

**UPAYA MENINGKATKAN SIKAP PENYESUAIAN DIRI  
KORBAN *BULLYING* MELALUI LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK  
DI KELAS XI MIA-5  
MAN 3 MEDAN**



**SKRIPSI**

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Persyaratan  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*

Oleh :

**LENI SYARIAH**  
**NIM. 33.14.1.020**

PRODI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2018**

**UPAYA MENINGKATKAN SIKAP PENYESUAIAN DIRI  
KORBAN BULLYING MELALUI LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK  
DI KELAS XI MIA-5  
MAN 3 MEDAN**



**SKRIPSI**

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Persyaratan  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*

Oleh:

**LENI SYARIAH**  
NIM. 33.14.1.020

**Dosen Pembimbing Skripsi**

Pembimbing I

**Irwan, S.MA**  
NIP. 19740527 199803 1 002

Pembimbing II

**Dr. H. Ira Suryani, M.Si**  
NIP. 19670713 199503 2 001

**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
PRODI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2018**

Nomor : Istimewa  
Lampiran : -  
Hal : Skripsi  
**A.n Leni Syariah**

Medan, 07 April 2018

Kepada Yth:  
**Bapak Dekan Fakultas  
Ilmu Tarbiyah dan Keguruan  
UIN Sumatera Utara**  
di-  
Medan

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat,

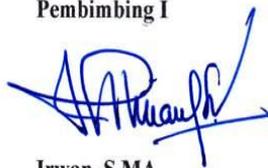
Setelah membaca, meneliti dan memberi saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi mahasiswa:

**Nama : Leni Syariah**  
**NIM : 33.14.1.020**  
**Jurusan : Bimbingan Konseling Islam**  
**Judul : Upaya Meningkatkan Sikap Penyesuaian Diri Korban  
Bullying Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di  
Kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.**

Dengan ini kami menilai bahwa skripsi tersebut dapat disetujui untuk diajukan dalam sidang munaqasyah skripsi pada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

**Pembimbing I**



**Irwan, S.MA**  
NIP. 19740527 199803 1 002

**Pembimbing II**



**Dr. Hj. Ira Suryani, M.Si**  
NIP. 19670713 199503 2 001

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Leni Syariah  
Nim : 33.14.1.020  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Sikap Penyesuaian Diri  
Korban *Bullying* Melalui Layanan Bimbingan  
Kelompok di Kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan ini benar – benar merupakan hasil karya saya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari ringkasan – ringkasan yang semuanya telah saya jelaskan sebelumnya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan ini hasil jiplakan, maka gelar dan ijazah yang diberikan universitas batal saya terima.

Medan, 07 Juni 2018

Yang membuat pernyataan  
Materai 6000,

**Leni Syariah**  
**NIM. 33.14.1.020**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN  
FAKULTAS ILMU TARBİYAH DAN KEGURUAN**

Jl. William Iskandar Pasar V Telp.6615683-6622925 Fax.6615683 Medan Estate 203731 Email:  
ftiainsu@gmail.com

**SURAT PENGESAHAN**

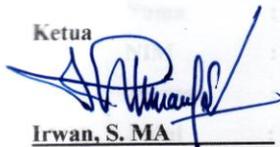
Skripsi ini yang berjudul "**UPAYA MENINGKATKAN SIKAP PENYESUAIAN DIRI KORBAN BULLYING MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK DI KELAS XI MIA-5 MAN 3 MEDAN**" yang disusun oleh **LENI SYARIAH** yang telah dimunaqasyahkan dalam sidang Munaqasyah Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UINSU Medan pada tanggal:

**28 Juni 2018 M  
14 Syawal 1439 H**

Skripsi telah diterima sebagai persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara.

**Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi  
Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN-SU Medan**

**Ketua**

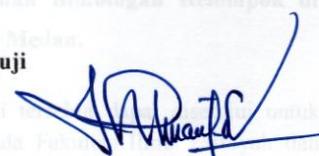
  
**Irwan, S. MA**  
NIP. 19740527 199803 1 002

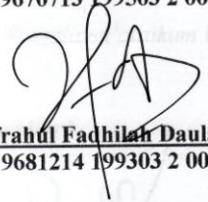
**Sekretaris**

  
**Dr. Afrahul Fadhilah Daulai, MA**  
NIP. 19681214 199303 2 001

**Anggota Penguji**

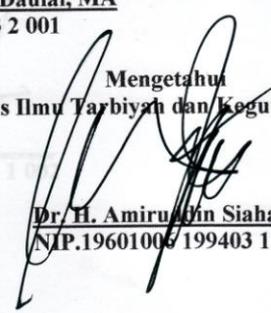
  
1. **Dr. Hj. Ira Survani, M. Si**  
NIP. 19670713 199503 2 001

  
2. **Irwan, S. MA**  
NIP. 19740527 199803 1 002

  
3. **Dr. Afrahul Fadhilah Daulai, MA**  
NIP. 19681214 199303 2 001

  
4. **Dr. Mesiono, S.Ag. M.Pd**  
NIP. 19710727 200701 1 031

**Mengetahui  
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN SU Medan**

  
**Dr. H. Amirudin Siahaan, M.Pd**  
NIP.19601006 199403 1 00333333



## ABSTRAK

Nama : Leni Syariah  
NIM : 33.14.1.020  
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam  
Pembimbing I : Irwan, S.MA  
Pembimbing II : Dr. Hj. Ira Suryani, M.Si  
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Sikap Penyesuaian Diri Korban *Bullying* Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di Kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.

---

Kata Kunci : Sikap Penyesuaian Diri, Korban *Bullying*, Layanan Bimbingan Kelompok

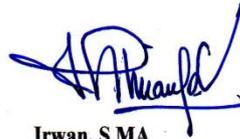
Latar belakang penelitian ini adalah untuk meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan, hal ini dikarenakan adanya korban *bullying* dengan ditandai rendahnya sikap penyesuaian diri korban *bullying* di kelas XI MIA-5 sehingga diperlukannya layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying*. Adapun rumusan masalah penelitian ini adalah apakah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan hasil layanan bimbingan kelompok yang dilakukan dalam meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK) dengan pendekatan kualitatif deskriptif, yang dilakukan oleh peneliti dengan mempertimbangkan latar belakang masalah yang terjadi. Adapun subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan yang berjumlah 10 siswa dengan variabel layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying*. Data dikumpulkan melalui teknik observasi dengan daftar *check list* dan wawancara.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan untuk meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* melalui layanan bimbingan kelompok di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan mengalami peningkatan dari tiap – tiap tindakan yang dilakukan. Pada Pra-siklus, kondisi awal pada siswa menunjukkan rendahnya sikap penyesuaian diri dengan persentase 40% dengan kategori “Kurang” dan mengalami peningkatan hanya 10% pada siklus I yakni 50% masih dalam kategori “Kurang”. Hal tersebut terjadi karena adanya hambatan saat melakukan tindakan pada siklus I dengan dua kali pertemuan. Pada siklus II dengan dilakukan dua kali pertemuan memberikan layanan BKP mengalami peningkatan sebesar 40% dan mampu mencapai persentase 90%.

Siklus II ini mengalami peningkatan dengan kategori “Sangat Baik” yang dicapai oleh siswa yang diberi layanan bimbingan kelompok. Jika dibandingkan dengan siklus I yang dilakukan dan tidak mengalami peningkatan yang signifikan dalam mencapai tujuan dalam penelitian, siklus II mengalami peningkatan yang signifikan dalam artian sikap penyesuaian diri korban *bullying* dikelas XI MIA-5 secara positif meningkat dalam dirinya, dan penyesuaian diri secara negatif semakin rendah. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* pada siswa kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.

Diketahui oleh,  
**Pembimbing Skripsi I**



**Irwan, S.MA**  
NIP. 19740527 199803 1 002

## KATA PENGANTAR



*Assalamu'alaikum, Warahmatullahi Wabarakatuh*

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah *Subhanahu wata'ala* yang telah memberikan hidayah dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini sebagaimana yang diharapkan. Shalawat berangkaian salam kepada Nabi Muhammad *Shollallahu 'Alai Wa Sallamyang* telah membawa risalahnya kepada seluruh ummat manusia.

Penulis menyelesaikan Skripsi ini guna memperoleh gelar Sarjana di Falkutas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Skripsi ini berisikan hasil dari penelitian penulis yang berjudul “**Upaya Meningkatkan Sikap Penyesuaian Diri Korban *Bullying* Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan**”. Dalam penulisan Skripsi ini penulis menyadari bahwa banyak kesulitan yang di hadapi, namun dengan usaha dan dukungan dari berbagai pihak akhirnya Skripsi ini dapat diselesaikan walaupun masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu penulis dengan kelapangan hati menerima kritik dan saran yang sifatnya membangun untuk kesempurnaan Skripsi ini.

Sebagaimana penulis telah menyusun Skripsi ini, penulis juga menerima bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ayah dan Mama, cinta pertama saya yang penuh kasih dan sayang akan didikannya terhadap saya, yang selalu berdoa akan kebaikan dunia dan akhirat untuk saya. Yang tidak pernah bosan untuk mengingatkan saya

untuk ber-akhlak, ber-adap, ber-etika dimanapun saya berada, dan dengan siapa saya ber-sosial. *Jazaakallah Khairon* Ayah dan Mama, semoga Allah berikan kebaikan akan nikmat-Nya di dunia dan kebaikan syurga-Nya di akhirat, *aamiin Allahumma aamiin*.

2. Bapak Prof. Dr. Saidurrahman, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Bapak Prof.Dr. Syafarudin, M.Pd selaku dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
4. Bunda Dr. Hj. Ira Suryani, M.Si selaku ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Sumatera Utara sekaligus Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu dan memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan Skripsi.
5. Bapak Irwan, S.MA selaku pembimbing I yang telah membantu dan memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan Sripsi sehingga selesai.
6. Bapak M. Asrul, S.Ag, M.Pd selaku kepala ekolah MAN 3 Medan yang telah memberikan kesempatan kepada saya dengan sukarela menerima dengan hangat untuk melanjutkan pengabdian kepada sekolah setelah melakukan PLKPS yakni penelitian.
7. Kepada Ibu Sri Widia Astuti, S.Pd.I selaku Guru BK dan guru pendamping saya selama penelitian berlangsung.
8. Ibu Rezeki Amalia, S.Psi selaku koordinator BK yang sangat luar biasa antusias membantu para peneliti yang ingin meneliti permasalahan siswa yang ada di MAN 3 Medan.

9. Kepada orang yang saya sayangi abang kandung saya Surya Lukmana S.Pd yang telah memberikan dukungan, motivasi dan membantu saya menyelesaikan permasalahan yang saya alami dalam penyusunan Skripsi.
10. Kepada rekan-rekan Sartini, Vera Youlanda Sari, Sela Wahyuni, Siti Hasinah Ujung, Siti Nurhalimah dan rekan seperjuangan lainnya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah membantu saya baik motivasi dan bantuan yang telah diberikan untuk menyelesaikan Skripsi.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, oleh sebab itu kritik dan saran pembaca sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

*Wassalam,*

Penulis,

**LENI SYARIAH**  
**NIM. 33.14.1.020**

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Fokus Penelitian.....	8
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian .....	9
E. Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II KAJIAN TEORI.....</b>	<b>11</b>
A. Sikap Penyesuaian Diri .....	12
1. Pengertian Sikap .....	12
2. Pengertian Sikap Penyesuaian Diri .....	14
3. Proses Sikap Penyesuaian diri.....	19
a. Penyesuaian Diri Secara Positif .....	20
b. Penyesuaian Diri Secara Negatif.....	21
4. Faktor-faktor Penyesuaian Diri .....	24
a. Faktor internal .....	25
b. Faktor Eksternal .....	26
B. Korban <i>Bullyiing</i> .....	28
1. Korban <i>bullying</i> .....	28
2. Bentuk-bentuk perilaku <i>bullying</i> terhadap korban.....	28
3. Karakteristik Pelaku dan Korban <i>Bullying</i> .....	31
4. Dampak Prilaku <i>Bullying</i> .....	32
C. Layanan Bimbingan Kelompok.....	34
1. Pengertian Bimbingan Kelompok .....	34
2. Tujuan Bimbingan Kelompok .....	35
3. Isi Layanan Bimbingan Kelompok.....	36
4. Materi Bimbingan Kelompok.....	37
5. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok .....	38

a. Tahap Pembentukan .....	38
b. Tahap Peralihan .....	40
c. Tahap Kegiatan.....	41
d. Tahap Penyimpulan .....	42
e. Penutup .....	43
D. Pelaksanaan Layanan Konseling dalam upaya meningkatkan penyesuaian diri terhadap perilaku bullying di Madrasah.....	44
E. Penelitian Relevan .....	45
F. Kerangka Berfikir .....	50
G. Hipotesis Tindakan .....	51
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>52</b>
A. Jenis Penelitian.....	52
B. Subjek dan Objek Penelitian.....	52
C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	53
D. Prosedur Observasi .....	54
1. Desain Penelitian Siklus I.....	55
a. Perencanaan .....	55
b. Tindakan.....	56
1) Tahap pembentukan .....	56
2) Tahap peralihan .....	56
3) Tahap kegiatan .....	57
4) Tahap pengakhiran .....	57
c. Observasi.....	58
d. Refleksi .....	58
e. Evaluasi .....	58
2. Desain Penelitian Siklus II.....	59
a. Perencanaan .....	59
b. Tindakan.....	60
1) Tahap pembentukan .....	60
2) Tahap peralihan .....	61
3) Tahap kegiatan .....	61
4) Tahap pengakhiran .....	61

c. Observasi.....	62
d. Refleksi .....	62
e. Evaluasi.....	63
E. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen.....	63
1. Observasi .....	63
2. Wawancara .....	65
3. Dokumentas .....	69
F. Teknik Analisis Data.....	69
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>71</b>
A. Paparan Data .....	71
B. Uji Hipotesis .....	76
C. Pembahasan.....	102
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>106</b>
A. Kesimpulan .....	106
B. Saran .....	107
Daftar Pustaka .....	109
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2.1</b> Jadwal Pelaksanaan Penelitian .....	54
<b>Tabel 2.2</b> Perencanaan Siklus I .....	56
<b>Tabel 2.3</b> Perencanaan Siklus II .....	59
<b>Tabel 2.4</b> Sumber Informasi Empat Parameter .....	64
<b>Tabel 2.5</b> Pedoman Wawancara Kepada Guru BK .....	65
<b>Tabel 2.6</b> Pedoman Wawancara Kepada Siswa .....	67
<b>Tabel 4.1.</b> Sarana dan Prasarana Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan Tahun ajaran 2017/2018 .....	73
<b>Tabel 4.2.</b> Keadaan Tenaga Pendidik dan Kependidikan MAN 3 Medan Tahun Ajaran 2017/2018.....	74
<b>Tabel 4.3.</b> Keadaan Siswa-Siswi MAN 3 Medan Tahun Ajaran 2017/2018 .....	75
<b>Tabel 4.4.</b> Jadwal pelaksanaan Pra-Siklus.....	77
<b>Tabel 4.5.</b> Kondisi Awal Sebelum Melakukan Bimbingan Kelompok Berdasarkan Observasi Menggunakan Daftar <i>Chek list</i> .....	78
<b>Tabel 4.6.</b> Analisis Daftar <i>Check List</i> Siswa Kelas XI MIA-5 Sebelum dilakukan Bimbingan Kelompok.....	80
<b>Tabel 4.7.</b> Jadwal Pelaksanaan Siklus I.....	81
<b>Tabel 4.8.</b> Kondisi Setelah dilakukan Layanan Bimbingan Kelompok pada Siklus I .....	88
<b>Tabel 4.9.</b> Hasil Refleksi Siklus I Pertemuan I dan II.....	91
<b>Tabel. 4.10.</b> Jadwal Pelaksanaan Siklus II .....	92
<b>Tabel 4.11.</b> Kondisi Sikap Penyesuaian Diri Siswa setelah dilakukan Layanan Bimbingan Kelompok pada siklus II .....	98
<b>Tabel 4.12.</b> Hasil Refleksi Siklus II Pertemuan I dan II .....	101
<b>Tabel 4.13.</b> Keseluruhan Hasil Penelitian Kondisi Awal, Siklus I dan Siklus II .....	102

**DAFTAR GAMBAR**

<b>Bagan I</b>	Tahap I Pembentukan Bimbingan Kelompok .....	39
<b>Bagan II</b>	Tahap II Peralihan Bimbingan Kelompok .....	40
<b>Bagan III</b>	Tahap III Kegiatan Bimbingan Kelompok .....	41
<b>Bagan IV</b>	Tahap IV Penyimpulan Bimbingan Kelompok .....	42
<b>Bagan V</b>	Tahap V Penutupan Bimbingan Kelompok .....	43
<b>Gambar I</b>	Skema Penelitian Tindakan Kelas Kemmis dan Taggart.....	54

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan kegiatan yang dilakukan dengan sengaja dan terencana melalui proses kegiatan bimbingan, tuntunan kepada anak sehingga memiliki kecerdasan intelegensi, emosional dan spiritual dan menjadi *insan kamil* dalam hidup serta masa depannya.<sup>1</sup> Tidak hanya sampai disitu, pendidikan dapat menjadi wadah dalam usaha mencapai tujuan pendidikan, yakni lembaga pendidikan.

Lembaga pendidikan menjadi tempat dimana, personil sekolah menyelenggarakan visi, misi dan tujuan pendidikan. Selain mencapai tujuan pendidikan, sekolah atau lembaga pendidikan menjadi wadah personil sekolah untuk berinteraksi. Adanya perbedaan interaksi antar personil memunculkan perilaku-prilaku sosial yang terjadi. Terkhusus pada para siswa yang menjadi sasaran pendidikan. Perilaku sosial ini ditandai dengan adanya interaksi kelompok dengan kelompok yang lain dan individu dengan individu lainnya, atau interaksi dengan teman sebaya. Tidak menutup kemungkinan, interaksi yang terjadi menimbulkan kesenjangan-kesenjangan yang terjadi diakibatkan perilaku-prilaku siswa.

Perilaku dapat dikategorikan menjadi dua, yakni perilaku baik dan tidak baik. Kedua perilaku tersebut memiliki kriteria masing-masing yang dapat dilihat oleh panca indera dan dapat dirasakan. Termasuk salah satu perilaku *bullying* dikategorikan ke dalam perilaku tidak baik atau perilaku buruk.

---

<sup>1</sup> Rusydi Ananda. A. MR, (2017), *Inovasi Pendidikan: Melejitkan Potensi Teknologi dan Inovasi Pendidikan*, Medan: Widya Puspita, hal. 4

“*Bullying*” dapat didefinisikan sebagai sebuah tindakan atau perilaku agresif yang disengaja atau tidak disengaja, yang dilakukan oleh sekelompok orang atau seseorang secara berulang-ulang dan dari waktu ke waktu terhadap seorang korban yang tidak dapat mempertahankan dirinya dengan mudah, atau sebagai sebuah “penyalahgunaan kekuasaan atau kekuatan secara sistematis”.<sup>2</sup>

Prilaku *bullying* yang telah dijelaskan di atas, bahwa merupakan prilaku yang dilakukan oleh sekelompok atau seseorang kepada kelompok atau individu lainnya dengan maksud menyakiti, menyakiti di sini bentuk menyakiti fisik maupun psikis korban *bullying*. Prilaku ini sangat tidak ingin diharapkan terjadi bagi siapapun, apa lagi bagi korban sasaran *bullying*. Disebabkan setiap tindakan yang dilakukan oleh pelaku akan berdampak pada korban. Prilaku ini salah satu ciri yang tampak adalah prilaku agresif dan dilakukan secara berulang-ulang.

Fenomena yang terjadi, bahwa prilaku *bullying* merupakan prilaku yang kerap ada dan terjadi pada setiap ruang lingkup kehidupan, baik di lingkungan masyarakat, lingkungan keluarga, lingkungan pekerjaan dan bahkan di lingkungan sekolah. Terkhusus pada lingkungan sekolah, *bullying* dapat terjadi dikalangan masyarakat sekolah itu sendiri. Salah satu yang menjadi fenomena *bullying* ini adalah kalangan para siswa, baik dilakukan secara kelompok maupun individu.

Prilaku *bullying* tidak memandang jenis kelamin yang menjadi korban, baik pelaku adalah seorang siswi kepada siswi atau lawan jenisnya dan

---

<sup>2</sup>Kathryn Geldard, (2012), *Konseling Remaja (Intervensi Praktis Bagi Remaja Beresiko)*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, hal. 171

sebaliknya. Prilaku *bullying* yang dilakukan dalam bentuk fisik seperti : mengigit, menarik rambut, memukul, menendang, mengunci, mengintimidasi korban di ruangan, mengancam dan merusak kepemilikan korban hingga penggunaan senjata dan perbuatan kriminal. Adapun bentuk *verbal* seperti: pemalakan, pemerasan, mengancam, menghasut, berkata kotor, menekan dan menyebarkan kejelekan korban.

Bentuk *bullying* yang dijelaskan jika mengacu kepada prilaku *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah, jika diamati bahwa memang terdapat hal yang demikian, sehingga mengakibatkan dampak kepada korban. Diantara dampak yang dialami oleh korban adalah yakni *psikis* yang terganggu seperti cemas yang berlebihan, selalu merasa takut , depresi, gugup bahkan stres yang akan dirasakan dan paling utama bahwa, dampak kepada penyesuaian diri, korban sulit untuk menyesuaikan diri dan mengarah kepada penyesuaian diri yang tidak normal atau dikatakan penyesuaian tidak baik.

Adapun penyesuaian diri yang salah bagi korban dijelaskan bahwa, korban akan bereaksi diantaranya: Reaksi untuk bertahan mencari alasan untuk membenarkan tindakannya, represi yakni berusaha menekan pengalaman yang buruk agar hilang dari ingatannya, anggur kecut yang biasa dikenal memutar balikkan fakta. Kemudian reaksi menyerang dan reaksi melarikan diri. Hal ini dapat terjadi diakibatkan prilaku *bullying* yang dilakukan oleh pelaku terhadap korban secara terus menerus sehingga korban dapat menghilangkan konsep diri yang baik dalam dirinya menjadi konsep diri yang salah dengan ditunjukkan penyesuaian diri yang salah.

Idealnya, ketika individu atau korban *bullying* mendapati perilaku *bullying* pada dirinya, korban hendaknya tidak melakukan penyesuaian diri yang salah dan sebenar-benarnya konsep diri setiap orang adalah baik. Hal ini dijelaskan bahwa idealnya ketika individu mendapati masalah hendaknya harus tetap KES yakni ia melaksanakan Kehidupan Efektif Sehari-hari, dengan tujuan agar korban *bullying* tidak mengarah KES-T atau Kehidupan Tidak Efektif Sehari-hari.

Dimaksud dengan KES oleh Prayitno, yang disimpulkan yaitu Beriman dan Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Jujur, Tangguh dan Perduli.<sup>3</sup> Kelima poin tersebut merupakan poin yang sangat penting yang harus ada pada diri individu, namun berkaitan dengan idealnya korban *bullying* untuk KES adalah “Tangguh”, dimana korban harus teliti, sabar atau mengendalikan diri, disiplin, ulet/tidak putus asa, bekerja keras, terampil, produktif, berorientasi nilai tambah, berani berkorban, tahan uji, berani mengambil resiko, dan menjaga K3 (kelengkapan, kesehatan, dan keselamatan bagi dirinya) hal ini menunjukkan bahwa korban *bullying* dapat menyesuaikan dirinya dengan baik meskipun perilaku *bullying* yang menerpa dirinya.

Untuk mewujudkan KES bagi korban perilaku *bullying* ini, termasuk di lingkungan sekolah dan melihat bahwa siswa dalam tingkat pendidikan Menengah Atas ini, dimana mereka termasuk ke dalam masa remaja. Remaja yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence* berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya “tumbuh” atau tumbuh untuk mencapai kematangan

---

<sup>3</sup>Prayitno, M.Sc. Ed, (2015), *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*, Seri Panduan Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling, Program Pendidikan Profesi Konselor, UNP, hal. 434

mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik serta berkembang pesatnya dalam aspek intelektual.<sup>4</sup> Jika melihat korban perilaku *bullying* penyesuaian dirinya mengarah kepada penyesuaian diri yang salah, maka harus diberikan penanganan agar terwujudnya KES di kehidupannya, dengan memberikan layanan bimbingan konseling jika terdapat program bimbingan dan konseling di sekolah.

Layanan Bimbingan Kelompok adalah salah satu kegiatan dalam Bimbingan Konseling yang diselenggarakan dengan tujuan untuk membantu seluruh siswa mengembangkan perilaku efektif dan meningkatkan keterampilan hidupnya.<sup>5</sup> Layanan Bimbingan Kelompok diselenggarakan oleh guru BK di sekolah dengan sasaran layanan yakni para siswa yang termasuk kriteria membutuhkan tersebut. Layanan Bimbingan Kelompok yang diselenggarakan bertujuan tidak hanya membantu mengentaskan masalah siswa namun berupa pencegahan, agar siswa tidak masuk ke dalam KES-T dalam hidupnya. Mengacu kepada perilaku *bullying* yang sudah merampas hak-hak korban sehingga dampak bagi korban adalah penyesuaian diri yang salah, maka layanan Konseling Kelompok harus diselenggarakan kepada korban. Agar mereka KES dalam menjalani kehidupan baik di lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat.

Hal ini, dijelaskan dalam Al-Qur'an mengenai ketenangan dan kebahagiaan jiwa sebagai hal yang prinsip dalam kesehatan mental dengan tujuan mewujudkan KES dalam diri manusia, Qur'an Surah Al-Imron : 104

---

<sup>4</sup> Mohammad Ali & Ansori, (2011), *Psikologi Remaja*, Jakarta: Bumi Aksara, hal. 9

<sup>5</sup> Abu Bakar M. Luddin, (2014), *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling+Konseling Islam*, Binjai: Difa Niaga, hal. 54

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ  
 وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٤٤﴾

Artinya: Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar merekalah orang-orang yang beruntung.<sup>6</sup>

Berdasarkan ayat di atas dapat dipahami bahwa, Allah menjanjikan kemenangan kepada orang-orang yang mengajak kepada kebaikan, menyeruh kepada yang *ma'ruf* dan mencegah kepada yang mungkar. Keimanan, ketaqwaan, amal saleh, berbuat baik dan menjauhi perbuatan keji dan mungkar dan faktor yang penting dalam usaha untuk pembinaan kesehatan mental atau KES dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh *observer* sebagai studi awal yang dilakukan di sekolah Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan (MAN 3 Medan) beriringan dalam pelaksanaan PLKPS oleh mahasiswa prodi BKI pada tanggal 27 Maret 2017 s/d 23 Mei 2017 *observer* menemukan sikap penyesuaian diri yang tidak baik diakibatkan perilaku *bullying* yang dilakukan oleh individu terhadap individu dan kelompok terhadap individu lainnya. Adapun data yang diperoleh oleh *observer* selama melakukan pengamatan yakni data individu, data kelompok dan data umum.

Data individu merupakan semua data yang berhubungan dengan pribadi siswa, salah satu diantaranya kondisi kehidupan sehari-hari dan permasalahan yang dialaminya yakni banyaknya nama panggilan yang tidak disukai yang menjadi permasalahan bagi dirinya, panggilan nama tersebut dijadikan bahan

---

<sup>6</sup>Departemen RI, (2011), *Al-Karim (Alqur'an Tafsir Perkata Tadjwid Kode angka)*, Tangerang: Kalim, hal. 64

ejekan oleh teman kepada dirinya. Data tersebut diperoleh berdasarkan penyebaran HD. Selain itu, *observer* mendapati siswa yang datang berkeinginan untuk menceritakan kepada *observer* sekaligus menjadi mahasiswa PLKPS, dengan berkaitan masalah perlakuan *bullying* yang menimpa dirinya dengan menunjukkan dan menggambarkan penyesuaian diri yang salah pada dirinya.

Temuan lain, yakni seorang siswa yang mengadu kepada responden akan kejadian yang dialaminya berkaitan dengan perlakuan *bullying* dari salah satu temannya, yang kemudian ia menunjukkan sikap mempertahankan dirinya dengan ikut berbuat hal demikian seperti yang dilakukan kepadanya. Penemuan selanjutnya yakni dimana, menjadi *sample* perilaku *bullying* terhadap salah satu siswi di kelas XI MIA-5 dengan perlakuan *bullying verbal* dengan menyoraki dan berkata kasar terhadap siswi yang dianggap lemah, dan korban *bullying* malah menunjukkan sikap penyesuaian diri yang salah dengan membalas kata-kata yang tidak baik untuk mempertahankan dirinya. Selain itu adanya temuan dengan salah satu siswi yang mengadukan permasalahan kepada guru BK atas perlakuan *bullying* terhadapnya yang dilakukan oleh teman kelasnya. Ia tidak dapat menyesuaikan dirinya dengan baik untuk berinteraksi dengan temannya.

Temuan selanjutnya data kelompok yang diperoleh mengenai hubungan sosial antar individu dalam kelompok, kondisi kebersamaan dan kerjasama yang kurang baik, sehingga terjadinya intimidasi dan perilaku lainnya yang menunjukkan bahwa perlakuan tersebut menunjukkan perilaku *bullying* dan korban *bullying* menunjukkan penyesuaian diri yang tidak baik pula.

Berdasarkan uraian diatas, baik teori-teori yang menjelaskan perilaku *bullying* dan penyesuaian diri serta data masalah yang diperoleh ternyata adanya perilaku *bullying* yang menyebabkan korban memberlakukan sikap penyesuaian diri yang salah, sehingga *observer* tertarik untuk meneliti dengan cara melakukan tindakan melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan mempertimbangkan tidak adanya penyelenggaraan Layanan Bimbingan Kelompok untuk membantu menyelesaikan masalah ini. Maka penulis melakukan penelitian yang mendalam dengan mengangkat judul “**Upaya Meningkatkan Sikap Penyesuaian Diri Korban *Bullying* Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di Kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan**”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat teridentifikasi permasalahan yang terjadi dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Fenomena *bullying* di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.
2. Dampak perilaku *bullying* terhadap sikap penyesuaian diri korban di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.
3. Sikap penyesuaian diri yang salah pada korban *bullying* di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.
4. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok di MAN 3 Medan.
5. Pelayanan Bimbingan Kelompok dalam meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.

### C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka masalah dapat dirumuskan sebagai berikut: :

1. Bagaimana fenomena *bullying* di kelas XI MIA-5 MAN 3 MEDAN?
2. Bagaimana sikap penyesuaian diri korban *bullying* sebelum dilakukan Layanan Bimbingan Kelompok di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan?
3. Bagaimana sikap penyesuaian diri korban *bullying* sesudah dilakukan Layanan Bimbingan Kelompok di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan?
4. Apakah pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dapat meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan?

### D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana fenomena perilaku *bullying* di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.
2. Untuk mengetahui bagaimana sikap penyesuaian diri korban *bullying* sebelum dilakukan Layanan Bimbingan Kelompok di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.
3. Untuk mengetahui bagaimana sikap penyesuaian diri korban *bullying* sesudah dilakukan Layanan Bimbingan Kelompok di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.

4. Untuk mengetahui apakah pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dapat meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.

## **E. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan agar bermanfaat secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

### **1) Manfaat Teoritis**

Adapun manfaat teoritis penelitian ini adalah:

- a. Menambah wawasan tentang bimbingan dan konseling, terutama permasalahan yang berkaitan dengan sikap penyesuaian diri korban *bullying* yang dapat ditingkatkan melalui Layanan Bimbingan Kelompok.
- b. Pembelajaran yang dapat diambil jika ada peneliti lain yang berkeinginan mengadakan penelitian di sekolah yang berbeda yang berkaitan dengan masalah yang dibahas agar dapat berkembang dan diperluas menjadi lebih baik, dan berkualitas.
- c. Sebagai pengabdian dan pengembangan keilmuan penulis pada bidang penelitian.

### **2) Manfaat Praktis**

Adapun manfaat praktis penelitian ini adalah:

- a. Bagi peneliti, sebagai penambah wawasan berpikir dan bertindak bagi penulis nantinya bila penulis menjadi guru pembimbing di sekolah.

- b. Bagi guru pembimbing, sebagai bahan masukan dan saran agar lebih memperhatikan pelaksanaan layanan konseling, untuk memenuhi kebutuhan siswa sesuai dengan permasalahan yang dialaminya, dalam hal ini untuk meningkatkan penyesuaian diri terhadap perilaku *bullying* melalui Layanan Bimbingan Kelompok.
- c. Bagi siswa, agar siswa dapat memahami permasalahan yang dialaminya serta senantiasa ikut serta dalam kegiatan-kegiatan bimbingan konseling.

## BAB II

### LANDASAN TEORITIS

#### A. Sikap Penyesuaian Diri

##### 1. Pengertian Sikap

Manusia adalah makhluk yang diciptakan Allah *Subhana Wata'ala* dengan diberikan kelebihan padanya berupa sikap dalam dirinya. Atas izin Allah manusia dapat melakukan segala aktivitas yang dikehendakinya.

Sikap dalam Kamus Bahasa Indonesia diartikan sebagai “cara berdiri (tegak, teratur, atau dipersiapkan untuk bertindak) atau prilaku”.<sup>7</sup> Dapat dipahami bahwa, sikap cenderung kepada persiapan individu untuk bertindak atau berperilaku.

Selain itu Pendapat lain, Sarwito W. Sawono menyatakan sikap sebagai berikut:

Sikap (*attitude*) adalah istilah yang mencerminkan rasa senang, tidak senang atau perasaan biasa-biasa saja (netral) dari seseorang terhadap sesuatu. “Sesuatu” itu bisa jadi benda, kejadian, situasi, orang-orang atau kelompok. Kalau yang ditimbulkan terhadap sesuatu itu adalah perasaan senang, maka disebut sikap positif, sedangkan kalau perasaan tak senang, sikap itu negatif. Kalau tidak timbul perasaan apa-apa, berarti sikapnya netral.<sup>8</sup>

Selain itu, ia mengemukakan dikelompokkan sebagai domain-domain yakni:

Istilah lain sikap atau *attitude* ini mencerminkan rasa senang atau tidak senang atau bahkan perasaan biasa-biasa saja, dari seseorang terhadap sesuatu. Sikap dinyatakan dalam tiga domain, ABC yakni, *affect*, *behavior* dan *cognitif*. *Affect* adalah perasaan yang timbul

---

<sup>7</sup>Em Zul Fajri, RAS, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, Difa Publisher, hal. 143

<sup>8</sup>Sarlito W. Sarwono, (2010), *Pengantar Psikologi Umum*, Jakarta: Rajawali Pers, hal. 201

(senang dan tidak senang), behaviour adalah perilaku yang mengikuti perasaan itu (menghindar atau mendekat), dan kognitif adalah penilaian terhadap objek sikap (baik atau tidak baik).<sup>9</sup>

Berdasarkan penjelasan diatas bahwa, manusia dapat memiliki bermacam-macam sikap terhadap bermacam-macam hal (objek sikap). Seseorang akan bersikap terhadap objek akan memunculkan tiga domain yakni A sebagai *affect* yakni perasaan senang atau tidak senang yang diiringi dengan perilaku dengan perasaan menghindari atau semakin mendekati objek tersebut sebagai domain B, dilanjut dengan seseorang tersebut akan menilai baik atau tidak baik sebagai domain C.

Didalam sikap terdapat komponen-komponen yang menjadi poin penting dalam bersikap, diantaranya:<sup>10</sup>

1. Keyakinan (aspek kognitif)

Keyakinan ini merupakan komponen yang berisikan “apa yang diyakini dan apa yang dipikirkan seseorang terhadap sesuatu objek sikap”. Apa yang diyakini dan dipikirkan belum tentu benar, aspek yang positif akan menumbuhkan sikap positif. Sedangkan aspek negatif akan menumbuhkan sikap negatif terhadap objek sikap.

2. Perasaan (aspek afektif)

Perasaan pada manusia terdapat dua yakni perasaan senang atau tidak senang, perasaan senang dan tidak senang ini merupakan komponen yang penting dalam pembentukan sikap. Menurut para ahli mengatakan, bahwa sikap semata-mata refleksi dari perasaan senang atau tidak senang terhadap suatu objek.

3. Perilaku (aspek konotatif)

Komponen ini merupakan aspek konotatif, yang mana bila seorang menyenangi sesuatu objek maka ada kecenderungan orang tersebut akan mendekati objek tersebut, sebaliknya jika seorang tidak menyenangi sesuatu objek maka seorang tersebut akan cenderung menjauhi objek tersebut.

---

<sup>9</sup>Sarlito W. Sarwono, (2012), *Pengantar Psikologi Umum, (edisi ke 4)*, Kelapa Gading Purnai: Raja Grafindo Persada, hal. 201

<sup>10</sup>Us Winarti, (2007), *Pengembangan Kepribadian*, Jakarta: Graha Ilmu, hal. 13-14

Berdasarkan pemaparan komponen diatas dapat diketahui bahwa ketiga komponen tersebut saling berkaitan dan saling berkesinambungan dalam proses pembentukan sikap. Dengan adanya keyakinan terhadap objek menimbulkan perasaan yang dimiliki seseorang sehingga sikap tersebut akan memunculkan perilaku apakah perilaku yang cenderung ia dekati atau cenderung ia jauhi.

## 2. Pengertian Sikap Penyesuaian Diri

Setiap individu fitrahnya memiliki potensi untuk menyesuaikan diri baik terhadap lingkungan maupun sosial. Adapun Ahmad Susanto dalam bukunya menjelaskan mengenai penyesuaian diri sebagai berikut:<sup>11</sup>

Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang dilakukan seseorang, baik secara lahir maupun jiwanya (*Psikofisik*) dalam upaya menyesuaikan dirinya dengan alam, lingkungan, sosial, maupun dengan supernatural (Tuhan) untuk memperoleh kebahagiaan hidupnya dimana ia berada. Penyesuaian diri bukanlah sesuatu masalah yang sederhana, melainkan cukup kompleks, karena menyangkut seluruh aspek kepribadian individu. Kemudian individu yang berkepribadian yang sehat senantiasa terbuka terhadap perubahan, mampu mengendalikan hidupnya, bersikap fleksibel dan konsisten, dan tidak berperilaku kaku dan mekanik.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa, individu dalam menyesuaikan diri baik terhadap lingkungan dan sosialnya ternyata menyangkut aspek kepribadian individu, jika pribadi individu sehat maka ia akan senantiasa terikat terhadap perubahan dan mampu mengendalikan diri dan bersikap fleksibel dan konsisten, namun sebaliknya jika individu memiliki pribadi yang tidak sehat.

---

<sup>11</sup>Ahmad Susanto, (2005), *Bimbingan & Konseling (di Taman Kanak-Kanak)*, Jakarta: Prenamedia Group, hal. 127

Hal ini diperkuat oleh penjelasan Samsul M. Amin, penyesuaian diri yang baik itu berhubungan dengan kepribadian yang sehat. Menurutnya beberapa ciri-ciri khas pribadi yang bermental sehat, antara lain:

1. Ada koordinasi dari segenap usaha dan potensinya, sehingga orang mudah mengadakan adaptasi terhadap tuntutan lingkungan standar, dan norma sosial, serta terhadap perubahan-perubahan sosial yang serba cepat.
2. Memiliki integrasi dan regulasi terhadap struktur kepribadian sendiri, sehingga mampu memberikan partisipasi aktif kepada masyarakat.
3. Senantiasa giat melaksanakan poses realisasi diri (mengembangkan secara nyata segenap bakat dan potensi), memiliki tujuan hidup, dan selalu mengarah pada transendensi diri, berusaha untuk melebihi keadaan atau kondisi yang sekarang.
4. Bergairah, sehat lahir batin, tenang, dan harmonis kepribadiannya, efisien dalam setiap tindakannya, serta mampu menghayati kenikmatan dan kepuasan dalam pemenuhan kebutuhannya.<sup>12</sup>

Penjelasan lain, Moh. Ali & Asori menjelaskan, penyesuaian diri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, diantaranya:

- 1) Penyesuaian diri sebagai adaptasi (*adaption*)  
*Scheiders* berpandangan bahwa, penyesuaian diri cenderung diartikan sebagai usaha mempetahankan diri secara fisik, bukan penyesuaian dalam arti psikologis, sehingga terdapat kompleksitas kepribadian individu dengan lingkungan yang terabaikan.
- 2) Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*)  
 Penyesuaian diri diartikan sama dengan penyesuaian yang mencakup konformitas terhadap norma. Pengertian ini menyiratkan bahwa individu seakan-akan mendapat tekanan kuat untuk harus selalu mampu menghindarkan diri dari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial maupun emosional. Selain itu individu selalu diarahkan kepada tuntutan konformitas dan diri individu akan terancam tertolak jika perilaku individu tidak sesuai dengan norma yang berlaku.
- 3) Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*)  
 Penyesuaian ini dipandang sebagai kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan respon dalam cara-cara

---

<sup>12</sup>Samsul M. Amin, (2010), *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah, hal. 143-144

tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan dan fustai tidak terjadi, dengan kata lain penyesuaian diri diartikan kemampuan penguasaan dalam mengembangkan diri sehingga dorongan emosi dan kebiasaan menjadi terkendali dan terarah.<sup>13</sup>

Berdasarkan ketiga sudut pandang yang telah dijelaskan diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri sebagai suatu proses, proses yang mencakup suatu respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan internal individu, ketegangan, frustasi, konflik serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dari dunia luar lingkungan tempat tinggalnya.

Penyesuaian diri didalam diri individu tidak terlepas dari sehat tidaknya mental seseorang, dalam hal ini, penyesuaian diri berkaitan dengan kesehatan mental. Terkait dengan itu, kesehatan mental juga ada di dalam ajaran Agama Islam, yang merupakan kemampuan individu dalam menyesuaikan dengan lingkungannya. Allah *Subhanhu Wa Ta'ala* berfirman dalam Qur'an Surah Al-Fath ayat 4, sebagai berikut:

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ  
وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ﴿٤﴾

*Artinya: “ Dia-lah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin supaya keimanan mereka bertambah di samping keimanan mereka (yang telah ada). dan kepunyaan Allah-lah tentara langit dan bumi dan adalah Allah Maha mengetahui lagi Maha Bijaksana ”.*<sup>14</sup>

<sup>13</sup> Mohammad Ali & Ansori, (2011).....hal. 173-174

<sup>14</sup>Departemen Agama, (2010), (Edisi yang disempurnakan), *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, Jakarta: Lentera Abadi, hal. 354

Penjelasan ayat tersebut bahwasannya Allah *Subhanahu Wata'ala* akan menanamkan ketenangan hati, kesabaran, dan ketabahan bagi setiap orang yang beriman sehingga tidak ada lagi perbedaan pendapat diantara mereka yang dapat menimbulkan perpecahan. Hanya orang-orang yang kurang imannya saja yang mudah berselisih dengan orang yang beriman lainnya.<sup>15</sup>

Maka dapat dipahami bahwa, penyesuaian diri individu secara baik maksudnya disini adalah, ketika individu memiliki iman di dalam hatinya jika ia dapat menyesuaikan dirinya Allah akan menanamkan ketenangan di dalam hatinya, kesabaran dan ketabahan jika individu menemukan perselisihan yang menimbulkan perpecahan pada penyesuaian sosialnya. Sebaliknya, jika orang yang tidak beriman, maka dalam dirinya banyak konflik sehingga menimbulkan perpecahan di dalam hidupnya.

Penyesuaian diri memiliki dua aspek yakni penyesuaian diri pribadi dan penyesuaian sosial. Mustafa Fahmy menjelaskan kedua aspek sebagai berikut:

1. Penyesuaian diri pribadi

Penyesuaian diri pribadi adalah, penerimaan individu terhadap dirinya, tidak benci, tidak lari, tidak dongkol atau tidak percaya padanya. Kehidupan kejiwaannya ditandai oleh sunyi dari kegoncangan dan keresahan jiwa yang menyertai rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa kurang dan ratapan terhadap nasib diri.

Dasar pertama dari tidak terjadinya penyesuaian diri pada seseorang adalah kegoncangan emosi dideritanya. Biasanya kegoncangan tersebut terjadi akibat adanya dorongan yang masing-masingnya mendorong individu kepada pandangan yang berlainan. Dicontohkan seperti konflik yang dialami oleh

---

<sup>15</sup>*Ibid.*, hal. 356

sementara orang seperti konflik antara kejujuran dan mencari rezeki dengan cara yang tidak sah.<sup>16</sup>

2. Penyesuaian sosial

Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial individu hidup dan berinteraksi dengannya. Hubungan tersebut baik dalam masyarakat, keluarga, sekolah, teman-teman atau masyarakat luas secara umum.<sup>17</sup>

Selain itu, Sunarto & Agung menyimpulkan:

Penyesuaian diri merupakan usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya.<sup>18</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli diatas mengenai penyesuaian diri dapat disimpulkan bahwa sikap penyesuaian diri merupakan keadaan kesiapan individu dalam proses atau untuk mengusahakan terhadap objek untuk mencapai keseimbangan, keharmonisan dan kebahagiaan pada diri sendiri dan lingkungan ia berada. Dalam hal ini, berkaitan dengan penyesuaian diri korban *bullying*, jika mengacu kepada definisi penyesuaian diri, maka korban *bullying* dalam keadaan mendapatkan perlakuan, maka individu memiliki kesiapan untuk tetap seimbang, harmonis dan tetap bahagia meski lingkungan menyudutkan dirinya.

---

<sup>16</sup>Mustafa Fahmi, (1982), *Penyesuaian Diri (Pengertian dan Peranannya dalam kesehatan Mental)*, Jakarta: Bulan Bintang, hal. 20

<sup>17</sup>*Ibid.*, hal. 27

<sup>18</sup> Sunarto & Agung Hartono, (2008), *Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: Rineka Cipta, hal. 222

### 3. Proses Sikap Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan proses individu untuk mencapai keseimbangan diri baik terhadap lingkungannya maupun sosialnya dalam memenuhi kebutuhannya tersebut. Adapun penyesuaian diri pada seseorang dikatakan baik jika manusia selalu dalam keadaan seimbang baik dengan lingkungan maupun sosialnya dan interaksi yang ditampakkkan berjalan dengan normal. Sebaliknya, yang telah dijelaskan di atas jika penyesuaian diri pada seseorang tidak baik akan tampak pada dirinya interaksi terhadap lingkungan maupun sosialnya tampak tidak normal.

Hal ini menjadi pusat perhatian kepada individu dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan dan sosialnya karena penyesuaian diri sifatnya jangka panjang hingga sampai hayatnya dan terus menerus berupaya menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi sehat. Pribadi yang sehat yang dimiliki oleh individu ditandai dengan mental yang sehat dan aplikasi yang ada individu itu melakukan aktifitasnya dengan sehat, efektif sehari-hari yang dikenal dalam Bimbingan Konseling adalah (KES).

Kemudian, proses penyesuaian diri ini dapat menimbulkan berbagai masalah terutama bagi diri individu sendiri. Jika individu dapat berhasil memenuhi kebutuhannya sesuai dengan lingkungannya dan tanpa menimbulkan gangguan atau kerugian bagi lingkungannya, maka hal tersebut disebut "*well adjusted*" atau penyesuaian dengan baik. Dan

sebaliknya jika individu gagal dalam proses penyesuaian diri tersebut disebut “*malad justed*” atau salah suai.

Berikut penjelasan penyesuaian diri dalam diri seseorang, diantaranya:

#### a. Penyesuaian Diri Secara Positif

Penyesuaian normal atau “*well adjusted*” dicirikan seperti orang yang mampu merespon (kebutuhan, dan masalah) secara matang, efisien, puas dan sehat. Yang dimaksud dengan efisien adalah hasil yang diperolehnya tidak banyak membuang energi, waktu, atau kekeliruan. Sementara merespon sehat adalah respon individu itu sesuai dengan hakikat kemanusiaannya, hubungan dengan yang lain, dan hubungannya dengan Rabb.<sup>19</sup>

Berdasarkan penjelasan diatas, jika dikaitkan dengan realita yang ada jika mengacu kepada setiap individu, individu yang mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan disekitarnya maupun lingkungan sosialnya secara normal atau baik. Terdapat beberapa kriteria individu dengan penyesuaian diri secara baik diantaranya:<sup>20</sup>

- 1) *Self-knowledge and nsight* (pengetahuan dan pemahaman/kesadaran tentang dirinya)
- 2) *Self-objectivity and self-acceptance* (objektivitas dan penerimaan diri)
- 3) *Self-control and self-development* (kontrol diri dan pengembangan diri)

---

<sup>19</sup> Syamsu Yusuf. A.J, (2005), *Landasan Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Remaja Rosda Karya, hal. 210

<sup>20</sup>Juni F. Sarai, (2014), K.A.T, *Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Kecenderungan Perilaku Cyber Bullying Paa Siswa Kelas VIII SMP Labscholl Jakarta Tahun Ajaran 2013-2014*, Jurnal Bimbingan dan Konseling

- 4) *Personal integration* (integrasi diri)
- 5) *Defined goals and goal direction* (menetapkan tujuan dan strategi pencapaian)
- 6) *Perspektive, scale of values, philosophy of life* (memiliki perspektif, nilai-nilai dan filosofi hidup)
- 7) *Sense of humor* (memiliki rasa humor)
- 8) *Sense of responsibility* (rasa bertanggung jawab)
- 9) *Maturity of response* (kematangan dalam merespon)
- 10) *Development of wort-while habits* (perkembangan kebiasaan yang baik)
- 11) *Adaptability* (dapat melakukan penyesuaian diri)
- 12) *Freedom fom disabling or symptomatic response* (kebiasaan merespon)
- 13) *Ability to get along with and take an active interest in other people* (kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain dan melakukan aktivitas bersama)
- 14) *Wide range of interest in work and play* (memiliki keseimbangan antara bekerja dan bermain)
- 15) *Satisfaction in work and play* (memiliki kepuasan dalam bekerja dan bermain)
- 16) *Adequate orientation to realy* (memiliki orientasi pada realita).

Kriteria di atas menunjukkan bahwa penyesuaian diri yang baik oleh individu akan mengarahkan ia kepada kehidupan efektif sehari-hari. Meskipun ia sedang menghadapi masalah, jika ia dapat menyesuaikan dirinya secara baik, maka tidak berpengaruh kepada kehidupannya. Maka sebaliknya jika ia tidak dapat menyesuaikan dirinya secara baik maka hal tersebut juga akan berpengaruh pada kehidupannya.

#### **b. Penyesuaian Diri Secara Negatif**

Masa remaja memiliki sifat dan sikap yang dimilikinya salah satunya adalah mulai menghimpun norma-norma sendiri. Maksudnya adalah ia mulai dapat menentukan sendiri hal-hal

yang berguna, dan menunjang usahanya untuk mencapai tujuan yang diinginkannya, sejauh norma-norma tersebut tidak bertentangan dengan apa yang menjadi tuntunan masyarakat.<sup>21</sup>

Namun kenyataannya, siswa dengan masa remaja ini masih jauh dengan norma atau norma yang menjadi tuntunan baginya bertentangan maka permasalahan-permasalahan pada masa remaja ini sangat berbahaya, hal tersebut disebabkan penyesuaian diri yang salah pada dirinya.

Terdapat tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian diri yang salah diantaranya:

#### **1) Reaksi bertahan**

Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya seolah-olah tidak menghadapi kegagalan. Bentuk reaksi yang dilakukan antara lain: (a) rasionalisasi, yaitu bertahan dengan mencari-cari alasan untuk membenarkan tindakannya, (b) represi yakni berusaha untuk menekan pengalamannya yang dirasakan kurang enak kealam tidak sadar. Ia berusaha melupakan pengalamannya yang kurang menyenangkan, (c) proyeksi yakni melempar sebab kegagalan dirinya kepada pihak lain untuk mencari alasan yang dapat diterima, (d) anggur kecut yakni dengan memutar balikkan kenyataan.

---

<sup>21</sup>Abu Ahmadani, (2005), *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Rineka Cipta, hal. 132

## **2) Reaksi menyerang**

Reaksi menyerang ini ditujukan untuk menutupi kegagalannya. Reaksi yang muncul antara lain; (a) selalu membenarkan diri sendiri, (b) ingin berkuasa dalam setiap situasi, (c) memiliki segalanya, (d) bersikap senang mengganggu orang lain, (e) menggertak baik dengan lisan atau perbuatan, (f) menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka, (g) menunjukkan sikap menyerang dan merusak, (h) keras kepala dalam perbuatannya, (i) bersikap balas dendam, (j) mengambil hak orang lain, (k) tindakan yang serampang, dan (l) marah secara sadis.

## **3) Reaksi melarikan diri**

Reaksi orang yang mempunyai penyesuaian diri salah akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan kegagalan. Reaksi yang muncul adalah, (a) banyak tidur, (b) minum-minuman keras dan lainnya yang mengacu kepada patologi sosial.

Berdasarkan penjelasan diatas bahwa dapat diketahui individu menyesuaikan diri baik itu penyesuaian diri yang baik maupun yang salah akan dapat diketahui. Baik pengamatan guru terhadap siswa ataupun siswa terhadap siswa lainnya. Akan tampak kelihatan perbedaan-perbedaan antara siswa atau individu yang menyesuaikan diri secara baik dan siswa atau individu yang menyesuaikan dirinya dengan tidak baik.

#### 4. Faktor-faktor Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri memiliki faktor-faktor yang dapat berpengaruh terhadap individu. Zakiyah Dradjat mengemukakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri seseorang sebagai berikut:

1) Tekanan Perasaan (Frustrasi)

Frustrasi ialah suatu proses yang menyebabkan orang merasa akan adanya hambatan terhadap terpenuhinya kebutuhannya, atau menyangka bahwa akan terjadi sesuatu hal yang menghalangi keinginannya.

2) Pertentangan Batin (Konflik)

Konflik atau pertentangan batin, adalah terdapatnya dua macam dorongan atau lebih, yang berlawanan satu sama lain, dan tidak mungkin dipenuhi dalam waktu yang sama.<sup>22</sup>

3) Kecemasan

Kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustrasi dan pertentangan batin atau konflik).<sup>23</sup>

Namun pada dasarnya, faktor-faktor dalam penyesuaian diri ini ada berdasarkan ditentukan berdasarkan tugas-tugas perkembangan dan terbentuknya pribadi secara bertahap. Adapun penentu tersebut dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

---

<sup>22</sup>Shelley E.Taylor. Letitia Anne Peplau, David O.S,(2009) *Psikologi Sosial (Edisi Kedua Belas)*, Jakarta:Prenada Media Group,hal. 346

<sup>23</sup> Zakiah Drajat, (1990), *Kesehatan Mental*, Jakarta: Haji Masagung, hal. 24-27

## 1. Faktor Internal

Diantaranya:

a. Faktor Fisiologis, termasuk ke dalam sistem utama tubuh yang memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri adalah sistem saraf, kelenjar, dan otot. Sistem saraf yang berkembang dengan normal dan sehat merupakan syarat mutlak bagi fungsi-fungsi psikologis agar dapat berfungsi secara maksimal dan yang akhir berpengaruh secara baik pula pada penyesuaian diri individu. Selain itu kesehatan fisik, penyesuaian diri seseorang akan lebih mudah dilakukan dan dipelihara dalam kondisi fisik yang sehat dapat menimbulkan penerimaan diri, percaya diri, harga diri, dan sejenisnya yang akan menjadikan kondisi yang sangat menguntungkan bagi proses penyesuaian diri.<sup>24</sup>

b. Faktor Psikologis

Faktor psikologis diantaranya; pengalaman, belajar, determinasi, konflik. Berikut penjelasannya;

- 1) Pengalaman; faktor pengalaman yang dimaksud adalah pengalaman yang pernah dirasakan oleh individu baik itu menyenangkan maupun menyusahkan (*traumatik*)
- 2) Belajar, memiliki beberapa hal di dalamnya yakni, bahwa belajar itu membawa perubahan (dalam arti *behavioral changes*, aktual maupun potensial), bahwa perubahan itu

---

<sup>24</sup>Meidiana Pitaningrum & Wiwin Hendriani, (2013), *Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modrn Nurul Izzah Gresik pada Tahun Pertama*, Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial, Vol. 02 No. 03

pada pokoknya adalah didapatkannya kecakapan baru, bahwa perubahan itu terjadi karena usaha (dengan sengaja).<sup>25</sup>

3) Determinasi Diri; Proses penyesuaian diri, disamping ditentukan oleh faktor-faktor frustrasi dan konflik, seseorang itulah yang menentukan dirinya dan terdapat faktor kekuatan yang mendorong untuk mencapai taraf penyesuaian yang tinggi atau malah merusak diri. Faktor itulah yang disebut dengan determinasi diri.

c. Faktor perkembangan dan kematangan, individu akan mengalami perkembangan dan kematangan sesuai dengan bertambahnya usia. Perkembangan segala aspek dalam diri inividu termasuk respon tidak hanya melalui proses belajar juga melainkan kematangannya untuk merespon sesuatu melalui pola-pola penyesuaian dirinya. Keduanya sangat mempengaruhi aspek kepribadian seperti emosional, sosial, moral, keagamaan dan intelektual.

## **2. Faktor Eksternal, diantaranya sebagai berikut:**

Adapun faktor penyesuaian diri secara eksternal adalah sebagai berikut:<sup>26</sup>

a. Faktor lingkungan

Manusia sebagai makhluk sosial, maksudnya adalah ia hidup tidak bisa sendiri melainkan harus berinteraksi dengan

---

<sup>25</sup>Sumadi Suryabrata, (2006), *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, hal. 232

<sup>26</sup>Enung Fatimah, (2010), *Psikologi Perkembangan*, Bandung: Pustaka Setia, hal. 199-201

lingkungannya. Berbagai lingkungan anak seperti keluarga dan pola hubungan didalamnya, sekolah, masyarakat, kultur dan agama berpengaruh terhadap penyesuaian diri individu. Faktor lingkungan yang memengaruhi penyesuaian diri dikategorikan sebagai berikut:

1) Pengaruh lingkungan keluarga; faktor ini merupakan faktor yang sangat penting, disebabkan keluarga adalah pendidikan awal bagi anak. Selain pendidikan, lingkungan keluarga juga awal yang mendidik dalam interaksi sosial anak dan utama diperoleh individu dilingkungan keluarganya. Terdapat beberapa hubungan yang dapat memengaruhi penyesuaian diri antara lain; penerimaan, menghukum, memanjakan dan melindungi anak dan penolakan.

2) Lingkungan masyarakat

Keadaan lingkungan masyarakat dimana individu berada merupakan kondisi yang menentukan proses dan pola-pola penyesuaian diri. Pergaulan yang salah dikalangan remaja dapat memengaruhinya. Konsistensi nilai-nilai, aturan-aturan, norma, moral, perilaku masyarakat akan diidentifikasi oleh individu yang berada dalam masyarakat tersebut sehingga akan berpengaruh terhadap proses perkembangan dirinya, dan kenyataan menunjukkan bahwa tidak sedikit kecenderungan kearah penyimpangan perilaku dan kenakalan remaja, selagi salah satu bentuk penyesuaian diri yang tidak baik, berasal dari pengaruh lingkungan masyarakat.

3) Lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah juga dapat menjadi kondisi yang memungkinkan berkembangnya atau terhambatnya proses perkembangan penyesuaian diri, sekolah dipandang sebagai media yang sangat berguna untuk mempengaruhi kehidupan dan perkembangan intelektual, sosial, nilai-nilai, sikap dan moral siswa.

b. Faktor budaya dan agama

Faktor budaya dan agama ini menjadi faktor yang sangat berpengaruh terhadap penyesuaian diri. Hal berlingkup kultural, lingkungan kultural dimana individu berada berinteraksi akan menentukan pola-pola penyesuaian dirinya. Agama memberikan suasana psikologis tertentu dalam mengurangi konflik, frustrasi dan ketegangan lainnya. Ajaran agama merupakan sumber nilai, kepercayaan dan pola tingkah laku yang akan memberikan tuntunan bagi arti, tujuan, dan kestabilan hidup umat manusia. Agama memegang peranan penting sebagai penentu dalam proses penyesuaian diri seseorang.

## B. Korban *Bullying*

### 1. Korban *Bullying*

Adanya korban pastinya terdapat perilaku yang merugikan dirinya, sehingga ia dikatakan korban karena adanya pelaku yang memberikan perlakuan yang tidak sesuai dengan norma–norma yang berlaku, atau melakukan perbuatan yang dilarang oleh Allah *Subhanahu Wata'ala*. Sama halnya dengan korban *bullying*, yang mana individu menjadi korban perilaku yang bertindak *bullying* kepadanya.

Kata “*bullying*” merupakan istilah kekerasan yang digunakan dalam dunia pendidikan yang tergolong baru dan menjadi istilah khusus di sekolah. Katyana Wardhana menjelaskan *bullying* sebagai berikut:

*Bullying* (dikenal sebagai “penindasan/risak” dalam bahasa Indonesia) merupakan segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, bertujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus-menerus.<sup>27</sup>

Berdasarkan penjelasan pengertian *bullying* di atas dapat disimpulkan bahwa tindakan yang dimaksudkan untuk menyakiti orang lain atau korban yang dilakukan oleh pihak yang merasa kuat terhadap pihak yang dianggap lemah yang dilakukan oleh individu atau kelompok.

### 2. Bentuk-Bentuk Perilaku *Bullying* terhadap Korban

Adapun bentuk-bentuk dari *bullying* adalah sebagai berikut:<sup>28</sup>

#### a. Fisik

Bentuk *bullying* berupa fisik ini contohnya, menggigit, menarik rambut, memukul, menendang, mengunci, dan mengintimidasi

---

<sup>27</sup> Katya Wardhana, (2004), *Buku Panduan Melawan Bullying, Stop-Bullying Campaign*, hal. 9

<sup>28</sup> Ponny Retno Astuti, (2008), *Meredam Bullying*, Jakarta: Grafindo, hal. 22

korban diruangan atau dengan mengitari, memelintir, menonjok, mendorong, mencakar, melukai, mengancam, dan merusak kepemilikan korban, penggunaan senjata dan perbuatan kriminal.

- b. Non fisik terbagi menjadi dua bentuk diantaranya:
  - 1) *Verbal*; contohnya, panggilan telepon yang meledak, pemalakan, pemerasan, mengancam, atau intimidasi, menghasut, berkata jorok pada korban, berkata menekan, menyebarluaskan kejelekan korban.
  - 2) *Non-verbal*; secara langsung dan tidak langsung seperti:
    - a) Tidak langsung: diantaranya adalah manipulasi pertemanan, mengasingkan, tidak mengikutsertakan, mengirim pesan menghasut, curang, sembunyi-sembunyi.
    - b) Secara langsung; contohnya gerakan (tangan kaki, atau anggota badan dan lainnya) kasar atau mengancam, menatap, muka mengancam, bentakan mengancam atau menakuti.

Berdasarkan bentuk-bentuk *bullying* yang telah dijelaskan di atas bahwa, memungkinkan bahwa tindakan yang dilakukan adalah perlakuan untuk menyakiti korban yang terjadi dilingkungan pendidikan. Prilaku *bullying* sangatlah merugikan bagi korban, bahkan prilaku tersebut adalah prilaku yang dilarang dalam Agama Islam.

Allah *Subhana Wa Ta'ala* sangat melarang perbuatan yang merugikan orang lain, termasuk *bullying* ini, sebagaimana firman Allah *Subhana Wa Ta'ala* dalam Q.S Al-Hujarat ayat 11 sebagai berikut:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ اَنْ يَّكُوْنُوْا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ اَنْ يَّكُوْنَ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوْا اَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوْا بِالْاَلْقَابِ بِئْسَ الْاَسْمُ الْفُسُوْقُ بَعْدَ الْاِيْمٰنِ ۗ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَاُولٰٓئِكَ هُمُ

الظَّالِمُوْنَ ﴿١١﴾

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh Jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh Jadi yang

*direndahkan itu lebih baik. dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan Barangsiapa yang tidak bertobat, Maka mereka Itulah orang-orang yang zalim.*<sup>29</sup>

Dari ayat diatas dapat dipahami bahwa, ayat diatas menjelaskan larangan memperolok atau mencela atau membuat gelar-gelar yang tidak baik terhadap manusia. Ayat ini memiliki kaitan dengan perilaku *bullying*, disebabkan dalam perilaku *bullying* terdapat bentuk *bullying* yaitu bentuk *verbal* seperti mengejek, memberi julukan, memaki, berkata kotor dan lain sebagainya.

Dengan hal demikian, Rasulullah *Sallahu 'Alaihi Wasallam* bersabda dari HR Al-bukhari :

مَثَلُ الْمُؤْمِنِينَ فِي تَوَادُّهِمْ، وَتَعَاطُفِهِمْ، وَتَرَاحُمِهِمْ، مَثَلُ الْجَسَدِ، إِذَا اشْتَكَى مِنْهُ عُضْوٌ تَدَاعَى سَائِرُ الْجَسَدِ بِالسَّهْرِ وَالْحُمَى

*Artinya: "Perumpamaan orang-orang beriman dalam kecintaan, kasih dan sayang. Dan kelemahan lembut di antara mereka itu bagaikan satu tubuh. Apabila salah satu anggota menderita maka seluruh badan pun ikut merasakan panas dan tidak dapat tidur.(Hadis Riwayat Imam Bukhari).*<sup>30</sup>

Hadis diatas merupakan larangan untuk mencela saudara, dan merumpamakan umat Islam itu satu tubuh yang bekerja aktif secara keseluruhan. Yang satu jadi matanya, yang lain jadi telinganya, jantungnya, otak, kaki dan tangannya. Apabila ada salah satu anggota tubuh yang tidak lengkap atau tidak berfungsi, hal itu akan mengurangi

---

<sup>29</sup>Departemen Agama RI, (2009), *Al-Qur'an Tiga Bahasa*, Depok: Al-Huda, hal. 1026

<sup>30</sup> Abdullah Azzam, (2013), *Tarbiyah Jihadiyah*, Solo: Jazera, hal. 61

produktivitas dan kontribusi, maka pada saat engkau mencela salah seorang saudaramu, sebenarnya engkau telah mencela dirimu sendiri.

Selain itu, perilaku *bullying* ini sangat erat dengan akhlak. Perilaku *bullying* ini dikategorikan akhlak tercela (*mazhmumah*) atau akhlak yang jelek (*sayyiyah*). Dalam kajian akhlak tercela ciri-cirinya yakni; kufur, syirik, murtad, fasik, riya, takabur, mengadu domba, dengki/iri, hasut, kikir, dendam, khianat, memutuskan silaturahmi, putus asa, segala perbuatan tercela dalam pandangan Islam.<sup>31</sup>

Berdasarkan penjelasan mengenai perilaku *bullying* di atas adalah akhlak tercela yang dilakukan oleh individu kepada individu lainnya atau kelompok satu dengan kelompok lainnya dengan maksud untuk menyakiti baik itu meyakiti dengan lisan atau perbuatan dengan agresifitas yang dilakukannya, dan perilaku *bullying* ini dibenci oleh Allah *Subhana Wata'ala* yang akan memberikan dampak yang negatif kepada korban *bullying*.

### 3. Karakteristik Pelaku dan Korban *Bullying*

Pelaku *bullying* maupun korban *bullying* memiliki karakteristik yang khas diantaranya:<sup>32</sup>

#### a) Pelaku *bullying*

Karakter pelaku digambarkan hiperaktif, agresif, deskriminatif, menikmati donasi atas anak atau remaja lainnya, cenderung pemaarah, mudah tersinggung, dan memiliki toleransi rendah terhadap frustrasi. Pelaku juga cenderung sulit memproses informasi sosial, sehingga sering menginterpretasikan secara

---

<sup>31</sup>Rosihon Anwar, (2010), *Akhlak Tasawuf (Disusun Berdasarkan Kurikulum Terbaru Nasioanl Perguruan Tinggi Agama Islam)*, Bandung: Pustaka Setia, hal. 31

<sup>32</sup>Surilena, (2016), *Perilaku Bullying (prundungan) pada anak dan remaja*, Jakarta: Jurnal Psikologi, Vol. 43 No. 1

keliru perilaku sebagai perilaku bermusuhan ditunjukkan pada teman yang lain.

b) Korban *bullying*

Karakteristik korban *bullying* adalah mereka yang terlihat penampilan perilakunya sehari-hari berbeda, ukuran tubuh secara fisik lebih kecil, lebih tinggi, atau lebih berat badannya dibandingkan kebanyakan anak remaja atau remaja seusianya, berasal dari latar belakang etnik, keyakinan, atau budaya yang berbeda dari kebanyakan anak atau remaja dilingkungannya, memiliki kemampuan bakat dan minat yang istimewa, keterbatasan kemampuan tertentu, misalkan gangguan belajar, retardasi mental, dan lainnya. Umumnya korban anak yang pencemas, mudah gugup, suka merasa tidak aman, pemalu, pendiam, memiliki cacat mental, masalah tingkah laku atau gangguan *neurologis*.

Karakteristik pelaku maupun korban *bullying* yang telah dipaparkan diatas mengingatkan bahwa, pentingnya pengetahuan orang dewasa, maksudnya adalah dilingkungan rumah dan masyarakat baik orang tua dan masyarakat harus mengetahui bahwa karakteristik anak yang terlibat perilaku *bullying* baik pelaku maupun korban, agar kiranya mereka dapat mengantisipasi atau mencegah terjadinya perilaku ini, termasuk dilingkungan sekolah. Jika dilingkungan keluarga dan masyarakat anak tidak mengalami faktor-faktor yang mendukung terjadinya perilaku ini maka disekolah tidak akan ada perilaku *bullying* ini. Namun tidak dapat dipungkiri, yang sering terlihat perilaku *bullying* ini teraplikasikan di lingkungan sekolah, apalagi masa usia remaja dimana tugas perkembangan mereka mencari jati diri.

#### **4. Dampak Perilaku *Bullying***

Adapun dampak dari perilaku *bullying* ini mengarah kepada hal yang negatif, baik bagi korban maupun bagi pelaku yang berdampak terhadap kehidupan individu, terhadap kehidupan akademiknya, serta kehidupan

sosialnya. Selain itu perilaku *bullying* akan mempengaruhi perkembangan siswa atau remaja dalam jangka pendek maupun jangka panjang bahkan sampai berlanjut sampai dewasa.

Dampak pada perkembangan siswa yang sudah dimasa remaja ini, jika perilaku *bullying* dilakukan oleh pelaku kepada korban yang berdampak kepada keduanya jika dilakukan terus menerus tanpa ada pencegahan dan penanganan akan mengakibatkan ketidak siapan mereka dalam menjalankan tugas perkembangan mereka, yang mana tugas perkembangan mereka yang harus diselesaikan adalah:

- 1) Mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita
- 2) Mencapai peran sosial pria dan wanita
- 3) Menerima keadaan fisiknya dan menggunakannya secara efektif
- 4) Mencari kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya
- 5) Mencapai jaminan kebebasan ekonomis
- 6) Memilih dan menyiapkan lapangan pekerjaan
- 7) Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuan dirinya.
- 8) Memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip, atau falsafah hidup.
- 9) Mampu meninggalkan reaksi diri (sikap/ perilaku) kekanak-kanakan.<sup>33</sup>

Berdasarkan poin tugas perkembangan masa remaja di atas, dapat dipahami bahwa, akan berdampak besar kepada tugas perkembangan siswa baik bagi pelaku apa lagi pada korban. Jika mereka gagal dalam menyelesaikan tugas mereka maka mereka akan menjadi remaja yang tidak baik, pribadi yang tidak baik, kehidupan individu tidak terarah, kehidupan akademiknya menurun, serta kehidupan sosialnya juga tidak baik atau merugikan diri sendiri dan merugikan orang lain.

---

<sup>33</sup> Yudrik Jahja, (2011), *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana, hal. 238

## C. Layanan Bimbingan Kelompok

### 1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno “Layanan BKP merupakan jenis layanan dalam BK yang dilakukan secara kelompok yang dipimpin oleh PK (pemimpin kelompok) dan diikuti oleh AK (anggota kelompok). Dengan mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi, BKP dapat dilaksanakan dimana saja di dalam ruangan maupun di luar ruangan. Adapun materi yang dibahas dalam BKP adalah masalah umum, baik topik tugas maupun topik bebas”.<sup>34</sup>

Selain itu, Sukardi berpendapat bahwa “Layanan bimbingan kelompok, yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah siswa (konseli) secara bersama–sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari nara sumber tertentu. Pelayanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh fungsi utama bimbingan yang didukung oleh layanan konseling kelompok yakni fungsi pengentasan”.<sup>35</sup>

Berdasarkan penjelasan pengertian layanan bimbingan kelompok diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama membahas topik tertentu dimana siswa yang dilayani lebih dari satu

---

<sup>34</sup>Prayitno, M. Sc. Ed, *Konseling Profesional Yang Berhasil : Layanan dan Kegiatan Pendukung.....*hal.107

<sup>35</sup>Dewa Ketut Sukardi, NK, (2008), *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta, hal. 78

orang untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan tindakan tertentu.

## 2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa). Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik *verbal* maupun *non-verbal* para siswa.<sup>36</sup>

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah melatih siswa untuk dapat terbuka di dalam kelompok dan dapat meningkatkan keakraban bersama teman-teman dalam kelompok.

Berdasarkan firman Allah *Subhanahu Wata'ala* pada surah Al-Maidah Ayat 2:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ ۖ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۖ

إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ﴿٢﴾

Artinya: "... Dan bertolong menolonglah dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sungguh, Allah sangat berat siksa-Nya."<sup>37</sup>

Ayat di atas menjelaskan bahwa setiap manusia harus berhubungan baik dengan manusia yang lainnya dengan saling bermanfaat satu sama lain dan

<sup>36</sup> Tohirin, (2011), *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Jakarta: Rajawali Pers, hal.172

<sup>37</sup>Departemen Agama..h. 106

tolong menolong dalam hal kebaikan. Yakni hendaknya tolong menolong dan berusaha mengerjakan apa yang yang Allah perintahkan dan mengaplikasikannya.

Berkaitan dengan layanan bimbingan kelompok, kandungan ayat tersebut merupakan dasar dan tujuan dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok itu sendiri. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok saling baik pemimpin kelompok (guru BK) maupun anggota saling tolong menolong dengan memberikan bantuan untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh anggota kelompok.

### **3. Isi Layanan Bimbingan Kelompok**

Layanan bimbingan kelompok membahas , materi atau topik-topik umum baik topik tugas maupun topik bebas. Topik yang dibahas dalam layanan bimbingan kelompok baik topik bebas maupun topik tugas dapat mencakup bidang-bidang pengembangan kepribadian, hubungan sosial, pendidikan, karir, kehidupan berkeluarga, kehidupan beragama dan lain sebagainya. Topik sub bidang yang relevan. Misalkan pengembangan bidang pendidikan dapat mencakup masalah-masalah cara belajar, kesulitan belajar, gagal ujian dan lain sebagainya.<sup>38</sup>

Jika diklasifikasikan, topik pembahasan layanan bimbingan kelompok ini adalah sebagai berikut:

- a. Topik tugas adalah pokok bahasan yang datangnya dari pemimpin kelompok dan ditugaskan untuk membahasnya bersama-sama anggota kelompok, sedangkan

---

<sup>38</sup>Tohirin, (2013), *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbais Integrai)i*, Jakarta: Rajawali Pers, hal. 165-166

- b. Topik bebas adalah pokok bahan yang dikemukakan secara bebas oleh para anggota kelompok. Satu persatu anggota kelompok mengemukakan topik secara bebas, kemudian dipilih yang mana yang akan dibahas pertama, kedua dan seterusnya.

#### 4. Materi Bimbingan Kelompok

Adapun materi umum layanan bimbingan kelompok melalui dinamika bimbingan kelompok dapat dibahas berbagai hal yang amat beragam (dan tidak terbatas) yang berguna bagi siswa (dalam segenap bidang bimbingan). Materi tersebut meliputi:

1. Pemahaman dan pemantapan kehidupan keberagaman, dan hidup sehat.
2. Pemahaman dan penerimaan diri dan orang lain sebagaimana adanya (termasuk perbedaan individu, sosial dan budaya, serta permasalahannya).
3. Pemahaman tentang emosi, prasangka, konflik dan peristiwa yang terjadi dimasyarakat, serta pengendalian/pemecahannya.
4. Pengaturan dan penggunaan waktu secara efektif (untuk belajar dan kegiatan sehari-hari serta waktu senggang).
5. Pemahaman tentang adanya berbagai alternatif dan kebiasaan belajar dan cara-cara penanganannya (termasuk EBTA, EBTANAS, UMPT).
6. Pemahaman tentang dunia kerja, pemilihan dan pengembangan karir, serta perencanaan masa depan.
7. Pemahaman tentang pilihan dan persiapan memasuki jurusan/program studi dan pendidikan lanjutan.<sup>39</sup>

Berdasarkan penjelasan materi bimbingan kelompok diatas, dalam penelitian yang dilakukan, dapat memilih layanan bimbingan kelompok sebagai tindakan yang akan dilakukan oleh peneliti dalam permasalahan sikap penyesuaian diri korban *bullying* terhadap lingkungan sosialnya.

---

<sup>39</sup>Prayitno, dkk. (1997) *Pelayanan Bimbingan dan Konseling SMU*, Jakarta: Bina Sumber Daya MIPA, hal. 78

## 5. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok

Prayitno memaparkan tahap-tahap bentuk bagan dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling adalah sebagai berikut:<sup>40</sup>

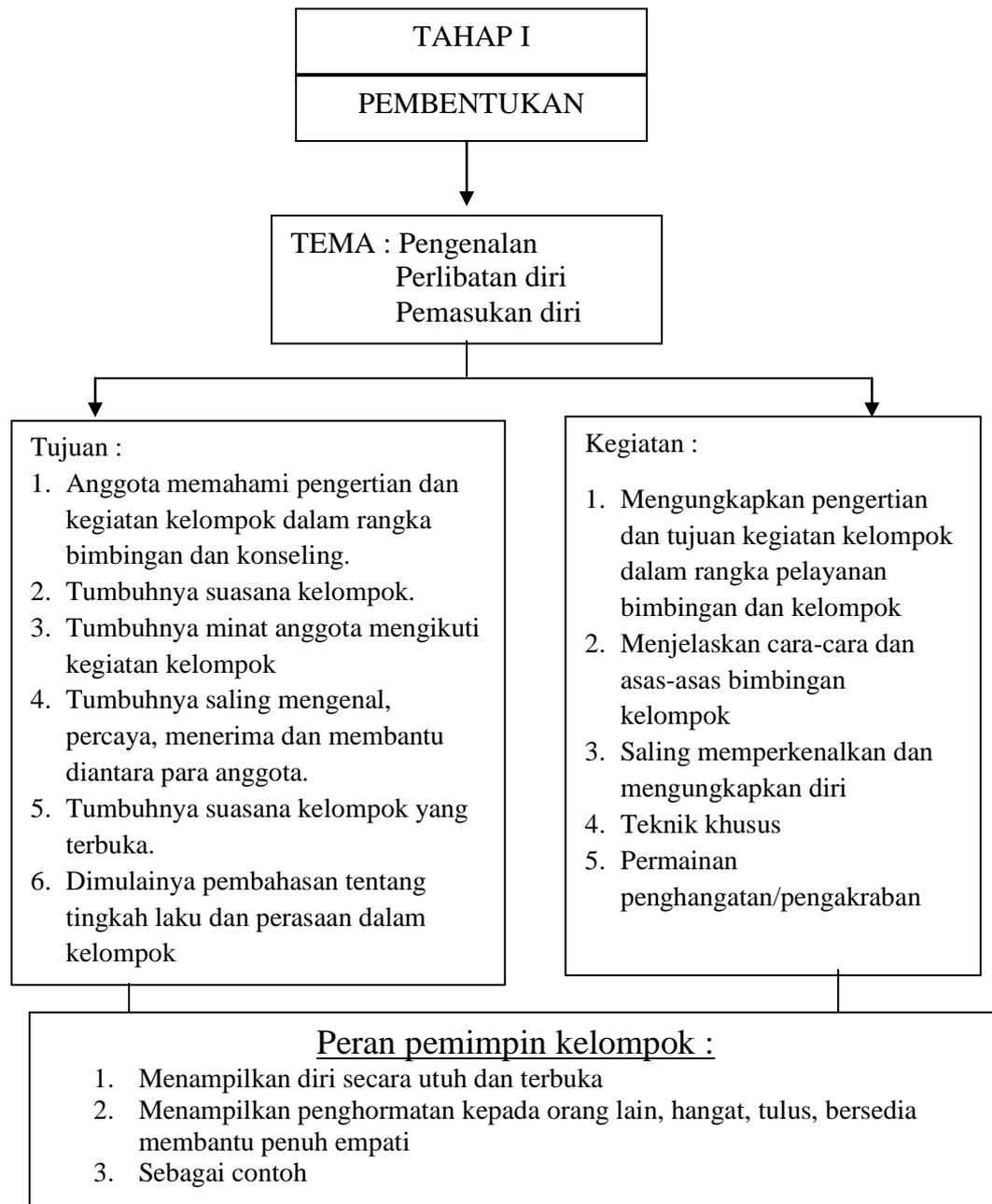
### a. Tahap Pembentukan

Pada Tahap ini dimulai dengan pengumpulan calon anggota kelompok dalam rangka kegiatan kelompok yang direncanakan tahap ini merupakan tahap pengenalan. Tahap pelibatan diri atau tahap memasukkna diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan ataupun harapan-harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian maupun seluruh anggota.

Pola keseluruhan tahap pertama dapat disimpulkan ke dalam bagan satu :

---

<sup>40</sup> Prayitno, (2004) , *Layanan LI-L9*, Universitas Negeri Padang, hal. 20

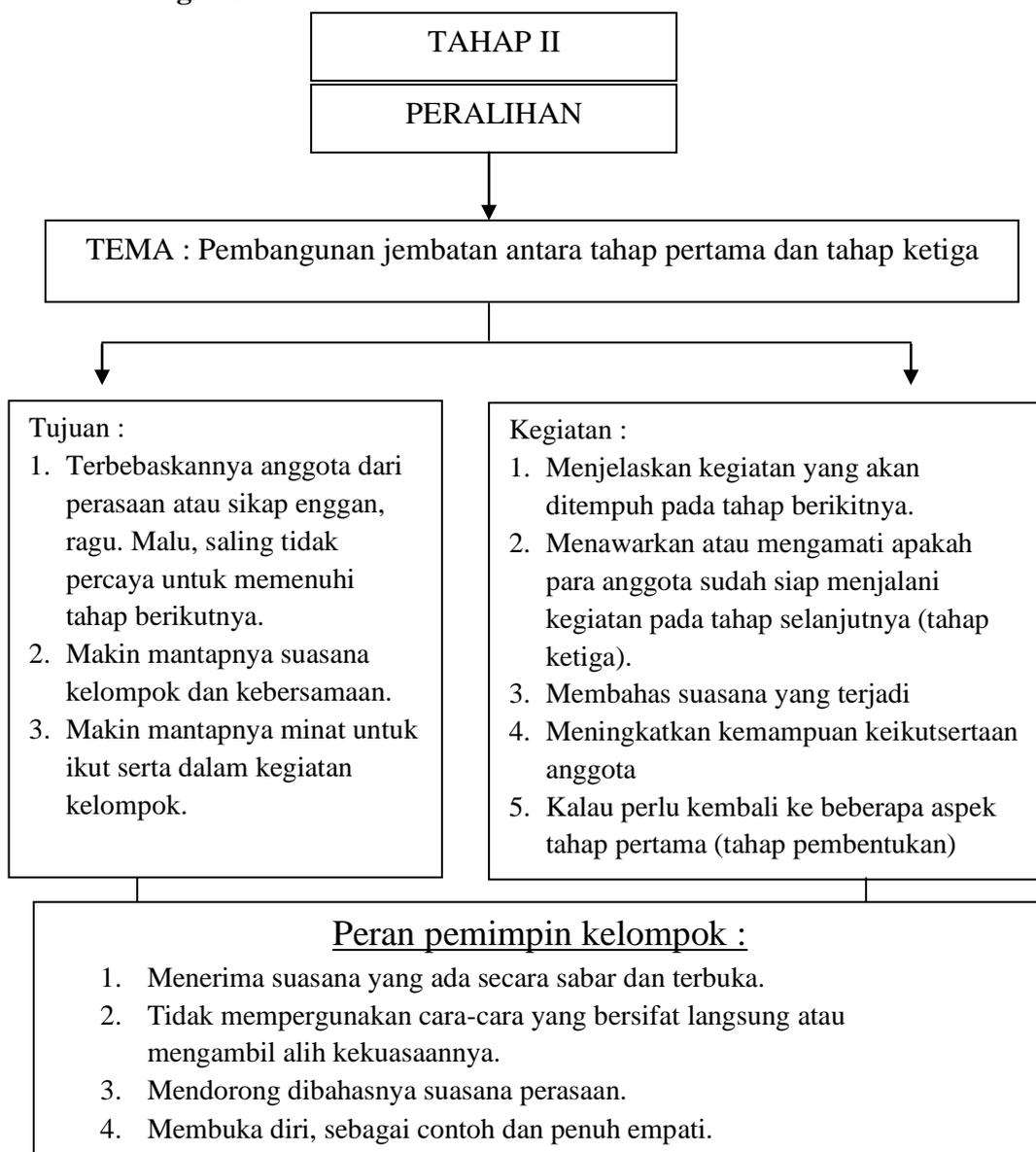
**Bagan I****b. Tahap Peralihan**

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan peranan anggota kelompok dalam kelompok “kelompok bebas” atau “kelompok tugas” kemudian pemimpin kelompok menawarkan apakah para anggota sudah siap melaksanakan kegiatan lebih lanjut

itu. Dalam tahap ini dijelaskan bahwa pemimpin kelompok menjelaskan peranan para anggota kelompok dalam kelompok. Pada awal tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan tentang jenis kegiatan kelompok yang akan dijalani, apakah itu kelompok bebas atau kelompok tugas. Pemimpin kelompok menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada tahap kegiatan.

Pola keseluruhan dalam tahap peralihan dapat digambarkan ke dalam bagan dua:

### **Bagan II**

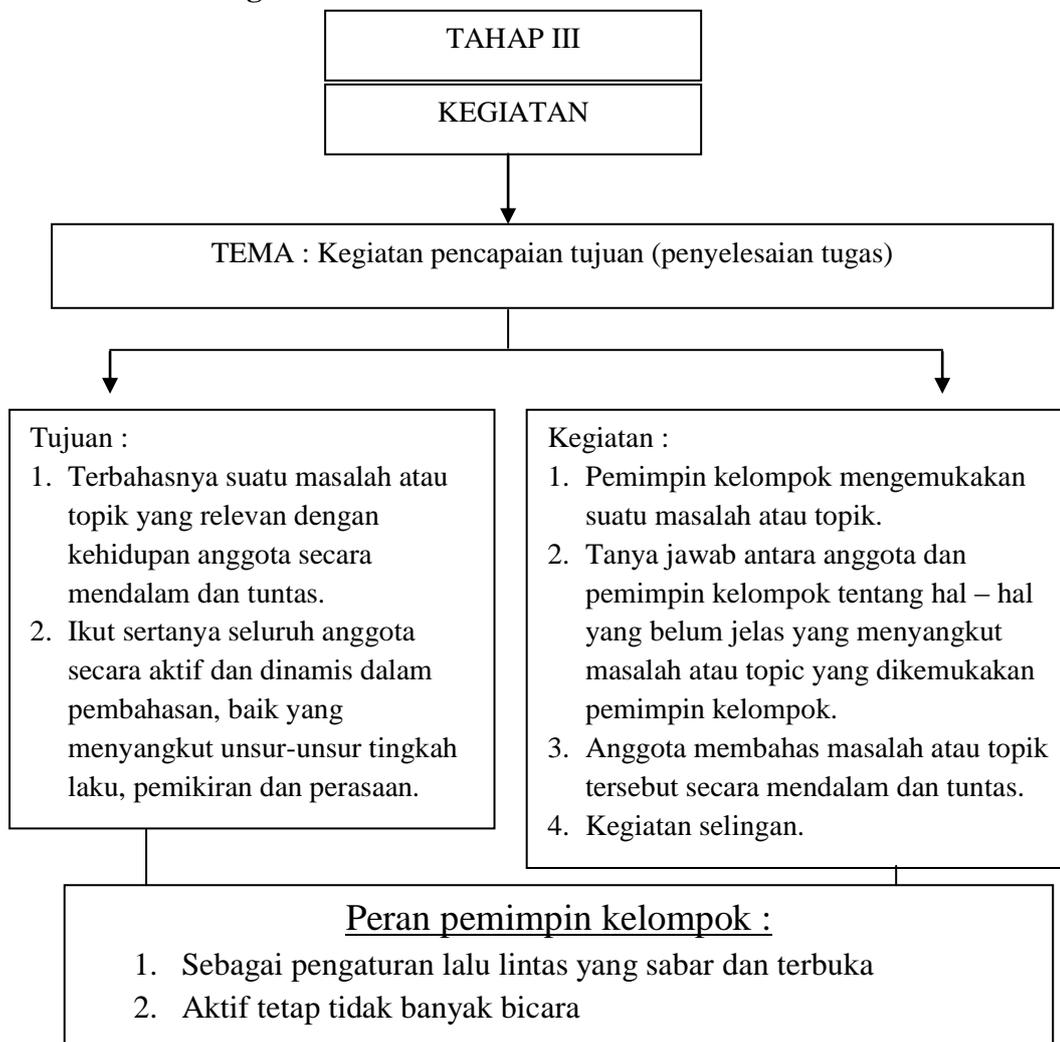


### c. Tahap Kegiatan

Tahap ini hubungan antar anggota kelompok tumbuh dengan baik. Saling tukar pengalaman dalam bidang suasana perasaan yang terjadi, pengutaraan, penyajian dan pembukaan diri berlangsung dengan bebas. Demikian pula saling tanggap dan tukar pendapat berjalan dengan lancar. Para anggota bersikap saling membantu, saling menerima, saling kuat-menguatkan dan saling berusaha untuk memperkuat rasa kebersamaan.

Pola keseluruhan dalam tahap peralihan dapat digambarkan ke dalam bagan tiga.

#### Bagan III

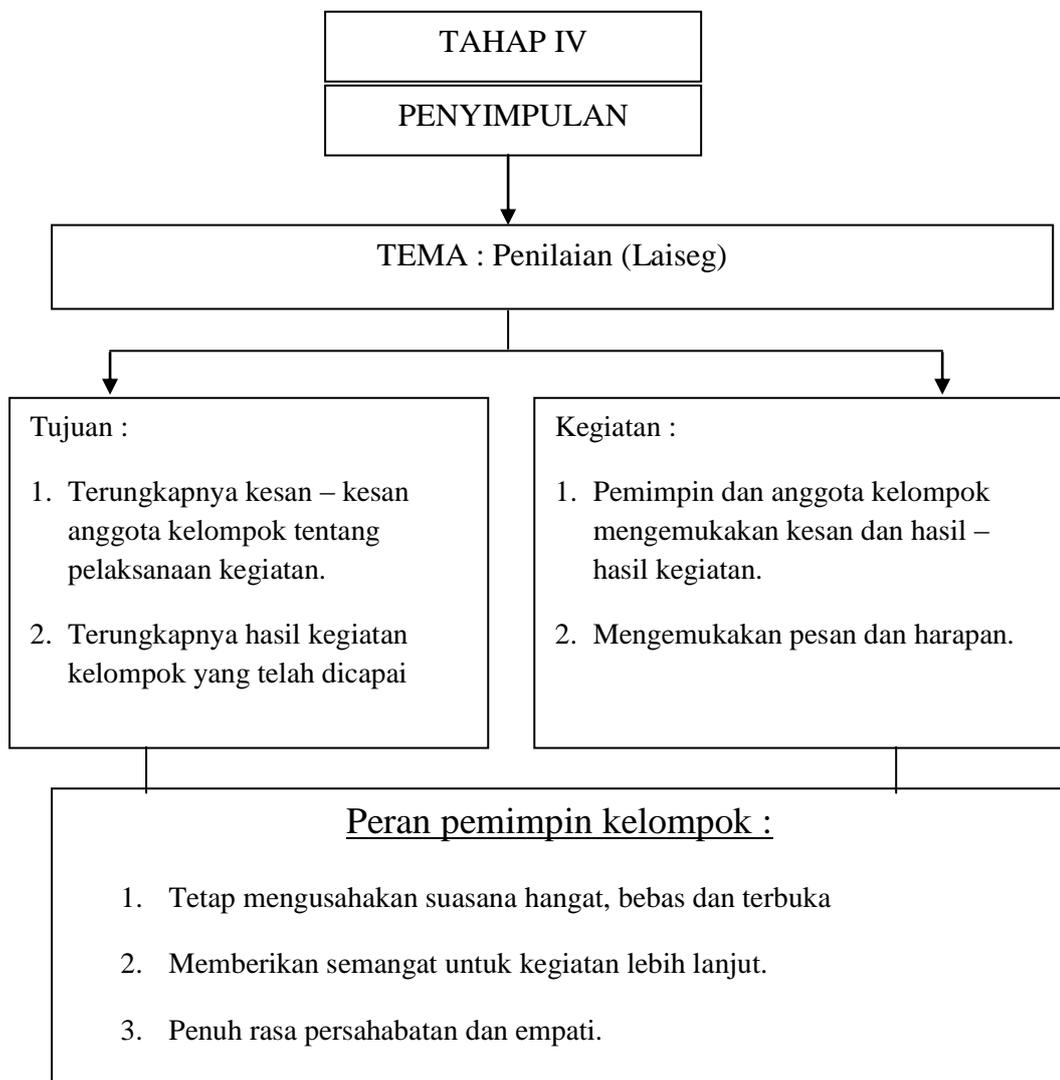


#### d. Tahap Penyimpulan

Tahap penyimpulan ini pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada kelompok untuk menyimpulkan hasil kegiatan serta menyampaikan pesan dan kesan mereka.

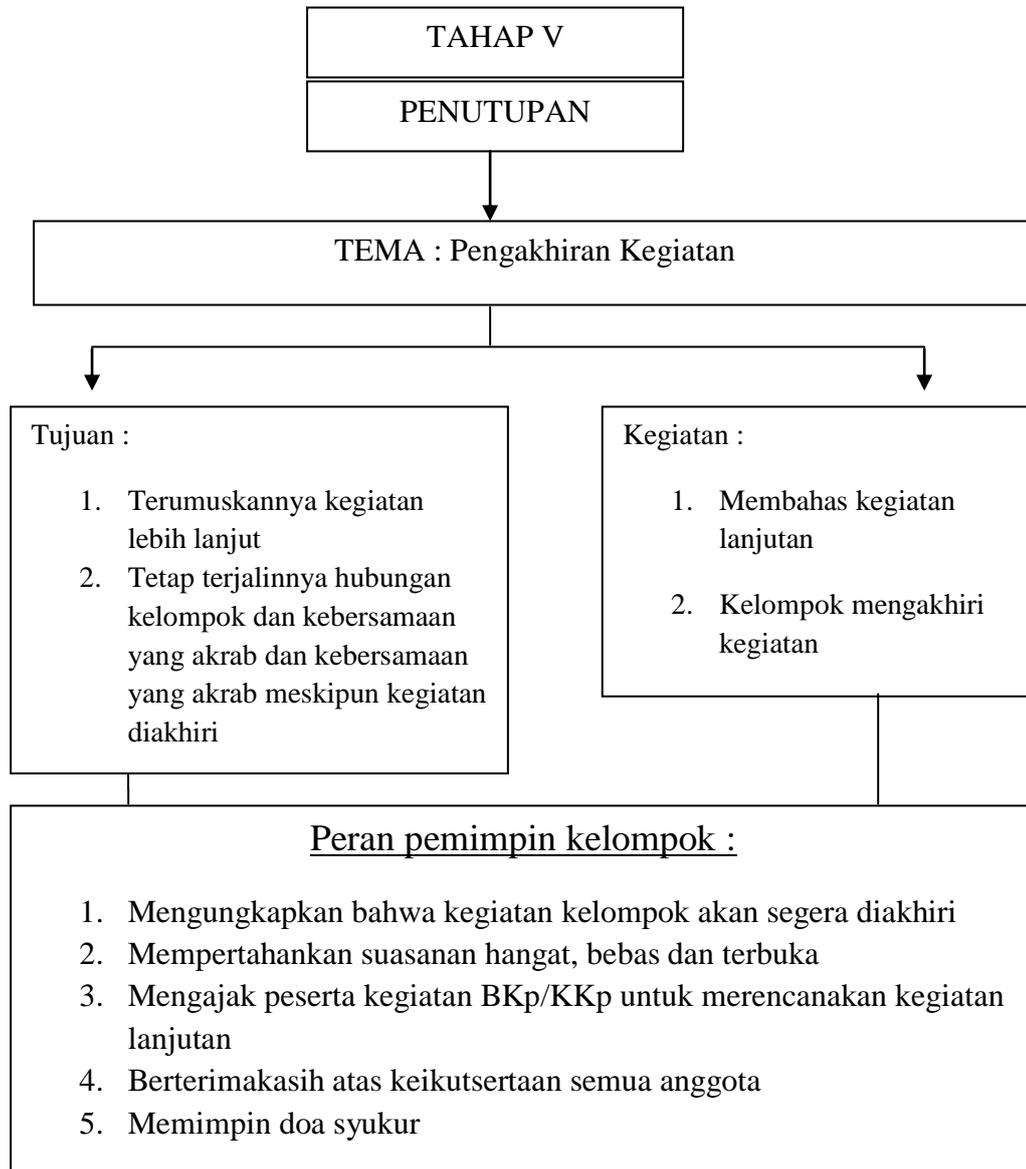
Pemimpin kelompok dapat mengadakan evaluasi dengan melakukan tiga tahapan penilaian yaitu : penilaian segera (laiseg), Penilaian jangka pendek (lajipen) dan Penilaian jangka panjang (lajipen).

#### Bagan IV



**e. Penutup**

**Bagan V**



Dalam bagan ini dijelaskan bahwa pemimpin kelompok mengajak peserta Bimbingan kelompok untuk merencanakan kegiatan lanjutan. Pemimpin kelompok juga mengungkapkan bahwa kegiatan kelompok akan diakhiri. Kegiatan ditutup dengan ucapan terimakasih kepada semua anggota kelompok dan doa bersama.

**D. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dalam upaya meningkatkan penyesuaian diri Korban *Bullying* di Madrasah**

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok haruslah dilakukan oleh Konselor atau guru BK di madrasah atau sekolah yang memiliki program Bimbingan dan Konseling. Melihat permasalahan-permasalahan yang terjadi di sekolah, terkhusus pada siswa yang dikategorikan memasuki usia remaja, dimana mereka harus dan perlu dibimbing untuk menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya.

Permasalahan yang terjadi dikalangan remaja adalah permasalahan sosial antar siswa, salah satunya adalah perilaku *bullying* dilakukan oleh kelompok atau individu terhadap individu lainnya. Sehingga dampak yang dirasakan atau dampak terhadap korban *bullying* sangatlah tampak dan merugikan bagi dirinya. Sehingga pada saat perilaku *bullying* dilakukan kepadanya penyesuaian dirinya tidak terkendali, atau bahkan penyesuaian diri yang rendah. Keduanya akan membuat korban *bullying* menjadi salah dalam menyesuaikan dirinya.

Maka dari itu, peran guru BK disekolah untuk melaksanakan tugas yang diemban sesuai dengan kode etik yang telah ada dan harus dilaksanakan. Salah satu tugas yang harus dilakukan adalah membantu individu atau siswa yang sedang dan mempunyai masalah baik pribadi, sosial, belajar, keluarga, karir, dan agama yang menjadi permasalahan yang dialaminya, maka guru BK harus membantunya dan membimbing siswa untuk mandiri menyelesaikan masalahnya.

Dengan layanan BK yang ada, guru BK harus mahir dalam memilih layanan apa yang akan diberikan kepada siswa sesuai dengan permasalahannya. Karena tidak semua layanan bisa diterapkan kepada siswa

yang bermasalah, meski layanan memiliki fungsi dan perannya masing-masing namun, dengan profesionalnya guru BK dalam memilih layanan bimbingan kelompok untuk diberikan terkhusus permasalahan perilaku *bullying* terhadap penyesuaian diri siswa, bagaimana guru BK mampu membantu siswa untuk meningkatkan sikap penyesuaian diri siswa dari perilaku *bullying* yang ia hadapi dengan baik melalui layanan yang diberikan.

#### **E. Penelitian Relevan**

Adapun penelitian relevan yang dapat dijadikan panduan penelitian oleh penulis adalah sebagai berikut:

1. Jurnal Pertama:
  - a. Penelitian kelompok yang dilakukan oleh Juni Fajar Sari sebagai mahasiswa BK FIP UNJ, Karsih, M.Pd dan Dr. Awaluddin Tjalla sebagai Dosen Bimbingan dan Konseling UNJ.
  - b. Judul penelitian ini adalah “ Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Kecenderungan Perilaku *Cyber Bullying* Pada Siswa Kelas VII SMP LABSCHOOL Jakarta Tahu Ajaran 2013-2014”.
  - c. Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana hubungan antara penyesuaian diri dengan kecenderungan perilaku *cyber bullying* pada siswa siswa kelas VIII SMP *Labschool* Jakarta tahun ajaran 2013-2014?”
  - d. Tujuan penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara penyesuaian diri dengan kecenderungan perilaku *cyber bullying* pada siswa kelas VIII SMP *Labschool* Jakarta tahun ajaran 2013-2014.

e. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi dengan sampel berjumlah 37 orang siswa. Dengan menggunakan instrumen dengan skala likert, yaitu instrumen penyesuaian diri dan instrumen kecenderungan perilaku *cyber bullying*. Adapun hasil dari penelitian, siswa yang memiliki penyesuaian diri tinggi sebesar 8,11%, sedang 35,14%, dan rendah 56,76%. Siswa yang memiliki kecenderungan perilaku *cyber bullying* tinggi sebesar 32,43%, sedang 21,62% dan rendah 45,95%. Korelasi antara penyesuaian diri dengan kecenderungan perilaku *cyber bullying* sebesar -0,583 dengan rtabel sebesar 0,325. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara penyesuaian diri dengan kecenderungan perilaku *cyber bullying* pada siswa kelas VIII SMP *Labschool* Jakarta tahun ajaran 2013-2014. Siswa yang memiliki penyesuaian diri yang tinggi, kecenderungan untuk melakukan *cyber bullying* rendah. Sebaliknya, siswa yang tidak memiliki penyesuaian yang tinggi atau penyesuaiannya rendah, kecenderungan untuk melakukan *cyber bullying* tinggi.<sup>41</sup>

## 2. Jurnal Kedua:

- a. Penelitian individu yang dilakukan oleh Windy Satika Lestari dari Lembaga Bimbingan Belajar Teknos Genius Cirendeudeu, Tangerang Selatan Indonesia yang berjudul “Analisis Faktor-Faktor

---

<sup>41</sup>Jurni Fajar Sari, K.AT, (2014), *Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Kecenderungan Perilaku Cyber bullying pada Siswa Kelas VIII SMP LABSCHOOL Jakarta*. Jurnal Bimbingan dan Konseling FIP UNJ.

Penyebab *Bullying* di Kalangan Peserta Didik” yang merupakan Sosio Didaktika Atau Sosial Science Education Jurnal dilakukan pada tahun 2016.

- b. Adapun rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apa sajakah dan bagaimana menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi penyebab *Bullying* dikalangan peserta didik?”
- c. Tujuan penelitian yang dilakukan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya perilaku *bullying*. Penelitian yang dilakukan fokus pada meneliti faktor keluarga, faktor teman sebaya, dan faktor media massa sebagai penyebab *bullying* di kalangan peserta didik SMP 2 Kota Tangerang Selatan.
- d. Adapun metode yang digunakan oleh peneliti relevan ini menggunakan metode kualitatif, dan jenis penelitiannya adalah studi kasus.
- e. Dalam penelitian yang dilakukan peneliti relevan, peneliti memperoleh data seperti: 1) faktor keluarga menjadi penyebab timbulnya perilaku *bullying* di kalangan peserta didik salah satunya disebabkan kurangnya keharmonisan keluarga, 2) faktor teman sebaya menjadi penyebab timbulnya perilaku *bullying* di kalangan peserta didik salah satunya karena tingginya intensitas komunikasi antar teman sebaya yang memungkinkan peserta didik ini tehasut oleh teman-temannya yang berorientasi negatif, 3) faktor media massa menjadi penyebab timbulnya perilaku *bullying* di kalangan peserta didik, karena penyalahgunaan media

sosial sebagai media untuk melakukan *bullying* dalam bentuk non-verbal.<sup>42</sup>

3. Jurnal Ketiga:

- a. Penelitian individu yang dilakukan oleh Mujiyati Mahasiswa BK STKIP Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2015.
- b. Judul penelitian “Peningkatan *Self Esteem* Siswa Korban *Bullying* Melalui Teknik *Assertive Training*”.
- c. Rumusan masalah “ Apakah ada Peningkatan *Self Esteem* Siswa Korban *Bullying* Melalui Teknik *Assertive Training*?”
- d. Tujuan penelitian adalah untuk memudahkan siswa dalam melakukan komunikasi dengan orang lain dengan baik dan menyenangkan sehingga dengan komunikasi yang efektif ini siswa sudah belajar untuk melakukan penguasaan terhadap diri sendiri.
- e. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian dan pengembangan (*reaseach and development*) untuk menghasilkan model konseling melalui teknik *Assertive Training* dalam meningkatkan *Self Esteem* Siswa Korban *Bullying*.
- f. Hasil temuan penelitian dapat disimpulkan bahwa model konseling melalui teknik *assertive training* efektif meningkatkan *self esteem* siswa korban *bullying*.<sup>43</sup>

---

<sup>42</sup>Windy Sartika Lestari, (2016), *Analisis Faktor-Faktor Penyebab Bullying di kalangan Peserta Didik*, Jurnal Soio Didaktika, p-ISSN: 2356-1386, -ISSN: 242-940

<sup>43</sup>Mujiyati, (2015), *Peningkatan Self Esteem Siswa Korban Bullying Melalui Teknik Assertive Training*, Lampung: Jurnal Fokus Konseling Vol. 1 No

- g. Alasan menjadi penelitian relevan adalah variabel yang diteliti tidak jauh berbeda, hanya saja peneliti menggunakan metode PTBK.

4. Jurnal Keempat:

- a. Penelitian kelompok yang dilakukan oleh Christoph E. Branson & Dewey G. Cornell.
- b. Judul penelitian (*journal of applied school psychology*) “*A Comparison Of Self And Peer Reports In The Assessment Of Middle School Bullying*”. Atau “Perbandingan Laporan Mandiri dan Kelompok dalam Penilaian Prilaku Sekolah Menengah”
- c. Rumusan masalah “Apakah Ada Perbandingan Antara Laporan Diri *Bullying* Dengan Nominasi Rekan Di Sampel 355 Sekolah Menengah?”
- d. Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbandingan Antara Laporan Diri *Bullying* Dengan Nominasi Rekan Di Sampel 355 Sekolah Menengah.
- e. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *laporan self-and peer-report*.
- f. Hasil penelitian Laporan sendiri menunjukkan korespondensi rendah sampai sedang dengan nominasi rekan untuk menggertak orang lain ( $r = .18$ ) dan untuk korban- ization (.32). Lebih dari dua kali lebih banyak siswa dikategorikan sebagai pengganggu menggunakan nominasi rekan sebaya (11%) dibandingkan dengan laporan diri (5%). Terlepas dari kesepakatan terbatas mereka, baik

yang dilaporkan sendiri maupun rekannya intimidasi / viktimisasi dikaitkan dengan ketidakmampuan sekolah. Hasil ini menimbulkan kekhawatiran tentang ketergantungan pada laporan diri atau rekan kerja sendiri untuk menilai prevalensi intimidasi sekolah menengah.

Berdasarkan penelitian relevan yang telah dijadikan pedoman bagi *observer* adalah, membantu *observer* dalam memahami teori mengenai *bullying* dan penyesuaian diri, membantu meringankan *observer* dalam menganalisis permasalahan yang terjadi sesuai dengan judul yang akan diteliti oleh *observer*.

#### **F. Kerangka Berfikir**

Kerangka konseptual ini merupakan definisi secara singkat dari sekelompok fakta atau gejala. Dalam hal ini, sebagai kerangka konseptual yang digeneralisasikan adalah “upaya meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying*”.

Adapun tindakan yang akan diberikan adalah Layanan Bimbingan Kelompok yang akan diberikan kepada siswa yang membutuhkan. Kesuksesan layanan ini sangat dipengaruhi sejauh mana tujuan yang akan dicapai dalam layanan yang diselenggarakan. Tujuan umum dari layanan bimbingan kelompok adalah meningkatnya sikap penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sosialnya, terkhusus pada kemampuan siswa dalam menyikapi perilaku *bullying* terhadapnya.

### **G. Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan penjelasan teori pada kajian teoritis, maka peneliti menghipotesis penelitian tindakan yakni “Layanan Konseling Kelompok Dapat Meningkatkan Sikap Penyesuaian Diri Korban *Bullying* di Kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan”.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Adapun jenis metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK). Adapun pendekatan yang dilakukan adalah pendekatan kualitatif yang berguna mengungkapkan atau memaparkan hasil penelitian secara deskriptif.

Hal ini dijelaskan Dewi & Rosmala dalam sudut pandang mereka bahwa Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) adalah upaya yang dilakukan secara terencana dan sistematis dengan melakukan refleksi terhadap praktik pelayanan selanjutnya melakukan tindakan perbaikan untuk peningkatan praktik pelayanan konseling.<sup>44</sup>

Dalam hal ini, penelitian tindakan bimbingan konseling yang dilakukan oleh peneliti yakni “Upaya meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* melalui layanan konseling kelompok di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan”.

#### **B. Subjek dan Objek Penelitian**

Adapun subjek dan objek penelitian sebagai berikut:

##### 1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan yang berjumlah 8 siswa. Ditetapkan berdasarkan pengamatan dan wawancara kepada guru BK mengenai korban *bullying* selama

---

<sup>44</sup>Dewi&Rosmala, (2013), *Profesionalisasi Guru Bk Melalui Ptbk*, Medan: Unimed Press, hal. 16

peneliti melakukan PLKPS di MAN 3 Medan. Dengan pengamatan subjek kelas XI MIA-5 berjumlah 40 siswa.

## 2. Objek Penelitian

Adapun objek penelitian yang dilakukan adalah sikap penyesuaian diri korban *bullying* dan layanan konseling kelompok.

## C. Lokasi dan Waktu Penelitian

### 1. Tempat penelitian

Dalam penelitian yang akan dilakukan, peneliti memilih MAN 3 Medan sebagai lokasi penelitian yang beralamat di Jln. Pertahanan Patumbak No. 99, sigara-gara, Patumbak, Medan tepatnya pada kelas XI MIA-5.

### 2. Waktu penelitian.

Adapun waktu pelaksanaan penelitian ini pada semester II T.A 2017/2018, dan pelaksanaan penelitian dilaksanakan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

NO	NAMA KEGIATAN	DESEMBER 2017				JANUARI 2018				FEBRUARI 2018				MARET 2018				APRIL 2018			
		BULAN KE				BULAN KE				BULAN KE				BULAN KE							
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Acc Judul																				
2	Penyusunan Proposal																				

3	Bimbingan Proposal																			
4	Seminar Proposal																			
5	Riset																			

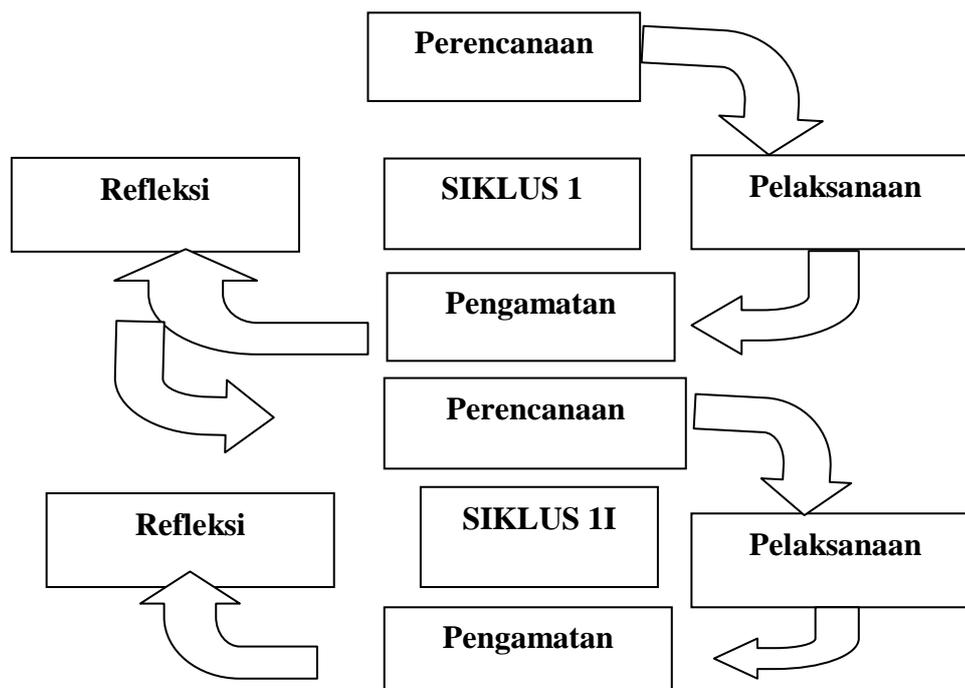
**Tabel 2.1 Jadwal Pelaksanaan Penelitian**

#### D. Prosedur Observasi

Prosedur penelitian yang digunakan oleh peneliti yakni dengan menggunakan penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK) dengan desain penelitian model Kemmis dan Mc Taggart.

Model ini terdiri dari empat komponen diantaranya yaitu: perencanaan, tindakan, observasi, refleksi yang dipandang suatu siklus.<sup>45</sup>

Berikut adalah gambar alur siklus tindakan kelas yang dipakai dalam Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling:



<sup>45</sup> Dede Rahmat Hidayat dan Aip Badrujaman, (2012), *Penelitian Tindakan dalam Bimbingan Konseling*, Jakarta: Indeks, hal. 159

### Gambar 1. Skema Penelitian Tindakan Kelas Kemmis dan Taggart

Adapun langkah-langkah penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan melalui dua siklus. Tiap-tiap siklus dilaksanakan dengan perubahan yang diharapkan tercapai. Berikut prosedur penelitian tindakan bimbingan dan konseling:

#### 1. Desain Penelitian Untuk Siklus I

##### a. Perencanaan

Tahap perencanaan ini, peneliti melakukan tindakan untuk memperbaiki dan meningkatkan penyesuaian diri korban *bullying* di kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan. Pada tahap ini kegiatan dan aktivitas yang akan dilakukan adalah peneliti menyiapkan seluruh perangkat yang diperlukan untuk penelitian. Perangkat yang diperlukan dapat dilihat pada tabel berikut:

No	Kegiatan	Produk
1	Menyiapkan rancangan pelayanan bimbingan kelompok (RPLBK) untuk siklus I	RPBK pertemuan 1s/d 2
2	Meyediakan format penelitian RPLBK (Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling)	Format penelitian RPLBK
3	Menyediakan daftar observasi <i>Chek list</i> ,	Daftar observasi <i>Chek list</i> sikap penyesuaian diri
4	Menyediakan format penilaian proses bimbingan kelompok	Format leiseg, laijapen, dan aktivitas pelaksanaan bimbingan kelompok

5	Menyepakati jadwal dan tempat bimbingan kelompok	Sebanyak 2 kali pertemuan diruang BK/ Kondisional
6	Menentukan kriteria keberhasilan	80% S/D 90% dari jumlah siswa 10 siswa yang sikap penyesuaian dirinya rendah

**Tabel 2.2 Perencanaan Siklus I**

### **b. Tindakan**

Pelaksanaan bimbingan kelompok dalam penelitian untuk meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* dalam kegiatan sehari-harinya. Kegiatan ini direncanakan 2 kali pertemuan. Pertemuan pertama dilaksanakan berdasarkan berdasarkan rancangan RPLBK bimbingan kelompok dapat dilaksanakan dengan mengikuti langkah-langkah berikut ini:

#### **1) Tahap Pembentukan**

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap dimana terlihatnya diri anggota dalam kelompok. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah sebagai berikut: a) mengucapkan salam, b) ucapan terima kasih dan selamat datang, c) membaca doa, d) menyampaikan pengertian bimbingan kelompok, dan tujuan bimbingan kelompok, e) menyampaikan asas bimbingan kelompok (asas keterbukaan, asas keaktifan, asas kesukarelaan, asas kenormatifan, f) perkenalan.

#### **2) Tahap Peralihan**

Tahap ini merupakan jembatan menuju ketahapan ketiga, yaitu tahap kegiatan. Dalam tahapan ini dilakukan sebagai

berikut: a) menjelaskan kegiatan yang akan di jalani, b) menanyakan apakah anggota sudah siap, c) mempelajari suasana yang terjadi dalam kelompok.

### **3) Tahap Kegiatan**

Pada tahap kegiatan ini peneliti menggunakan tehnik diskusi kelompok, adapun tahapan tersebut berdasarkan dalam pelaksanaan tahapan ini pemimpin kelompok akan mengemukakan suatu masalah atau topik yang akan dibahas secara bersama. Tanya jawab antar anggota kelompok dengan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas mengenai topik permasalahan yang akan dibahas. Dalam tahapan ini anggota kelompok akan membahas topik tugas secara mendalam dan tuntas.

### **4) Tahap Pengakhiran**

Tahap ini merupakan tahap penutup dalam kegiatan bimbingan kelompok. Dalam kegiatan ini pemimpin kelompok melakukan beberapa kegiatan diantaranya: a) PK mengatakan kegiatan akan berakhir, b) pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil kegiatan, c) merencanakan kegiatan lanjutan, d) menyampaikan pesan dan harapan, e) membaca doa, f) salam dan menyanyikan lagu sayonara.

**c. Observasi**

Pada tahap ini akan dilakukan 2 kali pada tahap observasi diri siswa dan tahap proses kegiatan. Tahap observasi kegiatan pengamatan atas hasil atau dampak dari tindakan yang dilaksanakan terhadap konseli (siswa). Observasi dilakukan pada saat proses bimbingan kelompok dengan menganalisis peningkatan sikap penyesuaian diri pada saat pelaksanaan bimbingan kelompok.

**d. Refleksi**

Tahap refleksi merupakan kegiatan mengkaji, melihat, dan mempertimbangkan hasil atau dampak dari tindakan. Setelah melakukan observasi dilanjutkan kegiatan refleksi terhadap proses bimbingan kelompok dan hasil yang didapatkan. Jika hasilnya baik berarti tindakan pada siklus 1 baik. Kemudian analisis dilakukan pada pengentasan masalah penyesuaian diri korban *bullying* didasarkan verbatim dialog bimbingan kelompok.

Tahap selanjutnya konseli harus melakukan rencana yang telah disusun, selanjutnya peneliti memberikan tugas pada konseli untuk membantunya dalam mengatasi masalah penyesuaian diri korban *bullying* bersama-sama merencanakan tindakan yaitu alternatif solusi yang dipilih.

**e. Evaluasi**

Jika pada tahap tindakan penelitian siklus I belum mencapai target yang telah ditetapkan yakni masalah penyesuaian diri korban

*bullying* belum meningkat maka dilanjutkan pada siklus II. Tetapi jika sudah mencapai target kegiatan hanya mencapai siklus I.

## 2. Desain Penelitian Siklus II

### a. Perencanaan

Tahap perencanaan pada siklus II ini merupakan rancangan tindakan yang akan dilakukan berdasarkan konsep diatas, jika pada siklus I tidak mencapai target maka, dilakukan siklus II yakni untuk memperbaiki, meningkatkan, atau merubah perilaku dari sikap suatu solusi. Pada tahap kegiatan yang dilakukan adalah menyiapkan seluruh perangkat yang diperlukan untuk peneliti. Dapat dilihat pada tabel berikut:

No	Kegiatan	Produk
1	Menyiapkan rancangan pelayanan bimbingan kelompok (RPLBK)	RPLBK pertemuan 3 s/d 4
2	Menyediakan format penilaian RPLBK (Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling)	Format penilaian RPLBK
3	Menyediakan daftar observasi <i>Chek list</i>	Daftar observasi <i>Chek list</i> sikap penyesuaian diri
4	Menyediakan laporan awal mengatasi permasalahan sikap penyesuaian diri korban <i>bullying</i>	Laporan permasalahan sikap penyesuaian diri korban <i>bullying</i>

5	Menyediakan format penilaian permasalahan sikap penyesuaian diri korban <i>bullying</i> pada saat proses bimbingan kelompok	Lembar leiseg, laijapen, dan aktivitas pelaksanaan bimbingan kelompok
6	Menyepakati jadwal dan tempat bimbingan kelompok bersama siswa	Sebanyak 2 kali pertemuan di ruang BK atau di ruang terbuka.

**Tabel 2.3 Perencanaan Siklus II**

### **b. Tindakan**

Pelaksanaan bimbingan kelompok dalam penelitian untuk meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* dalam kegiatan sehari-harinya. Kegiatan ini direncanakan 2 kali pertemuan. Pertemuan pertama dilaksanakan berdasarkan berdasarkan rancangan RPLBK bimbingan kelompok dapat dilaksanakan dengan mengikuti langkah-langkah berikut ini:

#### **1) Tahap Pembetulan**

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap dimana terlihatnya diri anggota dalam kelompok. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah sebagai berikut: a) mengucapkan salam, b) ucapan terima kasih dan selamat datang, c) membaca doa, d) menyampaikan pengertian bimbingan kelompok, dan tujuan bimbingan kelompok, e) menyampaikan asas bimbingan kelompok (asas keterbukaan, asas keaktifan, asas kesukarelaan, asas kenormatifan, f) perkenalan.

## **2) Tahap Peralihan**

Tahap ini merupakan jembatan menuju ketahapan ketiga, yaitu tahap kegiatan. Dalam tahapan ini dilakukan sebagai berikut: a) menjelaskan kegiatan yang akan dijalani, b) menanyakan apakah anggota sudah siap, c) mempelajari suasana yang terjadi dalam kelompok.

## **3) Tahap Kegiatan**

Pada tahap kegiatan ini peneliti menggunakan tehnik diskusi kelompok, adapun tahapan tersebut berdasarkan dalam pelaksanaan tahapan ini pemimpin kelompok akan mengemukakan suatu masalah atau topik yang akan dibahas secara bersama. Tanya jawab antar anggota kelompok dengan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas mengenai topik permasalahan yang akan dibahas. Dalam tahapan ini anggota kelompok akan membahas topik umum atau tugas secara mendalam dan tuntas.

## **4) Tahap Pengakhiran**

Tahap ini merupakan tahap penutup dalam kegiatan bimbingan kelompok. Dalam kegiatan ini pemimpin kelompok melakukan beberapa kegiatan diantaranya: a) PK mengatakan kegiatan akan berfikir, b) pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil kegiatan, c) merencanakan kegiatan lanjutan, d) menyampaikan pesan dan harapan, e) membaca doa, f) salam dan menyanyikan lagu sayonara.

### c. Observasi

Pada tahap ini akan dilakukan 2 kali pada tahap observasi diri siswa dan tahap proses kegiatan. Tahap observasi kegiatan pengamatan atas hasil atau dampak dari tindakan yang dilaksanakan terhadap konseli (siswa). Observasi dilakukan pada saat proses bimbingan kelompok dengan menganalisis peningkatan sikap penyesuaian diri pada saat pelaksanaan bimbingan kelompok pada siklus II.

### d. Refleksi

Setelah melakukan observasi dilakukan kegiatan refleksi terhadap proses bimbingan kelompok dan hasil yang dilaporkan. Kemudian hasil refleksi ini dibandingkan skala meningkatkan tanggung jawab belajar siswa. Hasil perbandingan ini selanjutnya akan menentukan tindak kegiatan. Seandainya ada hal yang belum sesuai dengan skala ketetapan akan diperbaiki dan ditindak lanjutkan kegiatan berdasarkan verbatim dialog bimbingan kelompok.

Tahap refleksi ini konselor menanyakan pada konseli mengenai hal baru yang didapatnya (pengetahuan atau perasaan) setelah permasalahannya mengenai meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying*. Konselor bersama konseli menyimpulkan kegiatan bimbingan kelompok dan merumuskan kembali tentang meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying*. Konselor bersama konseli merencanakan pertemuan selanjutnya, guna merencanakan tindakan agar melaksanakan alternatif situasi yang dipilih menceritakan hasil tindakannya.

#### e. Evaluasi

Jika pada tahap tindakan penelitian siklus II juga belum mencapai target yang telah ditetapkan yakni mengatasi masalah sikap penyesuaian diri korban *bullying* maka dilanjutkan pada siklus III. Tetapi jika sudah mencapai target kegiatan hanya mencapai siklus II. Diharapkan pada siklus II setelah mencapai target.

### E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data dan informasi dalam penelitian ini maka teknik yang digunakan adalah sebagai berikut:

#### 1. Observasi

Observasi yang dilakukan peneliti yakni mengamati seluruh kegiatan yang dilakukan dari awal tindakan sampai berakhirnya pelaksanaan tindakan.

Selain itu peneliti menentukan sumber informasi dalam penelitian ini berpegang pada empat parameter dalam konteks suasana keadaan atau latar, pelaku, peristiwa dan proses. Situs ditemukan berdasarkan keadaan tempat berlangsungnya aktivitas yang akan diteliti. Dengan demikian, peneliti membatasi pada situs lingkungan sekolah.

Agar lebih jelas, sumber informasi yang didapka peneliti maka dikalsifikasikan dengan tabel berikut ini:

No	Parameter	Situs lingkungan sekolah
1	Konteks	Ruang kelas, halaman sekolah, masjid, perpustakaan, kantin

2	Pelaku	Guru BK, Siswa
3	Peristiwa	Interaksi siswa dengan siswa atau interaksi dengan guru, fenomena perilaku <i>bullying</i> disekolah, penyesuaian diri siswa, pelaksanaan layanan BKP
4	Proses	Proses memberikan pemahaman tentang bagaimana sikap penyesuaian diri yang benar pada situasi terjadinya <i>bullying</i> .

**Tabel. 2.4 Sumber Informasi Empat Parameter**

Selain itu, Pengumpulan data melalui observasi juga dilakukan dengan analisis pada sikap penyesuaian diri korban *bullying* melalui dialog verbatim layanan informasi dan evaluasi diri siswa yang dijelaskan sebagai berikut:

a. Dialog Verbatim

Rekaman pengamatan dan percakapan saat pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang ada pada alat perekam ditulis secara verbatim. Setiap kalimat dari awal hingga akhir percakapan dianalisis untuk memperoleh data tentang sikap penyesuaian diri siswa.

b. Lembar evaluasi siswa

Format ini diisi konseli untuk evaluasi keberhasilan proses bimbingan kelompok yang dilakukan calon konselor. Data dari hasil evaluasi ini akan menunjukkan peningkatan sikap penyesuaian diri siswa.

c. Lembar observasi

Format ini diisi oleh *observer* selama proses layanan bimbingan kelompok berlangsung untuk menilai keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan.

## 2. wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Maksud tertentu disini dengan maksud mengumpulkan data yang dibutuhkan oleh peneliti dalam penelitian. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Dalam hal ini, penelitian melakukan wawancara dengan mengajukan beberapa pertanyaan kepada guru pembimbing dan siswa MAN 3 Medan.

Adapun pedoman wawancara yang akan disampaikan adalah sebagai berikut:

NO	Indikator	Deskripsi	Alat Pengumpulan Data
1	Pelaksanaan Layanan Konseling di MAN 3 Medan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apakah Layanan Bimbingan Kelompok pernah diselenggarakan untuk membantu mengentaskan masalah siswa?</li> <li>2. Kepada siapa Layanan Bimbingan Kelompok diselenggarakan?</li> <li>3. Bagaimanapelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dilakukan?</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rekaman</li> <li>2. Alat tulis</li> <li>3. Catatan lapangan</li> <li>4. Daftar cek <i>list</i></li> </ol>
2	Kasus atau permasalahan yang ada pada siswa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apakah kasus pada siswa diantaranya adalah perilaku <i>bullying</i>?</li> <li>2. Bagaimana fenomena</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rekaman</li> <li>2. Alat tulis</li> <li>3. Catatan lapangan</li> </ol>

		<p>prilaku <i>bullying</i> yang dilakukan siswa MAN 3 Medan?</p> <p>3. Se jauh mana kasus <i>bullying</i> dilakukan para siswa?</p> <p>4. Apakah kasus <i>bullying</i> pada siswa MAN 3 Medan telah ditangani?</p>	4. Daftar cek <i>list</i>
3	Dampak Prilaku <i>Bullying</i> terhadap penyesuaian diri korban	<p>1. Apakah prilaku <i>bullying</i> berdampak pada korban <i>bullying</i>?</p> <p>2. Apa dampak yang terjadi terhadap korban <i>bullying</i>?</p> <p>3. Apakah prilaku <i>bullying</i> berpengaruh pada sikap penyesuaian diri korban <i>bullying</i>?</p> <p>4. Bagaimana sikap penyesuaian diri korban <i>bullying</i>?</p> <p>5. Sejauhmana yang ditampakkan oleh korban <i>bullying</i> berkenaan sikap penyesuaian dirinya?</p> <p>6. Apa salah satu tindakan yang dilakukan oleh korban <i>bullying</i> berkenaan penyesuaian diri terhadap prilaku <i>bullying</i>?</p>	<p>1. Rekaman</p> <p>2. Alat tulis</p> <p>3. Catatan lapangan</p> <p>4. Daftar cek <i>list</i></p>
4	Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling terhadap korban <i>bullying</i>	<p>1. Apakah guru BK memberikan Layanan Bimbingan Konseling terhadap korban <i>bullying</i> di MAN 3 Medan?</p> <p>2. Sejauhmana Layanan Bimbingan Kelompok diselenggarakan kepada korban <i>bullying</i>?</p>	<p>1. Rekaman</p> <p>2. Alat tulis</p> <p>3. Catatan lapangan</p> <p>4. Daftar cek <i>list</i></p>
5	Hasil perubahan dan peningkatan sikap penyesuaian diri korban <i>bullying</i> .	1. Apakah Layanan Bimbingan Kelompok yang dilakukan dapat membantu untuk meningkatkan sikap penyesuaian diri terhadap prilaku <i>bullying</i> ?	<p>1. Rekaman</p> <p>2. Alat tulis</p> <p>3. Catatan lapangan</p> <p>4. Daftar cek <i>list</i></p>

		<p>2. Apakah korban <i>bullying</i> ada perubahan dalam menyesuaikan diri setelah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok?</p> <p>3. Jika ada, sejauh mana korban <i>bullying</i> dapat meningkatkan sikap penyesuaian dirinya untuk menjadi KES dalam hidupnya?</p>	
--	--	---	--

**Tabel 2.5 Pedoman Wawancara Kepada Guru BK**

<b>NO</b>	<b>Indikator</b>	<b>Deskripsi</b>
1	Kondisi lingkungan siswa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bagaimana hubungan Anda dengan orang tua?</li> <li>2. Bagaimana hubungan Anda dengan guru?</li> <li>3. Bagaimana hubungan Anda dengan teman di sekolah Anda?</li> <li>4. Bagaimana sikap Anda dengan teman Anda?</li> <li>5. Bagaimana sikap teman Anda kepada Anda?</li> </ol>
2	Tingkat konflik yang terjadi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apa yang akan Anda lakukan jika sedang menghadapi konflik yang memancing emosi Anda?</li> <li>2. Apakah Anda dapat mengontrol diri?</li> <li>3. Bagaimana sikap Anda terhadap teman Anda jika membuli Anda?</li> <li>4. Apa alasan teman Anda membuli Anda?</li> <li>5. Bagaimana sikap Anda dengan alasan tersebut?</li> </ol>
3	Faktor yang melatarbelakangi terjadinya <i>bullying</i> terhadap dirinya	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apa yang melatarbelakangi terjadinya <i>bullying</i> terhadap Anda?</li> <li>2. Apakah ada faktor dari luar sekolah?</li> </ol>
4	Dampak terhadap dirinya	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apakah ada dampak yang terjadi pada Anda dari perilaku <i>bullying</i>?</li> <li>2. Jika ada, jelaskan bagaimana dampak kepada Anda!</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Apakah Anda mengalami kesulitan untuk mengatasi permasalahan tersebut untuk melakukan penyesuaian diri terhadap perilaku <i>bullying</i>?</li> <li>4. Apa yang Anda lakukan untuk mengatasi kesulitan tersebut?</li> <li>5. Apakah perilaku <i>bullying</i> yang dilakukan oleh teman Anda berpengaruh dengan sikap penyesuaian diri Anda?</li> <li>6. Bagaimana sikap penyesuaian diri Anda terhadap perilaku <i>bullying</i>?</li> <li>7. Bagaimana cara Anda untuk bisa bersikap menyesuaikan diri dengan baik?</li> </ol>
5	Peran Guru BK dan pelaksanaan Layanan Konseling dalam meningkatkan penyesuaian diri	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bagaimana peran guru BK dalam menangani permasalahan yang Anda alami?</li> <li>2. Apakah Anda berperan aktif dalam mengkonsultasikan permasalahan Anda kepada guru BK?</li> <li>3. Apakah Anda mendapatkan layanan dari guru BK?</li> <li>4. Jika ada, bagaimana pelaksanaan layanan konseling yang dilakukan dalam meningkatkan penyesuaian diri Anda?</li> <li>5. Apakah guru BK menindak lanjuti permasalahan Anda?</li> </ol>
6	Perubahan dan peningkatan sikap penyesuaian diri terhadap perilaku <i>bullying</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Setelah dilakukan layanan konseling, adakah perubahan yang Anda rasakan?</li> <li>2. Bagaimana sikap penyesuaian diri Anda terhadap perilaku <i>bullying</i>?</li> <li>3. Bagaimana cara Anda untuk dapat bersikap menyesuaikan diri dengan baik terhadap perilaku <i>bullying</i>?</li> </ol>

**Tabel 2.6 Pedoman Wawancara Kepada Siswa**

Adapun instrumen yang digunakan adalah: buku harian untuk catatan harian selama melakukan penelitian, daftar cek *list*, untuk melihat

sikap penyesuaian diri siswa, catatan lapangan untuk memantau kegiatan sehari-hari pada saat penelitian.

### **3. Dokumentasi**

Dokumentasi ini, dimana peneliti mencatat atau mendokumentasikan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi ini bisa berupa tulisan, gambar, atau karya-karya monumental yang didapatkan. Peneliti juga memerlukan dokumen tersebut dan foto yang diperlukan untuk penganalisisan data serta menunjang keberhasilan penelitian.

## **F. Teknik Analisis Data**

Dalam penelitian ini analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif secara analitik yaitu mengungkapkan suatu masalah dan keadaan sebagaimana adanya, sehingga hanya merupakan penyingkapan fakta.

Proses analisis data dimulai dengan menelaah keseluruhan data yang diperoleh baik melalui hasil observasi dan bantuan wawancara, kemudian dideskripsikan dengan cara menggunakan analisis persentase. Untuk menghitung persentase jawaban yang diberikan responden, penulis menggunakan rumus seperti yang dikemukakan Hartono adalah sebagai berikut:<sup>46</sup>

---

<sup>46</sup> Hartono, *Statistik Untuk Penelitian*, (2002), Yogyakarta: LSFK2 dan Pustaka Pelajar, hal. 37-38

$$p = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Dimana :

p = Angka peningkatan sikap penyesuaian diri

f = Jumlah siswa yang mengalami perubahan

n = Jumlah responden

Dengan kriteria sebagai berikut:

80% - 100% = Sangat Baik

70% - 79% = Baik

60% - 69% = Cukup

40% - 59% = Kurang

0% - 39% = Sangat Kurang Baik

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Paparan Data**

Penelitian yang telah dilakukan di Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan, dengan data yang diperoleh sebagai berikut:

##### **1. Profil Sekolah/Identitas Sekolah**

1. Nama : Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan
2. NSM : 3111 2750 3312
3. NPSN : 60725195
4. NPWP : 00.198.175.2.122.000
5. Alamat : Jl. Pertahanan No. 99
6. Kelurahan : Timbang Deli
7. Kecamatan : Medan Amplas
8. Kota : Medan - 20361
9. Propinsi : Sumatera Utara
10. Telepon : 061-7879581
11. Website : [man3medan.sch.id](http://man3medan.sch.id)
12. E-mail : [man3medan@yahoo.com](mailto:man3medan@yahoo.com)
13. Izin Penegrian : Nomor : 5 Tahun 1997
14. Tanggal : 1 Maret 1997
15. Akreditasi : “A”, 2013-2018.
16. Lokasi : Jl. Pertahanan No. 99, Kel. Timbang Deli  
Kec. Medan Amplas, Kota Medan-20361
17. Nama Kepala Madrasah : Muhammad Asrul, S.Ag, M-Pd

18. Masa Jabatan : 2014-Sekarang

## 2. Identitas Guru Bimbingan Konseling

1. Nama : Sri Widia Astuti S.Pd.I
2. Tempat Tanggal Lahir : Sumberjo, 20 Juli 1988
3. Status : Menikah
4. Pendidikan
  - a)SD : SDN 112309 Padang Maninjau
  - b)SLTP : SLTPN 1 NA IX-X Aek Kota Batu
  - c)SLTA : MAN Aek Natas
  - d)P. Tinggi : IAIN-SU

## 3. Visi

“Membentuk insan yang beriman, ber-*akhlaqulkarimah*, berilmu, kreatif, serta peduli dengan lingkungan dan masyarakat”.

## 4. Misi dan *Motto*

Adapun misi MAN 3 Medan adalah:

1. Menumbuhkan penghayatan dan pengamalan agama.
2. Menumbuhkan sikap sopan santun dan berbudi pekerti luhur.
3. Membiasakan budaya rapi dan disiplin.
4. Membangkitkan rasa kebersamaan dan musyawarah.
5. Memotivasi belajar dikalangan siswa.
6. Melaksanakan PBM / bimbingan secara intensif.
7. Melaksanakan kegiatan pengembangan diri yang berkaitan dengan minat dan bakat siswa.
8. Meningkatkan semangat musabaqoh (kompetisi).

9. Mencintai lingkungan hidup yang bersih dan sehat.
10. Menumbuhkan semangat berinfaq dan bersodaqoh.
11. Menjalin kerja sama dengan orang tua siswa dan masyarakat.

*Motto* : “Gali Potensi, Kembangkan Kreasi, Raih Prestasi” MAN

3 BISA : Bijaksana, Intelektual, Santun & Amanah.

## 5. Sarana dan Prasarana

**Tabel 4.1. Sarana dan Prasarana Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan  
Tahun Ajaran 2017/2018**

No	Jenis Bangunan	Jumlah Ruangan Menurut Kondisi			
		Baik	Rusak Ringan	Rusak Sedang	Rusak Berat
1	Ruangan Belajar	23 unit			
2	Ruangan Kepala Madrasah	1 unit			
3	Ruang Guru	1 unit			
4	Ruang Tata Usaha	1 unit			
5	Laboratorium (IPA)	1 unit			
6	Laboratorium Komputer	1 unit			
7	Laboratorium Bahasa	1 unit			
8	Laboratorium PAI	1 unit			
9	Ruang Perpustakaan	1 unit			
10	Ruang UKS	1 unit			
11	Ruang Keterampilan	1 unit			
12	Ruang Kesenian	1 unit			
13	Toilet Guru	2 unit			

14	Toilet siswa	2 unit			
15	Ruang Bimbingan Konseling	1 unit			
16	Gedung Serbaguna (Aula)	1 unit			
17	Ruang Osis	1 unit			
18	Ruang Pramuka	1 unit			
19	Mesjid/mushollah	1 unit			
20	Gedung/Ruang Olahraga				
21	Rumah Dinas Guru				
22	Pos Satpam				
23	Kantin	2 unit			
24	Ruangan Koperasi	1 unit			
25	Gudang		1 unit		
26	Lapangan	1 unit			

## 6. Data Guru dan Siswa

**Tabel 4.2. Keadaan Tenaga Pendidik dan Kependidikan MAN 3 Medan**

**Tahun Ajaran 2017/2018**

No	Uraian	PNS		Non-PNS	
		LK.	PR.	LK.	PR.
1	Jumlah Kepala Madrasah	1	0	0	0
2	Jumlah Wakil Kepala Madrasah	3	1	0	0

3	Jumlah Pendidik	5	24	10	12
4	Jumlah Tenaga Kependidikan	3	3	6	4

**Tabel 4.3. Keadaan Siswa-Siswi MAN 3 Medan  
Tahun Ajaran 2017/2018**

No	Tingkat Kelas	Siswa		
		Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
1.	X MIA 1	12	30	42
2.	X MIA 2	13	30	43
3.	X MIA 3	16	28	44
4.	X MIA 4	12	32	44
5.	X MIA 5	12	28	40
6.	X IIS 1	18	22	40
7.	X IIS 2	18	17	35
8.	X IA	21	23	44
9.	XI MIA 1	14	24	38
10.	XI MIA 2	16	24	40
11.	XI MIA 3	12	28	40
12.	XI MIA 4	14	28	42
13.	XI MIA 5	16	24	40
14.	XI IIS	14	25	39
15.	XI IA	11	31	42
16.	XII IPA 1	16	24	40
17.	XII IPA 2	18	22	40
18.	XII IPA 3	14	24	38
19.	XII IPA 4	16	24	40
20.	XII IPA 5	13	26	39
21.	XII IPS 1	12	21	33
22.	XII IPS 2	15	17	32
23.	XII IA	10	25	35
	<b>Jumlah</b>	<b>333</b>	<b>577</b>	<b>910</b>

## B. Uji Hipotesis

Untuk melakukan uji hipotesis laporan dari hasil penelitian dalam bab ini, peneliti menyajikan dengan tampilan analisis deskriptif dari data yang sudah diperoleh. Peneliti mendapatkan data yang diperlukan berasal dari subjek serta objek penelitian, informasi yang diperoleh maupun peristiwa-peristiwa yang terjadi pada saat penelitian berlangsung. Dalam hal ini, peneliti mengambil kesempatan untuk mendapatkan data yang akurat berdasarkan penelitian yang dilakukan yakni Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling kepada sasaran penelitian yang terjadi dalam tindakan, hasil observasi, refleksi serta evaluasi yang dilakukan.

Berdasarkan data yang diperoleh maka peneliti melakukan penelitian tindakan yang mengacu kepada kegiatan layanan bimbingan kelompok. Alasan peneliti akan memberikan tindakan layanan bimbingan kelompok yakni tidak dilaksanakannya layanan tersebut oleh guru BK dan menimbang layanan ini cocok untuk diberikan kepada peserta layanan. Halnya kegiatan ini termonitor dengan menggunakan daftar *chek list*.

### 1. Tindakan Pra-Siklus

Pra-siklus yang dilakukan peneliti untuk menambah keakuratan data yang menjadi latar belakang masalah penelitian ini, peneliti melakukan beberapa hal diluar perencanaan siklus dilakukan diantaranya:

- a. Mewawancarai Guru Bimbingan Konseling mengenai sikap penyesuaian diri dan fenomena *bullying* serta mengaplikasikan layanan bimbingan kelompok di kelas XI MIA-5.

- b. Melakukan pengamatan sikap penyesuaian diri dan fenomena *bullying* pada siswa kelas XI MIA-5 yang menjadi objek penelitian.
- c. Mewawancarai beberapa siswa seputar sikap penyesuaian diri dengan perilaku *bullying* di kelas XI MIA-5.

Adapun pelaksanaan pra-siklus yang dilakukan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.4. Jadwal pelaksanaan Pra-Siklus**

No	Tanggal Pelaksanaan	Jenis Kegiatan
1	02 April 2018	Wawancara Guru BK
2	03 April 2018	Observasi di Kelas XI MIA-5

Berdasarkan pra-siklus yang dilakukan peneliti, terdapat kesenjangan yang terjadi, yakni masalah perilaku *bullying* yang mengakibatkan sikap penyesuaian diri siswa rendah dikelas tersebut tidak sampai pada guru BK. Namun berbeda halnya dengan pengamatan yang diperoleh peneliti, saat melakukan observasi terjadi perilaku *bullying* dalam bentuk *verbal* hingga terdapat korban *bullying*. Selain itu, berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada beberapa siswa memang benar adanya perilaku *bullying* dalam kelas hingga menyebabkan sikap penyesuaian diri siswa bermasalah.

Adapun kegiatan yang telah dilakukan hasil dari kegiatan observasi sebagai berikut:

**Tabel 4.5. Kondisi Awal Sebelum Melakukan Bimbingan Kelompok Berdasarkan Observasi Menggunakan Daftar *Chek list***

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Awal	%
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri	6	15
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi	16	40
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri	4	10
		4. Menghargai Pengalaman	7	17,5
		5. Bersikap <i>Realistik</i> Dan <i>Objektif</i>	3	7,5
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk Membenarkan Tindakan	8	20
		7. <i>Represi</i>	33	82,5
		8. Proyeksi	9	22,5
		9. Anggur Kecut	23	57,5
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu Membenarkan Diri Sendiri	13	32,5
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi	6	15

		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	8	20
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	10	25
		14. Bersikap Balas Dendam	5	12,5
		15. Marah Secara Sadis	14	35
		Reaksi Melarikan Diri		
		16. Banyak Tidur	1	2,5

$$\text{Perubahan} = \frac{\text{Jumlah Siswa yang Mengalami Perubahan}}{\text{Jumlah siswa keseluruhan}} \times 100\%$$

Berdasarkan observasi kondisi awal sikap penyesuaian diri siswa sebelum melakukan bimbingan kelompok diatas terlihat bahwa dapat dilihat sebagai berikut:

1. Pada indikator penyesuaian diri secara positif terdapat 1 indikator “tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi” dengan kriteria “Kurang” dengan pesentase 40% dari 16 siswa.
2. Pada indikator penyesuaian diri positif terdapat 4 indikator dengan kriteria Sangat Kurang Baik, diantaranya “tidak menunjukkan adanya ketegangan diri” berjumlah 6 siswa dengan persentase 15%. Indikator memiliki pertimbangan rasional dan

pengarahan diri berjumlah 4 siswa dengan persentase 10%. Indikator “menghargai pengalaman” berjumlah 7 siswa dengan persentase 17,5%. Indikator “bersikap realistis dan objektif” berjumlah 3 siswa dengan persentase 7,5%.

3. Pada indikator sikap penyesuaian diri secara negatif menunjukkan bahwa, terdapat beberapa siswa terdapat sikap penyesuaian diri yang rendah dibandingkan dengan penyesuaian diri yang positif.

Melihat analisis observasi yang telah dilakukan bahwa, memang benar adanya kesenjangan sikap penyesuaian diri korban *bullying* yang rendah. Sehingga peneliti akan melakukan tindakan dengan memberikan layanan bimbingan kelompok.

Kegiatan Pra-siklus yang dilakukan oleh peneliti semua dilakukan dengan dimonitor menggunakan daftar *check list*. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti di kelas XI MIA-5 maka peneliti mengkategorikan 10 siswa yang akan menjadi sasaran layanan untuk diberikan layanan bimbingan kelompok, yakni sebagai berikut:

**Tabel 4.6. Analisis Daftar *Check List* Siswa Kelas XI MIA-5 Sebelum dilakukan Bimbingan Kelompok**

No Absen	Kondisi Awal Penyesuaian diri		Kategori
	Positif	Negatif	
3	10	6	Sangat Kurang
4	8	8	Sangat Kurang
11	10	6	Sangat Kurang
12	9	7	Sangat Kurang
16	9	7	Sangat Kurang
19	10	6	Sangat Kurang
24	10	6	Sangat Kurang
32	10	6	Sangat Kurang
33	10	6	Sangat Kurang
37	11	5	Sangat Kurang

Berdasarkan analisis tabel daftar *chek list* diatas peneliti memilih 10 siswa yang akan menjadi sasaran layanan bimbingan kelompok yang bertujuan untuk membantu siswa untuk meningkatkan sikap penyesuaian diri yang baik jika pada dirinya adalah korban *bullying*.

## 2. Tindakan Siklus I

### a. Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan siklus I, peneliti melakukan beberapa kegiatan yakni menyusun perencanaan pelaksanaan layanan yang sering disebut (RPL) bimbingan kelompok dengan topik tugas yang diberikan peneliti sebagai PK pada kegiatan bimbingan kelompok dengan pertemuan I yakni dengan topik “Sikap Penyesuaia Diri terhadap Prilaku *Bullying*” selanjutnya pertemuan II membahas topik “Cara Bersikap Menyesuaikan Diri terhadap Prilaku *Bullying*”. Selain itu, peneliti juga menyiapkan lembar Laiseg, daftar hadir siswa serta daftar *chekh list* dalam dua kali pertemuan yang dapat dilihat pada tabel jadwal pertemuan berikut:

**Tabel 4.7. Jadwal Pelaksanaan Siklus I**

No	Tanggal	Kegiatan Siklus I	
		Pertemuan I	Pertemuan II
1	02 April 2018	Pelaksanaan BKP dengan Tema “Sikap Penyesuaian Diri terhadap Prilaku <i>Bullying</i> ”.	
2	07 April 2018		Pelaksanaan BKP dengan Tema “Cara Bersikap Penyesuaian Diri terhadap Prilaku <i>Bullying</i> ”.

## **b. Pelaksanaan Tindakan Siklus I**

Pelaksanaan tindakan siklus I ini dilaksanakan dua kali pertemuan I yang dilakanakan pada hari Senin 02 April 2018 dimulai pukul 13.15-13.55 Wib dan pertemuan II dilaksanakan pada hari Sabtu 07 April 2018 pada pukul 13.15-13.55 Wib. Adapun langkah-langkah kegiatan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan sebagai berikut:

### **1) Pertemuan ke-I**

Pada petemuan ini, peneliti dan siswa yang menjadi objek penelitian berjumlah 10 siswa akan melakukan layanan bimbingan kelompok sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL) yang telah dibuat. Adapun spesisifikasi tempat pelaksanaan layanan dilakukan di teras Masjid MAN 3 Medan selama lebih kurang 45 menit, pada tanggal 02 April 2018. Adapun tahap-tahap bimbingan kelompok yang dilakukan adalah sebagai berikut:

#### **I. Tahap Pembentukan**

Pemimpin kelompok membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan megucapkan dan menanyakan kabar siswa. Kemudian pemimpin kelompok memimpin siswa untuk berdoa, dilanjut dengan mengajak siswa berkenalan. Setelah itu pemimpin kelompok mengajak siswa untuk berempati. Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan dilanjut dengan menjelaskan

pengertian, tujuan, cara serta asas-asas layanan bimbingan kelompok.

## II. Tahap Peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya serta menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut. Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan topik atau tema yang telah ditentukan yakni “Sikap Penyesuaian Diri terhadap Prilaku *Bullying*”.

## III. Kegiatan

Adapun tahap selanjutnya yakni kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- a. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan argumennya tentang sikap penyesuaian diri.
- b. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan argumen dan memberikan contoh sikap prilaku *bullying*.
- c. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan pendapatnya mengenai sikap penyesuaian diri terhadap prilaku *bullying*.
- d. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk memberikan contoh sikap penyesuaian diri dengan baik ketika dihadapi dengan prilaku *bullying*.

- e. Pemimpin kelompok permainan (*game*) dan menjelaskan permainan yang akan dilakukan beserta teknis permainannya.

#### IV. Kesimpulan

Pada tahap ini Pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok bersama-sama untuk menyimpulkan pembahasan dari kegiatan yang telah dilaksanakan.

#### V. Tahap Akhiran (Penutup)

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir. Kemudian menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas. Dilanjut dengan mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan, diantaranya:

- Pemahaman yang sudah diperoleh oleh anggota kelompok
- Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung
- Kesan yang diperoleh selama kegiatan dan pesan

Selanjutnya membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan BKP, setelah itu mengucapkan terimakasih dilanjut dengan memimpin doa, mengucapkan salam dan perpisahan serta bersalaman dan menyanyikan lagu Sayonara.

#### 2) Pertemuan ke-II

Pada pertemuan kedua ini, peneliti melaksanakan bimbingan kelompok dengan anggota kelompok sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL) yang telah dibuat. Adapun spesifikasi tempat pelaksanaan layanan dilakukan di teras Masjid MAN 3 Medan selama lebih kurang 45 menit, pada

tanggal 07 April 2018. Adapun tahap – tahap bimbingan kelompok yang dilakukan pada pertemuan II adalah sebagai berikut:

#### I. Tahap Pembentukan

Pimpinan kelompok mengucapkan salam ketika hendak memulai kegiatan dan menanyakan kabar anggota kelompok. Kemudian pemimpin kelompok memimpin anggota kelompok untuk berdoa. Setelah selesai berdoa pemimpin mengajak anggota kelompok untuk berempati. Pemimpin kelompok melanjutkan dengan menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan dan menjelaskan kembali pengertian, tujuan, cara serta asas-asas layanan bimbingan kelompok.

#### II. Tahap Peralihan

Pada tahap ini, pemimpin kelompok mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya serta menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut. Kemudian pemimpin menjelaskan topik atau tema yang telah ditentukan yakni “Cara Bersikap Penyesuaian Diri terhadap Prilaku *Bullying*”.

#### III. Tahap Kegiatan

Pada kegiatan ini, dengan memanfaatkan dinamika kelompok pemimpin berperan aktif dalam mendorong anggota kelompok untuk lebih aktif membahas topik yang

telah ditentukan agar tercapainya tujuan dilakukannya bimbingan kelompok, diantaranya sebagai berikut:

- a. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk memberikan contoh sikap yang semestinya jika berhadapan dengan perilaku *bullying*.
- b. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan argumen mengenai contoh yang udah disebutkan.
- c. Pemimpin kelompok memberikan contoh nyata dengan dilakukan sandiwara perilaku *bullying* yang dilakukan oleh salah satu anggota kelompok terhadap anggota kelompok yang menjadi korban *bullying*.
- d. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk memberikan argumen dari contoh yang telah dibuat.
- e. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok cara bersikap seharusnya pada perilaku *bullying*.
- f. Memberikan permainan (*game*) dan menjelaskan permainan yang akan dilakukan beserta teknis permainannya.

#### IV. Tahap Penyimpulan

Pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok untuk menyimpulkan dan memberikan komitmen masing-masing kegiatan yang telah dilaksanakan.

#### V. Tahap Akhiran

Pada tahap ini, pemimpin kelompok menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir, kemudian menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas. Pemimpin mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan, diantaranya:

- Pemahaman yang sudah diperoleh oleh anggota kelompok
- Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung
- Kesan yang diperoleh selama kegiatan dan pesan

Kemudian pemimpin kelompok membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan BKP. Setelah itu pemimpin mengakhiri kegiatan dengan memimpin doa dan mengucapkan terimakasih, mengucap salam dan perpisahan serta bersalaman dan menyanyikan lagu Sayonara.

### 3) Observasi

Observasi dilakukan peneliti selama kegiatan dilakukanya bimbingan kelompok berlangsung. Kegiatan awal yang dilakukan peneliti dalam mengobservasi tiap anggota kelompok dibantu dengan alat penilaian/observasi yakni daftar *chek list* dan *laiseg*, *laijapan*, dan *laijapang* untuk melihat kesesuaian antara pelaksanaan bimbingan

kelompok dengan rencana tindakan yang dilakukan sudah mencapai target yang akan dicapai atau tidak.

Berdasarkan kedua pertemuan yang dilakukan dengan memberikan tindakan pada siklus I peneliti melakukan observasi guna untuk menganalisis tingkat keberhasilan tujuan penelitian yakni “meningkatkan sikap penyesuaian diri” dengan jumlah anggota kelompok 10 siswa. Dengan kata lain, dari hasil analisis observasi yang dilakukan untuk melihat perubahan yang terjadi maka peneliti menganalisis dari hasil daftar *chek list* yang telah ada, yakni sebagai berikut:

**Tabel 4.8. Kondisi Setelah dilakukan Layanan Bimbingan Kelompok pada Siklus I**

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Siklus I	%
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1.Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri	5	50
		2.Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi	4	40
		3.Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri	2	20
		4.Menghargai Pengalaman	4	40
		5.Bersikap <i>Realistik</i> Dan <i>Objektif</i>	5	50
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk membenarkan Tindakan	7	70

		7. <i>Represi</i>	1	10
		8. Proyeksi	7	70
		9. Anggur Kecut	6	60
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu Membenarkan Diri Sendiri	5	50
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi	5	50
		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	8	80
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	5	50
		14. Bersikap Balas Dendam	5	50
		15. Marah Secara Sadis	3	30
		Reaksi Melarikan Diri		
		16. Banyak Tidur	8	80

$$\text{Perubahan} = \frac{\text{Jumlah Siswa yang Mengalami Perubahan}}{\text{Jumlah siswa keseluruhan}} \times 100\%$$

Berdasarkan analisis kondisi setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok kepada 10 siswa yang menjadi sasaran layanan, bahwa kondisi sikap penyesuaian diri sudah terbilang cukup meningkat, dapat diklasifikasi sebagai berikut:

1. Pada indikator sikap penyesuaian diri yang positif pada siswa, terdapat 5 indikator dengan kategori “Kurang” dengan indikator memiliki pertimbangan rasional dan penguasaan diri serta indikator bersikap realistis dan objektif dari peningkatan 5 siswa yang memilih dengan persentase 50 %, pada indikator tidak menunjukkan ketegangan diri dengan persentase 50% dari 5 siswa, kemudian, terdapat indikator menghargai pengalaman dengan jumlah siswa yang memilih 4 orang dengan persentase 40% dari jumlah indikator yang ada, dan indikator tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi dengan jumlah 4 siswa dengan persentase 40%, kemudian indikator memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri dengan jumlah 2 siswa dengan peningkatan 20%
2. Pada indikator sikap penyesuaian diri yang negatif terlihat bahwa masih banyak siswa yang penyesuaian diri yang rendah dengan ditunjukkan meningkatnya sikap penyesuaian diri yang negatif. Hal ini menunjukkan bahwa, peneliti harus melakukan tindakan kedua pada siklus ke II guna untuk meningkatkan sikap penyesuaian diri siswa yang baik dan membantu siswa untuk menurunkan atau menghilangkan sikap penyesuaian diri yang negatif pada dirinya.

#### **4) Refleksi**

Pada tahap refleksi yang dilakukan oleh peneliti dari hasil observasi tindakan yang dilakukan pada siklus I dengan dua kali pertemuan ini dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.9. Hasil Refleksi Siklus I Pertemuan I dan II**

<b>Siklus I</b>	
<b>Pertemuan I</b>	<b>Pertemuan II</b>
Antusias siswa mengikuti kegiatan tergolong rendah pada saat kegiatan berlangsung dari tahap pembukaan sampai tahap penutup.	Antusias beberapa siswa pada pertemuan kedua sudah menunjukkan bahwa antusias siswa mulai meningkat.
Keseluruhan siswa masih terlihat canggung merespon, berpendapat dan menanggapi saat kegiatan berlangsung.	Beberapa siswa masih ada yang terlihat canggung merespon, berpendapat dan menanggapi pada tahap kegiatan.
Kebanyakan siswa masih kurang memahami kegiatan dan materi yang dibahas.	Beberapa siswa terlihat mulai memahami kegiatan dan materi yang dibahas.
Pertemuan pertama, tidak terlihat bahwa siswa mengalami pemmasalahan sesuai dengan materi yang dibahas.	Pertemuan kedua, siswa mulai memahami dan mulai menunjukkan bahwa materi yang dibahas merupakan permasalahan yang ada pada dirinya.

### 5) Evaluasi

Berdasarkan observasi hingga refleksi yang telah dilakukan oleh peneliti, maka peneliti mengevaluasi kegiatan-kegiatan yang sudah dilakukan pada siklus I pertemuan pertama dan kedua. Dengan demikian peneliti menemukan bahwa dalam meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* pada siswa yang menjadi sasaran melalui BKP dapat disimpulkan bahwa, proses pemberian layanan bimbingan kelompok belum berjalan dengan baik dan belum mencapai keberhasilan yang ditetapkan 70 % dengan

kategori “Baik”, hanya menunjukkan nilai persentase 50 % dengan kategori “kurang baik”. Sehingga peneliti harus melakukan tindakan siklus II dengan menentukan dua kali pertemuan.

### 3. Pelaksanaan Tindakan Siklus II

#### a. Tahap Perencanaan

Adapun pelaksanaan tindakan siklus II ini setelah dilakukan siklus I yakni sebagai berikut:

**Tabel.4.10. Jadwal Pelaksanaan Siklus II**

No	Tanggal	Kegiatan Siklus I	
		Pertemuan I	Pertemuan II
1	24 April 2018	Pelaksanaan BKP dengan Tema “Dampak dari Sikap Penyesuaian Diri Negatif	
2	27 April 2018		Pelaksanaan BKP dengan Tema “Manfaat menjadi pribadi yang sehat meski mendapat perlakuan <i>bullying</i> ”

Pelaksanaan siklus II ini dilakukan dengan pertimbangan, bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok pada siklus I tidak mencapai keberhasilan yang diharapkan. Siklus II ini juga dilakukan dua kali pertemuan, dengan mendiskusikan dengan guru BK mengenai jadwal untuk peneliti melanjutkan tindakan yang akan diberikan kepada siswa yang menjadi objek penelitian.

Peneliti mempersiapkan siklus II ini dengan merancang perencanaan pelaksanaan layanan (RPL) bimbingan kelompok sesuai dengan pokok pembahasan “sikap penyesuaian diri korban *bullying*”.

Melihat hasil dari siklus I tidak mencapai target yang ditetapkan maka, tema yang dipersiapkan oleh peneliti berkesinambungan dengan tema yang telah dilaksanakan pada waktu pelaksanaan siklus I. Dengan ini, peneliti lebih teliti dalam perencanaan yang akan dilaksanakan dengan dibantu oleh Guru BK sebagai pengamat kegiatan bimbingan kelompok dengan monitoring daftar *chek list* yang disediakan peneliti. Pertemuan ini dilakukan dua kali pertemuan, tiap pertemuan berlangsung selama 1 x 45 menit.

## **b. Pelaksanaan Tindakan Siklus II**

### **1) Pertemuan Ke-I**

pertemuan pertama yang dilakukan pada siklus II ini, peneliti melaksanakan bimbingan kelompok sesuai dengan RPL yang telah disediakan dan pedoman observasi yang dibantu oleh Guru BK untuk mengamati proses kegiatan berlangsung dengan persentase kesesuaian mencapai 75%. Kegiatan ini harus lebih dapat meningkatkan sikap penyesuaian diri anggota kelompok dari siklus sebelumnya. Dengan tahap kegiatan bimbingan kelompok seperti dengan tema “Akibat yang akan terjadi jika korban *bullying* bersikap negatif ketika berhadapan dengan pelaku dan perilaku *bullying*”, sebelumnya hanya saja pada pertemuan ini dimonitoring oleh Guru BK MAN 3 Medan, sebagai berikut:

#### **I. Tahap Pembentukan**

Pimpinan kelompok mengucapkan salam ketika hendak memulai kegiatan dan menanyakan kabar anggota kelompok. Kemudian pemimpin kelompok memimpin anggota kelompok untuk berdoa. Setelah selesai berdoa pemimpin mengajak

anggota kelompok untuk berempati. Pemimpin kelompok melanjutkan dengan menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan dan menjelaskan kembali pengertian, tujuan, cara serta asas-asas layanan bimbingan kelompok.

## II. Tahap Peralihan

Pada tahap ini, pemimpin kelompok mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya serta menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut. Kemudian pemimpin menjelaskan topik atau tema yang telah ditentukan yakni “Akibat yang akan terjadi jika korban *bullying* bersikap negatif ketika berhadapan dengan pelaku dan perilaku *bullying*”.

## III. Tahap kegiatan

Pada tahap ini pemimpin memanfaatkan dinamika kelompok untuk tetap aktif, selain itu anggota kelompok dapat memahami dan dapat menjadi pelajaran yang bisa diambil, serta dapat meningkatkan sikap penyesuaian diri mereka. Diantaranya sebagai berikut:

- a. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk memberikan contoh sikap penyesuaian diri secara negatif.
- b. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan argumen mengenai sikap penyesuaian diri secara negatif.
- c. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk memberikan contoh dan argumen dari sikap penyesuaian diri secara negatif ketika sedang mengalami perlakuan *bullying*.

- d. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan argumen mengenai dampak yang akan terjadi pada diri individu jika sikap penyesuaian dirinya secara negatif.
- e. Pemimpin kelompok memberikan permainan (*game*) dan menjelaskan permainan yang akan dilakukan beserta teknis permainannya.

#### IV. Tahap Penyimpulan

Pembimbing meminta kepada anggota kelompok bersama-sama untuk menyimpulkan dan memberikan komitmen masing-masing kegiatan yang telah dilaksanakan.

#### V. Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini, pemimpin kelompok menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir, kemudian menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas. Pemimpin mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan, diantaranya:

- Pemahaman yang sudah diperoleh oleh anggota kelompok
- Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung
- Kesan yang diperoleh selama kegiatan dan pesan

Kemudian pemimpin kelompok membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan BKP. Setelah itu pemimpin mengakhiri kegiatan dengan memimpin doa dan mengucapkan terimakasih, mengucapkan salam dan perpisahan serta bersalaman dan menyanyikan lagu Sayonara.

### 2) Pertemuan Kedua

Masih sama halnya dengan siklus dan pertemuan yang sudah dilaksanakan, pertemuan kedua ini peneliti juga menyesuaikan dengan RPL yang telah disiapkan. Pertemuan ini telah disepakati oleh anggota kelompok untuk diadakan kegiatan selanjutnya. Pada kali ini pertemuan

kedua paa siklus II ini, peneliti berharap seluruh peserta layanan mengalami peningkatan sikap penyesuaian dalam dirinya.

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 27 April 2018 pada hari Senin pukul 13.15-13.55 Wib, dilakukan dengan adanya persetujuan dari guru BK dan Guru Mata pelajaran yang masuk pada kelas tersebut. Dengan dimonitoring Guru BK sekaligus dengan daftar *chek list* guna untuk mengamati perubahan sikap peserta dalam kegiatan tersebut. Adapun tema kegiatan bimbingan kelompok pada pertemuan ini adalah “Manfaat menjadi pribadi yang sehat meski mendapat perlakuan *bullying*”.

Adapun tahap-tahap dalam kegiatan bimbingan kelompok pada pertemuan ini adalah sebagai berikut:

#### I. Tahap Pembentukan

Pimpinan kelompok mengucapkan salam ketika hendak memulai kegiatan dan menanyakan kabar anggota kelompok. Kemudian pemimpin kelompok memimpin anggota kelompok untuk berdoa. Setelah selesai berdoa pemimpin mengajak anggota kelompok untuk berempati. Pemimpin kelompok melanjutkan dengan menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan dan menjelaskan kembali pengertian, tujuan, cara serta asas-asas layanan bimbingan kelompok.

#### II. Tahap Peralihan

Pada tahap ini, pemimpin kelompok mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya serta menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut. Kemudian pemimpin menjelaskan topik atau tema yang telah ditentukan yakni “Manfaat menjadi pribadi yang sehat meski mendapat perlakuan *bullying*”.

#### III. Tahap Kegiatan

Adapun tahap kegiatan ini, pemimpi kelompok sebisa mungkin untuk mendorong siswa untuk dapat menghidupkan dinamika kelompok pada kegiatan tersebut, sebagai berikut:

- a. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk menyebutkan karakteristik pribadi sehat dengan sikap penyesuaian diri secara positif.
- b. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan argumen mengenai karakteristik tersebut.
- c. Pemimpin kelompok mengarahkan anggota kelompok untuk menarik diri apakah karakteristik pribadi sehat sudah ada dalam diri individu.
- d. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk memberikan manfaat bersikap menyesuaikan diri secara positif.
- e. Pemimpin kelompok Memberikan permainan (*game*) dan menjelaskan permainan yang akan dilakukan beserta teknis permainannya.

#### IV. Tahap Penyimpulan

Pemimpin kelompok meminta kepada anggota kelompok bersama-sama untuk menyimpulkan dan memberikan komitmen masing-masing kegiatan yang telah dilaksanakan.

#### V. Tahap Akhiran

Pada tahap ini, pemimpin kelompok menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir, kemudian menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas. Pemimpin mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan, diantaranya:

- Pemahaman yang sudah diperoleh oleh anggota kelompok

- Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung
- Kesan yang diperoleh selama kegiatan dan pesan

Kemudian pemimpin kelompok membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan BKP. Setelah itu pemimpin mengakhiri kegiatan dengan memimpin doa dan mengucapkan terimakasih, mengucapkan salam dan perpisahan serta bersalaman dan menyanyikan lagu Sayonara.

### 3) Observasi

Observasi yang dilakukan oleh peneliti pada siklus II ini dengan dua kali pertemuan melakukan bimbingan kelompok pada siswa yang menjadi objek penelitian. Pada siklus ini harapan bagi peneliti agar tujuan penelitian tercapai yakni meningkatnya sikap penyesuaian diri siswa yang menjadi korban *bullying*. Pada siklus II ini peneliti dan Guru BK bekerja sama dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Selain itu, peneliti juga menyiapkan daftar *check list*, *laiseg*, *lajapan* dan *lai jampang* guna untuk membantu pengamatan yang dilakukan agar dapat mengukur adakah peningkatan tindakan yang telah dilakukan oleh peneliti.

Setelah dilakukannya tindakan siklus II, maka peneliti dengan daftar *check list*, maka peneliti menganalisis dari kondisi siklus II dari tabel berikut:

**Tabel 4.11. Kondisi Sikap Penyesuaian Diri Siswa setelah dilakukan Layanan Bimbingan Kelompok pada siklus II**

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Siklus II	%
1	Penyesuaian Diri	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri	9	90

	Secara Positif			
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi	8	80
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri	9	90
		4. Menghargai Pengalaman	7	70
		5. Bersikap <i>Realistik</i> Dan <i>Objektif</i>	8	80
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk Membenarkan Tindakan	4	40
		7. <i>Represi</i>	1	10
		8. Proyeksi	2	20
		9. Anggur Kecut	3	30
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu Membenarkan Diri Sendiri	5	50
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi	1	10
		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	1	10
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	5	50

		14. Bersikap Balas Dendam	3	30
		15. Marah Secara Sadis	2	20
		Reaksi Melarikan Diri		
		16. Banyak Tidur	1	10

$$\text{Perubahan} = \frac{\text{Jumlah Siswa yang Mengalami Perubahan}}{\text{Jumlah siswa keseluruhan}} \times 100\%$$

Berdasarkan hasil analisis kondisi sikap penyesuaian diri siswa pada siklus II yang dilakukan dengan dua kali pertemuan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pada indikator sikap penyesuaian diri siswa secara positif dengan kategori “Sangat Baik” pada indikator tidak menunjukkan adanya ketegangan diri meningkat dan indikator memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri menjadi 9 siswa dengan peningkatan 90%. Pada indikator tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi dan indikator bersikap realistis dan objektif meningkat dengan jumlah 8 siswa dengan peningkatan 80%. Kemudian indikator menghargai pengalaman diri dengan kategori “Baik” meningkat dengan jumlah 7 siswa dengan peningkatan 70%.
2. Pada indikator sikap penyesuaian diri negatif ditunjukkan bahwa, setelah dilakukan siklus kedua dengan dua pertemuan, siswa dapat meningkatkan sikap penyesuaian diri secara positif dari sikap penyesuaian diri mereka yang negatif.

#### 4) Refleksi

Refleksi yang dilakukan oleh peneliti dari hasil kegiatan yang dilakukan pada siklus II pertemuan pertama dan kedua dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.12. Hasil Refleksi Siklus II Pertemuan I dan II**

<b>Siklus II</b>	
<b>Pertemuan I</b>	<b>Pertemuan II</b>
Beberapa siswa sudah menunjukkan antusias mereka mengikuti kegiatan BKP yang dilakukan pada tahap pembukaan hingga tahap akhir.	Seluruh siswa antusias dalam mengikuti kegiatan BKP dari tahap pembukaan hingga tahap akhir, dengan ditunjukkan keaktifan mereka saat berdiskusi.
Sedikit siswa menunjukkan kecanggungan dalam merespon, berpendapat dan menanggapi serta bertanya.	Seluruh siswa tidak canggung untuk bertanya, menanggapi, merespon dan berpendapat saat kegiatan BKP berlangsung.
Beberapa siswa mulai nyaman berdiskusi dan mematuhi aturan kegiatan BKP.	Seluruh siswa mulai nyaman berdiskusi dan mematuhi aturan kegiatan BKP. Dengan dinamika yang aktif dalam berdiskusi.
Beberapa siswa memahami permasalahan yang dialaminya serta mulai ingin menyelesaikannya.	Seluruh siswa memahami akan permasalahan pada dirinya berkaitan dengan sikap penyesuaian dirinya.
Berberapa siswa sudah mulai bersikap tenang dalam memecahkan masalah persoalan dan bersikap realistis dalam memberikan solusi bagi permasalahan yang dialaminya.	Seluruh siswa berkomitmen untuk bersikap baik dalam menyesuaikan dirinya, baik dalam kondisi sebagai korban <i>bullying</i> serta bersikap realistis dalam memberikan solusi bagi permasalahan yang dialaminya.

#### 5) Evaluasi

Peneliti merefleksikan serta mengevaluasi tahap-tahap kegiatan yang dilakukan dimulai dari pelaksanaan hingga penilaian guna

menunjang keberhasilan yang ingin dicapai. Dapat disimpulkan bahwa, pada siklus I yang dilakukan baik pertemuan pertama hingga pertemuan kedua tidak menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan sikap penyesuaian diri siswa, maka peneliti melanjutkan siklus II untuk memberikan tindakan kepada siswa. Pada siklus II pertemuan pertama dan kedua menunjukkan peningkatan sikap penyesuaian diri dengan keberhasilan yang ditetapkan yakni 70% dengan kategori “Baik”. Pertemuan pertama dan kedua menunjukkan peningkatan hingga 90% dari indikator sikap penyesuaian diri secara positif atau baik.

### C. Pembahasan

Berdasarkan evaluasi yang dilakukan dari pengamatan yang dilakukan oleh peneliti, terdapat perubahan dari pra-siklus yang dilakukan hingga siklus I dan siklus II. Perubahan dapat dilihat dengan mudah pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4.13. Keseluruhan Hasil Penelitian Kondisi Awal, Siklus I dan Siklus II**

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Awal	%	Kondisi Siklus I	%	Kondisi Siklus II	%
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri	6	15	5	50	9	90
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi	16	40	4	40	8	80
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri	4	10	2	20	9	90

		4. Menghargai Pengalaman	7	17,5	4	40	7	70
		5. Bersikap <i>Realistik</i> Dan <i>Objektif</i>	3	7,5	5	50	8	80
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan						
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk Membenarkan Tindakan	8	20	7	70	4	40
		7. <i>Represi</i>	33	82,5	1	10	1	10
		8. Proyeksi	9	22,5	7	70	2	20
		9. Anggur Kecut	23	57,5	6	60	3	30
		Reaksi Menyerang						
		10. Selalu Membenarkan Diri Sendiri	13	32,5	5	50	5	50
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi	6	15	5	50	1	10

		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	8	20	8	80	1	10
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	10	25	5	50	5	50
		14. Bersikap Balas Dendam	5	12,5	5	50	3	30
		15. Marah Secara Sadis	14	35	3	30	2	20
		Reaksi Melarikan Diri						
		16. Banyak Tidur	1	2,5	8	80	1	10

$$\text{Perubahan} = \frac{\text{Jumlah Siswa yang Mengalami Perubahan}}{\text{Jumlah siswa keseluruhan}} \times 100\%$$

Dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa indikator yang menjadi pusat penelitian yakni penyesuaian diri siswa secara positif dan penyesuaian diri siswa secara negatif mengalami perubahan yang signifikan.

Dari hasil data diatas, kondisi awal dengan keseluruhan jumlah siswa kelas XI MIA-5 yakni 40 siswa dengan memilih banyaknya indikator yang ada menunjukkan bahwa, adanya korban *bullying* dikelas tersebut. Selain itu, ikap penyesuaian diri mereka menunjukkan bahwa sikap penyesuaian diri siswa secara positif sangat rendah dibandingkan dengan sikap penyesuaian diri secara negatif lebih tinggi. Sehingga peneliti melanjutkan penelitian tersebut dengan maksud untuk meningkatkan sikap penyesuaian diri secara positif siswa.

Adapun kondisi setelah siklus I peneliti menyadari bahwa, perubahan yang terjadi tidak mencapai target yang ingin dicapai sesuai dengan kategori keberhasilan. Hal ini ditunjukkan bahwa, ada beberapa faktor yang membuat peneliti mengalami hambatan untuk melakukan tindakan pada siklus I, diantaranya: kerja sama antara Guru BK dengan peneliti kurang maksimal, ditandai dengan siklus I guru BK tidak ikut serta mengamati kegiatan proses BKP dilakukan, dikarenakan kesibukan Guru BK dalam menangani program sekolah. Selain itu, siswa yang menjadi sasaran layanan pada siklus I tidak semua sukarela untuk mengikuti kegiatan BKP tersebut.

Kelanjutan pada siklus II, peneliti sangat merasa senang dalam memberikan layanan BKP kepada siswa, dengan adanya kesukarelaan siswa dan fahamnya akan permasalahan mereka yang dialami, sehingga pada siklus II pertemuan pertama dan kedua mereka secara aktif bedinamika dalam kelompok dan benar-benar menunjukkan bahwa mereka ingin keluar dari permasalahan yang mereka alami. Sehingga

adanya peningkatan yang mencapai kategori “Sangat Baik” dengan peningkatan 80%-90%, dan kategori “Baik” dengan peningkatan 70%.

Selama penelitian yang dilakukan oleh peneliti, sehingga peneliti mendapatkan temuan-temuan dari hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti yakni Layanan Bimbingan Kelompok dapat meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* di Kelas XI MIA-5 MAN 3 Medan.

Hal tersebut didukung dengan tujuan teori yang dikemukakan oleh Kemmis dan MC taggart, bahwa penelitian PTK atau PTBK memiliki tujuan untuk meningkatkan dan memperbaiki mutu praktik dalam hal ini praktik layanan konseling dalam konsep BK dan memperbaiki perilaku sasaran layanan konseling.

Selain daripada itu, peneliti telah menemukan cara untuk meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* yang rendah menuju sikap penyesuaian diri yang tinggi sesuai hasil penelitian, peneliti menemukan fenomena yang terjadi dikelas XI MIA-5 yang merupakan karakteristik perilaku *bullying*. Temuan peneliti dalam hal ini sesuai dengan karakteristik atau bentuk-bentuk *bullying* yang dikemukakan oleh Astuti, ponny Retno, sesuai dengan temuan diantaranya bentuk *bullying* fisik dan *non* fisik.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data peneliti yang telah disajikan oleh peneliti pada BAB IV, maka kesimpulan data yang diperoleh berdasarkan temuan penelitian sebagai berikut:

1. Fenomena *bullying* di kelas XI MIA-5 yang terjadi hanya sebatas *bullying* verbal, tidak sampai pada *bullying* fisik yang ditandai dengan kekerasan. Hanya saja, permasalahan tersebut, tidak sampai pada Guru BK, hanya sebatas permasalahan diketahui di kelas XI MIA-5.
2. Sikap penyesuaian diri korban *bullying* di kelas XI MIA-5 sebelum dilakukan layanan Bimbingan Kelompok ditandai dengan rendahnya sikap penyesuaian diri secara positif siswa dengan ditandai persentase dibawah 40% dan lebih tinggi sikap penyesuaian diri secara negatif ditandai dengan persentase mencapai 82,5 % ketika mendapatkan perilaku *bullying*.
3. Sikap penyesuaian diri korban *bullying* di kelas XI MIA-5 sesudah dilakukan bimbingan kelompok, terjadinya peningkatan secara signifikan antara kondisi dilakukan siklus I dan Siklus II. Pada siklus I peningkatan sikap penyesuaian diri siswa secara positif hanya meningkat dengan persentase 50 % kategori “Kurang” dari 5 indikator penyesuaian diri secara positif. Pada

siklus II terjadi peningkatan sikap penyesuaian diri secara positif mencapai 90% dengan kategori “Sangat Baik”.

4. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok yang telah dilakukan oleh peneliti dapat meningkatkan sikap penyesuaian diri korban *bullying* dikelas XI MIA-5 secara positif.

## **B. Saran**

Adapun saran yang dapat diberikan setelah melakukan penelitian oleh peneliti untuk beberapa pihak yakni:

1. Kepada Guru BK, agar kiranya masalah *bullying* disetiap kelas harus menjadi pusat perhatian untuk ditindak lanjuti, terkhusus pada kelas XI MIA-5. Agar tidak mengakibatkan permasalahan bagi korban *bullying* apalagi sampai pada berpengaruh pada sikap penyesuaian diri siswa yang menjadi korban.
2. Masih kepada Guru BK, Guru BK harus memberikan layanan bimbingan kelompok kepada siswa, sesuai dengan kebutuhan siswa. Begitu juga dengan pelaksanaan layanan – layanan dalam BK harus diberikan kepada siswa, agar mereka mengenal dan menjadi nyaman ketika berhadapan dengan BK
3. Kepada seluruh siswa, agar kiranya menceritakan kepada Guru BK dan menyelesaikan permasalahan yang dialami, sehingga mengetahui, tindakan apa yang harus dilakukan dan mengetahui permasalahan tersebut apakah kategori rendah, sedang atau tinggi. Termasuk dengan permasalahan *bullying* yang mengakibatkan sikap penyesuaian diri secara negatif semakin meningkat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Mohammad & Ansori. 2011. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Abdullah Azzam. 2013. *Tarbiyah Jihadiyah*. Solo: Jazera.
- Ahmadani, Abu. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Amin, Samsul M. 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Ananda, Rusydi. A. MR. 2017. *Inovasi Pendidikan: Melejitkan Potensi Teknologi dan Inovasi Pendidikan*. Medan: Widya Puspita.
- Dewi&Rosmala.2013. *Profesionalisasi Guru Bk Melalui Ptbk*, Medan: Unimed Press
- Dewa Ketut Sukardi, NK. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Drajat, Zakiah. 1990. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Haji Mas Agung.
- Fahmi, Mustafa. 1982. *Penyesuaian Diri (Pengertian dan Peranannya dalam kesehatan Mental)*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Fatimah, Enung. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Fajri, Em Zul & RAS. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Difa Publisher.
- Geldard, Kathryn. 2012. *Konseling Remaja (Intervensi Praktis Bagi Remaja Beresiko)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hartono, *Statistik Untuk Penelitian*. 2002. Yogyakarta: LSFK2 dan Pustaka Pelajar.
- Hidayat, Dede Rahmat dan Aip Badrujaman. 2012. *Penelitian Tindakan dalam Bimbingan Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Luddin, Abu Bakar M. 2014. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling+Konseling Islam*. Binjai: Difa Niaga.
- Prayitno, dkk. 1997. *Pelayanan Bimbingan dan Konseling SMU*. Jakarta: Bina Sumber Daya MIPA.
- Prayitno. 2004. *Layanan L1-L9*. Universitas Negeri Padang.

- Prayitno. M.Sc. Ed. 2015. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Seri Panduan Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling. Program Pendidikan Profesi Konselor. UNP.
- Ponny Retno Astuti. 2008. *Meredam Bullying*. Jakarta: Grafindo.
- Rosihon Anwar. 2010. *Akhlaq Tasawuf (Disusun Berdasarkan Kurikulum Terbaru Nasioanl Perguruan Tinggi Agama Islam)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Sarwono, Sarlito W. 2010. *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Pers.
- \_\_\_\_\_. 2012. *Pengantar Psikologi Umum, (edisi ke 4)*. Kelapa Gading Pernal: Raja Grafindo Persada.
- Suryabrata, Sumadi. 2006. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Susanto, Ahmad. 2005. *Bimbingan & Konseling (di Taman Kanak-Kanak)*. Jakarta: Prenamedia Group.
- Sunarto & Agung Hartono. 2008. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Taylor , Shelley E. & Letitia Anne Peplau, David O.S. 2009. *Psikologi Sosial (Edisi Kedua Belas)*. Jakarta:Prenada Media Group.
- Tohirin. 2011. *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah(Berbasis Integrasi)*, Jakarta: Rajawali Pers.
- \_\_\_\_\_ 2013. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbais Integrasi)*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Wardhana, Katya. 2004. *Buku Panduan Melawan Bullying, Stop-Bullying Campaign*.
- Winarti, Us. 2007. *Pengembangan Kepribadian*. Jakarta: Graha Ilmu.
- Yusuf, Syamsu. A.J. 2005. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Yudrik Jahja. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Departemen Agama RI. 2009. *Al-Qur'an Tiga Bahasa*. Depok: Al-Huda.
- Departemen Agama. 2010. (Edisi yang disempurnakan). *Al-Qur'an dan Tafsirnya*. Jakarta: Lentera Abadi

- Departemen RI. 2011. *Al-Karim (Alqur'an Tafsir Perkata Tadjwid Kode angka*. Tangerang: Kalim.
- Branson, Christopher E. & Dewey G. Cornell. 2009. *A Comparison Of Self And Peer Reports In The Assessment Of Middle School Bullying*, Francis: ISSN: 1537-790.
- Lestari, Windy Sartika. 2016. *Analisis Faktor-Faktor Penyebab Bullying di kalangan Peserta Didik*. Jurnal Soio Didaktika. p-ISSN: 2356-1386. -ISSN: 242-940.
- Mujiyati. 2015. *Peningkatan Self Esteem Siswa Korban Bullying Melalui Teknik Assertive Training*. Lampung: Jurnal Fokus Konseling Vol. 1 No.
- Pitaningrum, Meidiana & Wiwin Hendriani. 2013. *Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modrn Nurul Izzah Gresik pada Tahun Pertama*. Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial. Vol. 02 No. 03
- Sari, Jurni Fajar K.AT. 2014. *Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Kecenderungan Perilaku Cyber bullying pada Siswa Kelas VIII SMP LABSCHOOL Jakarta*. Jurnal Bimbingan dan Konseling FIP UNJ.
- Sarai, Juni F. 2014. K.A.T. *Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Kecenderungan Perilaku Cyber Bullying Paa Siswa Kelas VIII SMP Labscholl Jakata Tahun Ajaran 2013-2014*, Jurnal Bimbingan dan Konseling.
- Surilena. 2016. *Perilaku Bullying (prundungan) pada anak dan remaja*. Jakarta: Jurnal Psikologi. Vol. 43 No. 1.

## DOKUMENTASI MAN 3 MEDAN



Gambar 1. Gerbang Sekolah MAN 3 Medan



Gambar 2. Kantor Kepala Sekolah tampak depan



Gambar 6. Ruang BK

Gambar 3. Ruang BK



Gambar 4. Ruang guru



Gambar 5. Beberapa Ruangan kelas X



Gambar 6. Lapangan, Musholla Dan Ruang Aula



Gambar 7. Pendopo



Gambar 8. Wawancara dengan Salah Satu Siswa



Gambar 9. Wawancara dengan Guru BK



Gambar 10. Observasi Peneliti di Kelas XI MIA5



Gambar 11. Kegiatan BKP Siklus I Pertemuan I



Gambar 12. Kegiatan BKP Siklus I Pertemuan II



Gambar 13. Kegiatan BKP Siklus II Pertemuan I



Gambar 14. Kegiatan BKP Siklus II Pertemuan II

**LEMBAR OBSERVASI  
DENGAN DAFTAR *CHEK LIST***

No Absen: 03

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Siklus I	Kondisi Siklus II
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri	✓	✓
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi		
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri		✓
		4. Menghargai Pengalaman		✓
		5. Bersikap <i>Realistik</i> Dan <i>Objektif</i>		✓
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk membenarkan Tindakan	✓	
		7. <i>Represi</i>		
		8. Proyeksi	✓	
		9. Anggur Kecut		
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu membenarkan Diri Sendiri	✓	✓
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi		
		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	✓	
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka		✓
		14. Bersikap Balas Dendam		✓
		15. Marah Secara Sadis	✓	
		Reaksi Melarikan Diri		
16. Banyak Tidur				

**LEMBAR OBSERVASI  
DENGAN DAFTAR *CHEK LIST***

No Absen: 04

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Siklus I	Kondisi Siklus II
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri	✓	✓
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi	✓	
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri		✓
		4. Menghargai Pengalaman		✓
		5. Bersikap <i>Realistik</i> Dan <i>Objektif</i>		✓
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk Membenarkan Tindakan	✓	
		7. <i>Represi</i>		
		8. Proyeksi	✓	
		9. Anggur Kecut		✓
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu Membenarkan Diri Sendiri		
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi		
		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	✓	✓
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka		✓
		14. Bersikap Balas Dendam		✓
		15. Marah Secara Sadis		
		Reaksi Melarikan Diri		
		16. Banyak Tidur		

**LEMBAR OBSERVASI  
DENGAN DAFTAR *CHEK LIST***

No Absen: 11

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Siklus I	Kondisi Siklus II
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri	✓	✓
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi		
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri		✓
		4. Menghargai Pengalaman	✓	
		5. Bersikap <i>Realistik</i> Dan <i>Objektif</i>		✓
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk Membenarkan Tindakan	✓	
		7. <i>Represi</i>		
		8. Proyeksi	✓	
		9. Anggur Kecut		✓
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu Membenarkan Diri Sendiri	✓	✓
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi		
		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	✓	
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka		✓
		14. Bersikap Balas Dendam		✓
		15. Marah Secara Sadis	✓	
		Reaksi Melarikan Diri		
		16. Banyak Tidur		

**LEMBAR OBSERVASI  
DENGAN DAFTAR *CHEK LIST***

No Absen: 12

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Siklus I	Kondisi Siklus II
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri		✓
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi		
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri	✓	
		4. Menghargai Pengalaman	✓	✓
		5. Bersikap <i>Realistik Dan Objektif</i>	✓	
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk Membenarkan Tindakan	✓	
		7. <i>Represi</i>		
		8. Proyeksi	✓	
		9. Anggur Kecut		✓
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu Membenarkan Diri Sendiri	✓	
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi		
		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	✓	
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	✓	
		14. Bersikap Balas Dendam	✓	
		15. Marah Secara Sadis		
		Reaksi Melarikan Diri		
		16. Banyak Tidur		

**LEMBAR OBSERVASI  
DENGAN DAFTAR *CHEK LIST***

No Absen: 16

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Siklus I	Kondisi Siklus II
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri		
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi	✓	
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri		✓
		4. Menghargai Pengalaman	✓	
		5. Bersikap <i>Realistik Dan Objektif</i>		✓
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk Membenarkan Tindakan	✓	
		7. <i>Represi</i>		
		8. Proyeksi	✓	
		9. Anggur Kecut	✓	
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu Membenarkan Diri Sendiri	✓	
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi	✓	
		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	✓	
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	✓	
		14. Bersikap Balas Dendam	✓	
		15. Marah Secara Sadis		
		Reaksi Melarikan Diri		
		16. Banyak Tidur		

**LEMBAR OBSERVASI  
DENGAN DAFTAR *CHEK LIST***

No Absen: 19

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Siklus I	Kondisi Siklus II
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri	✓	✓
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi		
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri		✓
		4. Menghargai Pengalaman	✓	✓
		5. Bersikap <i>Realistik Dan Objektif</i>	✓	✓
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk Membenarkan Tindakan	✓	
		7. <i>Represi</i>	✓	✓
		8. Proyeksi	✓	
		9. Anggur Kecut	✓	
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu Membenarkan Diri Sendiri		✓
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi	✓	
		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	✓	
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	✓	
		14. Bersikap Balas Dendam	✓	
		15. Marah Secara Sadis		
		Reaksi Melarikan Diri		
		16. Banyak Tidur		

**LEMBAR OBSERVASI  
DENGAN DAFTAR *CHEK LIST***

No Absen: 24

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Siklus I	Kondisi Siklus II
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri		✓
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi		
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri	✓	✓
		4. Menghargai Pengalaman		✓
		5. Bersikap <i>Realistik</i> Dan <i>Objektif</i>		✓
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk membenarkan Tindakan	✓	✓
		7. <i>Represi</i>		
		8. Proyeksi	✓	
		9. Anggur Kecut	✓	
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu membenarkan Diri Sendiri		✓
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi	✓	
		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka		
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	✓	
		14. Bersikap Balas Dendam	✓	
		15. Marah Secara Sadis		✓
Reaksi Melarikan Diri				
16. Banyak Tidur	✓	✓		

**LEMBAR OBSERVASI  
DENGAN DAFTAR *CHEK LIST***

No Absen: 32

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Siklus I	Kondisi Siklus II
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri		
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi	✓	
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri		✓
		4. Menghargai Pengalaman		✓
		5. Bersikap <i>Realistik</i> Dan <i>Objektif</i>	✓	
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk Membenarkan Tindakan		✓
		7. <i>Represi</i>		
		8. Proyeksi		✓
		9. Anggur Kecut	✓	
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu Membenarkan Diri Sendiri		
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi	✓	
		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka		
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka		✓
		14. Bersikap Balas Dendam		✓
		15. Marah Secara Sadis	✓	
Reaksi Melarikan Diri				
16. Banyak Tidur				

**LEMBAR OBSERVASI  
DENGAN DAFTAR *CHEK LIST***

No Absen: 33

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Siklus I	Kondisi Siklus II
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri	✓	✓
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi		
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri		✓
		4. Menghargai Pengalaman		✓
		5. Bersikap <i>Realistik</i> Dan <i>Objektif</i>	✓	✓
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk Membenarkan Tindakan		✓
		7. <i>Represi</i>		
		8. Proyeksi		✓
		9. Anggur Kecut	✓	
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu Membenarkan Diri Sendiri	✓	
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi		
		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka		✓
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	✓	
		14. Bersikap Balas Dendam	✓	
		15. Marah Secara Sadis		✓
		Reaksi Melarikan Diri		
		16. Banyak Tidur		

**LEMBAR OBSERVASI  
DENGAN DAFTAR *CHEK LIST***

No Absen: 37

No	Indikator	Deskriptor	Kondisi Siklus I	Kondisi Siklus II
1	Penyesuaian Diri Secara Positif	1. Tidak Menunjukkan Adanya Ketegangan Diri		✓
		2. Tidak Menunjukkan Adanya Frustrasi Pribadi	✓	
		3. Memiliki Pertimbangan Rasional Dan Pengarahan Diri		✓
		4. Menghargai Pengalaman		
		5. Bersikap <i>Realistik</i> Dan <i>Objektif</i>	✓	✓
2	Penyesuaian Diri Secara Negatif	Reaksi bertahan		
		6. Mencari-Cari Alasan Untuk membenarkan Tindakan	✓	✓
		7. <i>Represi</i>		
		8. Proyeksi		
		9. Anggur Kecut	✓	
		Reaksi Menyerang		
		10. Selalu membenarkan Diri Sendiri		
		11. Mau Berkuasa Dalam Setiap Situasi		✓
		12. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka	✓	
		13. Menunjukkan Sikap Permusuhan Secara Terbuka		
		14. Bersikap Balas Dendam		✓
		15. Marah Secara Sadis		
		Reaksi Melarikan Diri		
		16. Banyak Tidur		

## RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

---

### A. IDENTITAS SEKOLAH

1. Satuan Pendidikan : Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan
2. Tahun Pembelajaran : 2017/2018 (Semester Genap)
3. Sasaran Layanan : 10 Siswa Kelas X MIA 5
4. Pelaksanaan/Petugas : Leni Syariah (Peneliti)
5. Pihak Terlibat : Guru BK

### B. WAKTU DAN TEMPAT

1. Tanggal Pelaksanaan : 02 April 2018
2. Waktu : Senin, Jam Istirahat Ke II
3. Jam Pelayanan : 13.15 – 13.55 Wib
4. Volume Waktu : 1 X 40 Menit
5. Spesifikasi Tempat Pelayanan : Teras Masjid MAN 3 Medan

### C. MATERI LAYANAN

1. Tema : Sikap Penyesuaian Diri terhadap Prilaku *Bullying* (Topik Tugas)
2. Sub Tema : Sikap Penyesuaian diri terhadap Prilaku *Bullying*.

### D. TUJUAN / ARAH PENGEMBANGAN

#### I. Pengembangan KES (Kehidupan Sehari-Hari)

1. Siswa dapat memahami dan menjelaskan sikap penyesuaian diri.
2. Siswa dapat mengetahui dan menjelaskan jenis – jenis prilaku *bullying*.
3. Siswa dapat menjelaskan sikap penyesuaian diri terhadap prilaku *bullying*.

4. Siswa mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap perilaku *bullying*.

## II. Penangan KES-T (Kehidupan Sehari-Hari Terganggu)

Membantu siswa untuk menghindari, mengurangi, atau menghilangkan serta mencegah siswa terjadinya sikap penyesuaian diri yang tidak baik terhadap perilaku *bullying*.

## E. METODE DAN TEKNIK

1. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
2. Kegiatan Pendukung : -

## F. SARANA

1. Media : -
2. Perlengkapan : Pena dan Kertas, Daftar Ceklis Observasi

## G. KEGIATAN LAYANAN

### I. Tahap Pembentukan

- a. Pembimbing mengucapkan salam ketika hendak memulai kegiatan dan menanyakan kabar siswa.
- b. Pembimbing memimpin siswa untuk berdoa.
- c. Pembimbing mengajak siswa berkenalan.
- d. Pembimbing mengajak siswa untuk berempati.
- e. Pembimbing menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan.
- f. Pembimbing menjelaskan pengertian, tujuan, cara serta asas-asas layanan bimbingan kelompok.

### II. Tahap Peralihan

- a. Pembimbing mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya.
- b. Pembimbing menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut.
- c. Pembimbing menjelaskan topik atau tema yang telah ditentukan.

### III. Kegiatan

- f. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan argumennya tentang sikap penyesuaian diri.
- g. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan argumen dan memberikan contoh sikap perilaku *bullying*.
- h. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan pendapatnya mengenai sikap penyesuaian diri terhadap perilaku *bullying*.
- i. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk memberikan contoh sikap penyesuaian diri dengan baik ketika dihadapi dengan perilaku *bullying*.
- j. Memberikan permainan (*game*) dan menjelaskan permainan yang akan dilakukan beserta teknis permainannya.

### IV. Penyimpulan

Pembimbing meminta kepada anggota kelompok bersama-sama untuk menyimpulkan pembahasan dari kegiatan yang telah dilaksanakan.

### V. Penutup

1. Pembimbing menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir.
2. Menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas.
3. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan, diantaranya:
  - Pemahaman yang sudah diperoleh oleh anggota kelompok
  - Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung
  - Kesan yang diperoleh selama kegiatan dan pesan
4. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan BKP
5. Mengucapkan terimakasih
6. Memimpin doa
7. Mengucap salam
8. Perpisahan serta bersalaman dan menyanyikan lagu Sayonara

## H. RENCANA PENILAIAN

1. Penilaian Proses : dilaksanakan pada saat kegiatan berlangsung dengan cara mengamati individu yang menjadi sasaran layanan, melalui keaktifan, kesungguhan dan keantusiasan anggota kelompok selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung.
2. Penilaian Hasil : dilaksanakan setelah kegiatan pemberian layanan selesai dilaksanakan dengan menceklis daftar ceklis observasi tanpa diketahui oleh anggota kelompok, selain itu diperlukan pemberian (Laiseg, laijapen, dan laijapang).

## I. ANALISIS

Dari hasil evaluasi/penilaian, maka dapat dilakukan analisis sebagai berikut:

1. Analisis penilaian proses: Analisis penilaian proses kegiatan untuk diketahui hambatan dan dukungan dalam pencapaian tujuan.
2. Analisis penilaian hasil : Analisis penilaia hasil diketahuinya tingkat pencapaian pengentasan masalah dan pencapaian tujuan.

## J. TINDAK LANJUT

Melakukan tindakan lanjut jika tujuan dilakukannya layanan bimbingan kelompok berkaitan dengan tujuan penelitian tidak berhasil (melakukan layanan bimbingan kelompok kembali).

Mengetahui,  
Guru BK

Medan, April 2018

**Sri Widia Astuti, S.Pd.I**

Leni Syariah  
NIM. 33141020

## RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

---

### A. IDENTITAS SEKOLAH

1. Satuan Pendidikan : Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan
2. Tahun Pembelajaran : 2017/2018 (Semester Genap)
3. Sasaran Layanan : 10 Siswa Kelas X MIA 5
4. Pelaksanaan/Petugas : Leni Syariah (Peneliti)
5. Pihak Terlibat : Guru BK

### B. WAKTU DAN TEMPAT

1. Tanggal Pelaksanaan : 07 April 2018
2. Waktu : Sabtu, Jam Istirahat Ke II
3. Jam Pelayanan : 13.15 – 13.55 Wib
4. Volume Waktu : 1 X 40 Menit
5. Spesifikasi Tempat Pelayanan : Teras Masjid MAN 3 Medan

### C. MATERI LAYANAN

1. Tema : Cara Bersikap Penyesuaian Diri terhadap Prilaku *Bullying* (Topik Tugas).
2. Sub Tema : Cara Bersikap Penyesuaian Diri terhadap Prilaku *Bullying*.

### D. TUJUAN / ARAH PENGEMBANGAN

#### I. Pengembangan KES (Kehidupan Sehari-Hari)

1. Siswa dapat menjelaskan sikap penyesuaian diri terhadap prilaku *bullying*.
2. Siswa mengetahui cara bersikap saat menyesuaikan diri terhadap prilaku *bullying*.

3. Siswa mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap perilaku *bullying*.

## II. Penangan KES-T (Kehidupan Sehari-Hari Terganggu)

Membantu siswa untuk menghindari, mengurangi, atau menghilangkan serta mencegah siswa terjadinya sikap penyesuaian diri yang tidak baik terhadap perilaku *bullying*.

## E. METODE DAN TEKNIK

1. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
2. Kegiatan Pendukung : -

## F. SARANA

1. Media : -
2. Perlengkapan : Pena dan Kertas, Daftar Ceklis Observasi

## G. KEGIATAN LAYANAN

### I. Tahap Pembentukan

- a. Pembimbing mengucapkan salam ketika hendak memulai kegiatan dan menanyakan kabar siswa.
- b. Pembimbing memimpin siswa untuk berdoa.
- c. Pembimbing mengajak siswa untuk berempati.
- d. Pembimbing menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan.
- e. Pembimbing menjelaskan kembali pengertian, tujuan, cara serta asas-asas layanan bimbingan kelompok.

### II. Tahap Peralihan

- a. Pembimbing mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya.
- b. Pembimbing menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut.
- c. Pembimbing menjelaskan topik atau tema yang telah ditentukan.

### III. Kegiatan

- a. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk memberikan contoh sikap yang semestinya jika berhadapan dengan perilaku *bullying*.
- b. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan argumen mengenai contoh yang udah disebutkan.
- c. Pembimbing memberikan contoh nyata dengan dilakukan sandiwara perilaku *bullying* yang dilakuka oleh salah satu anggota kelompok terhadap anggota kelompok yang menjadi korban *bullying*.
- d. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk memberikan argumen dari contoh yang telah dibuat.
- e. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok cara bersikap seharusnya pada perilaku *bullying*.
- f. Memberikan permainan (*game*) dan menjelaskan permainan yang akan dilakukan beserta teknis permainannya.

### IV. Kesimpulan

Pembimbing meminta kepada anggota kelompok bersama-sama untuk menyimpulkan dan memberikan komitmen masing-masing kegiatan yang telah dilaksanakan.

### V. Penutup

1. Pembimbing menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir.
2. Menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas.
3. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan, diantaranya:
  - Pemahaman yang sudah diperoleh oleh anggota kelompok
  - Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung
  - Kesan yang diperoleh selama kegiatan dan pesan
4. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan BKP
5. Mengucapkan terimakasih
6. Memimpin doa

7. Mengucapkan salam
8. Perpisahan serta bersalaman dan menyanyikan lagu Sayonara.

#### **H. RENCANA PENILAIAN**

1. Penilaian Proses : dilaksanakan pada saat kegiatan berlangsung dengan cara mengamati individu yang menjadi sasaran layanan, melalui keaktifan, kesungguhan dan keantusiasan anggota kelompok selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung.
2. Penilaian Hasil : dilaksanakan setelah kegiatan pemberian layanan selesai dilaksanakan dengan menceklis daftar ceklis observasi tanpa diketahui oleh anggota kelompok, selain itu diperlukan pemberian (Laiseg, laijapen, dan laijapang).

#### **I. ANALISIS**

Dari hasil evaluasi/penilaian, maka dapat dilakukan analisis sebagai berikut:

1. Analisis penilaian proses: Analisis penilaian proses kegiatan untuk diketahui hambatan dan dukungan dalam pemcapaian tujuan.
2. Analisis penilaian hasil : Analisis penilaia hasil diketahuinya tingkat pencapaian pengentasan masalah dan pencapaian tujuan.

#### **J. TINDAK LANJUT**

Melakukan tindakan lanjut jika tujuan dilakukannya layanan bimbingan kelompok berkaitan dengan tujuan penelitian tidak berhasil (melakukan layanan bimbingan kelompok kembali).

Mengetahui,  
Guru BK

**Sri Widia Astuti, S.Pd.I**

Medan, April 2018

Leni Syariah  
NIM. 33141020

## RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

---

### A. IDENTITAS SEKOLAH

1. Satuan Pendidikan : Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan
2. Tahun Pembelajaran : 2017/2018 (Semester Genap)
3. Sasaran Layanan : 10 Siswa Kelas X MIA 5
4. Pelaksanaan/Petugas : Leni Syariah (Peneliti)
5. Pihak Terlibat : Guru BK

### B. WAKTU DAN TEMPAT

1. Tanggal Pelaksanaan : 24 April 2018
2. Waktu : Senin, Jam Istirahat Ke I
3. Jam Pelayanan : 10.15 – 10.55 Wib
4. Volume Waktu : 1 X 40 Menit
5. Spesifikasi Tempat Pelayanan : Taman Kelas

### C. MATERI LAYANAN

1. Tema : Dampak Penyesuaian Diri Negatif terhadap Prilaku *Bullying*.
2. Sub Tema : Akibat yang akan terjadi jika korban *bullying* bersikap negatif ketika berhadapan dengan pelaku dan prilaku *bullying*.

### D. TUJUAN / ARAH PENGEMBANGAN

#### I. Pengembangan KES (Kehidupan Sehari-Hari)

1. Siswa dapat menyebutkan contoh dan menjelaskan sikap penyesuaian diri yang negatif terhadap prilaku *bullying*.
2. Siswa dapat memahami dampak dari sikap penyesuaian diri yang negatif terhadap prilaku *bullying*.

3. Siswa mampu menyelesaikan masalah yang terjadi akibat perilaku *bullying* dengan cara sikap penyesuaian dirinya secara baik.

## II. Penangan KES-T (Kehidupan Sehari-Hari Terganggu)

Membantu siswa untuk mencegah, mengurangi, menghilangkan serta menghindari terjadinya sikap penyesuaian diri yang tidak baik terhadap perilaku *bullying*.

### E. METODE DAN TEKNIK : Diskusi

1. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
2. Kegiatan Pendukung : -

### F. SARANA

1. Media : -
2. Perlengkapan : Pena dan Kertas, Daftar Ceklis Observasi

## G. KEGIATAN LAYANAN

### I. Tahap Pembentukan

- a. Pembimbing mengucapkan salam ketika hendak memulai kegiatan dan menanyakan kabar siswa.
- b. Pembimbing memimpin siswa untuk berdoa.
- c. Pembimbing mengajak siswa untuk berempati.
- d. Pembimbing menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan.
- e. Pembimbing menjelaskan kembali pengertian, tujuan, cara serta asas-asas layanan bimbingan kelompok.

### II. Tahap Peralihan

- a. Pembimbing mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya.
- b. Pembimbing menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut.
- c. Pembimbing menjelaskan topik atau tema yang telah ditentukan.

### III. Kegiatan

- a. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk memberikan contoh sikap penyesuaian diri secara negatif.
- b. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan argumen mengenai sikap penyesuaian diri secara negatif.
- c. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk memberikan contoh dan argumen dari sikap penyesuaian diri secara negatif ketika sedang mengalami perlakuan *bullying*.
- d. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan argumen mengenai dampak yang akan terjadi pada diri individu jika sikap penyesuaian dirinya secara negatif.
- e. Memberikan permainan (*game*) dan menjelaskan permainan yang akan dilakukan beserta teknis permainannya.

### IV. Penyimpulan

Pembimbing meminta kepada anggota kelompok bersama-sama untuk menyimpulkan dan memberikan komitmen masing-masing kegiatan yang telah dilaksanakan.

### V. Penutup

- a. Pembimbing menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir.
- b. Menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas.
- c. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan, diantaranya:
  - Pemahaman yang sudah diperoleh oleh anggota kelompok
  - Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung
  - Kesan yang diperoleh selama kegiatan dan pesan
- d. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan BKP
- e. Mengucapkan terimakasih
- f. Memimpin doa
- g. Mengucap salam
- h. Perpisahan serta bersalaman dan menyanyikan lagu Sayonara

**i. RENCANA PENILAIAN**

3. Penilaian Proses : dilaksanakan pada saat kegiatan berlangsung dengan cara mengamati individu yang menjadi sasaran layanan, melalui keaktifan, kesungguhan dan keantusiasan anggota kelompok selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung.
4. Penilaian Hasil : dilaksanakan setelah kegiatan pemberian layanan selesai dilaksanakan dengan menceklis daftar ceklis observasi tanpa diketahui oleh anggota kelompok, selain itu diperlukan pemberian (Laiseg, laijapen, dan laijapang).

**H. ANALISIS**

Dari hasil evaluasi/penilaian, maka dapat dilakukan analisis sebagai berikut:

1. Analisis penilaian proses: Analisis penilaian proses kegiatan untuk diketahui hambatan dan dukungan dalam pencapaian tujuan.
2. Analisis penilaian hasil : Analisis penilaia hasil diketahuinya tingkat pencapaian pengentasan masalah dan pencapaian tujuan.

**I. TINDAK LANJUT**

Melakukan tindakan lanjut jika tujuan dilakukannya layanan bimbingan kelompok berkaitan dengan tujuan penelitian tidak berhasil (melakukan layanan bimbingan kelompok kembali).

Mengetahui,  
Guru BK

Medan, April 2018

**Sri Widia Astuti, S.Pd.I**

Leni Syariah  
NIM. 33141020

## **RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**

---

### **A. IDENTITAS SEKOLAH**

1. Satuan Pendidikan : Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan
2. Tahun Pembelajaran : 2017/2018 (Semester Genap)
3. Sasaran Layanan : 10 Siswa Kelas X MIA 5
4. Pelaksanaan/Petugas : Leni Syariah (Peneliti)
5. Pihak Terlibat : Guru BK

### **B. WAKTU DAN TEMPAT**

1. Tanggal Pelaksanaan : 27 April 2018
2. Waktu : Senin, Jam Istirahat Ke II
3. Jam Pelayanan : 13.15 – 13.55 Wib
4. Volume Waktu : 1 X 40 Menit
5. Spesifikasi Tempat Pelayanan : Teras Masjid MAN 3Medan

### **C. MATERI LAYANAN**

1. Tema : Karakteristik Pribadi Sehat (penyesuaian diri secara positif)
2. Sub Tema : Manfaat menjadi pribadi yang sehat meski mendapat perlakuan *bullying*.

### **D. TUJUAN / ARAH PENGEMBANGAN**

#### **D) Pengembangan KES (Kehidupan Sehari-Hari)**

1. Siswa dapat menyebutkan karakter pribadi yang sehat dengan penyesuaian diri secara positif.
2. Siswa dapat memahami karakter pribadi yang sehat dengan penyesuaian diri secara positif.
3. Siswa mampu merasakan manfaat yang akan didapat jika sikap penyesuaian diri mereka secara positif.

## II) Penangan KES-T (Kehidupan Sehari-Hari Terganggu)

Membantu siswa untuk mencegah, mengurangi, menghilangkan serta menghindari terjadinya sikap penyesuaian diri yang tidak baik terhadap perilaku *bullying*.

### E. METODE DAN TEKNIK : Diskusi

1. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
2. Kegiatan Pendukung : -

### F. SARANA

1. Media : -
2. Perlengkapan : Pena dan Kertas, Daftar Ceklis Observasi

### G. KEGIATAN LAYANAN

#### I) Tahap Pembentukan

1. Pembimbing mengucapkan salam ketika hendak memulai kegiatan dan menanyakan kabar siswa.
2. Pembimbing memimpin siswa untuk berdoa.
3. Pembimbing mengajak siswa untuk berempati.
4. Pembimbing menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan.
5. Pembimbing menjelaskan kembali pengertian, tujuan, cara serta asas-asas layanan bimbingan kelompok.

#### II) Tahap Peralihan

1. Pembimbing mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya.
2. Pembimbing menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut.
3. Pembimbing menjelaskan topik atau tema yang telah ditentukan.

#### III) Kegiatan

1. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk menyebutkan karakteristik pribadi sehat dengan sikap penyesuaian diri secara positif.
2. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan argumen mengenai karakteristik tersebut.
3. Pembimbing mengarahkan anggota kelompok untuk menarik diri apakah karakteristik pribadi sehat sudah ada dalam diri individu.
4. Pembimbing mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk memberikan manfaat bersikap menyesuaikan diri secara positif.
5. Memberikan permainan (*game*) dan menjelaskan permainan yang akan dilakukan beserta teknis permainannya.

#### **IV) Kesimpulan**

Pembimbing meminta kepada anggota kelompok bersama-sama untuk menyimpulkan dan memberikan komitmen masing-masing kegiatan yang telah dilaksanakan.

#### **V) Penutup**

1. Pembimbing menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir.
2. Menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas.
3. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan, diantaranya:
  - Pemahaman yang sudah diperoleh oleh anggota kelompok
  - Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung
  - Kesan yang diperoleh selama kegiatan dan pesan
4. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan BKP
5. Mengucapkan terimakasih
6. Memimpin doa
7. Mengucap salam
8. Perpisahan serta bersalaman dan menyanyikan lagu Sayonara

### **G. RENCANA PENILAIAN**

1. Penilaian Proses: dilaksanakan pada saat kegiatan berlangsung dengan cara mengamati individu yang menjadi sasaran layanan, melalui keaktifan, kesungguhan dan keantusiasan anggota kelompok selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung.
2. Penilaian Hasil : dilaksanakan setelah kegiatan pemberian layanan selesai dilaksanakan dengan menceklis daftar ceklis observasi tanpa diketahui oleh anggota kelompok, selain itu diperlukan pemberian (Laiseg, laijapen, dan laijapang).

#### **H. ANALISIS**

Dari hasil evaluasi/penilaian, maka dapat dilakukan analisis sebagai berikut:

1. Analisis penilaian proses: Analisis penilaian proses kegiatan untuk diketahui hambatan dan dukungan dalam pencapaian tujuan.
2. Analisis penilaian hasil : Analisis penilaian hasil diketahuinya tingkat pencapaian pengentasan masalah dan pencapaian tujuan.

#### **I. TINDAK LANJUT**

Melakukan tindakan lanjut jika tujuan dilakukannya layanan bimbingan kelompok berkaitan dengan tujuan penelitian tidak berhasil (melakukan layanan bimbingan kelompok kembali).

Mengetahui,  
Guru BK

Medan, April 2018

**Sri Widia Astuti, S.Pd.I**

Leni Syariah  
NIM. 33141020

**PENILAIAN HASIL LAYANAN KONSELING  
(Layanan Bimbingan Kelompok)**

1. Tuliskan dengan singkat masalah Anda yang telah mendapatkan layanan bimbingan konseling ?  
Jb :
2. Kapan, dengan cara apa, dan dengan siapa layanan itu diberikan ?  
Tanggal layanan :  
Jenis layanan :  
Pemberi layanan :
3. Perolehan apakah yang Anda dapatkan dari layanan tersebut ? Jawablah dengan singkat pertanyaan berikut :
  - a. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan yang telah Anda jalani ?  
Jb :
  - b. Setelah mendapatkan layanan bagaimana perasaan Anda ?  
Jb :
  - c. Setelah mendapat layanan hal-hal apakah yang akan Anda laksanakan untuk mengentaskan atau mengatasi masalah Anda ?  
Jb :
4. Berdasarkan gambaran jawaban nomor 3, berapa persenkah masalah Anda itu telah terentaskan/teratasi hingga sekarang ?
  - a. 95 % - 100 %
  - b. 75 % - 94 %
  - c. 50 % - 74 %
  - d. 30% - 49 %
  - e. 10 % - 29 %
  - f. Kurang dari 10 %
  - g. Semakin berat
5. Tanggapan, saran pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan ?  
Jb :

Tanggal Mengisi :

Nama Pengisi :

**PENILAIAN HASIL LAYANAN KONSELING****“PENGENTASAN MASALAH”**

1. Masalah Anda apakah yang telah mendapatkan layanan bimbingan dan konseling ? tuliskan dengan singkat !

Jb :

2. Kapan, dengan cara apa, dan oleh siapa layanan itu diberikan ?

Tanggal layanan :

Jenis layanan :

Pemberi layanan :

3. Bagaimana kondisi masalah itu sekarang, jawablah dengan singkat pertanyaan berikut :

- a. Hal-hal apakah yang telah Anda lakukan secara nyata untuk mengentaskan/mengatasi masalah itu ?

Jb :

- b. Perbaikan apa sajakah yang telah terjadi ?

Jb :

- c. Bagaimanakah Anda menyikapi masalah Anda tersebut pada saat ini?

Jb :

4. Tanggapan, saran pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan ?

Jb :

Tanggal Mengisi :

Nama Pengisi :

**PENILAIAN HASIL LAYANAN KONSELING**

**“PENGENTASAN MASALAH”**

1. Masalah Anda apakah yang telah mendapatkan layanan bimbingan dan konseling ? tuliskan dengan singkat !

Jb :

2. Kapan, dengan cara apa, dan oleh siapa layanan itu diberikan ?

Tanggal layanan :

Jenis layanan :

Pemberi layanan :

3. Bagaimana pengaruh masalah Anda itu terhadap kehidupan Anda sekarang, jawablah dengan singkat pertanyaan berikut :

- a. Masih adakah pengaruh negatif yang diakibatkan oleh masalah tersebut ?

Jb :

- b. Bagaimana kondisi Anda sekarang dengan ditanganinya masalah Anda itu ?

Jb :

- c. Bagaimanakah Anda menyikapi masalah tersebut kaau belum terentaskan/timbulnya kembali masalah tersebut di masa yang akan datang?

Jb :

4. Tanggapan, saran pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan ?

Jb :

Tanggal Mengisi :

Nama Pengisi :



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN**  
**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Jl. William Iskandar Pasar V Medan Estate 20371 Telp. (061) 6615683-6622925 Fax. 6615683  
 Website : [www.fitk.uinsu.ac.id](http://www.fitk.uinsu.ac.id) e.mail : [fitk@uinsu.ac.id](mailto:fitk@uinsu.ac.id)

Nomor : B-3734/ITK/ITK.V.3/PP.00.9/03/2018

19 Maret 2018

Lampiran : -

Hal : **Izin Riset**

**Yth. Ka MAN 3 Medan**

*Assalamu'alaikum Wr Wb*

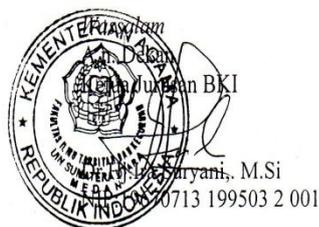
Dengan Hormat, diberitahukan bahwa untuk mencapai gelar Sarjana Strata Satu (S1) bagi Mahasiswa Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara Medan adalah menyusun Skripsi (Karya Ilmiah), kami tugaskan mahasiswa:

Nama : LENI SYARIAH  
 Tempat/Tanggal Lahir : Kp Lalang, 17 Februari 1996  
 NIM : 33141020  
 Semester/Jurusan : VIII/Bimbingan Konseling Islam

Untuk hal dimaksud kami mohon memberikan Izin dan bantuannya terhadap pelaksanaan Riset di MAN 3 Medan, guna memperoleh informasi/keterangan dan data-data yang berhubungan dengan Skripsi yang berjudul:

**UPAYA MENINGKATKAN SIKAP PENYESUAIAN DIRI KORBAN BULLYING MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DI KELAS XI MI A-5 MAN 3 MEDAN.**

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Tembusan:

Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara Medan



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA MEDAN**  
**MADRASAH ALIYAH NEGERI 3**

JL. PERTAHANAN NO. 99 KEL. TIMBANG DELI KEC. MEDAN AMPLAS - 20361 TELP. 061-7879581  
 E-Mail : [man3medan@yahoo.com](mailto:man3medan@yahoo.com) Web : [www.man3medan.sch.id](http://www.man3medan.sch.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : **765** B/Ma.02.18/PP.00.6/05/2018

Berdasarkan Surat dari Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Nomor B-3743/ITK/ITK.V.3/PP.00.9/03/2018 Tanggal 15 Maret 2018. Perihal Izin Riset. Bersama ini Kepala Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan menerangkan bahwa :

Nama : LENI SYARIAH  
 Tempat/Tanggal Lahir : Kp Lalang / 17 Februari 1996  
 NIM : 33141020  
 Semester/Jurusan : VIII / Bimbingan Konseling Islam

Benar nama tersebut telah melakukan *Riset* di Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan pada tanggal 03 April s/d 21 Mei 2018 dengan judul **“UPAYA MENINGKATKAN SIKAP PENYESUAIAN DIRI KORBAN BULLYING MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DI KELAS XI MIA 5 MAN 3 MEDAN”**

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 21 Mei 2018  
 KEPALA  
  
 MUHAMMAD ASRUL, S.Ag, M.Pd  
 NIP. 19700420 199603 1 004