajemen waktu, pengembangan diri, perencanaan karir dan bimbingan kelompok untuk mencegah perilaku yang menyimpang para siswa.

Selanjutnya, Ibu Lia juga mengakui pentingnya kerja sama yang disiplin dalam memberikan dukungan komprehensif kepada siswa. Ibu Lia menjalin kerjasama dengan psikolog dan psikiater berbakat dari kota Cirebon dan Cimahi. Kerja dengan para ahli ini dapat membantu Ibu Lia untuk mendapatkan perspektif yang lebih dalam ketika berhadapan dengan kasus-kasus kompleks dalam ruang lingkup siswa.

Ibu Lia juga telah membentuk kerja sama konstruktif dengan polisi setempat, terutama tentang masalah kenakalan anak. Kerja sama ini akan menjadi sangat penting untuk mencegah dan menangani perilaku yang berbeda di antara siswa dan untuk lebih memahami aspek dan konsekuensi hukum dari perilaku ini. Melalui kerjasama ini, Ibu Lia dapat memberikan instruksi dan bimbingan kepada siswa yang berpartisipasi dan mengambil langkah yang benar untuk berkoordinasi dengan pihak berwenang. Ibu Lia juga membeberkan ketika terdapat siswa yang menjadi pelaku dan korban *Bullying* dari pondok pesantren, beliau akan bekerja sama dengan kepala humas untuk menyampaikan pesan kepada pondok pesantren.

### 3. Sarana dan Prasarana

MAN 3 Cirebon memiliki sarana dan prasarana yang memadai untuk mendukung pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling yang efektif bagi siswa-siswinya. Fasilitas yang tersedia dirancang untuk menciptakan lingkungan yang nyaman dan kondusif bagi siswa dalam berinteraksi dengan guru BK serta mengikuti berbagai program bimbingan.

Sarana utama yang dimiliki adalah 1 ruangan khusus untuk Guru BK. Ruangan ini dilengkapi dengan pendingin udara (AC) serta didalamnya terdapat 1 ruangan privat untuk menciptakan suasana yang nyaman bagi guru BK dalam menjalankan tugasnya, baik dalam sesi konseling individual maupun dalam mempersiapkan berbagai materi dan program bimbingan. Untuk menunjang kenyamanan, ruang BK juga tersedia fasilitas toilet yang dapat diakses oleh guru BK dan siswa.

Dalam mendukung kegiatan administrasi dan pelaksanaan program BK, pihak sekolah menyediakan 3 unit laptop atau komputer serta 1 unit printer. Peralatan ini sangat penting bagi guru BK dalam membuat laporan, mencetak materi bimbingan, mengakses sumber informasi online, serta mengelola data siswa secara lengkap. Dengan sarana dan prasarana yang ada saat ini, MAN 3 Cirebon telah menunjukkan komitmen dalam menyediakan fasilitas yang memadai bagi kelancaran kegiatan Bimbingan dan Konseling.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON

## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Profil Informan Penelitian

Profil responden penelitian adalah profil terhadap objek penelitian yang dapat memberikan keterangan penelitian mengenai Strategi Guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *bullying* dan juga siswa korban *bullying* yang mengalami *self-esteem* yang rendah. Di mana untuk mendapatkan hasil tersebut, maka dibutuhkan sebanyak 1 Guru BK dan 4 Korban *Bullying* sebagai informan dalam penelitian ini.

Untuk mendeskripsikan profil responden dalam penelitian ini, informan dikelompokkan berdasarkan inisial nama, umur, kelas dan tanggal lahir. Oleh karena itu, untuk lebih jelasnya dapat disajikan uraian mengenai deskripsi identitas informan sebagai berikut.

1. Nama : Lia Duriah, S.Pd  
 Tanggal Lahit : 27 Maret 1973  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Umur : 48 Tahun  
 Sebagai : Guru BK
  
2. Nama Informan : H  
 Tanggal Lahir : 21 Maret 2009  
 Jenis kelamin : Laki:Laki  
 Umur : 16 Tahun  
 Kelas : 10 (6)  
 Sebagai : Siswa Korban *Bullying*

H merupakan siswa laki-laki kelas 10 (6) Di MAN 3 Cirebon, yang berusia 16 tahun. H adalah anak bungsu dari 2 bersaudara dari pasangan ibu H dan bapak K. Bapak K bekerja sebagai pedagang bakso keliling sedangkan ibunya menjadi ibu rumah tangga. Di sekolah, H merasa lambat dalam memahami semua mata pelajaran, khususnya matematika.

Untuk itu, H selalu di buli oleh salah satu teman kelasnya karena lambat untuk memahami isi seluruh mata pelajaran. H merupakan anak yang tenang tetapi menyimpan perasaan kesal terus menerus kepada pelaku *Bullying*. H merupakan orang yang memiliki kepribadian ambriwet, yaitu gabungan antara kepribadian introvert dan ekstrovert. Selain itu, ia lebih suka menghabiskan waktunya sendiri di kamarnya. Meskipun H tidak menolak untuk keluar rumah, dia hanya merasa lebih nyaman tidak keluar rumah. Meskipun H hanya memiliki satu teman akrab di sekolah, dia mengakui bahwa ia tidak pandai berteman dan merasa tidak semua teman baik-baik saja. Orang-orang di sekolah itu juga mau menerima kehadiran H

3. Nama Informan : ARP  
Tanggal Lahir : 9 April 2009  
Jenis kelamin : Laki-Laki  
Umur : 16 Tahun  
Kelas : 10 (7)  
Sebagai : Siswa Korban *Bullying*

ARP merupakan siswa kelas 10 (7) di MAN 3 Cirebon. ARP berusia 16 tahun. ARP merupakan anak tunggal dari ibu S dan bapak AJ. Ayah ARP bekerja sebagai tukang bangunan dan ibu mempunyai warung sembako kecil-kecilan. ARP mempunyai masalah bibir sumbing dari kecil, karena bekas dan suara yang agak cadel, ARP menjadi bahan olok-olokkan temannya. ARP merupakan pribadi yang pendiam, namun ketika mengikuti lomba pidato, ARP mampu mengimbangkan kepribadiannya dengan mengikuti lomba pidato. Hal ini dibuktikan ketika peneliti mencoba untuk mendekati ARP, respon ARP lebih banyak diam dan selalu menjawab dengan singkat. Tetapi ketika peneliti berbicara tentang pidato, maka respon ARP semangat untuk menceritakan hobinya tersebut.

Nama Informan	: GF
Tanggal Lahir	: 7 Juli 2009
Jenis Kelamin	: Perempuan
Umur	: 15 Tahun
Kelas	: 10 (1)
Sebagai	: Siswa Korban <i>Bullying</i>

GF merupakan siswi Perempuan kelas 10 (1) di MAN 3 Cirebon yang berusia 15 tahun. GF adalah anak ke-2 dari 3 bersaudara dari pasangan Ibu EN dan Bapak AAN. Ayah bekerja sebagai manager disalah satu perusahaan daerah di Bandung, dan ibu EM bekerja sebagai Guru SD. Ibu dan ayah GF telah bercerai sejak GF masih kecil. Di sekolah, GF selalu menjadi bahan olok-olokan temannya karena GF bercita-cita menjadi beauty Fashion. Hobi GF sebenarnya suka mengoleksi baju fashion yang menjadi trend di kalangan anak muda. Tetapi karena ada circle yang tidak menyukai GF maka GF selalu menjadi bahan olok-olokan serta memiliki *self-esteem* yang rendah.

5. Nama subjek 4 : SS  
 Tanggal Lahir : 14 Januari 2009  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Umur : 16 Tahun  
 Kelas : 10 (4)  
 Sebagai : Siswa Korban *Bullying*

SS merupakan siswi perempuan kelas 10 (4) Di MAN 3 Cirebon yang berusia 15 tahun. SS adalah anak tunggal dari pasangan ibu DF dan HS. Ayah bekerja sebagai polisi dan ibu bekerja sebagai Guru SMP. SS juga merupakan santri disalah satu pondok pesantren di pesantren Buntet. Salwa dikenal sebagai pribadi yang pendiam dan sabar. Ia cenderung introvert, lebih suka merenung dan menghindari konflik. SS menjadi sasaran *Bullying* oleh ketua kamar yang memanfaatkan posisinya untuk menekan dan mengintimidasi SS karena enggan mencuci pakaiannya sendiri karena merasa kewalahan dengan rutinitas harian pesantren yang padat dan harus mengerjakan pr sekolah. Salwa

merasa tertekan dan kesepian akibat perlakuan tersebut, namun tetap mencoba bertahan dengan kesabaran dan harapan perubahan.

## **B. Hasil Penelitian**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan selama berada di lokasi penelitian yaitu di MAN 3 Cirebon, dengan melakukan wawancara dan observasi mengenai strategi guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying* di MAN 3 Cirebon didapatkan hasil mengenai data yang diperlukan. Agar lebih jelas, peneliti akan menguraikan data-data hasil penelitian yang peneliti temukan di lapangan. Berdasarkan hasil permasalahan dan tujuan penelitian yang telah peneliti jabarkan di bagian BAB 1, yaitu Gambaran *self-esteem* yang dialami oleh korban *Bullying*, bentuk *Bullying* yang dialami oleh korban dan strategi guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying*. Berdasarkan hasil penelitian di lapangan didapatkan hasil sebagai berikut:

### **1. Gambaran *Self-esteem* yang dialami oleh Siswa Korban *Bullying* di MAN 3 Cirebon**

*Self-esteem* adalah bagaimana seseorang menilai dan menghargai dirinya sendiri. Yaitu keyakinan akan nilai dan kemampuan diri dan juga perasaan berharga sebagai individu yang percaya diri. *Self-esteem* yang sehat membantu seseorang merasa percaya diri untuk menghadapi tantangan dengan lebih baik serta mampu membangun hubungan yang positif dengan orang lain. Sebaliknya, *self-esteem* yang rendah bisa menyebabkan rasa tidak aman, merasa insecure, motivasi diri yang kurang serta ketidakmampuan dalam menghadapi tekanan hidup.

Tujuan penelitian ilmiah ini, untuk mengumpulkan data terkait, para peneliti melakukan wawancara dengan empat informan yang terlibat dalam penelitian ini, berdasarkan teori yang peneliti ambil dari Coopersmith (1967) mengenai aspek *self-esteem* yaitu: aspek keberartian, aspek kekuatan, aspek kebijakan dan aspek kompetensi. Penyajian temuan penelitian akan diatur sesuai dengan keempat aspek tersebut dan jumlah siswa korban *Bullying*, antara lain sebagai berikut;

## a. Informan H

### 1) Aspek Keberartian (*Significance*)

Keberartian adalah Perasaan penting atau dihargai oleh orang lain, yang mencakup rasa kepedulian, perhatian, afeksi, ekspresi cinta dari lingkungan sosial. Yang dimana sangat berperan penting dalam membangun *self-esteem*, karena memberikan rasa diterima dan dihargai, yang dapat meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri seseorang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan H. Dalam aspek keberartian (*significance*) yaitu kekuatan penghargaan positif terhadap diri sendiri. Adapun hasil wawancara aspek tersebut sebagai berikut. Informan H mengatakan bahwa H masih dihargai, diakui dan memiliki arti penting bagi orang lain. Rasa harga diri yang baik juga dapat membantu mengatasi tantangan akademik dan sosial H. Informan H memberikan jawaban seperti ini:

(1) *"Alhamdulillah Mba, aku ngerasa ada beberapa temen kelas yang masih mau berteman baik sama aku dan menghargai apapun yang aku lakukan. Walaupun masih ada anak lain yang masih judes terus sering ganggu aku dan nyuruh aku buat ini itu aja". - H, 20 April 2025*

### 2) Aspek Kekuatan (*power*)

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan H dalam aspek kekuatan (*power*) yaitu kekuatan penghargaan positif terhadap dirinya sendiri. Adapun hasil wawancara aspek tersebut sebagai berikut. Informan H mengatakan bahwa H terkadang merasa insecure dengan dirinya sendiri, ketika sedang mengobrol dengan teman tidak dekat, biasanya H perlahan menjauh dari kerumunan. Informan H memberikan jawaban seperti ini:

(2) *"Aku pernah dititik diasaat aku ngerasa gak percaya diri dengan kemampuan aku punya tapi terkadang aku ngerasa aku bisa terus aku juga ngerasa lebih baik menghindar dari kerumunan sih mba, misalnya kalo lagi ngobrol bareng sama temen, itu aku biasanya lebih enak sendirian karena takut dinilai buruk aja sama mereka". - H, 20 April 2025*

### 3) Aspek Kebajikan (*virtue*)

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan H dalam aspek kebajikan (*virtue*) yaitu penilaian katakter positif yang dianggap baik dan benar. Adapun hasil wawancara aspek tersebut sebagai berikut. Informan H mengatakan bahwa H mempunyai sedikit integritas yang baik walaupun selalu tidak bisa melakukan apa-apa, tetapi H selalu mengusahakan yang terbaik untuk hidupnya. Informan H memberikan jawaban seperti ini:

(3) *“Hmm, sebenarnya yang paling susah ngendaliin itu rasa malas belajar sih kak, tapi kalo lagi giat-giatnya buat masa depan itu sama ibu aku dicariin guru les umum sama difasilitasi laptop buat belajar mandiri sama ruangguru, mba tau ga RuangGuru?” – 20 April 2025*

### 4) Aspek Kompetensi (*competence*)

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan H dalam aspek kompetensi (*competence*) yaitu pencapaian positif yang memberikan kontribusi positif terhadap dirinya sendiri. Adapun hasil wawancara aspek tersebut yaitu sebagai berikut. Informan H mengatakan bahwa H tidak memikirkan solusi untuk bisa sukses di dunia pendidikan, tetapi H berhadap dengan hobinya yang bermain bola bisa mengantarkan secerah kesuksesan dimasa depan. Informan H memberikan jawaban seperti ini:

(4) *"Aku kan ga bisa apa mba, aku paling bisanya main bola. Aku juga kayaknya gak bisa akademiknya dalam mempelajari semua mata pelajaran juga aku ga mampu, tapi aku sedikit berhadap kalo aku bisa jadi pemain bola, tapi itu juga gak tau bakal terwujud engga."- H, 20 April 2025*

## b. Informan ARP

### 1) Aspek Keberartian (*Significance*)

Keberartian adalah Perasaan penting atau dihargai oleh orang lain, yang mencakup rasa kepedulian, perhatian, afeksi, ekspresi cinta dari lingkungan sosial. Yang dimana sangat berperan penting dalam membangun *self-esteem*, karena memberikan rasa

diterima dan dihargai, yang dapat meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri seseorang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan ARP dalam aspek keberartian (*significance*) yaitu kekuatan penghargaan positif terhadap diri sendiri. Adapun hasil wawancara aspek tersebut sebagai berikut. Informan ARP mengungkapkan bahwa ARP tidak dipedulikan dan tidak dihargai keberadaannya oleh orang lain. Informan ARP memberikan jawaban seperti ini:

(5) *"Selama aku sekolah disini aku gak punya banyak temen kak, rata-rata mereka ngeliat aku kaya aneh gitu, terus aku merasa gak terima aku, bukti buktinya mereka malah menjauh dari aku." ARP, 20 April 2025*

## 2) Aspek Kekuatan (*power*)

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan ARP dalam aspek kekuatan (*power*) yaitu kekuatan penghargaan positif terhadap dirinya sendiri. Adapun hasil wawancara aspek tersebut sebagai berikut. Informan ARP mengungkapkan bahwa terdapat ARP masih merasa insecure dengan bekas operasi bibirnya, dan ketika ARP berpapasan dengan temannya, maka ARP lebih baik putar balik Informan ARP memberikan jawaban seperti ini:

(6) *"Aku paling malu sama bekas operasi bibir sumbing yang masih keliatan mba, makanya aku selalu ngerasa insecure sama bentuk wajah aku terus kayak ga pantes buat ada dihadapan mereka." - ARP, 20 April 2025*

## 3) Aspek kebajikan (*virtue*)

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan dalam aspek Kebajikan (*virtue*) yaitu penilaian katakter positif yang dianggap baik dan benar. Adapun hasil wawancara aspek tersebut sebagai berikut. Informan ARP mengungkapkan bahwa ARP sering melakukan tindakan yang tidak bermoral, seperti sering menyontek pr, menyontek ketika ujian dan tidak berpakaian yang rapih. Informan ARP memberikan jawaban seperti ini:

(7) *"sebenarnya mba, aku tuh suka banget nyontek jawaban pr sama temen. Aku juga sering dutegus seragamnya ga rapih. terus pernah kejadian lagi ada mata pelajaran olahraga, terus aku ijin ke toilet*

*sementar, tapi aku pergi ke kelas buat nyontek pr terus aku sadar kalo aku salah hehehe."*- ARP, 20 April 2025

#### 4) Aspek kompetensi (*competence*)

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan ARP dalam aspek kompetensi (*competence*) yaitu pencapaian positif yang memberikan kontribusi positif terhadap dirinya sendiri. Adapun hasil wawancara aspek tersebut yaitu sebagai berikut. Informan ARP mengungkapkan bahwa ARP memiliki kemampuan, tetapi kemampuan tersebut tidak mau dikembangkan oleh ARP karena takut akan penilaian orang-orang disekitarnya. Dan juga ARP sudah memikirkan kalau ARP tidak bisa sukses dimasa depan. Informan ARP memberikan jawaban seperti ini:

(8) *"Aku sebenarnya suka pidato mba, tapi dipikiran aku takut banget sama reaksi orang-orang disekitar aku kalo aku bisa pidato, terus kalo aku belajar lebih giat pidato takutnya malah ga bisa terwujud kak."*- ARP, 20 April 2025

#### c. Informan GF

##### 1) Aspek Keberartian (*significance*)

Keberartian adalah Perasaan penting atau dihargai oleh orang lain, yang mencakup rasa kepedulian, perhatian, afeksi, ekspresi cinta dari lingkungan sosial. Yang dimana sangat berperan penting dalam membangun *self-esteem*, karena memberikan rasa diterima dan dihargai, yang dapat meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri seseorang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan GF dalam aspek keberartian (*significance*) yaitu kekuatan penghargaan positif terhadap diri sendiri. Adapun hasil wawancara aspek tersebut sebagai berikut. Informan GF mengatakan bahwa GF masih dipedulikan dan dihargai keberadaannya oleh orang lain. Informan H memberikan jawaban seperti ini:

(9) *"Alhamdulillah mba, ada beberapa temen aku yang mengakui aku sebagai temennya dan dan selalu ngajak*

*aku buat ke kantin bareng sama ke musholla bareng buat sholat dzuhur."GF, 15 April 2025*

2) Aspek Kekuatan (*power*)

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan GF dalam aspek kekuatan (*power*) yaitu kekuatan penghargaan positif terhadap dirinya sendiri. Adapun hasil wawancara aspek tersebut sebagai berikut. Informan GF mengatakan bahwa GF selalu mengatakan kepada dirinya bahwa GF tidak bisa apa-apa untuk mengubah sesuatu. Informan GF memberikan jawaban seperti ini:

*(10) "Aku biasanya gak tau mau ngapain mba, kalo udah dititik seperti ini, bawaannya buruk terus tentang aku, padahal aku mau banget jadi Beauty fashion, tapi kayaknya aku gabisa ngegapainya hehe."- GF, 15 April 2025*

3) Aspek Kebajikan (*virtue*)

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan GF dalam aspek kebajikan (*virtue*) yaitu penilaian katakter positif yang dianggap baik dan benar. Adapun hasil wawancara aspek tersebut sebagai berikut. Informan GF mengatakan bahwa GF memiliki karakteristik yang cebderung negatif dan sedikit positif. Informan GF memberikan jawaban seperti ini:

*(11) "Kadang-kadang aku gak percaya kalau usaha dan kerja keras dalam belajar adalah hal yang baik, meskipun ada beberapa temen aku yang selalu support aku tapi kayak yaudahlah mau gimana lagi kan."- GF, 15 Maret 2025*

4) Aspek Kompetensi (*competence*)

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan GF dalam aspek kompetensi (*competence*) yaitu pencapaian positif yang memberikan kontribusi positif terhadap dirinya sendiri. Adapun hasil wawancara aspek tersebut yaitu sebagai berikut. Informan GF mengatakan bahwa GF ingin sekali mencapai cita-citanya dengan caranya sendiri, yaitu ketika GF lulus sekolah, GF akan mengembangkan lebih lanjut terkait keinginannya untuk menjadi beauty fashion. Informan GF memberikan jawaban seperti ini:

(12) "Kalo aku udah lulus ya mba, aku mau pergi dari lingkungan lertemannya yang toxic gitu, terus aku mau blokir orang-orang yang merendahkan aku kak. Dan aku mau banget langsung merantau gitu kayak di jakarta atau bandung pokoknya yang penting ga ada mereka."- GF, 15 April 2025

#### d. Informan SS

##### 1) Aspek Keberartian (*significance*)

Keberartian adalah Perasaan penting atau dihargai oleh orang lain, yang mencakup rasa kepedulian, perhatian, afeksi, ekspresi cinta dari lingkungan sosial. Yang dimana sangat berperan penting dalam membangun *self-esteem*, karena memberikan rasa diterima dan dihargai, yang dapat meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri seseorang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan SS dalam aspek keberartian (*significance*) yaitu kekuatan penghargaan positif terhadap diri sendiri. Adapun hasil wawancara aspek tersebut sebagai berikut. informan SS megatakan bahwa SS ketika di sekolah, SS memiliki arti penting bagi orang lain, sehingga SS selalu merasa aman ketika di sekolah, beda hal dengan di pondok, SS selalu kena marah ketua kamar karena tidak menurut. Informan SS memberikan jawaban seperti ini:

(13) "Aku kalo di sekolah, terutama temen kelas aku selalu menghargai keberadaan aku mba, selalu melibatkan aku dalam segala lah gitu lah mba, beda kalo aku udah di pondok, beehh rasanya mau di sekolah aja lah tidurnya."- SS, 15 April 2025

##### 2) Aspek kekuatan (*power*)

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan SS dalam aspek kekuatan (*power*) yaitu kekuatan penghargaan positif terhadap dirinya sendiri. Adapun hasil wawancara aspek tersebut sebagai berikut. Informan SS mengatakan bahwa SS tidak punya kendali atas hidupnya. Informan SS memberi jawaban seperti ini:

(14) "Aku gak punya punya kendali buat diri aku, soalnya yang ngatur hidup aku cuma mama, ntah itu bagus atau jelek, aku kayak pasrah aja bawaannya."- SS, 15 April 2025.

### 3) Aspek kebajikan (*virtue*)

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan SS dalam aspek aspek kebajikan (*virtue*) yaitu penilaian katakter positif yang dianggap baik dan benar. Adapun hasil wawancara aspek tersebut sebagai berikut. Adapun untuk informan SS mengatakan bahwa SS mampu untuk menerima kegagalan dan keberhasilan, meskipun harus membutuhkan waktu dalam menerima kegagalan, tetapi SS masih bisa bangkit dan mengevaluasi dirinya sendiri dimana letak kesalahannya. Informan SS memberi jawaban seperti ini:

*(15) "Kalo aku ya mba, misal nilai aku jelek, ya pastinya bakal sedih sih mba, terus ngerasa belajar selama ini tuh sia-sia aja. Terus abis itu akukan evaluasi diri lagi salahnya dimana biar kedepannya bakal dapet nilai bagus gitu mba hehehe"- SS 15 April 2025.*

### 4) Aspek kompetensi (*competence*)

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan SS dalam aspek kompetensi (*competence*) yaitu pencapaian positif yang memberikan kontribusi positif terhadap dirinya sendiri. Adapun hasil wawancara aspek tersebut yaitu sebagai berikut. Informan SS, mengatakan bahwa ketika SS sudah lulus maka dia sudah terbebas dari kekangan ketua kamar di pondoknya dan ingin segera berkuliah sesuai dengan minatnya. Informan SS memberikan jawaban seperti ini:

*(16) "Aku pengen banget bisa kuliah disalah satu universitas ternama di indonesia mba, kalo bisa mah abis lulus dari sekolah terus keluar dari pondok, aku mau lanjut kuliah di bandung mba, supaya bisa terhindar ketemu ketua kamar di cirebon hehe. Pokoknya aku kuliah aja dulu deh, sesuai sama minat aku di dunia pendidikan."- SS, 15 April 2025.*

Berdasarkan hasil wawancara penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* siswa dapat dipengaruhi oleh bagaimana mereka merasa dihargai oleh orang lain. Kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan, dan sikap mereka terhadap diri mereka sangat memengaruhi keyakinan diri mereka. Siswa yang

merasa dihargai dan memiliki tujuan yang jelas cenderung memiliki harga diri yang lebih tinggi, sedangkan mereka yang merasa diabaikan atau tidak mampu cenderung mengalami penurunan harga diri. Ini karena dukungan sosial dan pengakuan lingkungan sekitar sangat penting untuk membangun kepercayaan diri dan harga diri yang positif. Dengan demikian, memberikan dukungan yang tepat, baik dalam bentuk dorongan positif, serta melakukan bimbingan yang membangun, maupun lingkungan yang mendukung, menjadi hal yang sangat penting dalam membantu para siswa yang menjadi korban *Bullying* dapat meningkatkan rasa percaya diri dan mengembangkan *self-esteem* yang lebih sehat.

## 2. Bentuk *Bullying* Yang Dialami oleh Siswa Korban *Bullying*

*Bullying* adalah tindakan kekerasan yang dapat menyebabkan terlukanya fisik dan psikologis yang dilakukan oleh seseorang dengan sengaja yang dilakukan secara berulang-ulang. *Bullying* juga tindakan seseorang yang dilakukan secara sengaja sehingga membuat orang lain takut atau terancam serta dapat menyebabkan korban merasa takut dan terancam. Untuk itu, penelitian kali ini mengumpulkan data. Peneliti telah melakukan wawancara dengan keempat informan, dalam penelitian ini berpedoman oleh Girby (1995) mengenai aspek *Bullying* fisik, *Bullying* verbal dan *Bullying* isyarat. Penyajian hasil penelitian akan dipilah berdasarkan aspek tersebut:

### a. Informan H

#### 1) *Bullying* fisik

*Bullying* fisik pada siswa adalah bentuk kekerasan yang melibatkan tindakan agresif secara fisik, seperti ditendang, dipukuli, atau dijambak. Jenis *Bullying* ini dapat berdampak serius pada kesehatan fisik dan mental korban. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan H dalam aspek *Bullying* fisik. Informan H mengungkapkan bahwa situasi di mana dia merasa terpojok dan diintimidasi. Dan jika H tetap tidak bisa dalam hal mata pelajaran, maka pelaku bisa memukul korban. Tempat terjadinya perilaku *Bullying* yaitu di suatu ruangan kelas yang

kosong di sekolah. Sedangkan untuk SS biasanya terjadi di halaman pojok ruangan yang kosong. Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan oleh informan H:

(17) *“Biasanya dia memojokkan aku mba kalo dia lagi bener-kesel sama aku terus teriak teriak depan muka aku, terus kadang-kadang teriak sambil mukul kalo masih tetep ga bisa”*. - H, 20 April 2025

## 2) *Bullying* Verbal

*Bullying* verbal adalah bentuk *Bullying* yang dilakukan melalui kata-kata yang tidak baik. Baik secara langsung maupun tidak langsung. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan H dalam aspek *Bullying* verbal, informan H mengungkapkan bahwa informan H mengalami *Bullying* verbal berupa panggilan kata-kata kasar seperti “anjing, goblok, anjir, culun,” *Bullying* ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam tingkat agresi dan kesulitan mengelola emosi negatif. Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan oleh informan H:

(18) *“aku pernah dapet kalimat kasar gitu sama dia mba, kaya “anjing lo” begitu terus reaksi aku diem aja mba, karena aku ga bisa ngelawan. Takutnya nanti dia bawa rombongan temen-temennya”*. H, 20 April 2025

## 3) *Bullying* Isyarat

*Bullying* isyarat adalah bentuk *Bullying* yang dilakukan melalui gestur atau ekspresi non-verbal untuk mengintimidasi, merendahkan, atau mengejek seseorang. Hal ini bisa berupa tatapan tajam, gerakan tangan yang menghina, atau ekspresi wajah yang menunjukkan pelecehan. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan H dalam aspek *Bullying* verbal, informan H mendapatkan tindak *Bullying* isyarat dengan menabrakan bahu dengan dibarengi ekspresi meremehkan. Hal ini sesuai apa yang dikatakan oleh informan H:

(19) *“biasanya kalo dia udah terlanjur kesel banget mba, dia bakal bentak-bentak aku terus kalo dia udahh selesai bentak aku, sebelum pergi dia kayak*

*natap sinis aku terus tiba-tiba nyenggolin bahu aku sampe aku mundur kebelakang.” – H, 20 April 2025*

**b. Informan ARP**

1) *Bullying* Fisik

*Bullying* fisik pada siswa adalah bentuk kekerasan yang melibatkan tindakan agresif secara fisik, seperti ditendang, dipukuli, atau dijambak. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan ARP dalam aspek *Bullying* isyarat. Informan ARP mengungkapkan bahwa ARP ditoyor berkali-kali di kepala oleh temannya yang dapat menyebabkan trauma fisik dan psikologis.. Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan oleh informan ARP:

*(20) “aku pernah kak ditoyor kepalanya sama temen aku berkali-kali dalam 1 waktu itu. – ARP, 20 April 2025*

2) *Bullying* Verbal

*Bullying* verbal adalah bentuk *Bullying* yang dilakukan melalui kata-kata yang tidak baik. Baik secara langsung maupun tidak langsung. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan ARP dalam aspek *Bullying* verbal. Informan ARP mengungkapkan sering menjadi sasaran ejekan dan hinaan terkait bekas bibir sumbingnya, mengalami penurunan drastis dalam harga diri serta memiliki perasaan malu dan rendah diri yang mendalam dalam interaksi sosial. Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan oleh informan ARP.

*(21) “kalo aku sih kak, sering banget diejek sama dia “bibirnya miring- bibirnya miring” gitu ya walaupun aku udah operasi tapi bekasnya masih ada. Terus dia bilang Cuma bercanda, tapi apa iya kalo bercanda kan ga boleh keterlaluan kaya gini? Bikin insecure aja ketemu orang-orang”. ARP, 20 April 2025*

3) *Bullying* Isyarat

*Bullying* isyarat adalah bentuk *Bullying* yang dilakukan melalui gestur atau ekspresi non-verbal untuk mengintimidasi, merendahkan, atau mengejek seseorang. Hal ini bisa berupa tatapan tajam, gerakan tangan yang menghina, atau ekspresi wajah

yang menunjukkan pelecehan. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan ARP dalam aspek *Bullying* isyarat. Informan ARP mengungkapkan selalu mendapatkan ejekkan seperti teman-temannya yang mengikuti gaya bicara dan membentuk bibir yang sengaja dimonyong-monyongkan agar mirip dengan ARP. Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan informan ARP.

(22) “*nih mba, aku paling gak suka kalo ada orang yang ngikutin gaya bicara aku, walaupun Cuma buat bercanda doang, tapi bikin aku kayak gak punya harga diri mba.*” – ARP, 20 April 2025

### c. Informan GF

#### 1) *Bullying* Fisik

*Bullying* fisik pada siswa adalah bentuk kekerasan yang melibatkan tindakan agresif secara fisik, seperti ditendang, dipukuli, atau dijambak. Jenis *Bullying* ini dapat berdampak serius pada kesehatan fisik dan mental korban. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan GF dalam aspek *Bullying* fisik. Informan GF mengungkapkan mengalami *Bullying* fisik seperti di toyor kepalanya, tempat kejadiannya di meja tempat GF duduk dan pada saat suasana sepi. Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan oleh Informan GF.

(23) “*aku kadang-kadang ditoyor kepalanya mba sampe pusing.*” – GF, 15 April 2025

#### 2) *Bullying* Verbal

*Bullying* verbal adalah bentuk *Bullying* yang dilakukan melalui kata-kata yang tidak baik. Baik secara langsung maupun tidak langsung. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan GF dalam aspek *Bullying* verbal. Informan GF mengungkapkan kerap terjadi tindakan *Bullying* dengan mengejek cita-cita GF dan selalu merendahkan GF akibatnya GF pernah merasa malu dengan keinginannya untuk menjadi *beauty Fashion*. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh informan GF.

(24) *“kata-kata olok-olok biasanya mereka bilang tuh kayak gini “Lo itu G, gak ajan pernah bisa wujudin cita-cita lo, bagusin dulu muka lo yang jerawatnya biar bisa ngaca” gitu kak, sampe aku pas itu ngerasa down banget sama insecure sama wajah aku.” – GF, 15 April 2025.*

### 3) *Bullying* Isyarat

*Bullying* isyarat adalah bentuk *Bullying* yang dilakukan melalui gestur atau ekspresi non-verbal untuk mengintimidasi, merendahkan, atau mengejek seseorang. Hal ini bisa berupa tatapan tajam, gerakan tangan yang menghina, atau ekspresi wajah yang menunjukkan pelecehan. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan GF dalam aspek *Bullying* isyarat. Informan GF mengungkapkan selalu mendapatkan tatapan sinis dan ekspresi merendahkan dari teman-temannya. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh GF.

(25) *“wahh rasanya campur aduk mba, yang bikin mental aku down itu sama nada bicara mereka yang sombong banget, yang selalu natap aku dan meremehkan aku. tapi aku nggak bisa ngapa- ngapain selain nangis dalam hati mba.” – GF, 15 April 2025*

## d. Informan SS

### 1) *Bullying* Fisik

*Bullying* fisik pada siswa adalah bentuk kekerasan yang melibatkan tindakan agresif secara fisik, seperti ditendang, dipukuli, atau dijambak. Jenis *Bullying* ini dapat berdampak serius pada kesehatan fisik dan mental korban. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan SS dalam aspek *Bullying* fisik. Informan SS mengungkapkan mengalami *Bullying* fisik ketika SS menentang omongan pelaku. Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan oleh informan SS.

(26) *“pernah sekali dia mukul kepala aku kalo aku selalu nentang omongan dia”. - SS, 15 April 2025*

### 2) *Bullying* Verbal

*Bullying* verbal adalah bentuk *Bullying* yang dilakukan melalui kata-kata yang tidak baik. Baik secara langsung maupun

tidak langsung. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan SS dalam aspek *Bullying* verbal. Informan SS mengungkapkan kerap mendapatkan kata-kata kasar ketika pelaku sedang marah-marah kepada SS. Hal ini sesuai dengan dikatakan oleh informan SS.

(27) *“Biasanya ketua kamar kalo lagi marah-marah itu ngomongnya kasar-kasar mba, kayak “anjing lo gini aja gak bisa” gitu mba”* – SS, 15 April 2025

### 3) *Bullying* Isyarat

*Bullying* isyarat adalah bentuk *Bullying* yang dilakukan melalui gestur atau ekspresi non-verbal untuk mengintimidasi, merendahkan, atau mengejek seseorang. Hal ini bisa berupa tatapan tajam, gerakan tangan yang menghina, atau ekspresi wajah yang menunjukkan pelecehan. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan SS dalam aspek *Bullying* isyarat. Informan SS mengungkapkan Ketika berpapasan dengan ketua kamarnya, maka ketua kamar akan langsung SS memerintahkan agar SS meyuci bajunya dan segera hal yang dikerjakan oleh ketua kamarnya maka akan dikerjakan oleh SS, jika tidak, maka akan mendapati ketua kamar menunjukkan aba-aba ingin memukul SS seraya meninggikan nada bicaranya. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh informan SS.

(28) *“aku paling takut kalo udahh berpapasan sama ketua kamar mba, soalnya kalo udahh gitu aku disuruh ngikutin dia, buat masuk ke ruangan yang nggak ada orangnya. Terus pasti abis itu dia bakal ngasih perintah sama aku kalo gak dilakuin, yaudah resikoanya bakal ada gerakan tangan melayang kayak mau nonjok gitu mba. Terus sambil bilang “kalo sampe cucian gak kering hari ini, nanti gue tonjok lo ya” gitu mba”*.- SS, 15 April 2025

Berdasarkan hasil penelitian wawancara, dapat disimpulkan bahwa *Bullying* adalah masalah besar yang dapat mempengaruhi kesehatan mental dan fisik siswa. Bentuk *bullying* yang dialami informan bervariasi, namun semuanya menimbulkan rasa takut, rendah diri, dan trauma. *Bullying* tidak hanya menyebabkan cedera fisik tetapi juga dapat menyebabkan efek psikologis yang berlangsung lama, seperti kehilangan

harga diri, depresi, dan kecemasan. Lingkungan sekolah aman dan mendukung tidak seharusnya menjadi tempat yang menakutkan bagi korban *bullying*, yang dapat menghambat perkembangan para siswa secara sosial dan akademis.

### **3. Strategi Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan *Self-Esteem* pada Korban *Bullying* Di MAN 3 Cirebon**

Pada hasil wawancara dan observasi yang dilakukan oleh Peneliti dengan Guru BK di MAN 3 Cirebon bersama dengan Ibu Lia Duriah, S, Pd. Mengenai strategi Guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying* di MAN 3 Cirebon. Pelaksanaan program layanan bimbingan dan konseling yang dipakai Guru BK di MAN 3 Cirebon terdapat empat komponen layanan dasar yang sesuai dengan PERMENDIKBUD, yaitu ada layanan dasar, layanan permintaan/perencanaan individual, layanan responsif dan layanan dukungan sistem. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Guru BK. Yaitu ketika peneliti menanyakan lebih lanjut mengenai layanan dasar yang dilakukan Guru BK. Apa saja layanan dasar yang Ibu gunakan dalam kegiatan layanan bimbingan dan konseling di MAN 3 Cirebon, dibawah ini jawaban yang disampaikan oleh guru BK.

*“Disini saya menggunakan menerapkan empat layanan dasar BK, yaitu yang pertama bimbingan individual, hal ini wajib ada sekolah-sekolah. Yang kedua yaitu layanan permintaan/perencanaan individual, hal ini membantu para siswa agar merencanakan masa depan mereka, termasuk penilaian individu dan pemberian nasihat secara personal. Yang ketiga yaitu layanan responsif, hal ini membantu para siswa untuk yang memiliki masalah dan membutuhkan bantuan orang sehingga siswa tidak mengalami hambatan untuk melakukan tugas pengembangan. Yang terakhir yaitu layanan dukungan sistem, hal ini membantu saya dalam kegiatan layanan BK, seperti kegiatan manajemen, tata kerja, infrastruktur, dan pengembangan profesional guru BK.” – Guru BK, 20 April 2025*

Kemudian pada saat peneliti mengajukan pertanyaan tentang meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying*. Apa saja pendekatan yang ibu gunakan dalam meningkatkan *self-esteem* pada keempat siswa korban *Bullying* di MAN 3 Cirebon. Begini jawaban Guru BK.

*“Untuk kasus ini saya menggunakan 2 pendekatan yaitu Cognitive behavior therapy (CBT) atau orang-orang nyebutnya teknik kognitif behavior dan penekatan sosial dengan terapi konseling individual, jadi kita memulai konseling dengan menggunakan konseling individual dan teknik cognitive behaviour therapy. Saya menggunakan layanan konseling individual dengan teknik cognitive behaviour therapy (CBT) yaitu dapat menangani masalah-masalah psikologi pada korban Bullying yang kaitannya erat dengan pikiran dan perilaku negatif. Teknik ini dapat membantu siswa dalam mengidentifikasi dan menentang pikiran-pikiran yang tidak rasional yang mendasari perasaan harga diri yang rendah pada H dan SS. – Guru BK, 20 April 2025*

Selanjutnya pada saat peneliti mengajukan kembali pertanyaan tentang bagaimana mengubah pola pikir negatif menjadi positif. Bagaimana ibu membantu mengubah pandangan pola pikir negatif menjadi positif pada korban *Bullying*. Begini jawaban Guru BK.

*“selama ini ketiak ada korban Bullying yang merasa rendah diri dan selalu insecure saya menggunakan teknik reframing atau reframing pemikiran negatif dan melatih korban agar bisa melakukan word affirmation atau afirmasi positif. Pada saat itu saya membantu mengubah sudut pandang korban terhadap masalah yang dialaminya. Lalu saya mengajarkan korban untuk menantang pikiran-pikiran tersebut dengan mencari cara dan mengembangkan pikiran yang lebih positif dan realistis. Lalu melakukan latihan word affirmation atau afirmasi positif. Setelah saya mendorong korban untuk fokus terhadap kekuatan, bakat atau kualitas positif yang dimiliki oleh korban. Serta*

*membantu korban Bullying dalam menolak perilaku Bullying dan mencari bantuan ketika dibutuhkan.” – Guru BK, 20 April 2025*

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti dengan Guru BK di MAN 3 Cirebon, Ibu Lia Duriah, S.Pd., dapat disimpulkan bahwa strategi yang diterapkan dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban bullying melibatkan empat komponen layanan dasar bimbingan dan konseling yang sesuai dengan Permendikbud. Keempat komponen tersebut meliputi layanan bimbingan individual, layanan permintaan/perencanaan individual, layanan responsif, dan layanan dukungan sistem. Dalam konteks peningkatan *self-esteem* pada siswa korban bullying, Guru BK menggunakan dua pendekatan utama, yaitu Cognitive Behavior Therapy (CBT) dan pendekatan sosial melalui konseling individual. Teknik CBT diterapkan untuk membantu siswa mengidentifikasi dan menantang pikiran-pikiran negatif yang berkontribusi terhadap rendahnya harga diri mereka. Selain itu, teknik reframing digunakan untuk mengubah pola pikir negatif menjadi positif, di mana siswa diajarkan untuk melakukan afirmasi positif dan fokus pada kekuatan serta kualitas positif yang mereka miliki. Secara keseluruhan, pendekatan yang diterapkan oleh Guru BK di MAN 3 Cirebon menunjukkan upaya yang sistematis dan terstruktur dalam mendukung siswa korban bullying, dengan tujuan untuk meningkatkan *self-esteem* dan membantu mereka mengatasi masalah yang dihadapi.

### **C. Pembahasan**

#### **1. Gambaran *Self-esteem* yang dialami oleh Siswa Korban *Bullying* Di MAN 3 Cirebon**

Menurut temuan penelitian tersebut, individu yang menanggung intimidasi yang dilakukan oleh teman sebayanya cenderung menunjukkan harga diri yang berkurang dan cenderung menghadapi sentimen penolakan, harga diri yang tidak memadai, kekurangan kepuasan pribadi, rasa tidak berharga yang meresap, dan keengganan untuk menghadapi tantangan baru dalam hidup mereka, serta menyimpan pikiran negatif yang tertanam dalam jiwa mereka, yang kemudian mengarah pada perilaku dan reaksi

yang merugikan. Kesulitan ini pada akhirnya memuncak dalam kurangnya kepercayaan diri dan berkurangnya harga diri, yang dapat mempengaruhi berbagai dimensi lintasan perkembangan mereka. Pengamatan ini dikuatkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Sepyaputri (2022), yang menunjukkan bahwa selama fase transisi dari masa kanak-kanak hingga dewasa, remaja sangat rentan terhadap gangguan kesehatan mental sebagai konsekuensi dari harga diri mereka yang terganggu.

Menurut penelitian dari Hairunnisa (2021) Harga diri yang rendah pada anak dapat menyebabkan mereka menjadi pemarah, lebih terisolasi, sulit mengekspresikan diri, dan merasa kesepian. Dampak lain dari harga diri yang rendah adalah perubahan perilaku, seperti menyakiti diri sendiri atau perilaku merusak diri sendiri, bahkan depresi. Harga diri yang rendah berdampak besar pada individu, dan anak dapat menjadi lebih menarik diri dan kurang berinteraksi dengan orang lain, terutama orang di sekitarnya. Serojaningtyas (2021).

Dalam jurnal yang ditulis Saaduddin dkk (2023) mengatakan bahwa harga diri mempengaruhi resiliensi siswa yang menjadi korban *Bullying*, individu dengan *self-esteem* yang tinggi lebih mampu menghadapi tantangan dan kegagalan serta lebih percaya diri dalam mengatasi kesulitannya. Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* yang rendah, kurang percaya diri dan kesulitan memulihkan diri dari kegagalan dan masalah. Hal ini selaras dengan Coopersmith (1967), *self-esteem* adalah evaluasi diri yang dilakukan seseorang yang biasanya didasarkan pada interpretasi yang diterima seseorang dari lingkungannya, seperti penghargaan, penerimaan, dan perlakuan. Dengan mengungkapkan sikap yang tinggi, ini menunjukkan sejauh mana individu percaya bahwa dia mampu, penting, sukses dan dihargai oleh orang-orang disekitarnya. Coopersmith (1967) Harga diri terbagi menjadi dua kategori, yaitu (1) Orang dengan harga diri rendah menunjukkan rasa takut gagal, tidak pernah merasa puas dengan apa yang dimilikinya, dan sering menyalahkan diri sendiri. (2) Orang dengan harga diri tinggi menunjukkan sikap percaya diri, tidak fokus pada kekurangannya, percaya pada kemampuannya, dan tidak merasa lemah saat melakukan sesuatu.

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang sudah dijelaskan diatas, Oleh karena itu, deskripsi harga diri siswa korban *Bullying* di MAN 3 Cirebon didasarkan pada berbagai aspek harga diri yang dikembangkan oleh Coopersmith (1967) yaitu aspek signifikansi, aspek kekuasaan, aspek kebajikan, dan aspek kompetensi.

a. Aspek Keberartian (*significance*)

Berdasarkan temuan penelitian *self-esteem* pada aspek keberartian (*significance*) peneliti menemukan bahwa Pengakuan dan penghargaan orang lain sangat memengaruhi *self-esteem* individu. Informasi H, GF, dan SS merasa didukung dan dihargai oleh teman-teman mereka. Hal ini membuat mereka merasa penting dan dihargai. H mengatakan bahwa meskipun ada teman yang bersikap negatif, ada juga teman yang menghargainya, yang memberinya rasa percaya diri untuk menghadapi kesulitan. Informan GF juga mengalami hal yang sama; dukungan teman membuatnya merasa diterima. Sedangkan itu, ARP menghadapi berbagai situasi di mana ia merasa diabaikan dan tidak dihargai oleh teman-teman sekelasnya. Menurut Refnadi (2018) hal ini menunjukkan bahwa kurangnya dukungan sosial dapat menyebabkan perasaan keterasingan dan ketidakpercayaan diri. Rasa aman dan diterima diperoleh dari dukungan sosial yang positif, seperti pengakuan dari teman, keluarga, atau komunitas. Siswa yang merasa dihargai oleh orang lain cenderung memiliki pandangan yang lebih positif tentang diri mereka sendiri. Hal ini dapat meningkatkan rasa percaya diri dan mendorong untuk menghadapi tantangan sosial dan akademis. Sebaliknya, siswa yang tidak menerima dukungan sosial yang cukup dapat merasa terasing dan diabaikan.

Dalam penelitian ini, informan seperti ARP menggambarkan perasaannya yang tidak dihargai dan dijauhi oleh teman sekelasnya. Perasaan keterasingan ini dapat memperburuk kondisi emosional dan psikologis seseorang, membuat mereka merasa tidak diinginkan dan tidak berharga. Ketidakmampuan untuk berinteraksi dengan orang lain dapat menyebabkan isolasi sosial, yang dapat menyebabkan rasa tidak percaya diri yang lebih buruk. Ketidakpercayaan diri seringkali disertai

dengan keterasingan yang disebabkan oleh kurangnya dukungan sosial. Jika seseorang merasa terasing, mereka mungkin mulai mempertanyakan kapasitas dan nilai diri mereka. Misalnya, H dan ARP mengungkapkan perasaan insecure yang mendalam, di mana mereka merasa tidak mampu berinteraksi dengan orang lain atau merasa malu dengan penampilan mereka. Perasaan tidak percaya diri ini dapat menyebabkan mereka merasa terisolasi dan mencegah mereka berpartisipasi dalam aktivitas sosial.

Dengan demikian, analisis *self-esteem* dalam aspek keberartian (significance) berdasarkan pendapat dari Coopersmith (1967) keberartian bergantung pada seberapa besar seseorang percaya bahwa mereka memiliki kemampuan yang dapat diakui dan berdasarkan versi terbaik dari diri mereka sendiri, yang dapat ditunjukkan dengan sikap menghargai dan mencintai dirinya sendiri.

b. Aspek kekuatan (*power*)

Berdasarkan temuan penelitian *self-esteem* tentang aspek kekuatan (*power*) peneliti menemukan bahwa semua informan menunjukkan adanya perasaan insecure yang mempengaruhi *self-esteem* mereka. H dan ARP mengungkapkan ketidakpercayaan diri teman, keluarga, atau komunitas. Menurut Suhron (2016) Siswa yang merasa dihargai oleh orang lain cenderung memiliki pandangan yang lebih positif tentang diri mereka sendiri. Hal ini dapat meningkatkan rasa percaya diri dan mendorong untuk menghadapi tantangan sosial dan akademis. Sebaliknya, siswa yang tidak menerima dukungan sosial yang cukup dapat merasa terasing dan diabaikan.

Dalam penelitian ini, informan seperti ARP menggambarkan perasaannya yang tidak dihargai dan dijauhi oleh teman sekelasnya. Perasaan keterasingan ini dapat memperburuk kondisi emosional dan psikologis seseorang, membuat mereka merasa tidak diinginkan dan tidak berharga. Ketidakmampuan untuk berinteraksi dengan orang lain dapat menyebabkan isolasi sosial, yang dapat menyebabkan rasa tidak percaya diri yang lebih buruk. Ketidakpercayaan diri seringkali disertai dengan keterasingan yang disebabkan oleh kurangnya dukungan sosial (Refnadi, 2018). Jika seseorang merasa terasing, mereka mungkin

mulai mempertanyakan kapasitas dan nilai diri mereka. Misalnya, H dan ARP mengungkapkan perasaan insecure yang mendalam, di mana mereka merasa tidak mampu berinteraksi dengan orang lain atau merasa malu dengan penampilan mereka. Perasaan tidak percaya diri ini dapat menyebabkan mereka merasa terisolasi dan mencegah mereka berpartisipasi dalam aktivitas sosial.

Dengan demikian, analisis *self-esteem* dalam aspek keberartian (significance) berdasarkan pendapat dari Coopersmith (1967) keberartian bergantung pada seberapa besar seseorang percaya bahwa mereka memiliki kemampuan yang dapat diakui dan berdasarkan versi terbaik dari diri mereka sendiri, yang dapat ditunjukkan dengan sikap menghargai dan mencintai dirinya sendiri.

Menurut penelitian dari Febriani dkk (2018) individu yang memiliki kekuatan dapat mengendalikan perilaku dan emosinya sendiri, yang berkontribusi dalam rasa percaya diri yang lebih tinggi pada individu. Ketika individu dapat menunjukkan perilaku yang baik dan dapat diandalkan, individu tersebut cenderung mendapatkan pengakuan dan penerimaan yang positif dari orang lain. *Self-esteem* berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengendalikan diri dan dapat mempengaruhi orang lain. Hal ini dapat menunjukkan pentingnya *self-esteem* yang tinggi dan pengaruh sosial dalam membangun *self-esteem* yang positif (Saauddin, 2023)

c. Aspek kebajikan (*virtue*)

Berdasarkan temuan penelitian *self-esteem* tentang aspek kebajikan (*virtue*) bahwa H dan SS tetap memiliki integritas dan penilaian positif terhadap diri mereka, meskipun beberapa informan mengalami kesulitan dalam menilai diri mereka secara positif. SS berusaha melakukan yang terbaik meskipun merasa tidak mampu, dan H percaya bahwa usahanya tidak akan sia-sia. Sebaliknya, ARP menunjukkan perilaku tidak etis, seperti menyontek, yang menunjukkan ketidakpuasan terhadap lingkungan dan diri sendiri

Meskipun ARP masih mendapatkan dukungan tetapi moral dan integritas masih rendah yang ditandai dengan ARP sering berperilaku tidak etis, GF masih memiliki pikiran negatif tentang kemampuannya. Hal ini menunjukkan bahwa tidak hanya pengalaman dan lingkungan sosial yang dipengaruhi oleh penilaian karakter positif, tetapi juga dapat meningkatkan rasa percaya diri seseorang (Refnadi, 2018). Pengalaman dan lingkungan sosial dapat memainkan peran yang signifikan dalam perkembangan karakter seseorang, tetapi penilaian terhadap karakter positif juga memiliki dampak yang mendalam terhadap bagaimana individu melihat diri sendiri dan kemampuan individu untuk bisa berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka.

Dengan demikian *self-esteem* dalam aspek kebajikan (*virtue*) berdasarkan pendapat dari coopersmuth (1967) *self-esteem* didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mengikuti aturan sosial, mematuhi keyakinan etika, moral, dan agama, serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Harga diri diperoleh dari interaksi individu dengan lingkungan sosial, seperti prestasi, pengakuan dari orang tua dan teman sebaya, serta pengalaman sosial. Menurut Hidayat & Bashori (2016), orang dengan harga diri tinggi lebih bersyukur dan cenderung tidak mengeluh tentang kekurangannya, sedangkan orang dengan harga diri rendah cenderung meremehkan dirinya sendiri dan berfokus pada kekurangannya daripada kelebihanannya.

d. Aspek kompetensi (*competence*)

Berdasarkan temuan penelitian tentang aspek kekompetensi (*competence*) informan H, ARP, GF, dan SS menunjukkan tingkat harapan dan ketakutan yang berbeda terkait dengan masa depan mereka dalam aspek kompetensi. H merasa bahwa bermain bola adalah satu-satunya hal yang bisa ia lakukan, sementara ARP memiliki kemampuan berpidato tetapi takut untuk mengembangkannya. GF ingin menjadi *beauty fashion* dan jika sudah lulus sekolah nanti, GF ingin sekali agar bisa langsung merantau ke kota lain agar terhindar

dari orang-orang yang sudah membulinya, sedangkan SS ingin belajar apa yang dia suka setelah lulus. Menurut Gurfon & Risnawati (2016). Pada teori Frey dan Charlock yang mengatakan bahwa orang yang memiliki *self-esteem* rendah cenderung memiliki keinginan untuk menjadi yang terbaik, tetapi mereka tidak dapat menunjukkan potensi mereka untuk berkembang dan mencapai impiannya

Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mereka ingin mencapai tujuan, ketidakpastian dan ketakutan akan pendapat orang lain sering kali menghalangi mereka untuk bergerak maju. Maslow dalam (Alwisol, 2014) mengatakan bahwa Penghargaan diri orang lain dapat diperoleh setelah seseorang melakukan penghargaan diri sendiri, karena penilaian orang lain tidak dapat dikontrol oleh diri sendiri, penilaian orang lain bergantung pada orang lain. Hal ini selaras dengan Serojaningtyas (2021) ketidakpastian pada masa depan adalah bagian alami dari proses mencapai tujuan masa depan. Siswa sering kali berapa dalam fase mencari jati diri, di mana mereka mencoba menemukan apa yang mereka inginkan dari hidup. Ketidakpastian ini dapat menyebabkan siswa cemas dan ragu, yang menghalangi siswa untuk melakukan apa yang mereka inginkan untuk mencapai tujuan Seronintyas (2021). Siswa lebih memilih untuk tidak bertindak jika mereka merasa tindakan mereka akan dinilai secara negatif oleh orang lain. Rasa takut ini dapat menyebabkan siswa menghindari situasi yang sulit, yang dapat menghambat siswa untuk berkembang dan mencapai tujuan.

## 2. Bentuk *Bullying* Yang Dialami Oleh Korban

Hasil temuan menunjukkan bahwa keempat siswa yang menjadi korban *Bullying* mengalami dampak psikologis dan perilaku yang signifikan akibat paparan terhadap *Bullying* fisik yang menyakitkan, *Bullying* verbal yang merendahkan, serta *Bullying* isyarat yang mengintimidasi, yang terbukti dari adanya peningkatan kecemasan, penurunan kepercayaan diri, dan kesulitan dalam regulasi emosi pada keempat individu. Tetapi dalam penelitian kali ini menemukan bahwa keempat siswa tersebut tidak pernah menjadi target dari *Bullying*

berkelompok. Prastiti Dan Anshori (2023) juga menemukan hasil yang sama bahwa *Bullying* adalah tindakan yang dilakukan oleh orang yang lebih kuat atau yang memiliki lebih banyak teman terhadap orang yang lebih lemah atau yang memiliki lebih sedikit teman. *Bullying* verbal, *Bullying* fisik, dan isyarat adalah beberapa taktik penindasan yang dapat terjadi. Korban kekerasan dapat mengalami dampak negatif pada kesehatan sosial dan mental mereka.

Korban dapat merasa terisolasi dari lingkungan sosial karena *Bullying*, yang juga dapat menyebabkan H, ARP, G, dan SS menghindari kegiatan sosial yang biasanya mereka nikmati. Akibatnya, korban dapat merasa terisolasi dan terputus dari lingkungan sosialnya. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Saduddin et al., (2023) Pelibatan dalam *Bullying* sekolah secara nyata diidentifikasi sebagai sebuah aspek yang berkontribusi pada penolakan teman sebaya, sikap menyimpang, kenakalan remaja, hambatan psikologis, kriminalitas, kekerasan lebih lanjut di sekolah, tekanan mental, dan ide bunuh diri. Efek dari *Bullying* ini telah terbukti bersambung pada masa dewasa baik untuk pelaku maupun korbannya..

Sesuai penelitian yang dilakukan oleh Lusiana & Arifin (2022) *Bullying* tidak hanya tindakan agresif yang terjadi berulang kali, dan pelaku dan korban memiliki perbedaan kekuatan. Bagaimana *Bullying* berdampak pada pelaku dan korbannya: Pelaku *Bullying* tidak hanya tidak empati dalam interaksi sosial, mereka juga berperilaku tidak normal. Tindakan pelaku *Bullying* terhadap orang-orang di sekitarnya terkait dengan perilaku hiperaktif dan pro-sosial. Hasil akademik korban *Bullying* sangat terpengaruh, selain trauma yang mereka alami. Korban kekerasan fisik sering terisolasi secara sosial, tidak memiliki teman dekat dan menderita masalah kesehatan mental. *Bullying* juga dapat menyebabkan depresi, yang dapat menyebabkan bunuh diri.

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang sudah dijelaskan diatas, maka bentuk *Bullying* yang dialami oleh korban *Bullying* di MAN 3 Cirebon berdasarkan aspek-aspek yang dikembangkan oleh Girby (1995) mengenai aspek *Bullying* fisik, aspek *Bullying* verbal dan aspek

*Bullying* isyarat. Penyajian hasil penelitian akan dipilah berdasarkan aspek tersebut:

a. *Bullying* fisik

*Bullying* fisik dapat diartikan sebagai perilaku agresif yang mencakup tindakan kekerasan fisik, seperti tendangan, pukulan, atau dijambak. Dari hasil wawancara, terungkap bahwa setiap informan mengalami *Bullying* fisik. Untuk informan H mengalami perlakuan *Bullying* di ruang kelas yang sepi, sementara SS mengalami kekerasan fisik di area luar sekolah, tepatnya di pondok pesantren. GF dan ARP juga memiliki pengalaman yang sama, seperti ditoyor di bagian kepala. Hal ini menandakan bahwa *Bullying* fisik dapat terjadi di beragam lokasi dalam lingkungan sekolah dan berpotensi menimbulkan trauma fisik serta psikologis yang serius. Hal ini selaras dengan Munawir, Fitriyah & Khoirunnisa (2024) *Bullying* fisik merujuk pada perlakuan intimidasi yang dilaksanakan secara langsung dan ditujukan kepada tubuh fisik seseorang yang menjadi korban. Beberapa contoh dari tindakan *Bullying* fisik meliputi memukul, menendang, mendorong, menjambak, dan mencubit. Selain itu, tindakan *Bullying* fisik lainnya yaitu mencekik, meninju, mencakar, serta meludahi anak yang mengalami perlakuan *Bullying* tersebut.

b. *Bullying* Verbal

*Bullying* verbal yang dialami oleh seluruh informan melibatkan kata-kata kasar, ejekan, hinaan, atau ancaman yang ditujukan untuk merendahkan, menghina, atau menakut-nakuti korban. H menghadapi serangan kata-kata kasar, sementara ARP sering menerima ejekan terkait dengan bekas bibir sumbingnya. GF dan SS juga mengalami penghinaan yang merendahkan. Pengalaman-pengalaman ini menegaskan bahwa *Bullying* verbal dapat menghancurkan rasa percaya diri dan menghasilkan rasa malu yang mendalam. Penurunan rasa percaya diri ini bisa menghalangi interaksi sosial dan pertumbuhan emosional siswa.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Afriani

& Afriandi (2023) *Bullying* verbal merupakan suatu bentuk perilaku agresif yang terwujud dalam bentuk kata-kata atau ucapan yang dilakukan dengan sengaja dan secara berulang dengan maksud untuk mengendalikan, menunjukkan dominasi, melukai, menakut-nakuti, atau sekadar untuk hiburan. Contoh dari tindakan ini adalah mencaci, mengejek, menyebarkan gosip, dan mengancam.

c. *Bullying* Isyarat

*Bullying* isyarat yang dirasakan oleh informan H, ARP, GF, dan SS menunjukkan bahwa perilaku yang tidak diucapkan juga bisa menjadi bentuk penghinaan. H menghadapi senggolan bahu dan ekspresi yang merendahkan, sementara ARP mendapat olokan dari teman-temannya yang menirukan cara bicaranya. GF dan SS pun mengalami tekanan melalui tatapan sinis dan perintah yang bersifat mengancam. Menurut Febriana & Hariyadi (2023) *Bullying* isyarat merujuk pada bentuk perundungan yang dilakukan melalui komunikasi non-verbal, seperti gerakan tangan, ekspresi wajah, atau bahasa tubuh yang bertujuan untuk merendahkan, mengintimidasi, atau menyakiti seseorang.

Menurut peneliti terdapat upaya untuk mengatasi *Bullying* melalui pendidikan karakter. Karena dengan pendidikan karakter bisa membantu membangun kembali rasa percaya diri, meningkatkan kemampuan beradaptasi dan membantu korban memahami dan mengatasi dampaknya. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuyarti (2018) terdapat beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi tindakan *Bullying* yaitu dengan pendidikan karakter, yaitu sebagai berikut (1) meningkatkan pengendalian sosial, yang dapat didefinisikan sebagai berbagai metode yang digunakan oleh pendidik untuk menertibkan siswa yang melakukan penyimpangan, termasuk pengawasan dan penindakan terhadap tindakan kekerasan; (2) menumbuhkan budaya meminta maaf dan memberi maaf; (3) menerapkan prinsip-prinsip anti kekerasan; (4) memberikan pendidikan perdamaian kepada generasi muda; (5) meningkatkan pertukaran dan komunikasi antara siswa dalam sekolah; dan (6) menciptakan lingkungan yang aman bagi siswa.

Dengan demikian, serangan dari pelaku *Bullying* terjadi dalam lingkungan sosial di mana guru dan orang tua siswa biasanya tidak menyadari masalah tersebut, dan siswa lainnya rentan terlibat dalam situasi *Bullying* dan beberapa tidak tahu cara keluar dari situasi tersebut. Dengan meningkatnya kasus pelecehan di atas, guru mata pelajaran, pengurus instansi, dan orang tua harus didorong untuk menjadi lebih sadar dan peka terhadap kasus *bullying*.

### **3. Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkan *Self-Esteem* pada Siswa Korban *Bullying* Di MAN 3 Cirebon**

Berdasarkan temuan temuan bahwa strategi yang diterapkan oleh Guru Bk di MAN 3 Cirebon menunjukkan pendekatan yang optimal dalam mengatasi korban *Bullying* yang mengalami *self-esteem* young rendah dan berdampak pada kognitif dan perilaku korban. Penerapan empat elemen layanan utama menunjukkan bahwa Guru BK memahami dengan baik arti penting pendekatan menyeluruh dalam proses bimbingan dan konseling. Hal ini menjadikan pemahaman siswa memiliki kebutuhan yang berbeda dan memerlukan dukungan yang bervariasi. Sesusai dengan penelitian dari Rahmawati, Ulva & Saadah (2024) setiap siswa memiliki potensi yang bervariasi dan tidak bisa diperlakukan sama atau dipaksa untuk segera menyelesaikan tugas perkembangan mereka. Dengan adanya layanan dasar, permintaan individual, responsif, dan dukungan sistem, siswa dapat menerima bantuan yang sesuai dengan konteks dan situasi mereka. Hal ini disebabkan oleh kenyataan bahwa setiap individu memiliki latar belakang, pengalaman, dan pola asuh yang berbeda-beda. Semua faktor tersebut berpengaruh pada karakter serta kemampuan anak dalam menyelesaikan perkembangan tugasnya. Dengan menggunakan Layanan konseling individual, siswa korban *Bullying* akan lebih leluasa dalam berekspresi serta dapat menyampaikan pendapatnya.

Penerapan layanan konseling individual dengan menggunakan pendekatan CBT (*Cognitive Behaviour Therapy*) dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying* sangat penting, mengingat banyaknya siswa yang menghadapi masalah mental akibat *Bullying* yang dilakukan. Penerapan layanan konseling individual dengan menggunakan

pendekatan CBT (*Cognitive Behaviour Therapy*) dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *Bullying* sangat penting, mengingat banyaknya siswa yang menghadapi masalah mental akibat *Bullying* yang dilakukan berkembang dari hasil tindakan *bullying*. Wahyuni, Daulay dan Nasution (2019) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa CBT adalah teknik konseling yang digunakan untuk memperbaiki dan merawat kesehatan mental. Konseling ini berfokus pada cara otak bertindak, bertanya, mengambil keputusan, menganalisa, dan memutuskan kembali. Dalam konseling individual, teknik CBT digunakan untuk membantu individu mengenali pola pikir yang menghambat mereka dan menggantinya dengan pola pikir yang lebih sehat dan adaptif. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizky, Netrawati & Karneli (2022) teori CBT pada dasarnya bahwa pola pikir manusia dibentuk oleh serangkaian proses respons stimulus kognitif yang membentuk semacam jaringan SKR (stimulus-kognisi-respon). Proses-proses ini membentuk cara berpikir, merasa, dan bertindak manusia. Faktor-faktor kognitif bertanggung jawab untuk menjelaskan bagaimana manusia berpikir, merasa, dan bertindak. Namun, pendekatan aspek perilaku, atau perilaku, bertujuan untuk menciptakan hubungan yang kuat antara situasi masalah dan kebiasaan menangani masalah. Meningkatkan *self-esteem* pada korban *bullying* sangat penting, mengingat banyaknya siswa yang menghadapi masalah mental akibat *bullying* yang dilakukan oleh teman-teman disekitarnya. Pendekatan ini tidak hanya mendukung pelajar dalam menghadapi pikiran-pikiran buruk, tetapi juga memberi mereka alat untuk mengubah persepsi tentang diri mereka sendiri. CBT Dalam penelitian kali ini, menekankan pada hubungan antara pikiran, emosi, dan tindakan.

Penggunaan teknik reframing dalam membantuk siswa yang memiliki pemikiran negatif menjadi pemikiran yang positif teknik reframing adalah teknik yang digunakan dalam CBT untuk membantu korban melihat situasi dari sudut pandang yang lebih konstruktif. Data dari Froggrat dalam (Pardi & Wahyuni, 2024) menunjukkan bahwa teknik reframing adalah salah satu pendekatan dari metode CBT (*Cognitive*

*Behaviour Therapy*) yang bertujuan menghubungkan pemikiran yang negatif untuk diarahkan kembali kearah pikiran yang rasional (positif) sehingga dapat mengerti berbagai sudut pandang dalam konsep diri atau konsep kognitif dalam berbagai situasi. Dalam CBT, korban sering kali memiliki pola pikir negatif yang memperburuk kondisi emosional siswa. Dengan reframing, mereka diajarkan untuk mengubah sudut pandang terhadap peristiwa atau masalah yang dihadapi agar lebih sehat dan tidak berlebihan. Contohnya seperti, Jika seorang korban berpikir bahwa "*aku selalu gagal dalam mendapatkan peringkat kelas,*" maka Guru BK akan membimbing mereka untuk menggantinya dengan perspektif yang lebih positif, "*mungkin yang kemarin aku gagal karena masih males-malesan, kali ini aku akan lebih giat belajar*".

Disisi lain, *Word affirmation* atau afirmasi positif yang digunakan oleh Guru BK MAN 3 Cirebon menunjukkan hasil yang positif untuk siswa yang mengalami *self-esteem* yang rendah. *Word affirmation* merupakan pernyataan-pernyataan positif yang diulang-ulang untuk membentuk pola pikir yang lebih baik. Menurut Saras dalam (Septyant, Anggraini & Manurung, 2024) Afirmasi positif adalah pernyataan yang mendukung keyakinan positif dalam diri kita sendiri dengan mengulangi afirmasi positif secara teratur dapat melatih otak untuk berpikir positif dan optimis. Afirmasi positif digunakan untuk menghilangkan pikiran negatif dengan berpikir positif. Dalam CBT, penggunaan afirmasi sering kali membantu korban mengubah keyakinan negatif yang mereka miliki tentang diri sendiri. Dengan kata lain CBT membantu individu mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif, sementara kata-kata afirmasi dapat memperkuat pikiran positif dan meningkatkan kepercayaan diri, mendukung proses perubahan yang diinginkan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa konseling individual efektif dalam menangani *self-esteem* yang rendah pada korban *Bullying*. Implementasi empat komponen utama dalam layanan bimbingan dan konseling mencerminkan pengetahuan yang mendalam mengenai pentingnya pendekatan menyeluruh yang disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing siswa. Penerapan metode

*Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam layanan konseling individu terbukti efektif bagi siswa dalam menghadapi pikiran-pikiran negatif yang timbul akibat *Bullying*. Metode CBT, yang mencakup teknik reframing, memberikan kesempatan bagi siswa untuk merubah cara pandang mereka terhadap pengalaman yang kurang menyenangkan, sehingga mampu mengurangi efek emosional yang dirasakan. Di samping itu, penggunaan afirmasi positif atau word affirmation juga memiliki peran penting dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa dengan meneguhkan keyakinan yang positif. Secara keseluruhan, kombinasi antara CBT, teknik reframing, dan word affirmation menciptakan pendekatan yang komprehensif dalam meningkatkan self-esteem pada korban *Bullying*. Strategi ini tidak hanya membantu siswa dalam mengatasi masalah yang dihadapi, tetapi juga membekali mereka dengan keterampilan untuk menghadapi tantangan di masa yang akan datang

Kesimpulannya yaitu dengan memanfaatkan berbagai komponen layanan BK, menerapkan pendekatan bimbingan konseling dan teknik CBT, serta melakukan intervensi yang berfokus pada penerimaan sosial dan perubahan cara pandang melalui *reframing* dan *word affirmation*, Guru BK berupaya secara komprehensif untuk membantu korban memulihkan diri dan membangun kembali rasa percaya diri mereka. Keberhasilan strategi ini tentu akan sangat bergantung pada implementasi yang konsisten, kerjasama dengan berbagai pihak, dan pemahaman yang mendalam terhadap kebutuhan individual setiap korban *Bullying*.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai strategi guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan *self-esteem* pada korban *bullying* di MAN 3 Cirebon. Peneliti menemukan beberapa kesimpulan seperti:

1. *Self-esteem* yang dialami oleh korban *bullying* di MAN 3 Cirebon, dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* siswa sangat dipengaruhi oleh bagaimana mereka merasa dihargai oleh orang lain, kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan, serta sikap mereka terhadap diri sendiri. Penelitian ini mengidentifikasi empat aspek *self-esteem* menurut Coopersmith (1967), yaitu aspek keberartian, kekuatan, kebajikan, dan kompetensi. Dukungan sosial dan pengakuan dari lingkungan sekitar sangat penting dalam membangun kepercayaan diri dan harga diri yang positif. Siswa yang merasa dihargai dan memiliki tujuan yang jelas cenderung memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi, sedangkan mereka yang merasa diabaikan atau tidak mampu cenderung mengalami penurunan harga diri.
2. *Bullying* merupakan masalah serius yang berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik korban. Penelitian ini mengidentifikasi tiga bentuk *bullying* yang dialami oleh informan, yaitu *bullying* fisik, verbal, dan isyarat, yang semuanya menimbulkan rasa takut, rendah diri, dan trauma. Dampak dari *bullying* ini sangat signifikan, termasuk peningkatan kecemasan, penurunan kepercayaan diri, dan kesulitan dalam regulasi emosi. Korban *bullying* sering merasa terisolasi dari lingkungan sosial, yang dapat menghambat perkembangan sosial dan akademis mereka. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa keempat siswa tidak pernah menjadi target *bullying* berkelompok, tetapi tetap mengalami dampak psikologis yang mendalam.
3. *Bullying* merupakan masalah serius yang berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik korban. Penelitian ini mengidentifikasi tiga

bentuk bullying yang dialami oleh informan, yaitu *bullying* fisik, verbal, dan isyarat, yang semuanya menimbulkan rasa takut, rendah diri, dan trauma. Dampak dari bullying ini sangat signifikan, termasuk peningkatan kecemasan, penurunan kepercayaan diri, dan kesulitan dalam regulasi emosi. Korban bullying sering merasa terisolasi dari lingkungan sosial, yang dapat menghambat perkembangan sosial dan akademis mereka. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa keempat siswa tidak pernah menjadi target bullying berkelompok, tetapi tetap mengalami dampak psikologis yang mendalam.

4. Guru BK memiliki peran yang penting dalam upaya pemulihan psikologis korban *Bullying*. Strategi yang diterapkan mencakup pendekatan individual dan kelompok, dengan fokus pada konseling pribadi, bimbingan kelompok, dan kolaborasi dengan pihak terkait seperti orang tua dan wali kelas. Tetapi, Guru BK lebih menekankan konseling individu dengan menggunakan teknik CBT (*cognitive Behaviour Therapy*). Guru bimbingan dan konseling MAN 3 Cirebon berusaha meningkatkan harga diri dan *self-esteem* korban bullying dengan memberikan bimbingan konseling individu berulang kali sampai siswa merasa lebih percaya diri. Untuk menyelesaikan masalahnya, guru menggunakan CBT (*cognitive behavior therapy*).

#### **B. Saran.**

Berdasarkan hasil penelitian terdapat adanya beberapa saran yang ditunjukkan, sebagai berikut:

1. Guru BK diharapkan dapat lebih mengembangkan dan melaksanakan program edukasi anti-*Bullying* secara lebih intensif dan berkelanjutan, tidak hanya dalam bentuk sosialisasi insidental, tetapi juga yang dapat melibatkan seluruh siswa di MAN 3 Cirebon. Serta melibatkan wali kelas dalam memberikan wawasan tentang sadar sejak dini ciri-ciri perilaku *Bullying* terhadap siswa.
2. Bagi siswa, hendaknya mengikuti layanan konseling individu yang dilakukan oleh guru BK kepada siswanya supaya dapat meningkatkan *self-esteem* dengan cepat, serta bisa terciptanya rasa kepercayaan diri, dan pemahaman diri atas segala kekurangan yang dimilikinya

3. Bagi peneliti selanjutnya, penulis berharap dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang bimbingan konseling pada korban bullying yang memiliki *self-esteem* rendah. Ini karena masih banyak hal yang perlu dipelajari dan dikembangkan. serta lakukan evaluasi berkala untuk melihat efektivitas strategi yang telah diterapkan dan melakukan penyesuaian jika diperlukan. Data ini akan sangat berguna untuk pengembangan program di masa mendatang dan sebagai bukti keberhasilan intervensi yang dilakukan oleh guru BK.



**UINSSC**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON**

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2009). Psikologi Kepribadian. Umm Press.
- Anjelita, K., & Utama, C. (2024). Darurat Bulllying: Perilaku dan Solusi untuk Menangani Tindak Bullying di Sekolah Dasar. *Abuya: Jurnal Pendidikan Dasar, X*.
- Arsih, S., Firman, Neviyarni, & Amat, M. B. (2023). Peran Personil Sekolah Dalam Pelaksanaan Bimbingan Dan Konseling. *Guidance: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, Xx*, 276-285
- Afriani, E., & Afrinaldi. (2023) Dampak *Bullying* Verbal Terhadap Zperilaku Siswa Di Sma Negeri 3 Payakumbuh. *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora. I*. 72-82..
- Aziz, A. S., & Christiana, E. (n.d.). Self Esteem Pada Siswa Korban Bullying, Pelaku Bullying. *Self-esteem*, 123-148.
- Bayu, G. W., Bangun, S. I., Aryawitana, K. S., Suputra, I. P., Kumara, P. Y., & Wardani, G. A. (2024). *Epely (Edukasi Peduli Bullying)* . Bandung: Widina Media Utama .
- Budiman, A., & Asriyadi, F. (2021). *Perilaku Bullying Pada Remaja Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Banyumas: Cv Pena Persada.
- Citriadin, Y. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif*. Mataram.
- Damayanti, K. K., Kurniawati, F., & Situmorang, D. D. (2019). *Bullying Di Sekolah : Pengertian, Dampak, Pembagian Dan Cara Menanggulangnya*. *Pedagogia: Jurnal Ilmu Pendidikan, Xvii*.
- Darmayanti, K. K., Kurniawati, F., & Situmorang, D. D. (2019). *Bullying Di Sekolah: Pengertian, Dampak, Pembagian Dan Cara Menanggulangnya*. *Pedagogia Jurnal Ilmu Pendidikan, Xvii*.
- Fadhilla, R., & Siregar, A. P. (2024). Dampak Lingkungan Pertemanan Toxic Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Invention: Jurnal Reseach and Education Studies, X*, 37-48.
- Fahyuni, E. F., Taurusta, C., & Hariastuti, R. T. (2023). *Buku Ajar Layanan Bimbingan Dan Konseling*. Sidoarjo: Umsida Press.
- Febriana, A., & H, S. (2023). Dampak *Bullying* Terhadap Perkembangan Kemampuan Sosial Siswa. *Guidance: Jurnal Bimbingan Dan Konseling. Xx*. 101-112.
- Ghufron, M. N., & Risnawati S, R. (2017). Teori-Teori Psikologi. Ar-Ruzz Media.
- Ginintasasi, R. (2016). Program Bimbingan Dan Konseling Kolaboratif: Dalam Penanganan Anak Dan Remaja Autis. Bandung: Pat Refika Aditama.
- Hairunnisa, S, R. (2021). , Pengaruh Toxic Parenting Pada Perilaku Emosional Anak Usia Dini Di Kecamatan Pondok Aren.
- Hardani, Auliya, N. H., Adriani, H., Fardani, R. A., Utari, E. F., Utami, E. F., & Sukmana, D. J. (2020). *Metode Penelitian Kulitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: Cv. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta.
- Henggaryandi, G. (2020). The Relationship Between Image And Self Esteem In Adolescent Men Talking Exercise. Hidayat, K, & Bashori, K. (2016). *Aku, Kami Dan Kita (Psikologi Sosial)*. Nerlangga.
- Indiyani, J., Kusniawati, A., & Kader, M. A. (2020). Pengaruh Self Esteem Dan Self Efficaci Terhadap Kepuasan Kerja Kryawan (Studio Kasus Pada Pegawai Rsud Ciamis). *Bussines Management And Entrepreneurship*

*Journal, Ii.*

- Saaduddin, S., Sujadi, E., Sasferi, N., & Jumiarti, D. (2023). The Effect Of Self-Esteem On Resilience Among Victims Of *Bullying*: Does Gender Play A Role? *Educational Guidance And Counseling Development Journal*, 6(1), 1.
- Serojaningtyas, M. (2021). Hubungan Self Esteem Dengan Kekerasan Terhadap Peserta Didik Kelas 4 Di Sd Muhammadiyah 12 Setia Budi Pamulang.
- Kasanah, S, U., Et Al. (2022). Pendidikan Anti *Bullying*. Pasuruan: Cv Basya Media Utama.
- Kusumastuti, A., & Khoiron, A. M. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif*. Semarang.
- Lestari, W. S. (2016). Analiis Faktor-Faktor Penyebab *Bullying* Di Kalangan Peserta Didik. *Sosio Didaktika: Social Science Education Journal, Iii*, 147-157.
- Lusiana, S, N, E., & Arifin, S. (2022) Dampak *Bullying* Terhadap Kepribadian Dan Pendidikan Seorang Anak. *Kariman. X. 2.*
- Maslow, A. H. (2013). Motivasi Dan Kepribadian (Teori Motivasi Dengan Pendekatan Hierarki Kebutuhan Manusia). Pt. Pbp.
- Mu'awanah, E. (2014). *Self-esteem: Kiat Meningkatkan Harga Diri*. Yogyakarta: Institut Agama Islam Negeri (Iain) Tulungagung.
- Muhopilah, P., & Tentama, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Bullying*. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 99-107.
- Mulyati, S., & Kamaruddin, K. (2020). Peran Guru Dalam Pelaksanaan Bimbingan Konseling. *Al-Liqo: Jurnal Pendidikan Islam, V*. Doi:10.46943
- Munawir, Fitriyah, R., R. & Khoirunnisa, S., A. (2024) Fenomena *Bullying* Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam. *Studi Religia: Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam. Viii*. 29-39.
- Nasution, H. S., & Abdillah. (2019). *Bimbingan Konseling "Konsep, Teori Dan Aplikasinya."* Medan: Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (Lpppi).
- Pardi & Wahyuni, E. (2024) Konseling Kognitif- Behavioral-Terapi (Cbt) Mengatasi Perilaku Remaja Yang Marah. *Journal Of Komprehensive Science. Iii*.
- Prastiti, J, P., & Anshori, I,. (2023) Efek Sosial Dan Psikologis Perilaku *Bullying* Terhadap Korban. *Jurnal Sains Sosio Humaniora. Vii*. 2580-2305.
- Putri, E. D. (2022). Kasus *Bullying* d Lingkungan Sekolah: Dampak Serta Penanganannya. *Keguruan: Jurnal Penelitian , Pemikiran dan Pengabdian.*
- Ramadhanti, & Hidayat, M. T. (2022). Strategi Guru Dalam Mengatasi Perilaku *Bullying* Siswa Di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 4566-4573.
- Refnadi. (2018). Konsep *Self-esteem* Serta Implikasinya Pada Siswa. *Jurnal Educatio, Iv*, 16-22.
- Rizky, M., Netrawati., & Karneli. (2023) Efektifitas Pendekqtan Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Untuk Mengatasi Depresi. *Eductum: Jurnal Literasi Pendidikan. I.*
- Saefullah, F,. (2015). Hubungan Antara Konsep Diri Dan *Bullying*. *Psikoborneo. Iii*. 289-301.
- Saragih, B. P., & Soetikno, N. (2023). *Self-esteem* Korban *Bullying* : Studi Literatur. *Jurnal Muara Medika Dan Psikologi Klinis, Iii*, 79- 90.
- Setyaputri, N. Y. (2022) Raising Self Esteem In Teenagers: Sebuah Upaya Untuk

- Penguatan Karakter Siswa. Kediri: Universitas Nusantara Pgrri Kediri.
- Septyanti, G., Anggraini, N., & Manurung, A. (2024). Penerapan Terapi Afiriasi Positif Pada Pasien Dengan Harga Diri Rendah Di Rumah Sakit Jiwa Palembang. *Jurnal Anestesi: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*. Ii. 168-177.
- Srisayekti, W., & Setiyadi, D. (2015). Harga-Diri (*Self-esteem*) Terancam Dan Perilaku Menghindar. 141-156.
- Suhron, M. (2016). Asuhan Keperawatan Konsep Diri : *Self Esteem*. Ponorogo: Unmuh Press
- Sukatin, Dianovi, A., Siregar, D., Mawaddah, I., & Suryaningsih. (2020). Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan. *Iain Jambi*.
- Sulistyawati. (2023). *Buku Ajar Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Penerbit K-Media.
- Syukur , Y., & Neviyanti. (2019). *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Purwoketo*: Cv Irdh.
- Tanzeh, A. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif: Konsep, Prinsip Dan Operasionalnya*. Tulungagung: Akademia Pustaka.
- Triwahyuningsih, Y. (2017). Kajian Meta-Analisis Hubungan Antara Self Esteem Dan Kesejahteraan Psikologis. *Buletin Psikologi*, *Xxv*, 26-35.
- Yiyarti. (2018). Mengatasi *Bullying* Melalui Pendidikan Karakter. *Jurnal Kreatif* 9. I.
- Yusuf, S. (2017). *Bimbingan & Konseling Perkembangan: Suatu Pendekatan Komprehensif*. Bandung: Pt Refika Aditama.
- Wahyuni, S, E., Daulay, W., & Nasution, M, L. (2019) *Cognitive Behaviour Therapy*. Medan: Usu Press.
- Wibowo , H., Fijriani, F., & Krisnanda, V. D. (2021). Fenomena Perilaku *Bullying* Di Sekolah. *Rien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa, I*, 157-166.

UINSSC

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Pedoman Wawancara

No	Aspek	indikator	Pertanyaan
1.	<i>Self-esteem</i>		
	1) <i>Significance</i> (signifikan)	1) Menerima kepedulian dari orang lain 2) Menerima perhatian dari orang lain. 3) Menerima afeksi dari orang lain 4) Menerima ekspresi cinta dari orang lain 5) Memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri 6) Mendapat penerimaan apa adanya dari lingkungan	a. Dalam hubungan pertemanan, apakah kamu merasa jika teman-temanmu menerima kamu apa adanya? b. Apakah kamu merasa bahwa orang-orang menghargai pendapat dan perasaanmu? c. Seberapa sering kamu merasa diterima oleh orang-orang disekitarmu? d. Apa yang ingin kamu lakukan untuk mengatasi perasaan tidak diterima oleh orang disekitarmu?
	2) <i>Power</i> (kekuatan)	1) Mampu mengontrol tingkah laku 2) Mampu mengatur	a. Apakah kamu merasa bahwa kamu memiliki kendali atas hidupmu? b. Apakah kamu percaya diri dengan kemampuan yang kamu

		<p>tingkah laku</p> <p>3) Dihormati orang lain</p> <p>4) Memiliki pendapat yang diterima oleh orang lain</p>	<p>punya?</p> <p>c. Apakah kamu mampu mencapai tujuan yang kamu inginkan?</p>
	<p>3) <i>Virtue</i> (kebajikan)</p>	<p>1) Melaksanakan etika yang berlaku di Masyarakat</p> <p>2) Memiliki kemampuan untuk menerima kegagalan dalam keberhasilan</p>	<p>a. Apakah kamu merasa orang lain menghargaimu?</p> <p>b. Apakah kamu sering membandingkan diri kamu sendiri dengan orang lain?</p> <p>c. Apa tanggapan kamu ketika ada orang lain tidak menghargaimu?</p> <p>d. Apakah kamu siap untuk menerima kegagalan dan keberhasilan?</p> <p>e. Apakah kamu melaksanakan etika dan adab yang berlaku di masyarakat?</p>
	<p>4) <i>Competence</i> (kompetensi)</p>	<p>a. Mampu untuk sukses</p> <p>b. Memiliki tuntutan prestasi yang ditandai dengan keberhasilan</p> <p>c. Mampu</p>	<p>a) Bidang apa saja yang kamu kuasai dengan baik?</p> <p>b) Bagaimana cara kamu dalam mengatasi kegagalan atau kesalahan?</p> <p>c) Apakah kamu dapat menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru?</p>

		mengerjakan tugas dengan baik dan benar	d) Apakah kamu merasa kemampuan yang kamu dihargai oleh orang lain?
2.	<b>Bullying</b>		
	1) <i>Bullying</i> fisik	Menendang, memukul dan menganiaya.	<p>a. Apakah kamu pernah mengalami tindakan kekerasan fisik seperti ditendang, dipukuli, dijambak atau didorong?</p> <p>b. Dimana biasanya tindakan <i>Bullying</i> terjadi?</p> <p>c. Apa alasannya mereka memukulmu?</p> <p>d. Bagaimana perasaanmu setelah mengalami tindakan <i>Bullying</i> tersebut?</p> <p>e. Apakah kamu pernah melaporkan tindakan <i>Bullying</i> tersebut kepada pihak sekolah atau pihak Guru BK?</p> <p>f. Apakah kamu pernah melawan mereka?</p> <p>g. Apa alasan mereka memukulmu?</p>
	2) <i>Bullying</i> Verbal	Menghina, menggossip, memberi nama	a. Apa saja kata-kata kasar yang mereka lontarkan kepada kamu?

		ejekan.	<p>b. Siapa saja yang biasanya melakukan tindakan <i>Bullying</i> verbal?</p> <p>c. Apakah kamu pernah menceritakan masalah <i>Bullying</i> dengan teman atau yang lainnya?</p> <p>d. Apakah kata-kata kasar yang mereka katakan kepadamu membuat kamu sakit hati?</p> <p>e. Apakah <i>Bullying</i> verbal ini memengaruhi kehidupan sehari-hari?</p>
	3) <i>Bullying</i> isyarat	Mengancam dengan gerakan, menggretak	<p>a. Apakah bentuk isyarat yang kamu terima membuat kamu takut?</p> <p>b. Apakah mereka meninggikan nada bicara ketika sedang membentak kamu?</p> <p>c. Apakah kamu merasa sakit hati atas tindakan mereka?</p> <p>d. Apa saja bentuk isyarat yang kamu terima?</p>
	4) Berkelompok	Membentuk koalisi dan membujuk orang lain untuk bergabung	<p>Apakah kamu merasa <i>Bullying</i> yang kamu alami disebabkan oleh 1 orang atau berkelompok?</p> <p>Apakah kamu sulit membela diri ketika mereka membuli kamu?</p> <p>Apakah tidak ada yang membelamu ketika mereka membuli kamu?</p>

3.	<b>Guru BK</b>		
Strategi Guru BK Dalam Meningkatkan <i>Self-esteem</i> Pada Korban <i>Bullying</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Memberikan dukungan emosional.</li> <li>b) Konseling individu.</li> <li>c) Melatih keterampilan sosial.</li> <li>d) Membangun rasa percaya diri korban.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Apa saja pendekatan yang ibu gunakan dalam meningkatkan <i>self-esteem</i> pada korban <i>Bullying</i>?</li> <li>b. Bagaimana ibu membantu meningkatkan kepercayaan diri setelah mengalami trauma pasca <i>Bullying</i>?</li> <li>c. Strategi apa yang dilakukan untuk membantu korban <i>Bullying</i> dapat diterima dan didukung oleh orang disekitarnya?</li> <li>d. Apakah ibu menerapkan teknik-teknik dalam membantu korban <i>Bullying</i>?</li> <li>e. Bagaimana ibu membantu mengubah pandangan pola pikir negatif menjadi positif pada korban <i>Bullying</i>?</li> <li>f. Bagaimana jika strategi yang ibu diberikan kepada korban bullying gagal?</li> <li>g. Bagaimana jika korban menolak (resistensi) untuk mengikuti straregi yang ibu berikan?</li> </ul>	

## Lampiran 2 Wawancara Verbatim Siswa & Guru BK

### INFORMAN 1

#### Identitas informan

Nama: : H (nama inisial)  
kelas : X (6)  
Jenis kelamin : Laki-laki  
Usia : 16  
Tanggal lahir : 21 Maret 2009

#### Keterangan

P : Peneliti  
I : Informan  
H : Nama inisial informan

Table 1 Verbatim Informan 1

No.	P/I	Percakapan	Keterangan
1.	P	"Assalamualaikum, kenalin nama aku mba hana, disini, mba mau ngobrol-ngobrol tentang keseharian kamu di sekolah atau diluar sekolah, boleh?"	Pembuka
2.	I	"Walaikumsalam, boleh-boleh aja mba"	
3.	P	"Sebelumnya, mba lagi ngelaksanain peneitian tentang korban <i>Bullying</i> yang memiliki <i>self-esteem</i> yang rendah"	Memberikan penjelasan terkait kepentingan wawancara
4.	I	"Self-estem itu apa sih mba? aku tau nya cuma <i>Bullying</i> "	
5.	P	"Jadi <i>self-esteem</i> itu bahasa Inggris, nah	

		bahasa Indonesianya itu harga diri atau Penilaian orang lain terhadap diri sendiri"	
6.	I	"Oh gitu, aku baru tau mba, aku taunya cuma self love gitu hahaha"	
7.	P	"Hahaha, gapapa kok. Oke jadi boleh ga mba wawancarai kamu? kata bu Duriah, kamu jadi korban <i>Bullying</i> ya di sini?"	Memastikan korban <i>Bullying</i>
8.	I	Ya gitu deh mba, aku jadi korban <i>Bullying</i> temen kelas sendiri"	
9.	P	"Boleh diceritain sedikit ga tentang pengalaman kamu sebagai korban <i>Bullying</i> di sekolah?"	
10.	I	"Boleh mba, aku sering dibuli sama salah satu temen kelas aku mba, dia sering ngejek aku karena aku lambat banget dalam memahami isi materi kalau lagi masuk jam pelajaran di sekolah"	Permasalahan informan
11.	P	"Oh gitu, terus perasaan kamu gimana pas lagi diejek sama temen kamu?"	
12.	I	"Aku kesel banget mba, mau banget rasanya bales perbuatan dia"	
13.	P	"Kamu pernah ga dapet kata-kata kasar atau kalimat-kalimat kasar gitu dan orang yang bulli kamu?"	
14.	I	"Oh iya mba, aku baru inget aku pernah dapat kalimat kasar gitu sama dia mba kayak " <i>anjing lo</i> " begitu, terus reaksi aku diem aja mba, karena aku ngga bisa ngelawan takut nya dia	<i>Bullying</i> verbal

		bawa rop mbongan buat mukulin aku"	
15.	P	"Jahat banget ya temen kamu, oh iya kamu pernah coba buat bilang nggak sama wali kelas atau temen kelas lainnya?"	
16.	I	"Cuman pernah ke temen sekelas aja sih miba, kalo ke wali kelas belum pernah"	
17.	P	"Terus kok Ibu Duriah tau kamu dibulli dari siapa?"	
18.	I	"Jadi gini mba, aku pernah gak masuk seminggu karena mental aku lagi down no pasitu, terus sama aku punya luka legam dan dia, makanya aku selalu mal buat keluar rumah"	
19.	P	"Kok bisa dia mukul kamu, gimana kejadiannya?"	
20.	I	"Biasa mba, akunya juga oon banget kenapa gak bisa ngelawan"	
21.	P	"Terus dia biasanya dia ngelakuin di mana"	
22.	I	"Biasanya diruangan pojok gitu mba. Biasanya dia memojokkan aku mba kalau dia lagi bener bener kesel sama aku, terus kadang-kadang teriak depan muka sambil mukul kalo tetep gak bisa apa-apa"	<i>Bullying fisik</i>
23.	P	"Apa alasan mereka memukul kamu?"	
24.	I	"Jadi gini mba, aku kan orang yang susah banget buat memahami semua mata pelajaran. Kayak harus sediki-sedikit buat mahaminya beda sama yang lain"	

25.	P	"Oh gitu terus kamu pernah dapet ancaman gak dari dia?"	
26.	I	Biasanya kalo dia udah terlanjur kesel sama aku mba, dia bakal bentak-bentak aku. Terus kalo dia udah selesai bentak aku, Sebelum dia pergi dia kayak natap sinis dulu ke aku, terus tiba-tiba nyenggolin bahu aku, Sampe aku mundur kebelakang"	<i>Bullying</i> isyarat
27.	P	"Terus orang tua kamu tau gak kalo kamu jadi korban <i>Bullying</i> ?"	
28.	I	"Tau kok mba, orang tua aku nggak bisa ngapa-ngapain sebelumnya, tapi pas ada wali kelas kesini, beliau jadi tau jadi korban <i>Bullying</i> . terus gopal wali kelas aku ngehubungi gun gitu, taunya ternyata guru bk"	
29.	P	"Oh gitu, jadi ibu duriah tau kalo kamu lagi di <i>Bullying</i> itu dari wali kelas?"	
30.	I	"Iya mba, betul"	
31.	P	"Terus dampak apa yang kamu rasakan sampai membuat kamuit sakit hati"	
32.	I	"Abis kejadian <i>Bullying</i> itu, aku ngerasa kurang percaya diri terus kadang aku ngerasa cemas pas di kelas"	
33.	P	"Terus temen-temen kamu ada yang menerima atau menghargai kamu gak?"	
34.	I	"Alhamdulillah mba, aku ngerasa ada beberapa temen yang masih mau berteman"	Aspek keberartian ( <i>significance</i> )

		sama aku dan menghargai apapun yang aku lakuin, walaupun pmasih ada anak lain yang judes sama aku terus sering nyuruh aku buat ini itu"	
35.	P	"Tadikan katanya orang tua kamu taukalo kamu menjadi korban <i>Bullying</i> . terus gimana reaksi orang tua kamu?"	
36.	I	"Alhamdulillah sih mba, Ibu sama bapak ngerti kondisi aku, walaupun mereka keliatannya kayak bingung mau ngapain. tetapi mereka selalu mensupport aku mba"	<i>Aspek keberartian (significance)</i>
37.	P	"Terus apakah kamu merasa kamu mampu untuk mengedalikan hidup kamu nggak?"	
38.	I	"Aku pernah dititik aku ngerasa nggak percaya dini dengan kemampuan yang kamu punya, tapi kadang-kadang aku ngerasa aku bisa terus aku juga pernah ngerasa lebih baik menghindar dari kerumunan sih mba, misalnya, kalo lagi ngobrol sama temen, lebih baik aku ngehidar aja dari mereka karena takut dinilai buruk ya sama mereka"	Aspek kekuatan (power)
39.	P	"Terus kata kamu, kamukan susah memahami semua mata pelajaran, terus gimana caranya kamu mengatasi hal tersebut?"	
40.	I	"Hmm, sebenarnya yang paling susah ngendaliin itu rasa malas belajar sih kak, tapi kalo lagi giat-giatnya buat masa depan itu sama ibu aku dicariin guru les umum sama difasilitasi laptop buat belajar mandiri sama	

		ruangguru, mba tau ga RuangGuru?"	
41.	P	"Oh gitu, mba tau kok ruangguru, yang nyediain bimbel online kan?"	
42.	I	"Nah, iya mba bener"	Aspek Kebajikan (vitue)
43.	P	"Ngerasa berat nggak buat belajarnya?"	
44.	I	"Iya, berat sih mba, walaupun materinya gak masuk-masuk ke otak tapi aku suka belajarnya"	
45.	P	"Wih giat banget kamu pasti sukses di masa depan, cita-cita kamu apa?"	
46.	I	"Aku kan ngga bisa apa-apa mba, aku paling bisanya main bola, aku juga gak bisa di akademiknya buat mempelajari mata kuliah aku juga gak mampu tapi aku sedikit berharap kalo aku bisa menjadi Pemain bola, tapi itu juga nggak tau bakal kewujud nggak"	Aspek kompetensi ( <i>competence</i> )
47.	P	"Oke cukup segitu aja ya, makasih banyak udahh ngeluangin waktu buat ngobrol sama mba"	
48.	I	Iyaa mba, sama-sama, semoga lancer sampai wisuda ya mba"	
49.	P	"Iyaa makasih, assalamualaikum"	
50.	I	"Walaikumsalam mba"	

## INFORMAN 2

### Identitas informan

Nama: : ARP (nama inisial)  
kelas : 10 (7)  
Jenis kelamin : Laki-laki  
Usia : 16  
Tanggal lahir : 19 April 2009

### Keterangan

P : Peneliti  
I : Informan  
ARP : Nama inisial informan

**Table 2 verbatim informan 2**

P/I	Percakapan	keterangan
P	"Assalamualaikum, perkenalkan nama aku mba hana, disini mba mau ngobrol-ngobrol sama kamu, boleh?"	Perkenalan
I	"Boleh mba, mulai aja"	
P	"Baik, boleh diceritain sedikit ga tentang kamu?"	
I	"Iya mba, nama aku ARP biasa dipanggil A, aku umur 16 tahun, aku masih kelas 10 (7), nama ibu aku ibu S, terus nama ayah aku bapak AJ. Hmm ayah aku kerja sebagai tukang bangunan, kalo ibu aku punya warung sembako kecil-kecilan di rumah"	Latar belakang informan
P	"Oke ARP, kata ibu Duriah kamu pernah ngalami <i>Bullying</i> di sekolah ya?"	
I	"Iya mba, aku punya pengalaman <i>Bullying</i> , pas	Permasalahn

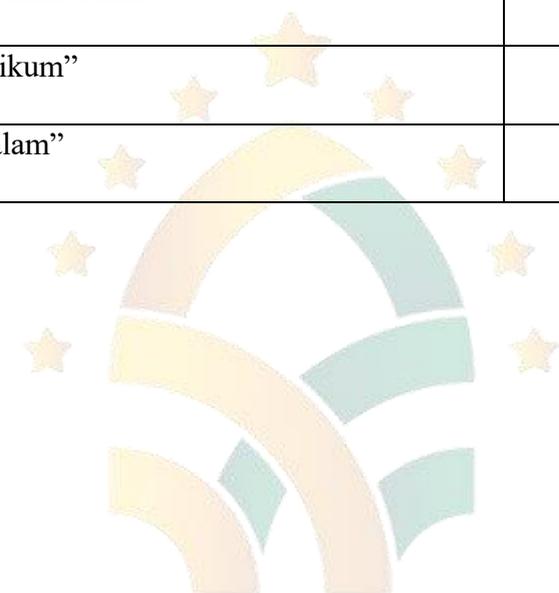
	kecil aku punya masalah bibir sumbing, terus suara aku juga agak cadel gitu, padahal aku udah operasi tapi bekasnya masih kelihatan mba, makanya aku jadi bahan ejekan teman-teman"	korban
P	"Terus perasaan kamu gimana?"	
I	"Nggak nyaman banget kak, aku ini orangnya pendiem, jadi pas mereka ngejek aku, aku lebih milih diem aja , nggak bales mereka. Tapi di sisi lain aku kesel sama sedih"	
P	"Kamu biasanya ngapain kalo lagi sendiri?"	
I	"Aku sebenarnya suka pidato kak, tapi dipikiran aku takut banget sama reaksi orang-orang disekitar aku kalo aku bisa pidato, terus kalo aku belajar lebih giat takutnya malah ga bisa terwujud kak."	
P	"Okee, terus pas kamu di <i>Bullying</i> kamu diapain aja?"	
I	"Maksudnya gimana mba?"	
P	"Maksudnya temen kamu yang buli kamu, biasanya mukul kamu atau ngejek kamu"	
I	"ohh kayaknya dulu beberapa aku pernah mba ditoyor kepalanya sama temen aku"	<i>Bullying</i> fisik
P	Nentang gimana? Kamu diancam?"	
I	" iya mba"	
P	"Diancemnya kayak gimana?"	
I	"Aku paling gak suka kalo ada orang yang ngikutin gaya bicara aku, walaupun Cuma buat bercanda doang, tapi bikin aku kayak gak punya harga diri mba. Terus juga mereka malah monyong-monyongin bibir buat ngejek aku"	<i>Bullying</i> verbal

P	"Terus mereka ngomongnya apa aja sama kamu?"	
I	"kalo aku sih kak, sering banget diejek sama dia "bibirnya miring- bibirnya miring" gitu ya walaupun aku udah operasi tapi bekasnya masih ada. Terus dia bilang Cuma bercanda, tapi apa iya kalo bercanda kan ga boleh keterlaluin kaya gini? Bikin aku insecure aja ketemu orang-orang"	<i>Bullying verbal</i>
P	"Oh begitu, mereka ngelakuin kaya gitu nada bicaranya tinggi ngga?"	
I	"Iya mba. Sambil nunjuk-nunjuk lagi"	
P	"biasanya omongan kayak gitu bikin sakit hati ya?"	
I	"behh jangan ditanya kali mba, malah bikin kepikiran terus"	
P	"perilaku yang begitu bikin ganggu hidup kamu ngga?"	
I	"Yang pastinya ganggu banget mba"	
P	"mereka pernah ngancam kamu nggak sih?"	<i>Bullying isyarat</i>
I	"gak pernah sing mba, tapi aku paling nggak suka kalo ada orang yang ngikutin gaya bicara aku, walaupun Cuma buat bercanda doang, tapi bikin aku kayak gak punya harga diri mba"	
P	"orang tua kamu tau gak kalo kamu jadi korban <i>Bullying</i> di sekolah?"	
I	"orang tua nggak tau mba. Aku takut kalo ngasih tau mereka, mereka bakal khawatir"	
P	"Ohh begitu, oh iya temen dekat sama wali kelas tau nggak kalo kamu di bulli?"	
I	"Cuma taunya wali kelas sih mba, dulu aku gak sengaja kepergok mata aku agak hitam sebelah,	

	terus pas ditanya, ya aku jawab boong dong. Aku bilangnyanya abis kena pucuknya sapu. Tapi ya gitu wali kelas gak percaya sama aku. Terus wali kelas maksa aku buat ngasih tau matanya kenapa, jadi ya aku ceritain semuanya sama wali kelas hehe”	
P	“terus dari mana ibu Duriah tau kalo kamu dibully?”	
I	“hmm abis aku bilang sama wali kelas kan bu, besoknya wali kelas hubungin ibu duriah buat ngasih tau kalo ada korban <i>Bullying</i> dikelasnya”	
P	“Ohh gitu, terus kalo temen deket kamu, ada yang tau gak kalo kamu dibully?”	
I	“aku ga punya trmen deket mba, punyanya temen tapi temen yang sekedar temen gitu mba paham gak mba? Jadi mereka tau mba, tapi mereka diem aja gak bisa ngapa-ngapain jadi ya aku maklumin aja hehe”	
P	“terus reaksi mereka pas kamu di bully gimana?”	
I	“Selama aku sekolah, distu, aku gak punya banyak teman kak. Rata-rata mereka ngeliat aku kaya aneh gitu terus aku makanya gak nerima aku, buktinya, mereka malah menjauh dari aku”	
P	“ terus temen-temen kelas kamu menghargsi pendapat kamu ngga?”	Aspek keberartian
I	“maksudnya gimana mab?”	
P	“maksudnya kalo lagi kerja kelompok atau lagi berdiskusi tugas-tugas atau kalo lagi ngobrol gitu”	
I	“Kadang iya kadang ngga sih mba, tapi kalo aku ngasih pendapat itu biasanya dibercandain mba, kayak “yselah kamu bisa apa” gitu mba”	

P	“Terus kamu ngerasa punya kendali ga sama hidup kamu?”	Aspek kekuatan
I	“nggak sih, aku ngeranya aku berjalan kayak sesuai jalan ysng dikasih sama Allah aja mba”	
	“berrti kamu ngerasa inscure ya sama hidup kamu?”	
I	“Iya mba, Aku paling malu, sama bekas operasi, bibir, sumbing yang masih, keliatan, wha, makawa oku selalu, ngerasa, inscure, sama bentuk wajah aku terus, kayak ga pantes buat ada, dihadapan mereka”	Aspek keberartian
P	“Trus kamu percaya diri gak sama kemampuan yang kamu punya?”	Aspek kompetensi
I	“hehe nggak mba, kayak akumah pasrah aja gitu mba”	
P	“ ohh okee, terus kalo di sekolah kamu sering ngelanggar peraturan gak?”	
I	“hehe sering mba”	
P	“loh kenapa?”	
I	"sebenarnya, aku tuh suka banget nyontek jawaban pr sama temen. Aku juga sering gak masukin seragamnya, ga rapih, terus, pernah kejadian lagi ada mata pelajaran olahraga, terus aku ijin ke toilet sebentar, tapi aku pergi ke kelas buat nyontek pelajaran”	Aspek kebajikan
P	“Terus kamu sadar gak kalo itu salah?”	
I	“hehe, sadar mba, soalnya aku males buat ngerjain pr, jadi mending diem-diem liat punya temen”	
P	“Terus nih ya, misalkan kamu gagal dalam melakukan sesuatu, misalnya lomba puisi yang kamu ikuti gak masuk juara, apa yang kamu	Aspek kompetensi

	lakukan?”	
I	“Aku, sebenarnya suka pidato mba, tapi, dipikiran, aku takut banget sama reaksi, orang-orang disekuar aku kale, aku bisa pidato, terus, kalo aku belajar, lebih, giat pidato, takutnya, malah ga bisa terwujud mba”	
P	“oh gituu, oke segitu aja yaa, makasih udah ngeluangin waktu buat wawancara sama mba”	
I	“ohh iya mba sama-sama”	
P	“Assalamualaikum”	
I	“waalaikumsalam”	



**UINSSC**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
 SYEKH NURJATI CIREBON

### INFORMAN 3

#### Identitas informan

Nama: : GF(nama inisial)  
kelas : 10 (1)  
Jenis kelamin : Perempuan  
Usia : 16  
Tanggal lahir : 07 Juli 2009

#### Keterangan

P : Peneliti  
I : Informan  
SS : Nama inisial informan

**Tabel 3 verbatim informan 3**

P/I	Percakapan	keterangan
P	“Assalamualaimu. Perkenalkan nama mba, mba hana. Disini mba mau ngobrol-ngobrol sama kamu, boleh?”	Perkenalan
I	“Waalaikumsalam, boleh mba”	
P	Sebelumnya boleh sedikit ceritain latar belakang kamu?”	
I	“Iya mba, nama aku GF, biasa dipanggil G. Aku lahir tanggal 7 juli 2009. Aku umur 15 tahun, bulan juli nanti aku umur 16 tahun. Aku kelas 10(1). Anak ke 2 dari 3 bersaudara. Nama ibu aku Ibu EN terus nama bapak aku AAN”	Latar belakang informan
P	“Oke baik, pertama-tama apa yang ada difikiran kamu tentang Guru BK?”	
I	“Setau aku Guru BK itu buat anak-anak nakal mba, sama pernah denger kalo mau curhat ke Guru BK	

	aja, Gitu mba?”	
P	“Oh, ya betul, terus kamu pernah gak curhat sama Guru BK?”	
I	“Pernah mba, waktu itu pas aku tau Guru BK buat tempat curhat itu aku langsung ke guru BK mba”	
P	“Buat apa ke Guru BK?”	
I	“inu mba, jadi pas itu aku lagi ngedown banget sama masalah aku yang diolok-olok sama temen aku”	
P	“Diolok-olok kenapa?”	
I	“Karena kulit aku yang agak coklat terus wajah aku banyak bekas jerawatnya”	<i>Bullying verbal</i>
P	“Terus kalo mereka ngolok-ngolok biasanya dimana?”	
I	“Kadang dikelas, kadang di depan kelas, kadang pas olahraga, pokoknya setiap kali ketemu pasti mereka ngolok-ngolok aku”	
P	“Terus Gimana Perasaan temen kamu pas diolok-olok sama temen kamu?”	
I	“Sedih banget sih mba, mau gimana lagi kan, gak bisa ngapa-ngapin”	
P	“terus kamu pernah dapet kata-kata kasar ga dari mereka?”	
I	"kata-kata olok-olok biasanya mereka bilang tuh kayak gini “Lo itu G, gak ajan pernah bisa wujudin cita-cita lo, bagusin dulu muka lo yang jerawat biar bisa ngaca” gitu kak, sampe aku pas itu ngerasa down banget sama insecure sama wajah aku”	<i>Bullying verbal</i>
P	“Lalu kamu pernah ga dapet kekerasan fisik dari mereka?”	
I	“pernah sekali dia mukul kepala aku kalo aku	<i>Bullying fisik</i>

	selalu nentang omongan dia”	
P	“Oh gitu, terus siapa aja yang biasanya yang bully kamu?”	
I	“Ada 3 orang dari temen kelas aku mba”	
P	“terus tindakan kayak gitu mempengaruhi hidup kamu nggak?”	
I	“Aku biasanya gak tau mau ngapain mba, kalo udah dititik seperti ini, bawaannya buruk terus tentang aku, padahal aku mau banget jadi Beauty fashion, tapi kayaknya aku gabisa ngegapainya hehe”	Aspek kekuatan
P	Terus mereka meninggikan nada bisa gak kalo lagu ngejek kamu?”	
I	“Wahh rasanya campur aduk mba, yang bikin mental aku down itu sama nada bicara mereka yang sombong banget, yang selalu natap aku dan meremehkan aku. tapi aku nggak bisa ngapa-ngapain selain nangis dalam hati mba”	<i>Bullying</i> isyarat
P	“Terus gimana Reaksi temen kau pas kamu di bully?”	
I	“Mereka langsung gercep ngebela aku mba, tspi kslah jauh sama mereka”	Aspek keberartian
P	“Oke, terus temen-temen kamu menerima kamu apa adanya nggak?”	
I	“Alhamdulillah mba, ada beberapa temen aku yang mengakui aku sebagai temennya dan dan selalu ngajak aku buat ke kantin bareng sama ke musholla bareng buat sholat dzuhur	Aspek keberartian
P	“Terus gimana respon ksmu kalo ada yang nerima kamu disekitar mereka?”	
I	“Yang pastinya sedih sih mba, emang apa sih masalah aku sampe bikin mereka gak nerima aku	

	gitu mba”	
P	“Apakah kamu punya kendali atas hidup kamu?”	
	“Iya mba, tapi sering ngerasa aku nggak tau harus ngapain”	Aspek kekuatan
I	“Terus kamu percaya diri nggak sama kemampuan yang kamu punya?”	
P	“kadang percaya kadang nggak mba”	
I	“Oh gitu, berarti kamu kalo impiannya gagal gimana?”	
P	“kalo gagal yaudah gapapa mba. Kadang-kadang aku gak percaya kalau usaha dan kerja keras dalam belajar adalah hal yang baik, meskipun ada beberapa temen aku yang selalu support aku tapi kayak yaudahlah mau gimana lagi kan”	Aspek kebajikan
P	“terus kalo kamu abis lulus, mau ngapain?”	
I	“Kalo aku udah lulus ya mba, aku mau pergi dari lingkungan lertemannya yang toxic gitu, terus aku mau blokir orang-orang yang merendahkan aku kak. Dan aku mau banget langsung merantau gitu kayak di jakarta atau bandung pokonya yang penting ga ada mereka”	Aspek kompetensi
P	“oke, segitu aja ya, makasih udah ngeluangin waktunya buat mba”	
I	“Sama-sama mba, santai aja”	
P	“Assalamualaikum”	
I	“Waalaikumsalam”	

## INFORMAN 4

### Identitas informan

Nama: : SS (nama inisial)  
kelas : 10 (4)  
Jenis kelamin : Perempuan  
Usia : 16 Tahun  
Tanggal lahir : 19 April 2009

### Keterangan

P : Peneliti  
I : Informan  
SS : Nama inisial informan

**Tabel 4 Verbatim Informan 4**

P/I	Percakapan	keterangan
P	“Assalamualaikum, Perkenalkan nama mba, mba hana, disini mba mau ngkbrol-ngobrol sama kamu, boleh?”	Perkenalan
I	“Waalaikumsalam, boleh mba”	
P	“Sebelumnya boleh sedikit ceritain latar belakang kamu?”	
I	“Iya mba, nama aku SS. Umur aku 16 tahun. Aku kelas 10(4), aku anak tunggal dari ibu DF dan bapak HS.”	Latar belakang korban
P	Oke jadi yang pertama, apa yang pertama kali terlintas dibenak kamu kalo dengar kata bk?”	
I	“Hmm, menurut aku tempat diterimanya ceritanya aku dan gak ngejudge aku	
P	“biasanya kamu ceita apa sih sama guru bk?”	
I	“banyaj mba bahkan guru bk itu kaya rumah 2 buat aku”	
P	Oh ya? Kenapa itu”	

I	“Soalnya dulu direkomendasiin sama temen kalo mau curhat ke gru bk aja”	
P	Emang kamu curhat apa ke guru bk?	
I	Curhat masalah di pondok mba”	
P	Emang di pondoknya kenapa? Bikin kamu gak suka?”	
I	Iya mba suka ada yang nyuruh-nyuruh aku”	Permasalahn
P	“biasanya siapa yang nyuruh-nyuruh kamu?”	
I	“igu mba ketua kamar”	
P	Terus selin disuruh-suruh kamu udah diapain apa sama ketua kelas?”	
I	“aku pernah dibentak juga mba”	<i>Bullying verbal</i>
P	Terus kalo abis dibentak, diancem gak?”	
I	“Biasanya ketua kamar kalo lagi marah-marah itu ngomongnya kasar-kasar mba, kayak “ <i>anjing lo gini aja gak bisa</i> ” gitu mba”	<i>Bullying verbal</i>
P	“oh gitu, biasanya dia kalo membuli kamu dimana?”	
I	“Biasaya dirunagan kosong atau di pojok pandokan yang gak ada orangnya”	
P	“Terus apa alasan ketua kelas mukul kamu?”	
I	“aku gak tau mba, yang pasti ketua kamar sering nyuruh-nyuruh aku ini itu padahal dia sendiri bisa ngelakuinnya”	
P	“Oh gituu..”	
I	“Dulu aku pernah dimarahin gara-gara aku gak mau nyuci sama nyapu, padahalkan itu jadwalnya dia”	
P	“Biasanya ketua kelas ngancem kamu kayak gimana?”	
I	“Aku paling takut kalo udahh berpapasan sama ketua kamar mba, soalnya kalo udahh gitu aku	<i>Bullying isyarat</i>

	disuruh ngikutin dia, buat masuk ke ruangan yang nggak ada orangnya. Terus pasti abis itu dia bakal ngasih perintah sama aku kalo gak dilakuin, yaudah resiko bakal ada gerakan tangan melayang kayak mau nonjok gitu mba. Terus sambil bilang “kalo sampe cucian gak kering hari ini, nanti gue tonjok lo ya” gitu mba”	
P	Terus ancaman kayak gitu bikin kamu sakit hati nggak?”	
I	Iyaa mba, bikin aku sedih dan ngerasa tertekan sama ngerasa aku gak aman ada disini”	
P	“Terus tindakan kayak gitu mempengaruhi hidup kamu nggak?”	
I	“Hamm iya sih mba, sampe pernah dibawa mimpi, terus pernah berpikir gak mau pulang kepondok lagi”	
P	“kamu pernah gak dapet kekerasan fisik pas di pondok?”	
I	“pernah sekali dia mukul kepala aku kalo aku selalu nentang omongan dia”	<i>Bullying fisik</i>
P	“orang tua atau pengurus pondok tau gak kamu di buli?”	
I	“kalo buat orang tua gak tau mba, takut bikin mereka khawatir. Kalo buat pengurus pondok udah tau karna aku ngasih fau, tapi ujung-ujungnya disuruh damai mba, tapi tetep aja ketua kamar bakal ngancam aku terus”	
P	“Terus ketua kamar kalo lagi marah suaranya suka tinggi gak?”	
I	“iya mba, biasanya sambil nunjuk-nunjuk”	<i>Bullying isyarat</i>
P	“lalu temen-temen kamu di sekolah sama di pondok tau gak kalo kamu jadi korban <i>Bullying</i> ?”	

I	Tau mba, kalo temen pondok tau tapi mereka kayak gak bertindak apa-apa, aku maklumin sih soalnya pada takut. Terus buat temen sekolah alhamdulillah mereka baik-baik banget sama aku. Bahkan temen sekolah aku yang ngasih tau guru bk kalo aku jadi korban hullyng di pondok”	Aspek keberartian
P	“terus temen-temen kamu menerima kamu dan mebghargai kamu nggak?”	
I	“Aku kalo di sekolah, terutama temen kelas aku selalu menghargai keberadaan aku mba, selalu melibatkan aku dalam segala lah gitu lah mba, beda kalo aku udah di pondok, beehh rasanya mau di sekolah aja lah tidurnya”	Aspek keberartian
P	“lalu temen-temen kamu menghargai pendalat kamu nggak?”	
I	“iya mba, mereka bener-bener care sama aku”	
P	“misaljab ada orang yang nggak suka sama kamu, kamu baksl ngapsin?”	
I	“aku diem aja sih mba, tapi kadang-kadsng aku mikir “kenapa orang-orsng malah ngejauh sama aku ya?” hahaha”	
P	“hahaha, yaudah orang yang kayak gitu gak usah kamu pikirin. Oh iya, terus kamu punya kendali gak atas hidup kamu?”	
I	Aku gak punya punya kendali buat diri aku, soalnya yang ngatur hidup aku cuma mama, ntah itu bagus atau jelek, aku kayak pasrah aja bawaannya.	Aspek kekuatan
P	“ohh gitu, lalu gimana caranya biar SS memahami aturan yang ada di sekolah sama dipondok?”	
I	“harus dipatuhi sih mba, kalo nggak mematuhi ya resikonya dihukum”	Aspek kebajikan

P	“hahaha, iya yaa, menurut SS merasa keberatan nggak sih kalo harus ngikutin aturan yang di sekolah sama di pondok?”	
I	Kadang ngerasa berat sih mba, kayak misalnya hari senin harus berangkat sekolah buat ngikutin upacara, sedangkan pas dipondoknya itukan masih waktunya murojaah mba, jadi keteteran setiap mau berangkat”	Aspek kebajikan
P	Kalo telat begitu bakal ngaruh ke nilai gak sih?	
I	“ikatanya iya mba”	
P	“terus kamu kalo dapet nilai jelek bakal gimana?	
I	“Kalo aku ya mba, misal nilai aku jelek, ya pastinya bakal sedih sih mba, terus ngerasa belajar selama ini tuh sia-sia aja. Terus abis itu akukan evaluasi diri lagi salahnya dimana biar kedepannya bakal dapet nilai bagus gitu mba hehehe”	Aspek kebajikan
P	“kalo nilainya bagus terus ksmu udah lulus kamu bakal ngapain kedepannya?”	
I	Aku pengen banget bisa kuliah disalah satu universitas ternama di indonesia mba, kalo bisa mah abis lulus dari sekolah terus keluar dari pondok, aku mau lanjut kuliah di bandung mba, supaya bisa terhindar ketemu ketua kamar di cirebon hehe. Pokoknya aku kuliah aja dulu deh, sesuai sama minat aku di dunia pendidikan.	Aspek kompetensi
P	“wahh kerenn banget, semoga terwujudnyaaa”	
I	“heheh, makasih mba”	
P	“sama-sama, oke segitu aja yah. Makasih udah meluangkan waktunya buat wawancara sama mba”	
I	“iya mba sama-sama”	

## INFORMAN 5

### Identitas informan

Nama: : Ibu Lia Duriah, S.Pd  
kelas : -  
Jenis kelamin : Perempuan  
Usia : 16 Tahun  
Tanggal lahir : 27 Maret 1973

### Keterangan

P : Peneliti  
I : Informan  
Ibu Lia Duriah : Nama Guru BK

P/I	Percakapan	keterangan
P	"Assalamualaikum, perkenalkan nama saya Yuhannah, saya mahasiswa UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon, saya di sini ingin mewawancarai terkait "strategi guru bimbingan dan kobseling dalam meningkatkan <i>self-esteem</i> pada korban <i>Bullying</i> di MAN 3 Cirebon" apakah ibu bersedia?"	
I	"iya nak, silahkan"	
P	"Baik ibu, sebelumnya apakah latar belakang pendidikan yang ibu miliki sekarang?"	
I	"Latar belakang pendidikan saya yaitu S1 di Universitas Negeri Yogyakarta dan kelulusan tahun 2002"	
P	Lalu, ibu sudah berapa tahun menjadi Guru BK di MAN 3 Cirebon?"	

I	"Saya waktu menjadi Guru BK di MAN 3 Cirebon dari tahun 2019 hingga saat ini, saat itu saya menggantikan Ibu Juhairiyah yang saat itu sedang mengandung, lalu beliau memutuskan untuk Resign"	
P	"Layanan konseling apa yang ibu berikan untuk para siswa Di MAN 3 Cirebon?"	
I	"Disini saya menggunakan menerapkan 4 layanan dasar BK, yaitu yang pertama bimbingan individual, hal ini wajib ada sekolah-sekolah. Hal ini membantu para siswa dalam mengembangkan perilaku positif melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, serta kerja sama dengan guru dan orang tua. Yang kedua yaitu layanan permintaan/perencanaan individual, hal ini membantu para siswa agar merencanakan masa depan mereka, termasuk penilaian individu dan pemberian nasihat secara personal. Yang ketiga yaitu layanan responsif, hal ini membantu para siswa untuk yang memiliki masalah dan membutuhkan bantuan orang sehingga siswa tidak mengalami hambatan untuk melakukan tugas pengembangan. Contohnya seperti masalah tertentu menyangkut perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karir. Yang terakhir yaitu layanan dukungan sistem, hal ini membantu saya dalam kegiatan layanan BK, seperti kegiatan manajemen, tata kerja, infrastruktur, dan pengembangan profesional guru BK"	
P	"Lalu bagaimana pelaksanaan kegiatan bimbingan konseling Di MAN 3 Cirebon?"	
I	"Untuk pelaksanaan kegiatan bimbingan konseling	

	<p>saya mengkoordinasi dengan semua wali kelas di MAN 3 Cirebon untuk memantau langsung interaksi atau emosi siswa-siswinya di dalam kelas. Jika memiliki terdapat siswa yang memiliki masalah, untuk segera memberitahu saya agar segera ditindak lanjuti. Setelah itu jika anaknya mau untuk kita bimbing atau untuk melakukan konseling maka langsung di arahkan ke ruang Guru BK"</p>	
P	<p>“Jika ibu tidak ada kegiatan bimbingan dan konseling di ruang guru BK, apa yang ibu lakukan agar selalu bisa memantau semua siswa di kelas?”</p>	
I	<p>“Saya bisanya dengan Guru BK lain, ibu sinta dan juga ibu mala, melakukan edukasi tentang kesehatan mental, <i>Bullying</i>, edukasi tentang karir untuk masa depan para siswa. Biasanya saya membentuk 2 kelompok dalam 1 kelas untuk melakukan edukasi misalnya tentang kesehatan mental, nah bisanya saya melakukan kegiatan bimbingan kelompok itu di ruang komputer yang ber ac agar para siswa rileks dan tidak mengeluh kepanasan”</p>	
P	<p>“Jika ada korban <i>Bullying</i>, biasanya ibu melakukan konseling dengan teknik dan pendekatan apa?”</p>	
I	<p>“Kalau untuk korban <i>Bullying</i>, bisanya saya menggunakan teknik dan pendekatan yang sesuai kebutuhan siswa nak”</p>	
P	<p>“Lalu teknik konseling dan pendekatan apa yang ibu gunakan dalam meningkatkan <i>self-esteem</i> pada korban <i>Bullying</i> di man 3 cirebon?”</p>	
I	<p>“Untuk kasus ini saya menggunakan 2 pendekatan yaitu Cognitive behavior therapy (CBT) atau</p>	

	<p>orang-orang nyebutnya teknik kognitif behavior dan penekatan sosial dengan terapi konseling individual, jadi kita memulai konseling dengan menggunakan konseling individual dan teknik cognitive behaviour therapy. Saya menggunakan pendekatan konseling individual dengan teknik cognitive behaviour therapy (CBT) yaitu dapat menangani masalah-masalah psikologi pada korban <i>Bullying</i> yang kaitannya erat dengan pikiran dan perilaku negatif. Teknik ini dapat membantu siswa dalam mengidentifikasi dan menentang pikiran-pikiran yang tidak rasional yang mendasari perasaan harga diri yang rendah pada 4 korban tersebut”</p>	
P	<p>“Kemudian strategi apa yang ibu lakukan untuk membantu korban <i>Bullying</i> dapat diterima oleh para siswa di MAN 3 Cirebon?”</p>	
I	<p>“Saya melakukan kampanye anti <i>Bullying</i> dengan mengadakan lomba poster kreatif dengan tema <i>Anti-Bullying</i> untuk setiap kelas yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran akan bahayanya perilaku <i>Bullying</i>. Dan juga ketika ada jam kosong, saya izin terlebih dahulu ke Guru Piket untuk masuk ke kelas untuk menyebarkan kampanye anti <i>Bullying</i> dengan menggunakan media video dan tanya jawab kepada para siswa di setiap kelas”</p>	
P	<p>“Apakah ibu melibatkan guru atau staff TU untuk membantu proses bimbingan dan konseling?”</p>	
I	<p>“Benar sekali, lebih tepatnya saya melibatkan wali kelas untuk mengkoordinasi para siswa, setelah itu jika melibatkan instansi di luar sekolah seperti pondok pesantren maka saya akan mengkoordinasi</p>	

	<p>kepada bagian sie humas. Lalu saya juga memiliki kenalan beberapa kyai di pondok buntet pesantren yang di mana, sekitar 40% siswa di man 3 cirebon, berasal dari pondok buntet pesantren. Lalu jika ada siswa yang bermasalah seperti kasus <i>Bullying</i>, jika korban <i>Bullying</i> tersebut berkenan, maka saya akan meminta izin kenapada korban <i>Bullying</i> tersebut untuk memberitahu orang tua, dan jika siswa tidak berkenan maka saya tidak melibatkan orang tua”</p>	
P	<p>"Lalu bagaimana tahapan strategi ibu dalam meningkatkan <i>self-esteem</i> pada korban <i>Bullying</i>?"</p>	
I	<p>“"Saya persingkat saja ya, jadi kan untuk kasus siswa memiliki <i>self-esteem</i> yang rendah agar dapat ditingkatkan yaitu (1) membentuk suatu hubungan yang hangat, supportif untuk mendapatkan kepercayaan konseli dengan guru bk (2) melakukan assessment terlebih dahulu untuk melakukan wawancara untuk memahani permasalahan yang sedang korban alami. Biasanya saya menggunakan kuesioner untuk melihat tingkat <i>self-esteem</i> yang sedang dialami oleh korban. (3) selanjutnya yaitu tahap merumuskan masalah yaitu untuk menentukan strategi intervensi yang tepat untuk melakukan proses konseling. (4) melakukan proses konseling individu dengan menggunakan teknik CBT (kognitive behaviour therapy) yang dimana memberikan pemahaman bahwa perubahan pola pikir dapat mempengaruhi perasaan dan tindakan mereka. Setelah itu saya membantu siswa agar dapat mengenali dan menantang pikiran negatif yang irasional, lalu menggantinya dengan psmikiran yang lebih realistis dan positif. Saya juga</p>	

	<p>melakukan pelatihan yang istilahnya game yaa, yaitu teknik role-play yang dimana membantu siswa agar dapat melatih keterampilan sosialnya serta dapat mengubah pemikiran negatif menjadi positif dan juga memberikan word affirmation atau reframing kepada siswa. Yang terakhir tahap evaluasi (5) yaitu menyimpulkan atau mengevaluasi hasil konseling tadi dan melihat respon perubahan yang terjadi pada pola pikir dan perilaku siswa.</p>	
P	<p>"Yang terakhir bu, bagaimana membantu mengubah pola pikir negatif menjadi positif pada korban <i>Bullying</i>?"</p>	
I	<p>"selama ini ketiak ada korban <i>Bullying</i> yang merasa rendah diri dan selalu inscure saya menggunakan teknik reframing atau reframing pemikiran negatif dan melatih korban agar bisa melakukan word affirmation atau afirmasi positif. Yaitu mengubah cara berpikir atau interpretasi terhadap suatu situasi atau masalah, sehingga menghasilkan prespektif yang lebih positif, misalnya ketika korban mengubah cara mereka melihat dirinya sendiri, dan mengganti pikiran negatif seperti "aku gak berharga, aku ga pantes buat orang lain, aku ngerasa sakit hati dll" menjadi "aku berharga, aku pantes bisa berada disekitar orang-orang dll". Pada saat itu saya membantu mengubah sudut pandang korban terhadap masalah yang dialaminya. Lalu saya mengajarkan korban untuj menentang pikiran-pikiran tersebut dengan mencari cara dan mengembangkan pikiran yang lebih positif dan realistis. Lalu melakukan latihan</p>	

<p>word affirmation atau afirmasi positif. Misalnya membantu korban dalam memulai hari dipagi hari biasakan untuk melakukan afirmasi positif terhadap diri sendiri bahwa “aku kuat, aku bisa, aku berharga, gak peduli apa perkataan orang lain aku pasti bisa dll”. Lalu saya mendorong korban untuk fokus terhadap kekuatan, bakat atau kualitas positif yang dimiliki oleh korban. Serta membantu korban <i>Bullying</i> dalam menolak perilaku <i>Bullying</i> dan mencari bantuan ketika dibutuhkan”</p>	
---	--



**UINSSC**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER  
SYEKH NURJATI CIREBON

### Lampiran 3 RPL dan Waktu Konseling



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN CIREBON  
 MADRASAH ALIYAH NEGERI 3 CIREBON  
 NSS/NSM : 131132090002 - NPSN : 20280253 – Terakreditasi : A  
 Jalan LPI - Buntet Pesantren Kecamatan Astanajapura Kabupaten Cirebon  
 Kode Pos 45181, ☎/Fax : (0231) 635166

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL  
 TAHUN PELAJARAN 2023/2024

Kelas/ Semester : X,XI dan XII/Ganjil  
 Alokasi Waktu : 2 Jam Pelayanan  
 Topik/ Materi : BULLYING (Fisik, Verbal, Sosial, Cyber, Seksual)  
 Bidang Layanan : Sosial  
 Strategi Layanan : Klasikal  
 Aspek Perkembangan/ SKKPD : Landasan Perilaku Etis  
 Model dan Metode, moda : Ceramah ;Curah Pendapat dan Tanya jawab,  
 Media dan Alat : Slide PPT, Video , lieflet

TUJUAN LAYANAN		
Tahap Pengenalan (pengetahuan)	Tahap Akomodasi (sikap)	Tahap Tindakan (ketrampilan)
1. Peserta didik dapat <u>memahami tentang Bullying</u> 2. Peserta didik dapat memahami jenis-jenis, sebab-sebab dan dampak bullying	3. Peserta didik dapat mematuhi cara mencegah dan melawan bullying.	4. Peserta didik dapat mengatasi dan menghindari terjadinya bullying.
LANGKAH KEGIATAN		
Kegiatan Awal	a. Mengucapkan salam dan mengajak berdoa b. Guru menyampaikan tujuan layanan c. Guru menyampaikan langkah-langkah kegiatan dan cakupan materi layanan	
Kegiatan Inti	a. Guru pembimbing menayangkan media slide power point jika memungkinkan. b. Peserta didik memperhatikan dan berdialog interaktif. c. Guru BK mengajak curah pendapat dan tanya jawab	
Kegiatan Penutup	a. Peserta didik menyimpulkan kegiatan bersama peserta didik b. Peserta didik merefeksi kegiatan c. Guru menutup layanan, mengajak peserta didik bersyukur dan mengucapkan salam	
PENILAIAN		
1. Penilaian Proses	Guru BK memperhatikan proses layanan serta melakukan refleksi (lembar observasi)	
2. Penilaian Hasil	Peserta didik mengisi angket evaluasi	
3. Tindak lanjut	Memberikan pencegahan dengan mengingatkan tentang bullying, baik online maupun offline	

Cirebon, 14 Juni 2023

Mengetahui  
 Kepala Madrasah,  
  
 Dr. H. Imron Rosyadi M.Ag.  
 NIP. 196701302001121001



Guru BK,  
  
 Duriah SPd.  
 NIP. 197301182003122001

**PROGRAM MINGGUAN DAN HARIAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
TAHUN PELAJARAN 2023- 2024  
SEMESTER : I (SATU)**

NO	BULAN	MINGGU KE	HARI/ TANGGAL	JAM KE	KEGIATAN	KELAS	KETERANGAN
1	JULI	III	Senin 17 Juli 2023	1	Persiapan program BK	X,XI,XII	menyesuaikan dengan situasi jam kosong atau kerja sama wali kelas atau guru tertentu.
				2	Administrasi Bk	X,XI,XII	
				3	Menyediakan media BK	X,XI,XII	
				4	Komunikasi petugas BK		
			Selasa 18 Juli 2023	1	MATSAMA	semua X	
				2	Administrasi Bk	X,XI,XII	
				3	Menyampaikan angket siswa	X,XI,XII	
				4	Membuat program BK	X,XI,XII	
				5	Evaluasi kelas dan wali kelas dan tim BK	X,XI,XII	
			Rabu 19 Juli 2023		TAHUN BARU ISLAM		
			Kamis 20 Juli 2023	1	Kom. Wali kelas	X,XI,XII	tema klasikal dapat diberikan dengan leaflet, media, konseling individu atau kelompok
		2		Komunikasi petugas BK	X,XI,XII		
		3		Bimbingan klasikal	X,XI,XII		
		4		Bimbingan klasikal	semua X		
		5		konseling kelompok/Individu	X,XI,XII		
		6		Mengumpulkan data pribadi siswa	semua X		
		Sabtu 22 Juli 2023	1	Kom. Wali kelas	X,XI,XII		
			2	Komunikasi petugas BK	X,XI,XII		
			3	Bimbingan klasikal	X,XI,XII		
			4	Administrasi BK	X,XI,XII		
			5	konseling kelompok/Individu	X,XI,XII		
			6	Mengumpulkan data pribadi siswa	semua X		
		V	Minggu 23 Juli 2023	1	bimbingan kelas	X,XI,XII	
				2	konseling individu	X,XI,XII	
				3	konseling kelompok/Individu	X,XI,XII	
				4	Membuat peta siswa	X,XI,XII	
			Senin 24 Juli 2023	1	bimbingan kelas	X,XI,XII	
2	konseling individu			X,XI,XII			
3	konseling kelompok/Individu			X,XI,XII			
4	Membuat peta siswa			X,XI,XII			
Selasa 25 Juli 2023	1		Kom. Wali kelas	X,XI,XII			
	2		Komunikasi petugas BK	X,XI,XII			
	3		Bimbingan klasikal	X,XI,XII			
	4		konseling kelompok/Individu	X,XI,XII			
	5	Mengumpulkan data pribadi siswa	semua X				
Rabu 26 Juli 2023	1	Administrasi BK	X,XI,XII				
	2	konseling kelompok/Individu	X,XI,XII				
	3	konseling kelompok/Individu	X,XI,XII				
	4	Mengumpulkan data pribadi siswa	X				
Kamis	1	Komunikasi kurikulum	X,XI,XII				

## Lampiran 4 SK Penelitian



**KEPUTUSAN DEKAN  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) SYEKH NURJATI CIREBON  
NOMOR 730 TAHUN 2024**

Tentang

**PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI  
DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA  
DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM IAIN SYEKH NURJATI CIREBON**

- Menimbang** : a. Bahwa untuk kelancaran penulisan skripsi mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam perlu ditetapkan Dosen pembimbing skripsi;  
b. Mereka yang namanya disebut dalam surat keputusan ini dipandang mampu dan memenuhi syarat untuk melakukan bimbingan penulisan skripsi mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam;
- Mengingat** : 1. Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;  
2. Peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 1999, tentang Pendidikan Tinggi;  
3. Keputusan Menteri Agama RI Nomor 36 Tahun 2014, tentang Statuta IAIN Syekh Nurjati Cirebon;  
4. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 25 Tahun 2022, tentang Organisasi dan Tata Kerja IAIN Syekh Nurjati Cirebon;  
5. Peraturan Akademik IAIN Syekh Nurjati Cirebon Tahun 2021.

**MEMUTUSKAN**

**Menetapkan** : Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon Tentang Penetapan Dosen Pembimbing Skripsi

**Pertama** : Menugaskan Saudara

1. Bambang Setiawan, M.Pd Sebagai Dosen Pembimbing I
2. Hery Novianti, M.Pd Sebagai Dosen Pembimbing II

Dalam penulisan skripsi saudara : YUHANNAH NIM : 2108306169 Jurusan : Bimbingan Konseling Islam dengan judul : "Strategi Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Self-Esteem Pada Korban Bullying Di MAN 3 Cirebon"

Bimbingan dilaksanakan selama 6 (Enam) bulan mulai tanggal 26 November 2024 - 26 Mei 2025

**Kedua** : Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dan akan ditinjau serta diperbaiki kembali sebagaimana mestinya, apabila terdapat kekeliruan dalam penetapan ini.

Ditetapkan di : Cirebon  
Pada Tanggal : 26 November 2024  
A. A. Dekan  
Wakil Dekan II  
M. H. Hidayat, MA  
1003 200912 1 002

Tembusan :

1. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam;
2. Pengelola Akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.

## Lampiran 5 Surat Permohonan Izin Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYEKH NURJATI CIREBON**

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Alamat: Jl. Perjuangan By Pass Sunyaragi Telp. (0231) 481264 Faks. (0231) 489926 Cirebon 45132  
Website: web.syekhnurjati.ac.id/fdk E-mail: Info@syekhnurjati.ac.id

Nomor : 2843/In.08/F.III.1/TL.00/11/2024

Cirebon, 26 November 2024

Lamp : -

Hal : **Permohonan Izin Penelitian**

Kepada Yth.

.....  
di

TEMPAT

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon, dengan ini mengajukan permohonan kepada Bapak / Ibu untuk dapat kiranya menerima mahasiswa/i kami a.n. Saudara/i:

Nama : YUHANNAH  
NIM : 2108306169  
TTL : Cirebon, 09 Juni 2003  
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Judul : Strategi Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Self-Esteem Pada Korban Bullying Di MAN 3 Cirebon

Untuk dapat melaksanakan penelitian skripsi di instansi / perusahaan yang Bapak / Ibu Pimpin. Adapun waktu pelaksanaan penelitian skripsi mahasiswa/i IAIN Syekh Nurjati Cirebon disesuaikan dengan jadwal yang ditentukan oleh instansi / perusahaan yang Bapak / Ibu pimpin.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dekan  
Wakil Dekan I,  
  
Dr. Izuddin, MA  
NIP. 19771003 200912 1 002

## Lampiran 6 Surat Persetujuan Tempat Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN CIREBON  
MADRASAH ALIYAH NEGERI 3 CIREBON**

Jalan LPI - Buntet Pesantren Kecamatan Astanajapura Kabupaten Cirebon Kode Pos 45181  
☎/Fax : (0231) 635166, E-mail : man3kabcirebon@gmail.com

### SURAT KETERANGAN

Nomor : B-069.1 / MA.10.38 / PP.00.6/02/2025                      Cirebon, 20 Februari 2025  
Lampiran : -  
Hal : Persetujuan Tempat penelitian

Menindaklanjuti surat dari Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon Nomor :  
B-0371/In.08/F.III.I/D/TL.00/02/2025,  
dengan ini Kepala Madrasah Aliyah Negeri 3 Cirebon :

Nama : Drs. H. Imron Rosyadi, M.Ag.  
NIP : 19670130 200112 1 001  
Pangkat. Gol /Ruang : Pembina TK I / IV b  
Jabatan : Kepala MAN 3 Cirebon

Memberikan Izin Kepada

Nama : Yuhannah  
NIM : 2108306169  
Prodi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam

Untuk melaksanakan penelitian dalam rangka menyusun Skripsi dengan judul :  
**" Strategi Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Meningkatkan Self-Esteem Pada  
Korban Bullying di MAN 3 Cirebon "**

Terhitung mulai dari : tanggal 20 Februari s.d 20 Mei 2025

Demikian surat persetujuan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana  
mestinya.

Kepala  
  
H. Imron Rosyadi

## Lampiran 7 Surat Telah Melakukan Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN CIREBON**  
**MADRASAH ALIYAH NEGERI 3 CIREBON**

Jalan LPI - Buntel Pesantren Kecamatan Astanajapura Kabupaten Cirebon Kode Pos 45181  
☎/Fax : (0231) 635166, E-mail : man3kabcirebon@gmail.com

Nomor : B- 177 / MA.10.38 /PP.00.6/05/2025 Cirebon, 27 Mei 2025  
Lampiran : -  
Hal : Telah Melakukan Penelitian

Menindak lanjuti surat dari Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon Nomor : B-0371/In.08/F.III.I/D/TL.00/02/2025, dengan ini Kepala Madrasah Aliyah Negeri 3 Cirebon :

Nama : Drs .H. Imron Rosyadi, M.Ag  
NIP : 19670130 200112 1 001  
Pangkat. Gol / Ruang : Pembina TK 1 IV/b  
Jabatan : Kepala MAN 3 Cirebon

Menerangkan bahwa ;

Nama : Yuhannah  
NIM : **2108306169**  
Prodi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam

Benar telah melakukan penelitian dalam rangka menyusun skripsi dengan judul :

***" Strategi Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Meningkatkan Self-Esteem Pada Korban Bullying di MAN 3 Cirebon "***

Terhitung mulai dari : **Tanggal 20 Februari s.d 20 Mei 2025**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Kepala  
  
H. Imron Rosyadi

Lampiran 8 Kartu Bimbingan



KEMENTERIAN AGAMA RI  
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI ( IAIN )  
 SYEKH NURJATI CIREBON  
 FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
 Alamat : Jl. Perjuangan By Pass Sunyaragi Telp. (0231) 481264 Faks. (0231) 489926 Cirebon 45132  
 Website : www.iaincirebon.ac.id E-mail : info@iaincirebon.ac.id

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI  
 SEMESTER ~~GASAL~~/GENAP TAHUN AKADEMIK ~~2024/2025~~

Nama	: YUHANNAH	Pembimbing I	: Bambang Setiawan, M.Pd
NIM	: 2108306169	Pembimbing II	: Herry Novianti, M.Pd
Jurusan	: Bimbingan Dan Konseling Islam	Wilayah Kajian	: Terapi Self
Judul Skripsi	: Strategi Guru Bimbingan Dan konseling Dalam Meningkatkan Self-Esteem Pada Korban Bullying Di MAN 3 Cirebon		

Pembimbing I			
Per temuan	Tgl/Bln/Th	Materi Bimbingan	Paraf
I	14/2-25	Bimbingan Bab 1	[Signature]
II	20/4-25	Bimbingan Bab 2	[Signature]
III	8/5-25	Bimbingan bab 4	[Signature]
IV	18/5-25	Bimbingan bab 9	[Signature]
V	22/5-25	Bimbingan bab 5	[Signature]
VI	23/5-25	Bimbingan BAB 1	[Signature]
VII	4/3-25	Bimbingan bab 1	[Signature]
VIII	10/3-25	Bimbingan bab 2	[Signature]
IX	5/6-25	Ace Player	[Signature]
X			
XI			
XII			

Pembimbing II			
Per temuan	Tgl/Bln/Th	Materi Bimbingan	Paraf
I	10/01/25	latar belakang landasan teor	[Signature]
II	05/02/25	Landasan teor	[Signature]
III	13/02/25	Latar belakang, landasan teor, Pedoman wawancara	[Signature]
IV	20/02/25	Bimbingan bab 2	[Signature]
V	27/02/25	Bimbingan bab 2	[Signature]
VI	02/03/25	Bimbingan bab 3	[Signature]
VII	08/03/25	Bimbingan bab 4	[Signature]
VIII	22/04/25	Bimbingan bab 4	[Signature]
IX	9/05/25	Bimbingan bab 5	[Signature]
X			
XI			
XII			

Pembimbing I,

[Signature]

Pembimbing II,

[Signature]

Mengetahui  
 Ketua Jurusan

[Signature]

Catatan : - Setiap pelaksanaan konsultasi dalam rangka penyusunan skripsi, kartu ini harap diisi dan ditandatangani oleh pembimbing

## Lampiran 9 Dokumentasi



Dokumentasi dengan Guru BK



Dokumentasi dengan ARP



Dokumentasi dengan GF



Dokumentasi dengan