

BAB IV

PENERAPAN KONSELING BEHAVIORAL UNTUK MENGATASI KORBAN BULLYING SANTRI DI PONDOK PESANTREN DAAR ET-TAQWA

A. Penerapan Konseling dengan Pendekatan Behavioral

Behavioral adalah teori perkembangan perilaku yang dapat diukur, diamati dan dihasilkan oleh respon belajar terhadap rangsangan. Tanggapan terhadap rangsangan dapat diperkuat dengan umpan balik positif atau negatif terhadap perilaku kondisi yang diinginkan. Teori ini lalu berkembang menjadi aliran psikologi belajar yang berpengaruh terhadap arah pengembangan teori dan praktik pendidikan dan pembelajaran yang dikenal sebagai aliran behavioristik yang menekankan pada terbentuknya perilaku yang tampak sebagai hasil belajar.¹

Dalam kasus *bullying* yang dialami oleh lima responden santri MTs Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa Petir, hal yang sangat mengganggu mereka adalah ketika dihindangi pemikiran yang negatif dan anggapan tentang diri mereka yang belum tentu benar.

Untuk mengetahui masalah yang dialami oleh korban *bullying*, peneliti tentunya melakukan pendekatan-pendekatan

¹Jurnal, Behaviorisme Sofwandi, 11 maret 2012 <http://www.wordpress.com> (diakses pada 25 februari 2018)

kepada kliennya sebagai salah satu cara untuk mengetahui karakter dari masing-masing korban *bullying* dan untuk mengetahui bagaimana cara penyampaian konseling terhadap korban *bullying*, karena satu korban *bullying* dengan korban *bullying* lainnya berbeda.

Konseling behavioral memiliki empat tahap yaitu: melakukan assesmen (*assessment*), menentukan tujuan (*goal setting*), mengimplementasikan teknik (*technique implementation*), dan evaluasi dan mengakhiri konseling (*evaluation-termination*).

1. Klien ED

a) Pertemuan pertama (*assessment*)

Pada pertemuan pertama dilaksanakan pada jum'at 2 Februari 2018, pukul 13.30 WIB. Pelaksanaan konseling dengan klien ED, saya menyambut kedatangan klien, menanyakan keadaan dan kondisi fisiknya hari ini (*attending*), saya membuka percakapan atau pembincangan ringan dengan klien untuk membangun mood yang baik ketika proses konseling berlangsung agar tidak jenuh dan bosan (*relaksasi*), kemudian saya mencoba memberikan pertanyaan-pertanyaan ringan untuk mengetahui bagaimana kepribadian dan karakter ED. Setelah beberapa pertanyaan saya ajukan kepada responden (*assesment*), ED akhirnya sedikit demi sedikit dia mulai terbuka dan saya berikan pertanyaan yang lebih mendalam lagi mengenai kehidupannya.

Baik hubungan dengan keluarga ataupun hubungan dengan teman pondok.

Kemudian saya menanyakan permasalahan yang dialami oleh ED ketika mendapatkan tindakan *bullying* oleh teman-temannya. klien ED menceritakan tentang ejekan dari teman-temannya hanya karena ia tomboy. Selain itu, ia juga sering diolok-olok mengompol dengan kaka kelasnya yang ia alami dan rasakan yaitu ia merasa sakit hati atas perlakuan temannya tersebut sehingga banyak yang tidak senang dengannya.² Ketika pertemuan pertama konseling ini dirasa sudah cukup mendapatkan informasi, maka konselor mengakhiri proses konseling dengan konseli. Selanjutnya konselor menentukan jadwal dengan konseling untuk pertemuan selanjutnya.

b) Pertemuan kedua (*goal setting*)

Konseling pertemuan kedua ini dilaksanakan pada jum'at 9 Februari 2018 pukul 13.30 WIB. Pertemuan kedua ini merupakan tindak lanjut dari pertemuan pertama, pertemuan kedua konselor mengidentifikasi permasalahan konseli yaitu konselor menggali gejala-gejala awal dari suatu masalah yang dihadapi oleh konseli. Dapat disimpulkan bahwa konseli merasakan ketidaknyamanan ketika berada di kamar. Hingga dirinya merasa malu, sebal dan sakit hati atas perlakuan temannya. Konselor mendengarkan apa yang konseli ungkapkan dan rasakan (*empaty*). Konseli: "Kadang saya berpikir ingin sekali

² ED, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 2 Februari 2018

pindah kamar, dan saya berusaha menyibukan diri dengan kegiatan yang ada di pondok tersebut”.³

Proses konseling dicukupkan, konselor mengharapkan dari pertemuan kedua ini konseli dapat mengubah perilakunya dan melakukan hal-hal yang sekiranya dapat meringankan tindakan *bullying* yang ia terima. Kemudian konselor dan konseli membuat kesepakatan konseling untuk pertemuan selanjutnya.

c) Pertemuan ketiga (*technique implementation*)

Proses konseli pertemuan ketiga dilaksanakan pada jum'at, 16 Februari 2018, pukul 13.00 WIB. Proses konseling ini konseling dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditentang dan diubah. Konselor mencoba untuk menggali lebih jauh mengenai hal tersebut. Kemudian saya menjelaskan mengenai layanan bimbingan yang dijalannya. Saya menyarankan untuk menyikapinya dengan baik menunjukkan kepada teman-temanmu melalui prestasi ED yang baik melebihi mereka. Nah itu yang akan menjadi pukulan bagi mereka sebagai pembuktian bahwa santri seperti ED ternyata adalah santriwati yang terbaik bukan hanya di kelas ED saja bahkan bisa disandingkan dengan santri-santri di Pesantren lain.⁴

Untuk pertemuan ketiga ini dicukupkan, untuk pertemuan ketiga ini, pada diri konseli sudah menunjukkan sedikit

³ ED, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 9 Februari 2018

⁴ ED, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 16 Februari 2018

perubahan dan pikiran konseli menampakan gambaran yang positif, konselor sangat mengharapkan dari pikiran atau ucapan konseli tersebut dapat menjadikan perubahan terhadap kondisi konseli. Sebelum menutup pertemuan ketiga, konselor memberikan motivasi kepada konseli untuk terus semangat dalam menyelesaikan permasalahannya.

d) Pertemuan keempat (*evaluation-termination*)

Konseling pertemuan keempat dilakukan pada hari jum'at, 23 Februari 2018, pukul 13.00 pertemuan keempat ini dilakukan untuk melihat efektifitas dan kemajuan yang diperoleh oleh konseli dari proses konseli yang dijalani. konseli sudah mampu menyelesaikan yang dirasakan dengan mengubah tingkah lakunya. Ia mampu menerima tindakan *bullying* oleh temannya dengan menyikapi lebih baik dengan suasana hati yang tenang dan pikiran yang tentram. Ketika konseli merasa yakin mampu untuk menghadapi semuanya, maka konselor memberikan pujian dan semangat kepada konseli untuk tetap bisa mengatasi masalahnya dengan cara sendiri. Setelah itu, pertemuan keempat ini diakhiri dengan berdo'a kepada Allah SWT agar apa yang diharapkan menjadi lebih baik lagi.⁵

2. Klien NM

a) Pertemuan pertama (*assessment*)

⁵ ED, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 23 Februari 2018

Pada pertemuan pertama dilaksanakan pada jum'at 9 Februari 2018, pukul 14.00 WIB. Pelaksanaan konseling dengan klien NM, saya menyapa dan menanyakan keadaan klien hari ini, sebelum memulai pembicaraan semampu saya untuk membuat klien nyaman dengan keadaan tempat dimana proses bimbingan individu berlangsung. Saat itu saya memilih tempat di ruang kantor karena butuh tempat yang tidak terganggu oleh suara dan lalu lalang santri, saya memulai pembicaraan dengan pertanyaan-pertanyaan ringan untuk mengetahui bagaimana karakter NM. Setelah ia mau terbuka kemudian saya memberikan NM pertanyaan yang lebih mendalam tentang keluarganya dan kehidupan dia di pondok hingga ia mau terbuka dan menceritakan tindakan *bullying* yang ia terima.

Kemudian saya menanyakan permasalahan yang dialami oleh NM ketika mendapatkan tindakan *bullying* oleh teman-temannya. NM menceritakan bahwa Tindakan *bullying* yang di terima oleh Responden NM secara fisik dan non fisik yaitu: secara fisik, pernah dicubitin oleh ND dan buku NM pernah disembunyikan sampai rusak. Sedangkan non fisik yaitu *bullying* secara verbal, NM mempunyai nama panggilan yang kurang menyenangkan hatinya karena bentuk badan yang gendut serta nama julukan bagong.⁶ Ketika pertemuan pertama konseling ini dirasa sudah cukup mendapatkan informasi, maka konselor mengakhiri proses konseling dengan konseli. Selanjutnya

⁶ NM, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Ta'qwa, Jum'at 9 Februari 2018

konselor menentukan jadwal dengan konseling untuk pertemuan selanjutnya.

b) Pertemuan kedua (*goal setting*)

Konseling pertemuan kedua ini dilaksanakan pada jum'at 16 Februari 2018 pukul 13.30 WIB. Pertemuan kedua ini merupakan tindak lanjut dari pertemuan pertama, pertemuan kedua konselor mengidentifikasi permasalahan konseli yaitu konselor menggali gejala-gejala awal dari suatu masalah yang dihadapi oleh konseli. Dapat disimpulkan bahwa konseli merasakan sebal karena konseli merasa tidak mempunyai salah apa-apa dengan ND dan teman-temannya serta konseli merasa tidak nyaman dengan keberadaan ND dan teman-temannya yang sering mengganggunya dikelas. Konselor mendengarkan apa yang konseli ungkapkan dan rasakan (*empaty*).⁷

Proses konseling dicukupkan, konselor mengharapkan dari pertemuan kedua ini konseli dapat mengubah perilakunya dan melakukan hal-hal yang sekiranya dapat meringankan tindakan *bullying* yang ia terima. Kemudian konselor dan konseli membuat kesepakatan konseling untuk pertemuan selanjutnya.

c) Pertemuan ketiga (*technique implementation*)

Proses konseli pertemuan ketiga dilaksanakan pada jum'at, 23 Februari 2018, pukul 13.30 WIB. Proses konseling ini konseling dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditentang dan diubah. Konselor berikan

⁷ NM, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 16 Februari 2018

respon pada klien dan pemerkuat yang positif agar respon yang diberikan itu menjadi pemerkuat untuk dirinya, tujuannya agar respon yang sudah tertanam dalam dirinya dapat memotivasi dirinya secara otomatis dan berharap pemberian respon itu melemah karena terhapus dengan sendirinya.⁸

Untuk pertemuan ketiga ini dicukupkan, untuk pertemuan ketiga ini, pada diri konseli sudah menunjukkan sedikit perubahan dan pikiran konseli menampilkan gambaran yang positif, konselor sangat mengharapkan dari pikiran konseli tersebut dapat menjadikan perubahan terhadap kondisi konseli. Sebelum menutup pertemuan ketiga, konselor memberikan motivasi kepada konseli untuk terus semangat dalam menyelesaikan permasalahannya.

d) Pertemuan keempat (*evaluation-termination*)

Konseling pertemuan keempat dilakukan pada hari jum'at, 2 Maret 2018, pukul 13.00 WIB. Pertemuan keempat ini dilakukan untuk melihat efektifitas dan kemajuan yang diperoleh oleh konseli dari proses konseli yang dijalani. Konseli sudah mampu menyelesaikan yang dirasakan dengan mengubah tingkah lakunya. Konseli mulai merasa lebih percaya diri dan tidak terlalu malu-malu saat menceritakan perubahan-perubahan yang ia rasakan setelah melakukan konseling. Ia mampu menerima

⁸ NM, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 23 Februari 2018

tindakan *bullying* oleh temannya dengan menyikapi lebih baik dengan suasana hati yang tenang dan pikiran yang tentram. Ketika konseli merasa yakin untuk menghadapi semuanya, maka konselor memberikan pujian dan semangat kepada konseli untuk tetap bisa mengatasi masalahnya dengan cara sendiri. Setelah itu, pertemuan keempat ini diakhiri dengan berdo'a kepada Allah SWT agar apa yang diharapkan menjadi lebih baik lagi.⁹

3. Klien F

a) Pertemuan pertama (*assessment*)

Pada pertemuan pertama dilaksanakan pada jum'at 9 Februari 2018, pukul 14.35 WIB. Pelaksanaan konseling dengan klien F, klien F ini orangnya pemalu dan terlihat sekali orangnya tidak mudah berbicara dan tidak banyak berbicara seperti teman-temannya yang lain. Saat saya pertama menanyakan keadaan dan kondisi fisiknya hari ini, saya membuka percakapan atau perbincangan ringan dengan klien untuk membangun mood yang baik ketika proses konseling berlangsung agar tidak jenuh dan bosan, ia juga menjawab dengan muka tertunduk dan tidak berani menatap saya. Kemudian saya mencoba memberikan pertanyaan-pertanyaan ringan untuk mengetahui bagaimana kepribadian dan karakter F. Setelah beberapa pertanyaan saya ajukan kepada klien F akhirnya sedikit demi sedikit dia mulai terbuka dan saya

⁹ NM, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 2 Maret 2018

berikan pertanyaan yang lebih mendalam lagi mengenai kehidupannya. Baik di lingkungan pondok ataupun di lingkungan rumah.

Kemudian saya menanyakan permasalahan yang di alami oleh F ketika mendapatkan tindakan *bullying* yang diterima oleh Responden F secara non fisik yaitu *bullying* secara verbal, F sering dikatain kasar oleh ND dan teman-temannya seperti tolol, goblog dan F diancam akan dihadang di luar kelas oleh ND kalau F melawan ND.¹⁰ Ketika pertemuan pertama konseling ini dirasa sudah cukup mendapatkan informasi, maka konselor mengakhiri proses konseling dengan konseli. Selanjutnya konselor menentukan jadwal dengan konseling untuk pertemuan selanjutnya.

b) Pertemuan kedua (*goal setting*)

Konseling pertemuan kedua ini dilaksanakan pada jum'at 16 Februari 2018 pukul 14.00 WIB. Pertemuan kedua ini merupakan tindak lanjut dari pertemuan pertama, pertemuan kedua konselor mengidentifikasi permasalahan konseli yaitu konselor menggali gejala-gejala awal dari suatu masalah yang dihadapi oleh konseli. Dampak yang ditimbulkan adalah di dalam hati F merasakan sebal, jengkel dan ingin marah namun F tidak dapat berbuat apa-apa karena F takut serta F merasakan

¹⁰ F, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 9 Februari 2018

ketidaknyamanan berada di kelasnya karena adanya tindakan *bullying* oleh ND dan teman-temannya. Konselor mendengarkan apa yang konseli ungkapkan dan rasakan (*empaty*).¹¹

Proses konseling dicukupkan, konselor mengharapkan dari pertemuan kedua ini konseli dapat mengubah perilakunya dan melakukan hal-hal yang sekiranya dapat meringankan tindakan *bullying* yang ia terima. Kemudian konselor dan konseli membuat kesepakatan konseling untuk pertemuan selanjutnya.

c) Pertemuan ketiga (*technique implementation*)

Proses konseli pertemuan ketiga dilaksanakan pada jum'at, 23 Februari 2018, pukul 14.00 WIB. Proses konseling ini konseling dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditentang dan diubah. konselor mencoba untuk berinteraksi bertanya dan menyapa kepada teman-temannya, tujuannya agar sikap diam dari F dapat berkurang dalam arti F harus menjadi santri yang aktif. Klien juga di ajak oleh konselor untuk berbaur dengan teman-temannya di kelas dan teman yang lainnya yang berada di lingkungan pesantren. Tujuannya agar tingkah laku F mempunyai perubahan. Sebenarnya kamu tidak perlu khawatir dengan apa yang dilakukan oleh temanmu itu. Kamu tidak sendirian di Pondok ini, teman kamu banyak. Kamu tidak bisa selamanya hidup dalam

¹¹ F, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 16 Februari 2018

bayang-bayang ketakutan dari teman-temanmu secara terus menerus. Mental kamu harus kuat, dan jika ada teman-temannya yang mengejek kamu harus bersikap baik dan tidak menjadikan kamu minder dan tidak percaya diri. Saya terus menkonfrontasi klien ini agar ia berani dan harus percaya diri karena memang ia sifatnya pemalu sekali.¹²

Untuk pertemuan ketiga ini dicukupkan, untuk pertemuan ketiga ini, pada diri konseli sudah menunjukkan sedikit perubahan dan pikiran konseli menampilkan gambaran yang positif, konselor sangat mengharapkan dari pikiran konseli tersebut dapat menjadikan perubahan terhadap kondisi konseli. Sebelum menutup pertemuan ketiga, konselor memberikan motivasi kepada konseli untuk terus semangat dalam menyelesaikan permasalahannya.

d) Pertemuan keempat (*evaluation-termination*)

Konseling pertemuan keempat dilakukan pada hari jum'at, 2 Maret 2018, pukul 13.30 WIB. Pertemuan keempat ini dilakukan untuk melihat efektifitas dan kemajuan yang diperoleh oleh konseli dari proses konseli yang dijalani. konseli sudah mampu menyelesaikan yang dirasakan dengan mengubah tingkah lakunya. Konseli mulai merasa lebih percaya diri, lebih berani dan tidak terlalu malu-malu, perubahan-perubahan yang ia rasakan setelah melakukan konseling. Ia mampu menerima tindakan *bullying* oleh temannya dengan menyikapi lebih baik

¹² F, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 23 Februari 2018

dengan suasana hati yang tenang dan pikiran yang tentram. Ketika konseli merasa yakin untuk menghadapi semuanya, maka konselor memberikan pujian dan semangat kepada konseli untuk tetap bisa mengatasi masalahnya dengan cara sendiri. Setelah itu, pertemuan keempat ini diakhiri dengan berdo'a kepada Allah SWT agar apa yang diharapkan menjadi lebih baik lagi.¹³

4. Klien AS

a) Pertemuan pertama (*assessment*)

Pada pertemuan pertama, dilaksanakan pada jum'at 16 Februari 2018, pukul 14.30 WIB. Pelaksanaan konselingsaya menyambut kedatangan klien, menanyakan keadaan dan kondisi fisiknya hari ini, saya membuka percakapan atau perbincangan ringan dengan klien untuk membangun mood yang baik ketika proses konseling berlangsung agar tidak jenuh dan bosan, kemudian saya mencoba memberikan pertanyaan-pertanyaan ringan untuk mengetahui bagaimana kepribadian dan karakter AS.

Dalam pencarian masalah konselor mencoba memberikan empati pada klien AS agar ia lebih bisa terbuka lagi dan menceritakan tentang masalah ejekan *bullying* yang ia alami. Tindakan *bullying* yang diterima AS secara fisik dan non fisik yaitu: secara fisik, AS sering dilempari pakai kertas atau

¹³ F, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 2 Maret 2018

penghapus karet. Sedangkan secara non fisik yaitu secara verbal AS juga sering dikata-katain oleh teman-temannya dengan panggilan domba. Ketika pertemuan pertama konseling ini dirasa sudah cukup mendapatkan informasi, maka konselor mengakhiri proses konseling dengan konseli. Selanjutnya konselor menentukan jadwal dengan konseling untuk pertemuan selanjutnya.¹⁴

b) Pertemuan kedua (*goal setting*)

Konseling pertemuan kedua ini dilaksanakan pada jum'at 23 Februari 2018 pukul 14.30 WIB. Pertemuan kedua ini merupakan tindak lanjut dari pertemuan pertama, pertemuan kedua konselor mengidentifikasi permasalahan konseli yaitu konselor menggali gejala-gejala awal dari suatu masalah yang dihadapi oleh konseli. Ia merasa sakit hati dengan apa yang dilakukan oleh temannya, merasakan sebal, ingin marah dan nyesek kalau di *bully* namun AS meluapkan kemarahannya kepada orang lain yang lebih lemah darinya sehingga AS merasa puas. Konselor mendengarkan apa yang konseli ungkapkan dan rasakan (*empaty*).¹⁵

Proses konseling dicukupkan, konselor mengharapkan dari pertemuan kedua ini konseli dapat mengubah perilakunya

¹⁴ AS, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 16 Februari 2018

¹⁵ AS, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 23 Februari 2018

dan melakukan hal-hal yang sekiranya dapat meringankan tindakan *bullying* yang ia terima. Kemudian konselor dan konseli membuat kesepakatan konseling untuk pertemuan selanjutnya.

c) Pertemuan ketiga (*technique implementation*)

Proses konseli pertemuan ketiga dilaksanakan pada jum'at, 2 Maret 2018, pukul 14.00. Proses konseling ini konseling dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditentang dan diubah. Konselor mencoba memberikan dorongan bahwa apa yang dilakukan oleh teman-temannya itu merupakan hal yang tidak ada pengaruhnya sama sekali terhadap kamu. Kalau mereka mengejek, lalu kamu memasukan ejekan mereka dalam hati, apakah hal itu berpengaruh tidak dengan kondisi kamu? Tentu jawabannya tidak kan. Nah dari situlah mental kamu harus kuat, kamu harus berpikir positif bahwa apa yang dilakukan teman-temanmu sama sekali tidak berpengaruh terhadap kamu. Kalau sikap kamu lemah seperti ini, itu sama saja kamu mendukung perbuatan teman kamu. Konselor mencoba untuk mendekati diri pada teman-temannya yang menjadi pelaku *bully* dengan tujuan untuk berteman, bukan untuk menjadi musuh atau saingan bagi para pelaku *bullying*, artinya berdamai walaupun AS tidak mempunyai kesalahan yang sengaja dibuat karena ia hanya menjadi korban dari *bullying* saja.¹⁶

¹⁶ AS, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 2 Maret 2018

Untuk pertemuan ketiga ini dicukupkan, untuk pertemuan ketiga ini, pada diri konseli sudah menunjukkan sedikit perubahan dan pikiran konseli menampilkan gambaran yang positif, konselor sangat mengharapkan dari pikiran konseli tersebut dapat menjadikan perubahan terhadap kondisi konseli. Sebelum menutup pertemuan ketiga, konselor memberikan motivasi kepada konseli untuk terus semangat dalam menyelesaikan permasalahannya.

d) Pertemuan keempat (*evaluation-termination*)

Konseling pertemuan keempat dilakukan pada hari jum'at, 9 Maret 2018, pukul 13.30 WIB. Pertemuan keempat ini dilakukan untuk melihat efektifitas dan kemajuan yang diperoleh oleh konseli dari proses konseli yang dijalani. Konseli sudah mampu menyelesaikan yang dirasakan dengan mengubah tingkah lakunya. Konseli mulai merasa tidak takut, lebih berani dan tidak merasa cemas ketika diancam, perubahan-perubahan yang ia rasakan setelah melakukan konseling. Ia mampu menerima tindakan *bullying* oleh temannya dengan menyikapi lebih baik dengan suasana hati yang tenang dan pikiran yang tentram. Ketika konseli merasa yakin untuk menghadapi semuanya, maka konselor memberikan pujian dan semangat kepada konseli untuk tetap bisa mengatasi masalahnya dengan cara sendiri. Setelah itu,

pertemuan keempat ini diakhiri dengan berdo'a kepada Allah SWT agar apa yang diharapkan menjadi lebih baik lagi.¹⁷

5. Klien MA

a) Pertemuan pertama (*assessment*)

Pada pertemuan pertama, dilaksanakan pada jum'at 16 Februari 2018, pukul 15.00 WIB. Pelaksanaan konseling saya menyapa klien dan menanyakan keadaan kondisi klien, klien memperkenalkan diri dengan sikap yang biasa meski sedikit ada rasa malu namun ia cukup terlihat percaya diri setelah lama-lama berbicara dengan saya. Kemudian dilanjutkan pertanyaan-pertanyaan ringan seputar kehidupan klien baik di pondok maupun di rumah, saya memberikan relaksasi terhadap klien supaya dalam proses konseling ia merasa nyaman ketika berbicara dan mau terbuka dengan semua yang pernah ia hadapi, dilanjutkan dengan pertanyaan sedikit mendalam, kali ini ia sudah tidak canggung dan malu menceritakan kegiatan sehari-hari di Pondok.

Kemudian saya menanyakan permasalahan yang dialami oleh MA ketika mendapatkan tindakan *bullying* yang diterima, ia menceritakan secara terbuka dan tidak malu-malu pada saya mengenai masalah *bullying* yang ia alami yaitu ia mendapatkan ejekan dari teman-temannya dengan panggilan doyok, katanya sih

¹⁷ AS, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 9 Maret 2018

karena ia mirip jadi dipanggil doyok. Ia merasa sakit hati dengan apa yang dilakukan oleh temannya, MA pun tidak terima dengan ejekan tersebut kadang ia mengejeknya kembali. ¹⁸Ketika pertemuan pertama konseling ini dirasa sudah cukup mendapatkan informasi, maka konselor mengakhiri proses konseling dengan konseli. Selanjutnya konselor menentukan jadwal dengan konseling untuk pertemuan selanjutnya.

b) Pertemuan kedua (*goal setting*)

Konseling pertemuan kedua ini dilaksanakan pada jum'at 23 Februari 2018 pukul 15.00 WIB. Pertemuan kedua ini merupakan tindak lanjut dari pertemuan pertama, pertemuan kedua konselor mengidentifikasi permasalahan konseli yaitu konselor menggali gejala-gejala awal dari suatu masalah yang dihadapi oleh konseli. MA merasakan sakit hati, sebal, ingin marah. MA juga merasakan emosi sehingga terkadang MA ingin membalasnya namun ketika MA membalas maka akan dibalas lebih kejam lagi serta MA tidak ingin bermasalah. Konselor mendengarkan apa yang konseli ungkapkan dan rasakan (*empaty*). ¹⁹

Proses konseling dicukupkan, konselor mengharapkan dari pertemuan kedua ini konseli dapat mengubah perilakunya dan melakukan hal-hal yang sekiranya dapat meringankan

¹⁸ MA, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 16 Februari 2018

¹⁹ MA, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 23 Februari 2018

tindakan *bullying* yang ia terima. Kemudian konselor dan konseli membuat kesepakatan konseling untuk pertemuan selanjutnya.

c) Pertemuan ketiga (*technique implementation*)

Proses konseli pertemuan ketiga dilaksanakan pada jum'at, 2 Maret 2018, pukul 14.30 WIB. Proses konseling ini konseling dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditentang dan diubah. Konselor menyarankan agar MA tetap berprasangka baik dan tetap memperlakukan teman-temannya dengan baik. Konselor menenangkan emosional yang ia rasakan bahwa mengejeknya kembali itu hal yang tidak baik, kamu harus berpikir positif bahwa jika memang kamu benar teman kamu juga pada akhirnya akan menyudahi sikapnya. Sebab pada intinya manusia itu menyadari pula bahwa dirinya sedang berbuat salah dan menyadari pula bahwa dirinya sedang berbuat benar.²⁰

Untuk pertemuan ketiga ini dicukupkan, untuk pertemuan ketiga ini, pada diri konseli sudah menunjukkan sedikit perubahan dan pikiran konseli menampakan gambaran yang positif, konselor sangat mengharapkan dari pikiran konseli tersebut dapat menjadikan perubahan terhadap kondisi konseli. Sebelum menutup pertemuan ketiga, konselor memberikan motivasi kepada konseli untuk terus semangat dalam menyelesaikan permasalahannya.

²⁰ MA, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 2 Maret 2018

d) Pertemuan keempat (*evaluation-termination*)

Konseling pertemuan keempat dilakukan pada hari jum'at, 9 Maret 2018, pukul 14.30 WIB. Pertemuan keempat ini dilakukan untuk melihat efektifitas dan kemajuan yang diperoleh oleh konseli dari proses konseli yang dijalani. Konseli sudah mampu menyelesaikan yang dirasakan dengan mengubah tingkah lakunya. Konseli mulai merasa tidak sakit hati, merasa tetap percaya diri dengan kepintarannya dan mulai menahan emosinya, perubahan-perubahan yang ia rasakan setelah melakukan konseling. Ia mampu menerima tindakan *bullying* oleh temannya dengan menyikapi lebih baik dengan suasana hati yang tenang dan pikiran yang tentram. Ketika konseli merasa yakin untuk menghadapi semuanya, maka konselor memberikan pujian dan semangat kepada konseli untuk tetap bisa mengatasi masalahnya dengan cara sendiri. Setelah itu, pertemuan keempat ini diakhiri dengan berdo'a kepada Allah SWT agar apa yang diharapkan menjadi lebih baik lagi.²¹

B. Hasil Penerapan Konseling

. Santri korban bullying di Pondok Pesantren yang diteliti sebanyak 5 orang. Santri korban bullying rata-rata mengalami bullying secara fisik dan bullying secara non verbal. Efek yang ditimbulkan dari teman-temannya itu berupa sakit hati, tidak percaya diri, dan hilangnya keberanian untuk bergaul

²¹ MA, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 9 Maret 2018

dengan teman-temannya. Setelah melakukan konseling dengan menggunakan pendekatan Behavioral, ada perubahan pada klien setelah melakukan konseling, seperti yang dialami oleh klien ED, ia mengatakan setelah melakukan konseling, ia sudah tidak merasa sakit hati atas perlakuan teman-temannya dan ia selalu sabar dan tetap optimis dalam menghadapi masalahnya.²²

Responden NM, mengatakan bahwa setelah melakukan konseling, ia mulai merasa lebih percaya diri dan tidak terlalu malu-malu saat menceritakan perubahan-perubahan yang ia rasakan setelah melakukan konseling. Ia mampu menerima tindakan *bullying* oleh temannya dengan menyikapi lebih baik dengan suasana hati yang tenang dan pikiran yang tentram.²³

Responden F mengatakan bahwa setelah melakukan konseling, ia sekarang sudah tidak merasakan takut, sudah mulai percaya diri bahkan sudah berani gabung berbicara dengan teman-teman lainnya. F lambat laun masuk ke dalam suasana kelas dan mulai mau berbaur dengan temannya yang lain karena ia sadar ia pun tidak harus hidup sendirian, ia membutuhkan teman agar tidak lagi ada julukan orang aneh karena seringnya ia asyik dengan dirinya sendiri.²⁴

²²ED, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 23 Februari 2018

²³NM, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 2 Maret 2018

²⁴ F, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 2 Maret 2018

AS mengatakan bahwa setelah melakukan konseling, ia merasa lega dan tenang, tidak lagi berpikiran irasional terhadap hinaan. Sudah tidak merasa sakit hati, sudah tidak takut dan cemas menghadapi ancaman dan hinaan oleh temannya. Ia membiasakan diri untuk percaya diri dan aktif. Ia meyakinkan diri bahwa yang dilakukan oleh temannya suatu saat akan ada balasannya.²⁵

Responden MA adalah orang yang selalu *dibully* karena temannya menganggap MA itu orang yang sok pintar, kepercayaan diri MA menurun ketika ia tidak merasakan kenyamanan sewaktu berada di kelas. Beruntungnya MA selalu mendapatkan penguatan dan motivasi dari wali kelasnya lantaran MA orang yang berkepribadian baik, MA sudah sangat terbiasa dengan sikap teman-temannya yang sering mengejek. Ia pun menikmati suasana kelas yang selalu riuh jika ia mengeluarkan pendapat sewaktu diskusi kelas berjalan. MA tidak pernah mempermasalahakan hal yang menurut ia sepele dan ia pun tidak pernah marah ataupun kesal kepada temannya.²⁶

²⁵AS, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 9 Maret 2018

²⁶MA, diwawancarai oleh Muslihah, *catatan pribadi*, di Pondok Pesantren Daar Et-Taqwa, Jum'at 9 Maret 2018

Tabel 4

Hasil Perubahan Korban Bullying

No	RESONDEN	PRA KONSELING	PASCA KONSELING
1.	ED	Merasa sakit hati dan malu	Sudah tidak merasa sakit hati dan tidak malu
2.	NM	Kurang percaya diri	Sudah percaya diri dan tidak malu-malu
3.	F	Merasa takut dan Kurang Percaya Diri	Sudah tidak merasa takut, sudah mulai percaya diri bahkan sudah berani gabung berbicara
4.	AS	Merasa sakit hati, takut dan cemas	Sudah tidak merasa sakit hati, tidak takut dan tidak cemas
5.	MA	Kurang percaya diri	Sudah percaya diri dan terbiasa dengan sikap teman-temannya

