



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**PENGEMBANGAN KONSELING ASSERTIVE
TRAINING MELALUI BUKU EKSPLORASI
UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN
AFEKSI KORBAN BULLYING DI TPQ AL
HIDAYAH WARU SIDOARJO**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya, Guna memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos)

Oleh:

Noer Hayati

(NIM: B93219138)

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel

Surabaya

2023

PERNYATAAN KEASLIHAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Noer Hayati

NIM : B93219138

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa; skripsi dengan judul “Pengembangan Konseling *Assertive training* melalui Buku Eksplorasi untuk Meningkatkan Kemampuan Afeksi Korban *Bullying* di Tpq Al Hidayah Waru Sidoarjo”, merupakan karya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik yang telah ditentukan.

Surabaya, April 2023

Yang Membuat Pernyataan,



Noer Hayati

NIM : B93219138

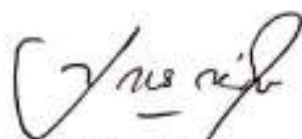
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Noer Hayati
NIM : B93219138
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Pengembangan Konseling *Assertive Training* melalui Buku Eksplorasi untuk Meningkatkan Kemampuan Afeksi Korban *Bullying* di Tpq Al Hidayah Waru Sidoarjo

Skripsi ini telah diperiksa dan telah disetujui untuk diajukan

Surabaya, April 2023

Menyetujui,
Pembimbing



Yusria Ningsih, S.Ag., M.Kes

NIP. 197605182007012022

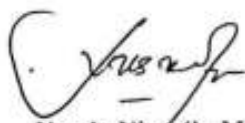
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Disusun Oleh
Noer Hayati
B93219138

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu Pada tanggal 17 April 2023

Tim Penguji

Penguji I



Yusria Ningsih, M. Kes
NIP. 197605182007012022

Penguji II



Dr. H. Abd. Basvid, MM
NIP. 196009011990031002

Penguji III



Dr. Hj. Ragwan Albaar, M. Fil. I
NIP. 196303031992032002

Penguji IV




Dr. Agus Santoso, M. Pd
NIP. 197008251998031002



Sekeloa, 17 April 2023

Dekan,


Dr. Moch. Choirul Arif, S.Ag., M.Fil.I
NIP. 197110171998031001

LEMBAR PERNYATAAN PERSetujuan PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : NOER HAYATI
NIM : B93219138
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : noerhayati239@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Ekklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

PENGEMBANGAN KONSELING ASSERTIVE TRAINING MELALUI BUKU

EKSPLORASI UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN AFEKSI KORBAN

BULLYING DI TPQ AL HIDAYAH WARU SIDOARJO

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 20 Mei 2023

Penulis


(Noer Hayati)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Noer Hayati, B93219138, 2023. Pengembangan Konseling Assertive training melalui Buku Eksplorasi untuk Meningkatkan Kemampuan Afeksi Korban Bullying di Tpq Al Hidayah Waru Sidoarjo.

Fokus penelitian pada penelitian ini adalah proses pengembangan buku dan hasil pengembangan buku eksplorasi dengan judul “Akulah Nahkodanya” sebagai media konseling dengan teknik Assertive training dalam meningkatkan kemampuan afeksi korban bullying di TPQ Al Hidayah Waru Sidoarjo.

Metode penelitian yang digunakan peneliti adalah R&D (research and development) dengan penyajian data kualitatif dan kuantitatif yang didapatkan melalui pengumpulan data melalui observasi, kuesioner dan wawancara.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa buku eksplorasi dengan teknik Assertive training ini layak digunakan sebagai media konseling yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan afeksi pada korban bullying. Kemampuan afeksi sendiri merupakan suatu kemampuan seseorang dalam memberikan reaksi baik secara positif atau negatif pada situasi yang dihadapinya sehingga mempengaruhi sikap dan perilakunya. Sedangkan teknik Assertive training merupakan teknik konseling behavioral yang menitikberatkan pada permasalahan seperti mengalami kesulitan dalam menyatakan sesuatu yang tidak sesuai dengan apa yang dirasakannya. Selain itu, Corey juga menyatakan salah satu tujuan Assertive training yaitu untuk membantu individu yang memiliki kesulitan dalam mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya.

Kata kunci: Buku Eksplorasi, Afeksi, Assertive training, Bullying, TPQ

ABSTRACT

Noer Hayati, B93219138, 2023. Development of Assertive Counseling Training through Exploration Books to Improve the Abilities of Bullying Victims' Affection at Tpq Al Hidayah Waru Sidoarjo.

The focus of research in this research is the process of developing a book and the results of developing an exploratory book with the title "I am the Captain" as a counseling medium with Assertive training techniques in improving the affective abilities of bullying victims at TPQ Al Hidayah Waru Sidoarjo.

The research method used by researchers is R&D (research and development) with the presentation of qualitative and quantitative data obtained through data collection through observation, questionnaires and interviews.

The results of the study show that this exploratory book with the Assertive training technique is appropriate to be used as a counseling medium that aims to increase the affective ability of victims of bullying. The ability to affect itself is a person's ability to react positively or negatively to the situation he faces so that it influences his attitude and behavior. While the Assertive training technique is a behavioral counseling technique that focuses on problems such as experiencing difficulty in stating something that is not in accordance with what he feels. In addition, Corey also stated that one of the goals of Assertive training is to help individuals who have difficulty expressing affection and other positive responses.

Keywords: Exploration Book, Affection, Assertive training, Bullying, TPQ

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	i
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
خلاصة	viii
추상적인	ix
अमूर्त	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Definisi Konsep	9
F. Spesifikasi Produk	12
G. Sistematika Pembahasan	23
BAB II KAJIAN TEORITIK DAN PROFIL PRODUK	25
A. Kerangka Teoritik	25
B. Orisinaliras dan Positioning Karya	50
C. Perspektif Islam	52

D. Profil Produk	53
BAB III DESAIN DAN PENGEMBANGAN PRODUK ..	57
A. Pemilihan Media dan Sasaran Media	57
B. Tahapan Produksi	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	64
A. Potensi dan Masalah	64
B. Pengumpulan Data atau Informasi	66
C. Desain Produk	67
D. Validasi Desain	76
E. Perbaikan Desain	80
F. Uji Coba Produk	82
G. Revisi Produk	85
H. Uji Coba Pemakaian	85
I. Hasil Penggunaan Produk	88
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	91
A. Kesimpulan	91
B. Rekomendasi	92
C. Keterbatasan Penelitian	92
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN.....	97

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Instrumen Uji Ahli Media	23
Tabel 2.1 Butir-butir bullying dari perspektif korban	27
Tabel 4.1 Kategori skor kemampuan afeksi.....	65
Tabel 4.2 Jumlah santri kategori kemampuan afeksi.....	66
Tabel 4.3 Kategori kelayakan media.....	77
Tabel 4.4 Hasil uji ahli media	80
Tabel 4.5 Jumlah responden kategori kemampuan afeksi ...	83
Tabel 4.6 Kategori kelayakan media.....	83
Tabel 4.7 Hasil uji subjek terbatas	84
Tabel 4.8 Pelaksanaan konseling dengan buku eksplorasi ..	88
Tabel 4.9 Kategori kelayakan media.....	89
Tabel 4.10 Hasil penilaian media oleh konseli	90



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Rancangan cover	15
Gambar 1.2 Rancangan tanda kepemilikan.....	15
Gambar 1.3 Rancangan Bab 1 Pendahuluan	16
Gambar 1.4 Rancangan Bab 2 Pelaksanaan.....	17
Gambar 1.5 Rancangan “Bermain Peran”.....	18
Gambar 1.6 Rancangan “Sebuah Kisah”	19
Gambar 1.7 Rancangan “Kapal yang Berlayar”	20
Gambar 1.8 Rancangan Bab 3 Penutup	20
Gambar 4.1 Cover depan dan belakang	68
Gambar 4.2 Lembar kreatifitas tanda kepemilikan	69
Gambar 4.3 Bab 1 Pendahuluan.....	70
Gambar 4.4 Cover Bab 2 Pelaksanaan.....	71
Gambar 4.5 Tahap role playing	72
Gambar 4.6 Tahap modelling.....	73
Gambar 4.7 Tahap social reward & coaching	74
Gambar 4.8 Bab 3 Penutup	75
Gambar 4.9 Lembar panduan penggunaan	76
Gambar 4.10 Revisi lembar panduan penggunaan.....	82

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen lembar penilaian ahli	97
Lampiran 2 Instrumen penilaian produk	98
Lampiran 3 Instrumen observasi	99
Lampiran 4 Instrumen wawancara	100
Lampiran 5 Kuesioner kemampuan afeksi	101
Lampiran 6 Surat ijin penelitian	103
Lampiran 7 Surat pernyataan telah melakukan penelitian ..	104
Lampiran 8 Surat ijin penelitian subjek terbatas	105
Lampiran 9 Hasil analisis kemampuan afeksi	107
Lampiran 10 Hasil penilaian ahli	110
Lampiran 11 Hasil penilaian subjek terbatas	116
Lampiran 12 Hasil penggunaan produk dan dokumentasi ..	120
Lampiran 13 Hasil penilaian konseli	138



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja diasosiasikan dengan fase eksplorasi identitas, yang ditandai dengan upaya untuk menunjukkan identitas diri. Salah satu upaya yang umum dilakukan adalah menunjukkan kekuatannya kepada orang lain. Menurut hasil survei yang dilakukan Kemendikbud melalui Kumparan News tahun 2022, Mendikbud Nadiem Makarim memaparkan hasil survei yang melibatkan sedikitnya 260 ribu sekolah di Indonesia mulai dari SD/madrasah hingga SMA/SMK, bahwa 24,4% potensi bullying terjadi di lingkungan sekolah.²

Menurut statistik lain yang diberikan oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia, ada hingga 60 insiden perundungan setiap tahun pada 2019. Insiden ini meningkat pada 2020 karena KPAI mendokumentasikan 119 kasus. Rasio ini kembali meningkat pada tahun 2021, ketika KPAI melaporkan hanya 53 kejadian bullying di lingkungan sekolah tetapi 168 kasus bullying melalui internet. Ini merupakan tahun pertama sekolah menerapkan pembelajaran daring. Ini menjelaskan mengapa ada lebih sedikit insiden intimidasi di sekolah daripada di internet. KPAI mencatat ada 226 kejadian bullying yang melibatkan kekerasan fisik dan mental di lingkungan sekolah pada tahun 2022, termasuk 18 kasus bullying melalui internet.³

² Tim Editor KumparanNews, Survei Kemendikbud: Ada 24,4% Potensi Bullying Terjadi di Sekolah, dikutip dari <https://kumparan.com/kumparannews/survei-kemendikbud-ada-24-4-potensi-bullying-terjadi-di-sekolah-1xrtJpvCyAs/full>, pada tanggal 02 Oktober 2022

³ Sipri peren, Membaca Statistik Tentang Kasus Bullying Di Indonesia, dikutip dari <https://www.depoedu.com/2022/12/13/edu-talk/membaca-statistik-tentang->

Menurut statistik Program for International Student Assessment (PISA), 15% anak dan remaja di Indonesia diintimidasi, 19% dijauhi, 22% dihina, 14% diancam, 18% didorong hingga dipukul oleh teman sebaya, dan 20% digunjingkan. karena berita yang tidak menyenangkan. United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) melaporkan bahwa kekerasan terhadap anak banyak terjadi di Indonesia. Dibandingkan dengan negara-negara Asia lainnya seperti Vietnam, Nepal, dan Kamboja, peringkat Indonesia lebih tinggi.⁴

Menurut American Psychological Association (APA), bullying adalah tindakan bermusuhan yang ditujukan kepada orang lain yang dilakukan dengan sengaja dan terus-menerus, baik secara verbal maupun fisik, dan menyebabkan ketidaknyamanan.⁵

Bullying dapat digambarkan sebagai agresi fisik dan psikologis yang terus-menerus dilakukan kepada seorang individu yang tidak berdaya dalam situasi dimana tujuannya adalah untuk menyakiti, menakut-nakuti atau menekan yang dilakukan oleh individu atau kelompok.⁶ Bullying dapat dikatakan sebagai perilaku yang tidak diinginkan yang dilakukan baik secara verbal ataupun fisik yang dapat

[kasus-bullying-di-](#)

[indonesia/#:~:text=Data%20lain%20berasal%20dari%20penelitian,buruk%20dari%20bullying%20bagi%20korbannya](#), pada tanggal 28 Desember 2022

⁴ Syarifah, Indonesia Peringkat Kelima Kasus Bullying pada Anak dan Remaja, dikutip dari <https://chatnews.id/read/indonesia-peringkat-kelima-kasus-bullying-pada-anak-dan-remaja>, pada tanggal 2 Desember 2022

⁵ American Psychological Association, Bullying, dikutip dari <https://www.apa.org/topics/bullying>, pada tanggal 02 Oktober 2022

⁶ I. Wicaksana, Mereka Bilang Aku Sakit Jiwa, (Yogyakarta: Kanisius, 2008), hal. 3

dilakukan secara langsung maupun lewat online dimedia sosial yang mengakibatkan orang lain merasa tidak nyaman, terluka dan dapat berdampak pada kemampuan afeksi seseorang.⁷

Perasaan, nilai, kekaguman, motivasi, dan sikap adalah contoh afeksi atau afektif. Penerimaan, reaksi, penghargaan, pengorganisasian, dan karakterisasi berdasarkan nilai atau internalisasi nilai adalah lima kategori afektif dasar, dari yang paling sederhana hingga yang paling rumit.⁸ Kemampuan afeksi adalah kemampuan individu untuk bereaksi baik atau buruk terhadap suatu keadaan dengan menggunakan lima kategori yang dijelaskan di atas.⁹

Orang dengan gangguan kemampuan afektif menunjukkan sifat perilaku internal seperti jinak, sensitif, pendiam, dan lemah, dan tidak akan membalas ketika diserang atau diganggu. Mereka yang memiliki kemampuan emosional rendah, pada umumnya, mengalami kesulitan untuk mengungkapkan perasaan dan keinginan mereka. Afeksi adalah reaksi efektif dalam evaluasi negatif atau positif, sensasi menyakitkan atau menyenangkan, dan intensitas atau jumlah aktivitas fisik.¹⁰ Karena jika konseli memiliki kemampuan

⁷ Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar, *STOP Perundungan / Bullying Yuk!*, (Jakarta: Direktorat Sekolah Dasar Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, 2021), hal. 6

⁸ Sukanti, "Penilaian Afektif Dalam Pembelajaran Akuntansi", *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, Vol. 9 No. 1, Tahun 2011, hal. 75

⁹ Sarah Fazilla, "Pengembangan Kemampuan Afektif Mahasiswa Pgsd Dengan Menggunakan Bahan Ajar Lembar Kerja Mahasiswa (Lkm) Dalam Pembelajaran Ipa Di Universitas Almuslim", *JUPENDAS*, Vol. 1, No.2, September 2014, hal. 28

¹⁰ Peter, J. Paul dan Jerry C. Olson, *Consumer Behavior, Perilaku konsumen dan Strategi Pemasaran*, Terjemahan Damos Sihombing dan Peter Remy Yossi Pasla, (Jakarta: Erlangga, 1999), hal. 39

afeksi maka akan memungkinkannya untuk mengurangi dampak bullying.

Andrea Neysa Ardelia selaku founder Indonesia Bebas Bully menyatakan bahwa korban bullying harus speak up karena akan memberikan efek baik pada banyak hal. Seperti yang diungkapkan Andrea dalam Podcast #GritteBukaPraktek bahwa hal yang paling penting adalah speak up atau menyuarakan. Setiap manusia punya hak untuk mencari bantuan. Orang lain tidak punya hak untuk menindas dan bertindak semena-mena. Karena perundungan sudah termasuk pelanggaran Hak Asasi Manusia (HAM). Apabila terjadi bullying di sekolah maka laporkan pada guru BK atau guru yang sedang bertugas. Dengan demikian guru tersebut akan memanggil pelaku bullying untuk mengetahui alasan seseorang melakukan bullying. Dengan speak up, individu akan mampu menuntaskan kasus bullying sampai ke akarnya. Karena tidak sedikit pelaku bullying yang ternyata mempunyai permasalahan besar di rumahnya sehingga mereka melakukan bullying hanya untuk pelampiasan.¹¹

Melihat fenomena tersebut, maka peneliti akan mengemas salah satu teknik yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan afektif yaitu teknik asertif training dalam bentuk buku eksploratif yang ditujukan untuk meningkatkan kemampuan afektif karena teknik ini secara langsung dapat mengubah sikap dan perilaku individu.¹² Pelatihan asertif diantisipasi untuk meningkatkan kemampuan

¹¹ <https://www.youtube.com/watch?v=JcIh8R6BRb8>

¹² Defriyanto dan Siti Masitoh, "Pengaruh Assertive training Terhadap konsep Diri Pada Peserta Didik Kelas X di SMK N 5 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016", Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 3 No. 1, 2016, hal. 79-96

mempengaruhi konseli sehingga konseli dapat mengatur dirinya sendiri secara penuh.

Pelatihan asertif adalah strategi konseling pendekatan perilaku yang berfokus pada masalah kesulitan mengungkapkan apa pun yang bertentangan dengan perasaannya.¹³ Pelatihan asertif dapat digunakan sebagai proses pelatihan konseli untuk mengajarkan perilaku penyesuaian sosial dengan membiarkan orang menyuarakan perasaan, sikap, harapan, ide, dan hak mereka.¹⁴ Pelatihan asertif adalah instruksi yang ditawarkan untuk membantu orang mendapatkan kepercayaan diri dalam mengungkapkan apa yang mereka inginkan, rasakan, dan pikirkan kepada orang lain.

Pelatihan asertif dibagi menjadi tiga tahap: akting peran, pemodelan, penghargaan sosial, dan pembinaan. Tahap pertama dalam pelatihan asertif adalah bagi konselor dan konseli untuk membuat dan mengidentifikasi skenario. Kedua, dalam situasi bermain peran, konselor dan konseli mengambil posisi yang sesuai dan sekaligus melaksanakan modeling. Ketiga, konseli mempraktikkan perilaku yang dipelajari, dan konselor memberikan pekerjaan rumah sebagai tujuan yang harus dicapai oleh perilaku konseli. Selain itu, pertemuan berikutnya mencakup diskusi dan tindak lanjut hasil konseli.

Sehingga dalam buku eksplorasi ini nantinya akan dimasukkan tahapan konseling assertive training termasuk role playing, di mana konseli akan berperan dengan menciptakan keadaan yang tidak menyenangkan bagi konseli.

¹³ S. Willis, *Konseling Individual teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 23

¹⁴ S. D. Gunarsah, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta : Gunung Muli, 2007), hal. 59

Konseli kemudian akan dibimbing ke tahap modeling, yang akan memberikan contoh bagaimana menghadapi skenario yang sulit ini. Terakhir, remaja akan menganalisis apa yang telah mereka pelajari dan bagaimana mereka harus menanggapi sebuah skenario. Kapasitas untuk mempengaruhi kemudian dapat dibangun atau ditingkatkan. Para remaja akan menemukan cara mengungkapkan dan menanggapi pengalaman mereka secara positif atau negatif dengan buku eksploratif ini. Penerimaan, reaksi, apresiasi, pengorganisasian, dan penokohan berdasarkan nilai-nilai merupakan indikator kegunaan buku eksploratif sebagai media konseling dalam memperkuat keterampilan emosional ini.

Dalam penelitiannya berjudul “Konseling Untuk Mengatasi Permasalahan Afeksi Antara Anak Keterbatasan Intelektual Dengan Significant Others” Rizqa Sabrina Badjarad, 2020 menunjukkan bahwa penelitian tersebut berhasil karena konseling yang dilakukan mampu memberikan pemahaman kepada orang terdekat dalam memberikan kasih sayang. kepada subjek penelitian, sehingga perilaku problematis subjek menurun.¹⁵

Ratnasari dan Andi A. Arifin, 2021, melakukan penelitian dengan pendekatan pelatihan asertif berjudul “Teknik Assertive training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa”. Hasil menunjukkan bahwa penelitian ini efektif karena kelompok eksperimen dan kontrol memiliki hasil pre-test yang rendah. Kelompok eksperimen mengalami peningkatan interaksi sosial

¹⁵ Rizqa Sabrina Badjarad, “Konseling Untuk Mengatasi Permasalahan Afeksi Antara Anak Keterbatasan Intelektual Dengan Significant Others”, Nosipakabelo: Jurnal Bimbingan Konseling, Vol. 2 No. 1, Juli 2021

siswa dari tingkat rendah ke tingkat tinggi setelah menggunakan taktik latihan asertif, namun kelompok kontrol tidak mengalami peningkatan dan tetap berada pada kategori rendah.¹⁶

Berdasarkan analisis diatas, dampak dari bullying mempengaruhi kemampuan afeksi pada korbannya. Sehubungan dengan itu, peneliti mengumpulkan indikator-indikator yang selaras dengan permasalahan konseli. Untuk meningkatkan kemampuan afeksi, diperlukan latihan tertentu yang sesuai dengan permasalahan tersebut. Assertive training sebagai latihan untuk menumbuhkan perilaku asertif juga dapat meningkatkan kemampuan afeksi pada korban bullying.

Berdasarkan data yang terkumpul, peneliti berpendapat bahwa kemampuan afektif korban bullying dapat ditingkatkan dengan menggunakan teknik pelatihan asertif. Berdasarkan temuan tersebut, peneliti tertarik untuk mengembangkan media konseling berupa buku eksploratif untuk membantu korban bullying meningkatkan kemampuan afektifnya. Ditariklah sebuah judul, “Pengembangan Konseling Assertive training melalui Buku Eksplorasi untuk Meningkatkan Kemampuan Afeksi Korban Bullying di Tpq Al Hidayah Waru Sidoarjo.”

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana proses pengembangan konseling assertive training melalui buku eksplorasi untuk meningkatkan

¹⁶ Sri Ratnasari dan Andi Agustan Arifin, “Teknik Assertive training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa”, *KONSELING: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, Vol. 2 No.2, Januari 2021

kemampuan afeksi korban bullying di TPQ Al Hidayah Waru Sidoarjo?

2. Bagaimana pengembangan konseling assertive training melalui buku eksplorasi untuk meningkatkan kemampuan afeksi korban bullying di TPQ Al Hidayah Waru Sidoarjo?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui proses pengembangan konseling assertive training melalui buku eksplorasi untuk meningkatkan kemampuan afeksi korban bullying di TPQ Al Hidayah Waru Sidoarjo.
2. Untuk mengetahui pengembangan konseling assertive training melalui buku eksplorasi untuk meningkatkan kemampuan afeksi korban bullying di TPQ Al Hidayah Waru Sidoarjo.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk membantu para pembaca. Bermanfaat bagi cendekiawan, mahasiswa, praktisi, dan masyarakat. Berikut ini adalah beberapa keuntungannya:

1. Mendidik masyarakat, khususnya remaja, orang tua, dan guru tentang dampak bullying terhadap korban. Jika tidak dibenahi sejak awal, akan berdampak pada kemampuan afeksi anak hingga mencapai usia pubertas.
2. Membekali praktisi dan instruktur dengan inovasi baru dalam konseling dengan mengemas strategi pelatihan yang agresif dalam bentuk buku eksploratif.
3. Memberi remaja perspektif dan pengetahuan baru tentang bullying, termasuk berbagai bentuk dan akibatnya.
4. Memberikan bimbingan pada remaja agar dapat mengambil sikap yang benar jika sedang dibully atau melihat bullying berlangsung. Selain itu agar remaja bisa memosisikan diri sebagai pengendali penuh atas dirinya dan tegas dalam menyampaikan apa yang dirasakannya.

E. Definisi Konsep

1. Buku Eksplorasi sebagai Media Konseling

Sepanjang prosedur konseling, konselor kerap kali memerlukan instrumen yang berfungsi sebagai cara berkomunikasi dari konseli kepada konselor. Teknik-teknik ini dapat membantu membangkitkan gagasan, perasaan, dan penetapan keputusan konseli, memungkinkan mereka membuat pilihan yang lebih baik.¹⁷ Agar konseli terlibat dalam proses konseling, konselor harus menerapkan kreativitasnya dalam menggunakan media konseling. Keberhasilan konseling dapat dihasilkan melalui proses kreatif ini. Terdapat beberapa jenis media yang ada pada konseling antara lain: media cetak, audio, visual, audio visual, berbasis komputer bahkan media berbasis manusia.

Dalam penelitian ini peneliti menghasilkan suatu media untuk konseling berupa buku eksplorasi yang terinspirasi pada pengalaman Edgar Dale dengan membenamkan seseorang dalam pengalaman langsung akan memberikan dampak yang baik pada berjalannya suatu media konseling.¹⁸ Sehingga, buku eksplorasi ini diproyeksikan secara langsung guna mengikutsertakan konseli melalui tahapan-tahapan pendekatan asertif training dengan menjadikan media konseling.

¹⁷ Hardi Prasetiawan, "Media Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling", The 5th Urecol Proceeding, February 2017, hal. 1259

¹⁸ Fajar Setiawan, "Pengembangan Media Delima (Denah Lingkungan Rumah) Pada Subtema Bermain Di Lingkungan Rumah Untuk Sekolah Dasar," *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar (Jp2sd)*, Vol 7 No 2, 2019, hal. 154

2. Teknik Assertive training

Asertivitas adalah kapasitas individu untuk mengatakan sesuatu yang dipikirkan dan diinginkan tetapi tetap menghormati perasaan dan hak orang lain.¹⁹

Menurut Alberti dan Emmons, asertivitas adalah penilaian diri yang konstruktif dibuat dengan mempertimbangkan orang lain dengan tidak mengecewakan dan tetap menghargai guna meningkatkan kualitas diri individu dan hubungan interpersonal dengan orang lain.²⁰

Pelatihan asertif adalah praktik konseling pendekatan perilaku yang berfokus pada masalah kesulitan mengungkapkan sentimen yang tidak tepat.²¹ Pelatihan asertif adalah teknik pelatihan konseli yang melibatkan individu untuk mengekspresikan diri tentang perasaan, perilaku, keinginan, gagasan, dan hak.²²

Berdasarkan apa yang telah dikemukakan, dapat dikatakan bahwa asertive training adalah teknik pelatihan yang membantu meningkatkan kepercayaan diri dalam berbicara tentang sesuatu yang dikehendaki, diyakini, serta dirasakan oleh orang lain dengan tetap mempertahankan serta menghormati hak dan perasaan orang lain.

3. Kemampuan Afeksi

Perasaan, nilai, kekaguman, motivasi, dan sikap adalah contoh afeksi atau afektif. Lima golongan emosi utama adalah penerimaan, reaksi, penghargaan, pengelolaan, dan karakterisasi berdasarkan nilai atau

¹⁹ Hetti Rahmawati, *Modifikasi Perilaku Manusia*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2009), hal.63

²⁰ Mitra Oktavisa A dan Olievia Prabandini M, "Pelatihan Asertif Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Anggota HIMA (Himpunan Mahasiswa) Prodi Psikologi FIP UNESA", *Character*, Vol. 2 No. 1, 2013

²¹ S. Willis, *Konseling Individual teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 23

²² S. D. Gunarsih, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta : Gunung Muli, 2007), hal. 59

penghayatan nilai, dan kompleksitasnya berkisar dari yang paling sederhana hingga yang paling rumit.²³

Kemampuan afeksi mengacu pada kemampuan seseorang untuk menanggapi baik atau buruk keadaan tergantung pada lima kategori afektif yang tercantum di atas.²⁴ Kasih sayang mencakup segala sesuatu yang terkait dengan sikap, karakter, minat, perasaan, dan nilai individu. Kasih sayang juga dapat didefinisikan sebagai keinginan untuk cinta dan kasih sayang, yang mencakup karakteristik memberi dan menerima.²⁵

Afeksi adalah keinginan seseorang untuk menerima reaksi perlakuan hangat dari orang lain.²⁶ Hurlock mengartikan afeksi sebagai kasih sayang yang berprinsip dasar pada perasaan untuk disukai dan dicintai.²⁷ Afeksi adalah reaksi kuat yang bisa positif atau negatif, menyenangkan atau tidak menyenangkan, dan bervariasi dalam kekuatan atau tingkat gerakan fisik.²⁸

4. Bullying

Bullying berasal dari bahasa Inggris “bull” yang memiliki arti “banteng yang senang menabrak kesana kemari” dan bully dalam bahasa Indonesia berarti menggertak atau penindasan yang orang lemah. Pelaku

²³ Sukanti, “Penilaian Afektif Dalam Pembelajaran Akuntansi”, Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia, Vol. 9 No. 1, Tahun 2011, hal. 75

²⁴ Sarah Fazilla, “Pengembangan Kemampuan Afektif Mahasiswa Pgsd Dengan Menggunakan Bahan Ajar Lembar Kerja Mahasiswa (Lkm) Dalam Pembelajaran Ipa Di Universitas Almuslim”, JUPENDAS, Vol. 1, No.2, September 2014, hal. 28

²⁵ F. Goble, *The Third Force, The Psychology of Abraham Maslow*, Terjemahan A. Supratiknya, (Yogyakarta: Kanisius, 1987), hal. 74

²⁶ Dirgaganarsa, *Pengantar Psikologi*, Jakarta: Mutiara Sumber Widya, 1989), hal.96

²⁷ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta : Erlangga, 1980), hal. 147

²⁸ Peter, J. Paul dan Jerry C. Olson, *Consumer Behavior, Perilaku konsumen dan Strategi Pemasaran*, Terjemahan Damos Sihombing dan Peter Remy Yossi Pasla, (Jakarta: Erlangga, 1999), hal. 39

bullying kadang-kadang disebut sebagai pengganggu.²⁹ Bullying sendiri merupakan suatu perilaku yang berulang karena mencakup ketidaksetaraan kekuatan antara kelompok yang kuat mendominasi kelompok lemah.³⁰

Bullying dapat digambarkan sebagai agresi fisik dan psikologis yang terus-menerus dilakukan kepada seorang individu yang tidak berdaya dalam situasi dimana tujuannya adalah untuk menyakiti, menakut-nakuti atau menekan yang dilakukan oleh individu atau kelompok.³¹ Bullying dapat dikatakan sebagai perilaku yang tidak diinginkan yang dilakukan baik secara verbal ataupun fisik yang dapat dilakukan secara langsung maupun lewat online dimedia sosial yang mengakibatkan orang lain merasa tidak nyaman, terluka dan dapat berdampak pada kemampuan afeksi seseorang.³²

F. Spesifikasi Produk

Peneliti telah mengembangkan sebuah produk berupa buku eksplorasi berjudul “Akulah Nahkodanya”. Pengembangan modul ini dilakukan untuk meningkatkan kemampuan afeksi pada korban bullying. Buku eksplorasi yang disusun oleh peneliti mencakup topik-topik terkait perilaku bullying dan penerapan assertive training untuk menerapkan kemampuan afeksi itu sendiri. Buku eksplorasi tersebut dirancang secara singkat, menarik, dan mudah dipahami oleh pembaca, sehingga memudahkan mereka yang

²⁹ Sejiwa, *Bullying (Mengatasi Kekerasan Di Sekolah Dan Lingkungan Sekitar Anak)*, (Jakarta: Grasindo, 2008), hal. 2

³⁰ Suryani, *Stop Bullying*, (Bekasi: Soul Journey, 2016), hal. 49

³¹ I. Wicaksana, *Mereka Bilang Aku Sakit Jiwa*, (Yogyakarta: Kanisius, 2008), hal. 3

³² Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar, *STOP Perundungan / Bullying Yuk!*, (Jakarta: Direktorat Sekolah Dasar Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, 2021), hal. 6

mengalami masalah kemampuan afeksi rendah untuk dapat melakukan tindakan asertif dengan lebih mudah dan nyaman dalam proses pelatihannya.

Diharapkan pengembangan modul ini memenuhi kriteriakriteria tertentu seperti:

1. Ketepatan. Untuk menilai kecocokan buku eksplorasi yang dikembangkan dengan tujuan dan struktur buku eksplorasi, dapat dilakukan evaluasi dengan menggunakan skala penilaian. Tujuan dari evaluasi ini adalah untuk memastikan bahwa isi buku eksplorasi sudah sesuai dengan tujuan dan struktur yang telah ditentukan.
2. Kelayakan. Validitas dan akurasi informasi serta prosedur dalam buku eksplorasi yang dikembangkan harus diperhatikan dengan baik untuk memastikan kelayakan buku eksplorasi. Hal ini penting untuk memastikan isi buku eksplorasi dapat dipercaya dan dapat dipertanggungjawabkan.
3. Kegunaan. Buku eksplorasi yang telah dikembangkan diharapkan memenuhi syarat dan ketentuan yang ditentukan serta memberikan manfaat yang signifikan bagi individu yang memiliki kemampuan afeksi rendah. Buku eksplorasi tersebut diharapkan dapat memberikan panduan dan strategi yang berguna bagi individu dalam melawan atau menanggapi perilaku bullying.

Peneliti telah mengembangkan sebuah buku eksplorasi dengan teknik *assertive training* berjudul “Akulah Nahkodanya” sebagai solusi untuk meningkatkan kemampuan afeksi. Buku eksplorasi ini dirancang dengan panduan yang mudah dipahami oleh pembacanya. Buku eksplorasi ini berisi beberapa hal yang terdiri dari:

1. Bentuk Produk

a. Buku Eksplorasi “Akulah Nahkodanya”

Buku eksplorasi ini akan berukuran A5 dan berbentuk *vertical* dengan jilid spiral agar dapat dibalik secara 360°. Hal tersebut bertujuan agar pengguna

dapat dengan leluasa menggunakan buku tersebut dan tidak memakan banyak tempat. Cover nantinya akan diberi PP Cover dove transparan untuk melindungi cover asli. Sedangkan bagian dalam buku memakai kertas jenis buffalo dengan gramatur 150gsm yang peruntukkan supaya konseli dapat bebas menuliskan apapun yang dia inginkan tanpa khawatir buku itu akan rusak.

b. Lembar Panduan

Lembar panduan penggunaan ini berukuran A3 diprint depan belakang yang kemudian dilipat menjadi 3 dari sisi lebar dan panjangnya seperti pada buku panduan alat atau barang elektrik dan sebagainya. Lembar panduan tersebut diperuntukkan bagi praktisi dan juga pendamping konseli. Panduan ini sengaja diciptakan dalam bentuk lembaran sebagai inovasi dengan maksud agar lebih minimalis dan praktis.

2. Isi Produk

a. Buku Eksplorasi “Akulah Nahkodanya”

1) Cover

Buku eksplorasi ini diberi judul “Akulah Nahkodanya” dengan warna yang menarik yang disesuaikan dengan tema judul dan beberapa ilustrasi yang sesuai judul. Berikut rancangan cover buku eksplorasi

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A



Gambar 1.1 Rancangan Cover

2) Tanda Kepemilikan

Dalam buku ini akan disediakan satu halaman untuk pemberian nama dan kebebasan berkreasi. Sehingga selain memberikan tanda kepemilikan pada buku, konseli juga bisa mengekspresikan kreatifitasnya dalam berimajinasi dan menghias tanda kepemilikan tersebut. Berikut rancangan tanda kepemilikan



Gambar 1.2 Rancangan Tanda Kepemilikan

3) Bab 1 Pendahuluan

Buku ini nantinya berisikan tiga bab. Bab 1 sebagai pendahuluan akan mengantarkan konseli pada penjelasan mengenai bullying, macam, dan

dampaknya yang sebelumnya akan disuguhkan beberapa pernyataan dengan contoh bullying. Sebagai pengantar agar konseli lebih memahami apa itu bullying. Berikut rancangan bab 1 pendahuluan



Gambar 1.3 Rancangan Bab 1 Pendahuluan

4) Bab 2 Pelaksanaan

Pada bab 2 yaitu pelaksanaan, akan dilakukan teknik assertive training yang bertujuan untuk melatih sikap asertif dan meningkatkan kemampuan afeksi konseli. Pada bab ini didesain sebagaimana tahapan assertive training dan ditambahkan bagian untuk mendapatkan feedback

dari konseli setiap menyelesaikan satu tahapan. Berikut rancangan bab 2 pelaksanaan



Gambar 1.4 Rancangan Bab 2 Pelaksanaan

a) **Role Playing**

Memulai fase awal pelatihan asertif, khususnya bermain peran, yang dalam buku eksploratori ini disebut sebagai “bermain peran” untuk membantu konseli memahami tujuan dari setiap langkah yang akan dilakukan.

Konseli diminta untuk melakukan peran sesuai dengan arahan yang diberikan oleh praktisi atau pendamping pada fase awal pelatihan asertif. Bermain peran digunakan untuk menentukan bagaimana konseli berespons terhadap suatu keadaan tertentu. Berikut rancangan bagian bermain peran

UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA



Gambar 1.5 Rancangan “Bermain Peran”

b) Modeling

Pada tahap modeling, konseli akan diarahkan untuk membaca dan memahami sebuah cerita. Jika tidak memungkinkan, praktisi atau pendamping bisa membacakan ceritanya yang kemudian konseli diminta untuk mengambil poin penting dari kisah tersebut dan memberikan feedback pada lembarannya berikutnya.

Pada tahap ini, penulis menggunakan modelling symbolic yang mana tidak menggunakan subjek secara langsung sebagai contoh melainkan melalui media naratif. Sehingga dalam bagian ini, diberi judul “Sebuah Kisah”. Berikut rancangan bagian sebuah kisah



Gambar 1.6 Rancangan “Sebuah Kisah”

c) Social Reward and Coaching

Tahap akhir dalam assertive training yaitu social reward and coaching yang diberi judul “Kapal yang Berlayar” dalam buku eksplorasi ini agar lebih berkesan.

Pada tahap ini, praktisi atau pendamping akan mengambil peran lebih banyak untuk memberikan feedback atas dua tahapan yang telah dilalui konseli dan memberikan apresiasi serta memberikan coaching dengan tujuan memberikan dorongan agar konseli memperoleh kemajuan tingkat asertifnya.

Lembaran berikutnya berisikan beberapa hal yang perlu diisi konseli sebagai eksplorasi diri singkat. Diharapkan konseli mampu mengenali dirinya dan dengan itu dapat meningkatkan kemampuan afeksinya. Berikut rancangan bagian kapal yang berlayar



Gambar 1.7 Rancangan "Kapal yang Berlayar"

5) Bab 3 Penutup

Pada bab 3 penutup, berisi evaluasi untuk menguatkan apa yang sudah konseli dapatkan saat proses konseling berlangsung. Lembar terakhir terdapat jargon dari penulis yang bertujuan untuk membangun semangat dan keberanian konseli bahwa bullying bisa terjadi pada semua orang dan yang mampu menghentikannya juga semua orang. Praktisi atau pendamping diharapkan mampu mendorong konseli agar dengan tegas menolak bullying. Berikut rancangan bab 3 penutup



Gambar 1.8 Rancangan Bab 3 Penutup

b. Lembar Panduan

Lembar panduan ini nantinya akan berisi beberapa hal seperti bullying dan bagaimana dampaknya terhadap korban, tujuan buku eksplorasi, pelaksanaan teknik konseling assertive training, cara penggunaan, cara pendampingan, evaluasi, serta catatan untuk konselor menulis poin penting atau menarik saat konseling berlangsung.

3. Kriteria Produk

Berdasarkan alat untuk pengujian pakar media modifikasi, hasil penelitian Fitrotin yang berjudul Pengembangan Modul Bimbingan Konseling Bidang Bimbingan Pribadi Tentang Reproduksi Sehat Bagi Kelas X Di Sma Negeri 1 Parengan Tuban diharapkan dapat mengembangkan buku eksploratif berjudul "Akulah Nahkodanya" akan memenuhi kriteria berikut. Ini melibatkan estetika modul serta keunggulan teknologi dalam produksi buku eksplorasi.

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Item
Penggunaan Media Konseling Buku Eksplorasi untuk meningkatkan kemampuan afeksi	Penggunaan Media Konseling Buku Eksplorasi dalam Layanan Bimbingan Konseling	Tampilan Modul	Pemilihan ilustrasi pada cover buku eksplorasi 1
			Kesesuaian gambar dengan materi 2
			Penggunaan bahasa yang komunikatif dan mudah dimengerti 3
			Kesesuaian pemilihan jenis huruf (font) dalam

			buku eksplorasi 4
			Pemilihan ukuran huruf dalam modul 5
			Tata letak dalam isi modul menarik 6
			Memiliki ilustrasi yang beragam 7
			Teks atau tulisan mudah dibaca 8
			Kesesuaian judul serta tujuan konseling 9
			Teknik role playing yang terdapat pada buku eksplorasi ini telah sesuai dengan permasalahan yang diangkat. 10
			Adanya buku petunjuk kerja, evaluasi dan umpan balik. 11
			Adanya informasi, petunjuk, perintah, pernyataan, pertanyaan, dan simbol-simbol yang
		Kualitas Teknis	

			jelas serta mudah dipahami. 12
			Kesesuaian teknik role playing dengan usia remaja awal (10-14 tahun) 13
			Kesesuaian teknik role playing dalam buku eksplorasi dengan tujuan yang diharapkan 14
			Buku eksplorasi disampaikan dengan alur yang sistematis 15
			Buku eksplorasi bermanfaat bagi remaja 16
			Buku eksplorasi dapat memfasilitasi remaja dalam memecahkan permasalahan emosional 17

Tabel 1.1 Instrument Uji Ahli Media

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan merupakan bagian dari susunan skripsi yang memiliki fungsi untuk mempermudah pembaca

untuk menemukan bagian-bagian dari skripsi, memudahkan untuk mengetahui gambaran dan langkah- langkah penulisan, serta memahami susunan yang di sajikan oleh penulis dalam skripsi ini. Adapun lima bagian dari sistematika pembahasan dalam penulisan skripsi ini, sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan, di dalamnya memuat: Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Definisi Konsep, Metode perancangan serta Sistematika Pembahasan.

BAB II Kajian Teoritik dan Profil Produk, dalam bab II memuat: Kajian Teoritik mengenai Bullying, Kemampuan Afeksi, Teknik Assertive training, dan juga Buku Eksplorasi sebagai Media Konseling. Selain mengenai beberapa hal tersebut, dalam bab II juga membahas mengenai orisinalitas dan positioning karya, prespektif islam serta profil produk.

BAB III Desain dan Pengembangan Produk, pada bab III ini membahas mengenai pemilihan media dan khalayak sasaran serta tahapan produksi.

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, pembahasan dan Hasil Penelitian akan di bahas pada bab IV ini.

BAB V Penutup, di bagian penutup ini berisi Kesimpulan, Saran, serta Keterbatasan dari penelitian yang telah penulis lakukan.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN TEORITIK DAN PROFIL PRODUK

A. Kerangka Teoritik

1. Bullying

a. Pengertian

Bullying berasal dari bahasa Inggris “bull” yang memiliki arti “banteng yang senang menabrak kesana kemari” dan bully dalam bahasa Indonesia berarti menggertak atau penindasan yang orang lemah. Pelaku bullying kadang-kadang disebut sebagai pengganggu.³³ Bullying sendiri merupakan suatu perilaku yang berulang karena mencakup ketidaksetaraan kekuatan antara kelompok yang kuat mendominasi kelompok lemah.³⁴

Bullying dapat digambarkan sebagai agresi fisik dan psikologis yang terus-menerus dilakukan kepada seorang individu yang tidak berdaya dalam situasi dimana tujuannya adalah untuk menyakiti, menakut-nakuti atau menekan yang dilakukan oleh individu atau kelompok.³⁵ Bullying dapat dikatakan sebagai perilaku yang tidak diinginkan yang dilakukan baik secara verbal ataupun fisik yang dapat dilakukan secara langsung maupun lewat online dimedia sosial yang mengakibatkan orang lain merasa tidak nyaman, terluka dan dapat berdampak pada kemampuan afeksi seseorang.³⁶

³³ Sejiwa, *Bullying (Mengatasi Kekerasan Di Sekolah Dan Lingkungan Sekitar Anak)*, (Jakarta: Grasindo, 2008), hal. 2

³⁴ Suryani, *Stop Bullying*, (Bekasi: Soul Journey, 2016), hal. 49

³⁵ I. Wicaksana, *Mereka Bilang Aku Sakit Jiwa*, (Yogyakarta: Kanisius, 2008), hal. 3

³⁶ Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar, *STOP Perundungan / Bullying Yuk!*, (Jakarta: Direktorat Sekolah Dasar Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, 2021), hal. 6

Menurut definisi intimidasi Olweus yang diakui secara umum, seseorang dianggap sebagai korban intimidasi "jika dia dihadapkan pada perilaku tidak menyenangkan dari satu atau lebih orang lain yang berulang secara terus-menerus. Selain itu, terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab bullying terjadi yaitu status kekuatan yang berbeda serta kekuasaan yang tidak merata yang berdampak korban tidak dapat membela diri secara memadai terhadap perilaku buruk yang mereka hadapi. Bullying seringkali berlangsung terus-menerus untuk waktu yang cenderung lama dibandingkan dengan perilaku agresif lainnya yang melibatkan satu kali serangan dan untuk waktu yang singkat. Hal ini membuat korban tindakan bullying merasa dalam kondisi khawatir dan terancam. Bullying dapat melibatkan tindakan langsung atau tidak langsung. Penindasan langsung melibatkan serangan fisik terhadap korban, sedangkan intimidasi tidak langsung mencakup berbagai metode yang mengasingkan dan mengisolasi target secara sosial.³⁷

Hal-hal berikut membantu membedakan antara pelaku bullying maupun korbannya.

No	Butir-butir Bullying	Butir-butir Viktimisasi
1	Saya suka "memberi pelajaran" pada anak yang lemah	Saya mendapatkan nama ejekan dari anak-anak lain
2	Saya menjadi bagian kelompok yang senang mengganggu anak lain	Anak-anak lain dengan sengaja mengucilkan saya

³⁷ Barbara Krahe, Perilaku Agresif: Buku Panduan Psikologi Sosial, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), hal 197-198

3	Saya senang membuat anak lain takut kepada saya	Saya selalu diberi beban yang paling berat oleh anak-anak lain
4	Saya senang menunjukkan bahwa sayalah “bos”-nya	Anak-anak lain senang memperolok saya
5	Saya menikmati regekan anak lain	

Tabel 2.1 Butir-butir bullying dari perspektif korban dan pelakunya

Terlepas dari usia dan jenis kelamin, berbagai penelitian telah mengungkapkan kesimpulan yang tidak ambigu mengenai ciri-ciri umum korban dan pelaku bullying. Korban perundungan biasanya adalah anak-anak atau remaja yang gelisah dan canggung secara sosial, terputus dari teman-temannya, dan lebih rendah dalam hal fisik daripada mayoritas teman sekelasnya. Pengganggu, di sisi lain, seringkali kuat, mendominasi, dan kuat.

Pengganggu atau perundung tidak hanya memusuhi korbannya, diluar itu juga orang tua, tenaga pendidik di sekolah, dan orang dewasa lainnya. Menurut temuan ini, bullying merupakan komponen dari pola perilaku antisosial yang lebih besar yang terkait dengan kemungkinan perilaku agresif yang lebih tinggi pada masa remaja dan dewasa. Dalam hal perubahan penindas, Olweus menulis bahwa "individu muda yang melakukan kekerasan dan menggertak siswa lain di sekolah memiliki peluang untuk terlibat dalam perilaku berisiko tambahan di masa depan, seperti kriminalitas dan menyalahgunakan alkohol".

Penindasan terjadi ketika seorang individu menunjuk orang lain yang lebih kecil atau lebih rendah

dari diri mereka sendiri. Ini berlaku berulang kali dan mungkin memiliki tujuan tertentu atau tidak. Individu atau organisasi dapat menggertak orang lain.³⁸

b. Faktor Penyebab Bullying

Elliot mengklaim bahwa kompleksitas kesulitan keluarga seperti absennya kehadiran ayah, kesenduan ibu, rendahnya koneksi antara orang tua dan anak, perpisahan orang tua, serta gangguan sosial ekonomi adalah pencetus utama agresivitas. Juga, kualitas pelaku adalah elemen yang berkontribusi terhadap intimidasi. Perilaku penindasan disebabkan oleh rasa benci dan cemburu, maraknya budaya superioritas, rendahnya inspeksi dan arahan etis dari para pengajar, serta sekolah dengan disiplin yang sangat ketat atau sekolah dengan hukum peraturan yang kontradiktif.³⁹ Menurut buku Krahe, hubungan orang tua-anak yang tegang, toleransi orang tua terhadap perilaku agresif oleh anak-anaknya, dan penggunaan gaya pengasuhan agresif semuanya berperan dalam perkembangan pola perilaku antisosial, dengan intimidasi menjadi salah satu pola perilaku antisosial yang lebih umum.

Penyebab lain disebutkan SEJIWA sebagai berikut:⁴⁰

- 1) Pernah mengalami bullying
- 2) Membangun keberadaan mereka
- 3) Ingin diperhatikan dan diakui
- 4) Tontonan televisi yang negatif
- 5) Superioritas
- 6) Menyembunyikan kelemahan diri

³⁸ David Goodwin, Strategi Mengatasi Bullying, terj. Cicilia Evi (Batu: Lexy Pello, 2010), hal. 19

³⁹ Ponny Retno Astuti, Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak, (Jakarta: Grasindo 2008), hal. 53-54

⁴⁰ SEJIWA, Bullying (Mengatasi Kekerasan Di Sekolah Dan Lingkungan Sekitar Anak), hal. 16

- 7) Pencari atensi
- 8) Pembalasan dendam
- 9) Jahil
- 10) Sering diperlakukan kasar di rumah
- 11) Keinginan untuk menjadi terkenal
- 12) Mengekor

c. Bentuk Bullying

Penindasan mudah terlihat dalam beberapa keadaan, memiliki tujuan, dan bersifat fisik. Bullying juga dapat terjadi secara tidak langsung dengan menggunakan cara-cara verbal seperti mengancam, mengucilkan, mengejek, dan mengejek korban. Cyberbullying adalah dimensi baru yang dapat diklasifikasikan sebagai intimidasi langsung atau tidak langsung.

Bullying datang dalam berbagai bentuk, dan secara umum, kegiatan bullying dapat dibagi menjadi tiga golongan: intimidasi raga, intimidasi verbal, dan intimidasi psikis.

- 1) **Bullying fisik**, ini adalah jenis bullying yang paling nyata. Karena ada kontak fisik antara pelaku dan korban, siapapun bisa melihatnya. Menampar, memukul, menginjak, tersandung, meludah, berteriak, melempar barang, menghukum dengan lari cepat di sekitar lapangan, menghukum dengan push-up.
- 2) **Bullying verbal**, ini jenis bullying yang juga dapat diperhatikan karena dapat dirasakan oleh indra pendengaran kita. Mengutuk, menghina, menyuarakan, membentak, mempermalukan di depan umum, menuduh, bertepuk tangan, dan memfitnah adalah beberapa contohnya.
- 3) **Bullying mental/psikologis**, ini bullying yang berbahaya karena tidak menarik perhatian atau telinga kita jika kita tidak cukup waspada untuk

mengidentifikasinya. Penindasan ini terjadi dalam bayang-bayang, di luar jangkauan pengawasan kami. Misalnya, tampak sinis, penuh ancaman, mempermalukan di depan umum, diam, menyendiri, memandang rendah, menatap, dan mencibir.

Beberapa bentuk bullying juga menurut Goodwin adalah:

1) Phisycal Bullying

Aksi apapun yang dapat melukai orang lain seperti memukul, mendorong, membakar, menendang, atau perlakuan lain yang bisa membuat orang lain terluka atau merasa sakit.

2) Verbal Bullying

Mencemooh, meremehkan, mrendahkan, mempermalukan, menggoda, komentar sarkastik, menghina seksual, atau bersifat rasis atau seksis.

3) Psychological Bullying

Menyebarkan cerita yang menjelek-jelekkan korban dalam berbagai kegiatan seperti permainan, olahraga, atau kegiatan kelompok lainnya, merupakan salah satu contoh perilaku yang mengisolasi dan memisahkan korban.

4) Cyber Bullying

Memanfaatkan teknologi digital untuk melakukan perundungan orang lain seperti menggunakan dunia maya, ponsel genggam, dan sebagainya.

5) Taktik Terror

Perilaku meneror memainkan psikologis dan pikiran orang lain, kekerasan, menjatuhkan hukuman, komentar menghina yang berbeda, dan tekanan teman sebaya dengan maksud untuk menyakiti korban.

6) **Pemerasan**

Kesulitan untuk memberi keyakinan orang tua mengenai kondisi yang sebenarnya terjadi, karena anak sering untuk meminta uang setiap hari (penargetan) sehingga mendorong korban untuk mencuri uang dari orang-orang di rumah. Orang tua korban akan curiga bahwa anak mereka seorang pencuri.

7) **Sexual Bullying**

Perilaku berupa verbal maupun non-verbal yang memiliki ancaman bersifat seksual.

d. **Dampak Bullying**

Setiap korban bullying memiliki kisah unik untuk diceritakan. Bullying mungkin memiliki berbagai konsekuensi negatif, termasuk kecemasan, kesepian, penarikan diri, perilaku kekerasan, dan keputusasaan. Anak-anak yang terlahir dengan keadaan mudah gugup lebih mungkin menghadapi gangguan kecemasan atau ketakutan terhadap sesuatu. Korban bullying yang mengalami perilaku seperti itu secara teratur akan menderita akibat jangka panjang. Anak-anak yang diintimidasi sering mengembangkan "mentalitas korban", di mana mereka percaya bahwa seluruh dunia menentang mereka, dan kondisi ini dapat bertahan hingga dewasa.

Seseorang yang di-bully pasti akan mengalami trauma; meskipun demikian, mayoritas orang yang di-bully tetap diam, menahan dan bahkan menyembunyikan perasaan mereka dari orang lain di sekitar mereka saat pertama kali mereka disiksa. Mereka ragu-ragu untuk melaporkan kejadian negatif, dan bahkan jika mereka melaporkannya, mereka khawatir akan menjadi korban.⁴¹

⁴¹ Suryani, Stop Bullying, hal. 108

Beberapa dampak negatif bullying untuk korban dari Suryani adalah sebagai berikut:

- 1) Depresi
- 2) Memiliki kepercayaan diri yang rendah atau biasa disebut minder
- 3) Bernyali kecil dan memisahkan diri
- 4) Prestasi akademik yang menurun
- 5) Merasa terkucilkan dalam kelompok pertemanan
- 6) Terlintas pikiran dan/atau percobaan bunuh diri

2. Kemampuan Afeksi

a. Pengertian

Afeksi adalah istilah psikologis yang menggambarkan bagaimana perasaan seseorang. Afeksi adalah dorongan manusia untuk mendapatkan reaksi positif atau perlakuan hangat dari orang lain dalam bentuk kasih sayang, termasuk di dalamnya premis dasar ingin disukai dan aspek memberi dan menerima. Pengaruh diciptakan oleh kontak sosial dengan sentimen yang tulus. Cinta memang tidak terlihat dengan mata telanjang, namun bisa dirasakan langsung oleh manusia.⁴²

Kapasitas afektif mengacu pada kemampuan seseorang untuk bereaksi secara positif atau negatif terhadap suatu keadaan. Kasih sayang mencakup segala sesuatu yang terkait dengan sikap, karakter, perilaku, minat, perasaan, dan nilai individu. Kasih sayang juga dapat didefinisikan sebagai jenis kerinduan akan cinta dan kasih sayang yang melibatkan pemberian dan penerimaan.

⁴² Chaniago Kin, Rasa, (Sukabumi: CV Jejak Publisher, 2020), hal. 178.

Cronbach menulis dalam Dirga Gunarsa bahwa kasih sayang adalah dorongan individu untuk mendapatkan reaksi positif atau perlakuan hangat dari orang lain. Hurlock, di sisi lain, menggambarkan afeksi sebagai "kasih sayang yang didasarkan pada gagasan perasaan dicintai dan dihargai." Terakhir, Peter dan Olson membahas pengaruh, yang mengacu pada reaksi efektif yang bisa positif atau negatif, menyenangkan atau tidak menyenangkan, dan bervariasi dalam intensitas atau jumlah gerakan fisik.

Dapat dikatakan bahwa kapasitas afeksi adalah jenis kebutuhan akan cinta dan kasih sayang yang mencakup sifat memberi dan mendapatkan reaksi positif atau perlakuan hangat dari orang lain. Selain itu, kapasitas afektif dapat didefinisikan sebagai kemandirian seseorang dalam menanggapi secara positif atau negatif terhadap suatu keadaan, yang memungkinkan dia untuk membuat penilaian sendiri.

b. Prinsip Afeksi

Rasa disukai dan dicintai adalah prinsip dasar dari afeksi. Dorongan ini adalah kebutuhan untuk menerima reaksi atau perlakuan baik dari orang lain, terutama yang berada di lingkungan terdekat seperti orang tua, guru, atau teman.⁴³ Reaksi afektif diklasifikasikan menjadi tiga jenis: suasana hati, emosi, dan perasaan. Reaksi emosional ini bermanifestasi

⁴³ Imya Sinsi Munthe, dan Santoso Tri Raharjo,(2018-08-10). "Pemenuhan Kebutuhan Afeksi Pada Anak (Peningkatan Kemandirian Dan Kepercayaan Diri Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak - Lksa)". Jurnal Pekerjaan Sosial, Vol. 1 No. 2, Agustus 2018, hal. 120

sebagai gerakan fisiologis intensitas tinggi dan rendah yang disertai dengan emosi kelemahan atau kekuatan.⁴⁴

Individu berbeda dalam tingkat keterikatan mereka atau intensitas perasaan mereka. Perbedaan individu dalam intensitas pengaruh berhubungan dengan kekuatan pengalaman emosional. Orang yang intens secara afektif sangat dipengaruhi oleh emosi bahagia dan negatif, dan ketika mereka sedih, mereka benar-benar sedih. Ketika Anda bahagia, Anda benar-benar bahagia.⁴⁵

c. Macam Afeksi

1) Afeksi Positif

Afeksi yang positif adalah kasih sayang yang puas. Pengaruh positif adalah suasana hati atau emosi yang cukup bertahan lama yang lebih mungkin dipengaruhi oleh situasi yang menyenangkan.

Sikap menyenangkan individu dalam kelompok kerja menarik bagi orang lain. Semakin besar dampak menguntungkan bagi individu dalam kelompok kerja, semakin kuat keterikatan ini dikembangkan. Kepercayaan diri, optimisme, dan kepercayaan diri sering dikaitkan dengan pengaruh positif, seperti mudah menyukai dan beradaptasi dengan orang lain, aktif, energik, dan prososial, memiliki kekebalan dan kesehatan tubuh yang baik, berhasil mengatasi rintangan dan stres, dan menjadi

⁴⁴ Purboyo, dkk., *Perilaku Konsumen (Tinjauan Kosontual Dan Praktis)*, (Bandung: Media Sains Indonesia, 2021), hal. 107

⁴⁵ Alexander Thian, *Perilaku Organisasi*, (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2021), hal. 44

inovatif dan fleksibel.⁴⁶ Positive effect levels tend to peak in the late morning, around 10:00 a.m. until noon, and then remain at that level until early in the evening, about 19:00 p.m. Positive effect tends to decline about 12 hours after waking up and increases again after dawn.

2) Afeksi Negatif

Afeksi yang tidak menyenangkan disebut sebagai pengaruh negatif. Item dapat menimbulkan berbagai sentimen dan tingkat keterikatan pada seseorang. Kemarahan, rasa malu, dan kecemasan adalah perasaan umum dari penderitaan dan ketidaknyamanan subjektif.

Afeksi negatif datang sebagai akibat dari manajemen stres yang tidak memadai. Individu yang memiliki tingkat afek negatif yang tinggi memiliki persepsi yang buruk terhadap diri dan lingkungannya.⁴⁷ Pola biasa untuk dampak negatif tumbuh sepanjang hari, dengan level rendah di pagi hari dan level tinggi di sore hari.

d. Dampak Kekurangan

Afeksi memiliki bagian penting dalam perkembangan anak. Akan ada pengaruh negatif jika ada defisit dalam kapasitas untuk mempengaruhi. Pertama, perkembangan fisik terhambat, yang dapat

⁴⁶ Silviandari, dkk., "Pengaruh Iklim Organisasional, Afek Positif Spiral Dalam Kelompok Kerja, Dan Spiritualitas Kerja Terhadap Komitmen Kerja Karyawan Rektorat Universitas Brawijaya", *Manasa-old*, Vol. 2 No. 1, Juni 2013, hal. 21

⁴⁷ Yoseanto, dkk., "Afeksi Negatif Sebagai Mediator Antara Keadilan Organisasi Dengan Perilaku Kerja Kontraproduktif-Organisasi", *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, Vol. 2 No. 2, Oktober 2018, hal. 783

menyebabkan depresi pada anak. Akibatnya, terjadi hambatan sekresi (pelepasan hormon hipofisis), yaitu hormon yang mengatur metabolisme, pertumbuhan, dan perkembangan tubuh. Kedua, gagap atau mengalami masalah bicara. Ketiga, sulit berkonsentrasi. Keempat, sulit untuk mendapatkan kenalan baru karena orang yang agresif sering dicirikan sebagai anak muda yang nakal. Kelima, kurangnya minat untuk bergaul dengan teman lain, ego yang besar, dan penarikan diri yang sangat ekstrim sehingga menyebabkan penyakit mental.⁴⁸

e. Indikator Kemampuan Afeksi

1) Receiving (penerimaan)

Kesiapan untuk memperhatikan fenomena lingkungan. Misalnya dengan cermat mendengarkan orang lain dan menghafal nama seseorang yang baru dikenalnya. Dalam pendidikan, bentuknya ada pada perolehan, pemeliharaan, dan pengarahannya. Adalah tanggung jawab pendidik untuk mengarahkan perhatian siswa pada kejadian-kejadian yang menjadi subyek pembelajaran emosional. Siswa adalah indikator: bertanya, memilih, menjelaskan, mengikuti, menyediakan, mengidentifikasi, menyebutkan, menunjukkan, memilih, mengulang, dan memanfaatkan.

⁴⁸ Masykuroh, dkk., (2019). Metode Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Dini, (Tasikmalaya: EDU PUBLISHER, 2019), hlm. 155

2) **Responding (tanggapan)**

Bagikan reaksi Anda terhadap fenomena lingkungan yang ada. Persetujuan, kesediaan, dan kebahagiaan dalam memberikan balasan semua termasuk. Siswa pada tingkat ini tidak hanya memperhatikan tetapi juga menanggapi kejadian yang tidak biasa. Hasil belajar domain ini meliputi memperoleh tanggapan, keinginan untuk menawarkan tanggapan, atau kesenangan dalam menyampaikan tanggapan. Berpartisipasi di kelas, misalnya mengajukan pertanyaan tentang ide, model, dan sebagainya untuk memperoleh pemahaman dan menerapkannya. Indikatornya yaitu: menanggapi, membantu, berbicara, menghormati, melakukan, mengerjakan, membaca, memberi, mengingat, melaporkan, memilih, menceritakan, dan menulis. Minat, yang menekankan pengejaran hasil dan kesenangan dalam aktivitas tertentu, mendapat peringkat tinggi dalam kategori ini. Misalnya, pertimbangkan kegembiraan membaca buku akuntansi. Dalam situasi ini, tujuan pendidik adalah berusaha agar siswa menyukai belajar Akuntansi.

3) **Valuing (penghargaan)**

Harga atau nilai yang diberikan pada suatu objek, kejadian, atau tindakan. Misalnya peka terhadap perbedaan individu dan budaya, menunjukkan kemampuan memecahkan masalah, dan menunjukkan dedikasi. Internalisasi seperangkat nilai tertentu yang ditampilkan dalam perilaku digunakan untuk menilai siswa. Siswa

adalah indikator: melengkapi, mendeskripsikan, membedakan, menjelaskan, mengikuti, membentuk, mengajak, menggabungkan, mengusulkan, membaca, melaporkan, memilih, mengerjakan, berpartisipasi, dan belajar. Evaluasi ini dicirikan sebagai sikap dalam tujuan pembelajaran.

4) Organization (pengorganisasian)

Terlibat dengan mengintegrasikan nilai-nilai yang berbeda, menyelesaikan perbedaan pendapat, dan membangun sistem nilai yang kohesif. Menyadari perlunya keseimbangan kebebasan dan tanggung jawab, misalnya menelaraskan tuntutan perusahaan, keluarga, dan diri sendiri. Siswa adalah indikatornya: mereka mengubah, mengatur, menggabungkan, membandingkan, menyelesaikan, mempertahankan, menjelaskan, merumuskan, menggeneralisasi, mengidentifikasi, mengintegrasikan, memodifikasi, mengatur, mempersiapkan, menghubungkan, dan mensintesis.

5) Characterization by a Value or Value Complex (karakterisasi berdasarkan nilai-nilai)

Terhubung dengan memiliki sistem nilai yang memandu perilakunya dan menjadikannya bagian dari cara hidupnya. Contohnya menunjukkan kemandirian saat bekerja sendiri, kerja sama dalam kegiatan kelompok, objektivitas dalam pemecahan masalah, dan menghargai individu berdasarkan apa yang mereka katakan daripada siapa mereka. Siswa adalah indikator:

menerapkan, menyarankan, memamerkan, mempengaruhi, mendengarkan, mengubah, mendemonstrasikan, bertanya, memecahkan, dan memanfaatkan.

3. Teknik Assertive training

a. Pengertian

Asertivitas adalah kapasitas individu untuk mengatakan sesuatu yang dipikirkan dan diinginkan tetapi tetap menghormati perasaan dan hak orang lain.⁴⁹ Menurut Alberti dan Emmons, asertivitas adalah penilaian diri yang konstruktif dibuat dengan mempertimbangkan orang lain dengan tidak mengecewakan dan tetap menghargai guna meningkatkan kualitas diri individu dan hubungan interpersonal dengan orang lain.⁵⁰ Individu harus jujur tentang perasaan mereka dalam keadaan ini, tanpa tujuan memanfaatkan atau melukai orang lain.

Pelatihan asertif adalah teknik yang digunakan untuk mengajari mereka yang kesulitan mengekspresikan diri apa yang benar dan pantas. Pelatihan asertif dapat digunakan untuk membantu mereka yang mengalami kesulitan mengatakan 'tidak', mengungkapkan perasaan tersinggung, dan mengartikulasikan penolakan dan hal-hal baik lainnya.⁵¹

⁴⁹ Hetti Rahmawati, *Modifikasi Perilaku Manusia*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2009), hal.63

⁵⁰ Mitra Oktavisa A dan Olievia Prabandini M, “Pelatihan Asertif Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Anggota HIMA (Himpunan Mahasiswa) Prodi Psikologi FIP UNESA”, *Character*, Vol. 2 No. 1, 2013

⁵¹ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Pers, 2005), hal. 118

Ketika individu mengalami kesulitan menerima kenyataan atau mengklaim bahwa apa yang mereka lakukan adalah tepat dan benar, pelatihan asertif dapat digunakan dalam interaksi interpersonal.⁵²

Pelatihan asertif adalah teknik yang membantu orang mengekspresikan pemikiran mereka melalui instruksi, saran, dan praktik ketegasan dalam skenario yang lebih khusus. Ini dilakukan secara teratur sehingga orang dapat melakukannya dalam konteks yang lebih luas. Hal ini dimaksudkan bahwa pelatihan asertif akan membantu individu dalam mengekspresikan perasaan dan pikiran secara terbuka, dan bakat afektif individu akan meningkat.⁵³

Dapat disimpulkan bahwa pelatihan asertif adalah strategi yang dapat digunakan untuk melatih orang-orang yang mengalami kesulitan dalam mengungkapkan perasaan mereka dan tidak dapat mengartikulasikan ide-ide mereka.

Dalam hal ini individu memiliki karakteristik yang dapat dibantu dengan asertive training, yaitu:

- 1) Ketidakmampuan untuk memulai, menyambung atau mengakhiri percakapan
- 2) Kurangnya keberanian untuk menolak atau mengatakan “tidak”
- 3) Ketidakmampuan untuk mengungkapkan pertanyaan dan keinginan

⁵² Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013),“ hal. 213

⁵³ Joni Afri, dkk., “Meningkatkan Perilaku Aserif Siswa dengan Menggunakan Teknik Assertive training Pada Siswa”, *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pedidikan*, Vol. 2, No.1, Maret 2019, hal. 2

- 4) Kesulitan mengungkapkan perasaan suka dan tidak suka terhadap sesuatu
- 5) Individu yang mengalami masalah kecemasan dalam dirinya, seperti:
 - a) Takut ditinggalkan
 - b) Merasa kurang layak dalam pergaulan sosialnya.⁵⁴

Mereka yang tidak memiliki kekuatan untuk mempengaruhi diri sendiri biasanya percaya bahwa mereka memiliki kekhawatiran seperti menyakiti perasaan orang lain, tidak dicintai, dan ditinggalkan oleh orang lain. Pasif, kurang percaya diri, melankolis, merasa kalah, tidak mampu membuat penilaian, tidak mampu membuat rencana, agresif, dan antagonis adalah ciri-ciri umum.

b. Tujuan Assertive training

Pelatihan asertif berusaha untuk mengajarkan orang bagaimana bersikap asertif dan memiliki kekuatan untuk mempengaruhi orang lain, serta untuk mengatasi kecemasan dan mengembangkan kemampuan untuk jujur dengan diri sendiri dan lingkungannya untuk memperbaiki kehidupan pribadi dan sosialnya.

Pelatihan asertif dimaksudkan untuk membimbing individu dalam kemampuan mereka untuk mengekspresikan, merasakan, dan bertindak berdasarkan konsep bahwa setiap individu memiliki hak untuk mengekspresikan perasaannya secara bebas

⁵⁴ Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga*, (Bandung: CV. Alfabeta, 2011), hal. 108

dan menjadi dirinya sendiri. Pelatihan asertif juga dapat digunakan untuk membantu orang mengatasi kecemasan dan meningkatkan keterampilan interpersonal mereka.⁵⁵

Pemberian pelatihan asertif diharapkan untuk mempromosikan perilaku yang efektif pada individu untuk mencapai kualitas hidup yang lebih tinggi, serta untuk meningkatkan kemampuan individu untuk berkomunikasi dan mengekspresikan diri secara efektif dalam berbagai pengaturan sementara menghormati perasaan orang lain.

Pemberian pelatihan asertif berdampak pada pengembangan bakat individu dalam mengambil sikap di segala lingkungan sosial, serta memperbaiki masalah yang mungkin dilakukan untuk menghindari masalah yang akan datang.

Menurut Corey tujuan asertive training yaitu sebagai berikut:

- 1) Memberi bantuan pada individu yang sulit untuk menyampaikan perasaannya.
- 2) Memberikan bantuan pada individu yang selalu berfikir untuk mendahulukan orang lain dalam melakukan apapun.
- 3) Memberikan bantuan pada individu yang merasa sulit untuk menolak dengan mengatakan “tidak”.

⁵⁵ Dwi Putri A dan Titin Indah P, “Penerapan Teknik Latihan Asertif Dengan Bermain Peran Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Pada Siswa Kelas VII G di SMP Negeri 1 Panarukan Situbondo”, Jurnal BK UNESA, Vol. 7 No. 3, 2017, hal. 23-31

- 4) Memberikan bantuan pada individu yang merasa sulit untuk pengungkapan perasaan serta respon positif lainnya
- 5) Memberikan bantuan pada individu yang merasa tidak mempunyai hak dalam pikiran dan perasaannya sendiri.⁵⁶

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tujuan dari latihan asertif adalah untuk mendukung individu yang berjuang dalam berperilaku asertifi dan mendorong individu untuk mengomunikasikan perasaan dan pendapat mereka dengan cara lebih terbuka dan nyaman sehingga mereka merasa memiliki hak serta percaya diri.

c. Prosedur Dasar dalam Pemberian Assertive training

Prosedur dasar dalam pemberian assertive training yaitu:

- 1) Memberikan informasi terkait perbedaan antara asertif, agresif, non asertif, dan sopan.
- 2) Membantu individu dalam mengidentifikasi hak-hak pribadi pada dirinya dan orang lain
- 3) Pemikiran dan perilaku yang menghambat aktualisasi sikap asertif
- 4) Mengembangkan perilaku asertif secara langsung melalui praktek-praktek dalam pelatihan

Bentuk pelatihan asertif ini digunakan untuk mengurangi kecemasan terkait dengan pengaturan sosial dan interpersonal. Hasil wawancara memengaruhi pilihan untuk mengelola latihan yang

⁵⁶ Gerald Corey, Teori dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2003) hal. 217

kuat ini. Konselor mempelajari bagaimana konseli berinteraksi dengan lingkungannya, pola interaksi, dan tingkat kecemasannya dengan mendengarkannya.

Terdapat 3 tahapan dalam Assertive training, yaitu:

1) **Role playing**

Pada tingkat ini, baik konseli maupun konselor memerankan skenario. Aktng peran ini dirancang untuk mengajari konseli bagaimana bertindak dalam berbagai skenario. Misalnya, apakah konseli mampu berbicara dan mengkomunikasikan apa yang disukainya saat berinteraksi dengan seseorang? Pada tahap ini, konseli berperan sebagai dirinya sendiri, dan konselor berperan sebagai seseorang yang diberi jawaban konseli.

2) **Modeling**

Pada tahap pemodelan, praktisi menyajikan contoh perilaku saat konseli berinteraksi dengan orang lain. Konseli kemudian diharapkan mampu meniru tindakan praktisi.

3) **Social reward & coaching**

Pada titik ini, konselor boleh berkomentar dan menanggapi apa yang dilakukan konseli. Ini adalah aspek kunci dalam memberikan pelatihan asertif. Konselor tidak hanya memberikan komentar dan saran kepada konseli untuk membantunya memperbaiki perilakunya, tetapi dia juga memberikan umpan balik dan dorongan kepada konseli untuk membantunya meningkatkan tingkat ketegasannya.

d. Langkah-Langkah Teknik Assertive training

Assertive training terdiri dari beberapa langkah yaitu sebagai berikut:

- 1) Konselor dan konseli bekerja sama untuk menciptakan kondisi yang membuat konseli sulit mengekspresikan perilaku agresif. Skenario harus dinyatakan dengan cukup detail agar konseli dapat menggambarkan dan menjelaskan seperti apa kenyataannya.
- 2) Dalam situasi bermain peran, konselor dan konseli sama-sama memainkan perannya masing-masing. Konselor memberikan umpan balik dan penguatan positif kepada konseli, terutama dalam hal pengekspresian mimik wajah, postur tubuh, nada bicara, kontak mata, dan sebagainya. Pemodelan juga disediakan pada saat ini.
- 3) Selain itu, konseli berusaha mempraktekkan perilaku yang dilatih dalam situasi biasa dengan konselor memberikan tugas rumah sebagai tujuan mencapai perilaku yang harus dipenuhi.
- 4) Dalam pertemuan berikutnya, temuan konseli direview dan didiskusikan kembali.

e. Kelebihan

- 1) Pelaksanaan konseling dengan teknik assertive training tergolong cukup mudah
- 2) Penggunaannya dapat dipasangkan dengan beberapa bentuk latihan, seperti relaksasi. Jika individu tersebut kelelahan dan bosan dengan pelatihan, hal ini dapat dilakukan untuk meremajakan individu tersebut. Selain itu, pelatihan ini dapat diintegrasikan dengan

pendekatan pemodelan. Seperti contoh, penerapan langsung berupa perilaku yang dicontohkan konselor kepada konseli.

- 3) Instruksi ini berpotensi untuk segera mempengaruhi perilaku dan sikap individu.
- 4) Selain digunakan secara individual, strategi pengajaran agresif ini juga dapat digunakan dalam pengaturan kelompok. Diyakini bahwa dengan melakukan latihan ini, individu akan mampu mengatasi kegugupannya dan berpikir jujur tentang akibat dari tindakannya, memungkinkan dia untuk menggunakan perilaku ini dalam keadaan kehidupan nyata.

f. Kekurangan

- 1) Dibutuhkan waktu yang tidak singkat saat melakukan pelatihan tersebut dikarenakan kemampuan tiap individu berbeda-beda.
- 2) Jika konselor kurang mampu mengkombinasikan bersama teknik lain, maka akan mengakibatkan konseli menjadi bosan yang berdampak pada konseli yang malas untuk berlatih karena merasa jenuh dan mengakibatkan waktu lama dalam penerapan.⁵⁷

4. Buku Eksplorasi sebagai Media Konseling

Konselor seringkali membutuhkan instrumen yang berfungsi sebagai cara mengkomunikasikan pesan kepada konseli selama proses konseling. Teknik-teknik ini dapat membantu merangsang gagasan, perasaan, dan

⁵⁷ Defriyanto dan Siti Masitoh, “Pengaruh Assertive training Terhadap konsep Diri Pada Peserta Didik Kelas X di SMK N 5 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016”, Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 3 No. 1, 2016, hal. 79-96

pengambilan keputusan konseli, memungkinkan mereka membuat pilihan yang lebih baik.⁵⁸ Konselor harus kreatif dalam menggunakan media konseling sehingga konseli terlibat dalam proses konseling, dan pendekatan kreatif ini dapat menghasilkan terapi yang berhasil. Terdapat beberapa jenis media yang ada pada konseling antara lain: media cetak, audio, visual, audio visual, berbasis komputer bahkan media berbasis manusia.

Dalam penelitian ini peneliti menghasilkan suatu media untuk konseling berupa buku eksplorasi yang terinspirasi pada pengalaman Edgar Dale dengan membenamkan seseorang dalam pengalaman langsung akan memberikan dampak yang baik pada berjalannya suatu media konseling.⁵⁹ Sehingga, buku eksplorasi ini diproyeksikan secara langsung guna mengikutsertakan konseli melalui proses identifikasi, investigasi, dan demonstrasi

Bagian lebih lanjut dari buku percobaan ini akan mencakup tahapan strategi pelatihan agresif yang akan dipadukan dengan ciri-ciri emotif. Alhasil, tujuan buku ini adalah untuk mengembangkan kemampuan memengaruhi korban bullying melalui strategi pelatihan asertif yang dijelaskan dalam buku eksplorasi.

Buku eksplorasi ini nantinya akan berjudul Akulah Nahkodanya dengan berisi 3 bab yang akan diuraikan sebagai berikut:

a) Bab 1 Pendahuluan

Buku ini nantinya berisikan tiga bab. Bab 1 sebagai pendahuluan akan mengantarkan konseli pada

⁵⁸ Hardi Prasetiawan, "Media Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling", The 5th Urecol Proceeding, February 2017, hal. 1259.

⁵⁹ Fajar Setiawan, "Pengembangan Media Delima (Denah Lingkungan Rumah) Pada Subtema Bermain Di Lingkungan Rumah Untuk Sekolah Dasar," *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar (Jp2sd)*, Vol 7 No 2, 2019, hal. 154

penjelasan mengenai bullying, macam, dan dampaknya. Sebagai pengantar agar konseli lebih memahami apa itu bullying. Sebelum memasuki penjelasan terkait bullying, pembaca akan menemukan bagian atau beberapa halaman dengan bacaan interaktif mengenai pengalaman atau sebuah peristiwa yang mengarah pada bullying. Hal ini bertujuan agar pembaca mengenali dahulu bagaimana tindakan bullying agar pembaca lebih mudah memahami penjelasan mengenai apa itu bullying, macam, serta dampak dari bullying.

b) Bab 2 Pelaksanaan

Pada bab 2 yaitu pelaksanaan, akan dilakukan teknik assertive training yang bertujuan untuk melatih sikap asertif dan meningkatkan kemampuan afeksi konseli. Bab ini didesain sebagaimana tiga tahapan assertive training yaitu role playing, modelling, serta social reward & coaching. Penulis juga menambahkan beberapa bagian untuk mendapatkan feedback dari konseli setiap menyelesaikan satu tahapan assertive training.

Memasuki tahap awal dalam assertive training yaitu role playing yang diberi judul “bermain peran” dalam buku eksplorasi ini agar memudahkan konseli memahami maksud dari setiap tahapan yang akan dilakukan. Pada halaman awal tahap ini akan dijelaskan secara singkat melalui sudut pandang pembaca. Sedangkan untuk sudut pandang praktisi atau pendamping, dijelaskan dalam lembar panduan. Setelah itu konseli akan diarahkan untuk menulis bagaimana perasaan konseli saat mengingat kejadian tersebut ketika bermain peran. Konseli juga diarahkan menuliskan keinginan atau harapannya ketika ia sedang dibully.

Tahap kedua yaitu modelling. Penulis menggunakan modelling symbolic atau memberikan sebuah contoh tetapi tidak secara langsung. Penulis mengangkat sebuah kisah dari salah satu korban bullying yang mengambil tindakan dalam usaha untuk menghentikan bullying. Hal ini diharapkan setelah membaca kisah tersebut, konseli bisa mengambil sikap seperti yang dilakukan oleh tokoh dalam kisah tersebut. Dalam bagian ini, tahapan tersebut diberi judul “sebuah kisah” dalam buku “Akulah Nahkodanya”. Lembaran berikutnya penulis memberikan “*tips n’ tricks*” untuk menghentikan bullying saat menjadi korban atau saat menjadi saksi (melihat) bullying.

Tahap terakhir dalam assertive training yaitu social reward & coaching. Disini penulis memberikan pesan tersirat mengenai individu yang memiliki kendali penuh atas dirinya dan bukan orang lain. Maksud dari pesan tersebut ialah jika ada yang membully maka seseorang tersebut punya hak penuh untuk menolak dan menghentikan bullying tersebut. Tahap ini diberi judul “kapal yang berlayar” dengan subjudul eksplorasi “inilah aku, sang nahkoda”. Pada tahap ini, praktisi atau pendamping akan mengambil peran lebih banyak untuk memberikan feedback atas dua tahapan yang telah dilalui konseli dan memberikan apresiasi serta memberikan coaching dengan tujuan memberikan dorongan agar konseli memperoleh kemajuan tingkat asertifnya. Lembaran berikutnya berisikan beberapa hal yang perlu diisi konseli sebagai eksplorasi diri singkat. Diharapkan konseli mampu mengenali dirinya dan dengan itu dapat meningkatkan kemampuan afeksinya.

c) Bab 3 Penutup

Pada bab 3 penutup, berisi evaluasi untuk menguatkan apa yang sudah konseli dapatkan saat proses konseling berlangsung. Lembar berikutnya

sebagai akhir terdapat jargon dari penulis yang bertujuan untuk membangun semangat dan keberanian konseli bahwa bullying bisa terjadi pada semua orang dan yang mampu menghentikannya juga semua orang. Praktisi atau pendamping diharapkan mampu mendorong konseli agar dengan tegas menolak bullying.

B. Orisinalitas dan Positioning Karya

Sub-bab ini mencakup penelitian sebelumnya dan karya lain yang terkait dengan penelitian ini.

1. Konseling Untuk Mengatasi Permasalahan Afeksi Antara Anak Keterbatasan Intelektual Dengan Significant Others

Rizqa Sabrina Badjarad melakukan penelitian pada tahun 2021 dan menjelaskan bahwa penelitian tersebut berhasil karena nilai pretest kelompok eksperimen dan kontrol berada pada kategori rendah. Kelompok eksperimen meningkat menjadi kategori tinggi setelah menggunakan strategi latihan agresif, sedangkan kelompok kontrol tetap berada pada kategori rendah.⁶⁰

2. Teknik Assertive training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa

Pada tahun 2021, Sri Ratnasari dan Andi Agustan Arifin melakukan penelitian. Berdasarkan temuan penelitian tentang penerapan bimbingan kelompok dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan interaksi sosial siswa SMA Negeri 3 Morotai, tingkat interaksi sosial siswa SMA Negeri 3 Morotai tergolong rendah berdasarkan pre-

⁶⁰ Rizqa Sabrina Badjarad, “Konseling Untuk Mengatasi Permasalahan Afeksi Antara Anak Keterbatasan Intelektual Dengan Significant Others”, Nosipakabelo: Jurnal Bimbingan Konseling, Vol. 2 No. 1, Juli 2021

test. hasil untuk kelompok eksperimen dan kontrol. Namun demikian, setelah diperlakukan dengan pendekatan pelatihan yang agresif, kelompok eksperimen bergerak dari kategori interaksi sosial siswa rendah ke kategori tinggi, sedangkan kelompok kontrol tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan atau tetap pada kategori rendah.⁶¹

3. Pelatihan Asertif “Speak Your Mind” untuk Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Rantau di Universitas Muhammadiyah Malang

Pada penelitian ini, Leny Indriani sebagai peneliti membuat modul bernama “Speak Your Mind” untuk membantu mahasiswa internasional meningkatkan keterampilan penyesuaian sosialnya di Universitas Muhammadiyah Malang, dan dalam penelitian ini terdapat evaluasi mengenai penyampaian materi yang kurang detail dan kapan pelaksanaannya tampak monoton. Karena peneliti dalam penelitian ini hanya fokus pada pelaksanaan pelatihan asertif dan bukan pada modul atau penyesuaian modul. Hasilnya, desain modul terkesan standar. Dengan bantuan penilaian dalam penelitian ini, saya mengubah modul ini menjadi buku eksplorasi yang tidak hanya mencakup fase pelatihan asertif tetapi juga memungkinkan eksplorasi dan penemuan. Hasilnya, konseli akan lebih aktif dan tidak bosan saat mengikuti sesi konseling.⁶²

⁶¹ Sri Ratnasari dan Andi Agustan Arifin, “Teknik Assertive training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa”, *KONSELING: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, Vol. 2 No.2, Januari 2021

⁶² Leny Indriani, “Pelatihan Asertif “Speak Your Mind” untuk Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Rantau di Universitas Muhammadiyah Malang”, Skripsi Universitas Muhammadiyah Malang, 2018

4. Buku Panduan Melawan Bullying

Merupakan sebuah buku yang ditulis oleh Sudah Dong yang merupakan komunitas antibullying yang berbasis media sosial dibawah founder Katyana Wardhana yang mendapatkan rating top 4 dalam Academia Edu sebagai situs jejaring sosial bagi akademisi guna berbagi karya ilmiah, dalam buku ini berisikan penjelasan mengenai bullying, bahaya bullying, dan hukuman bullying. Dalam buku ini juga memberikan edukasi untuk pencegahan bullying bagi korban, saksi, orangtua, dan pendidik, serta pesan untuk bersama melawan bullying. Dari buku ini saya selaku peneliti mengembangkan buku eksplorasi yang di dalamnya juga berisi beberapa penjelasan terkait bullying dan cara menghentikan bullying baik bagi korban atau bagi saksi.

C. Perspektif Islam

Dalam islam, larangan bullying tertulis dalam qur'an surah Al Hujurat ayat 11 yang berbunyi

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ﴿١١﴾

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olokkan itu) lebih baik daripada mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olok) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diolok-olok itu) lebih baik daripada perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela dan saling memanggil dengan julukan yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) fasik⁶⁹⁹ setelah

beriman. Siapa yang tidak bertobat, mereka itulah orang-orang zalim.”⁶³ (QS. Al Hujurat 49:11)

Dalam ayat ini, Allah memperingatkan orang-orang beriman agar tidak mengolok-olok orang lain karena orang yang diolok-olok mungkin jauh lebih terhormat dan terhormat daripada orang yang mencemoohnya. Begitu pula di kalangan wanita, tidak boleh ada sekelompok wanita yang mengolok-olok wanita lain karena yang diolok-olok itu lebih baik dan lebih mulia di sisi Allah daripada yang mengolok-oloknya. Allah mencegah orang beriman untuk mengkritik bangsanya sendiri karena orang beriman harus dipandang sebagai satu tubuh yang dihubungkan oleh kesatuan dan persatuan.

Dengan dilarangnya penindasan atau bullying, Islam juga memberikan solusi untuk menghadapi bullying tersebut. Dalam Qur'an surah An Nisa ayat 99-94 berbunyi

إِنَّ الَّذِينَ تَوَفَّيْتُمْ مَلَائِكَةُ ظَالِمِي أَنفُسِهِمْ قَالُوا فِيمَ كُنْتُمْ قَالُوا كُنَّا مُسْتَضْعَفِينَ فِي
الْأَرْضِ قَالُوا أَلَمْ تَكُنْ أَرْضَ اللَّهِ وَاسِعَةً فَتُهَاجِرُوا فِيهَا قَالُوا لِيكَ مَاؤُمُكُمْ جَهَنَّمَ
وَسَاءَتْ مَصِيرًا ﴿٩٧﴾ إِلَّا الْمُسْتَضْعَفِينَ مِنَ الرِّجَالِ وَالنِّسَاءِ وَالْوِلْدَانَ لَا
يَسْتَطِيعُونَ حِيلَةً وَلَا يَهْتَدُونَ سَبِيلًا ﴿٩٨﴾ قَالُوا لَيْسَ اللَّهُ أَنْ يَعْفُو عَنْهُمْ
وَكَانَ اللَّهُ عَفُورًا غَفُورًا ﴿٩٩﴾

Artinya: “Sesungguhnya orang-orang yang dicabut nyawanya oleh malaikat dalam keadaan menzalimi dirinya, mereka (malaikat) bertanya, “Bagaimana kamu ini?” Mereka menjawab, “Kami adalah orang-orang yang tertindas di bumi (Makkah).” Mereka (malaikat) bertanya, “Bukankah bumi Allah itu luas sehingga kamu dapat berhijrah di sana?” Maka, tempat mereka itu (neraka) Jahanam dan itu seburuk-buruk tempat kembali. Kecuali, mereka yang tertindas dari (kalangan) laki-laki, perempuan, dan anak-anak yang tidak berdaya dan tidak mengetahui jalan (untuk berhijrah). Mereka

⁶³ Departemen Agama Republik Indonesia, Al-Quraan dan Terjemahnya, (Surabaya: Mahkota, 1989), hal. 847

itu, mudah-mudahan Allah memaafkannya. Allah Maha Pemaaf lagi Maha Pengampun.”⁶⁴ (QS. An Nisa 4:97-99)

Ayat tersebut menunjukkan bahwa seseorang yang ditindas tidaklah bersikap diam saja dan menerima penindasan tersebut. Jika tidak mampu menghentikan bullying sebaiknya menghindari dengan cara apapun yang bisa dilakukan seperti berbaur dengan beberapa teman.

Anjuran untuk melawan penindasan didukung dengan firman Allah SWT dalam qur'an surah Az Zariyat ayat 54-55 yang berbunyi

﴿٥٤﴾ وَذَكِّرْ فَإِنَّ الذِّكْرَى تَنْفَعُ الْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٥﴾

Artinya: “Berpalinglah dari mereka, maka engkau sama sekali bukan orang yang tercela. Teruslah memberi peringatan karena sesungguhnya peringatan itu bermanfaat bagi orang-orang mukmin.”⁶⁵ (QS. Adz Dzariyat 51:55-55)

Dalam ayat ini dapat diambil makna bahwa berpaling atau menghindar dari penindasan bukanlah hal yang buruk dan alangkah lebih baik jika memberi nasihat kepada pelaku bullying bahwa tindakan tersebut merupakan tindakan tercela.

Allah SWT telah mengingatkan bahwa jika menuruti apa yang diperintahkan pelaku penindasan maka ia akan menjadi orang yang merugi. Qur'an surah Ali Imran ayat 149 berbunyi

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَنْ نُطِيعُوا الَّذِينَ كَفَرُوا يَرُدُّوكُمْ عَلَىٰ أَعْقَابِكُمْ فَانْقَلِبُوا

UIN ST AMPFI ﴿١٤٩﴾ خُسْرَيْنَ

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, jika kamu menaati orang-orang yang kafur, niscaya mereka akan

⁶⁴ Departemen Agama Republik Indonesia, Al-Quraan dan Terjemahnya, hal. 137

⁶⁵ Departemen Agama Republik Indonesia, Al-Quraan dan Terjemahnya, hal. 862

mengembalikan kamu ke belakang (murtad). Akibatnya, kamu akan kembali dalam keadaan merugi.”⁶⁶ (QS. Ali Imran 3:149)

Dari ayat-ayat tersebut dapat disimpulkan bahwa manusia punya kekuatan untuk melawan ketidakadilan. Islam memang menganjurkan untuk bersabar, tetapi tidak menganjurkan diam saja saat ditindas. Maka jika tidak bisa melawan sebaiknya menghindar. Lebih baik lagi jika mengungkapkan ketidaksenangan atas penindasan tersebut dan memberi nasihat bahwa penindasan adalah tindakan tercela yang tidak disukai oleh Allah SWT.

D. Profil Produk

Produk yang akan peneliti buat adalah buku yang memuat tahapan tata cara bermain peran yang bertujuan untuk mengembangkan kematangan emosi pada remaja awal. Lebih jauh lagi, buku eksploratif ini dapat digunakan sebagai media atau instrumen konseling untuk menyampaikan pesan kepada konseli di kemudian hari. Teknik-teknik ini dapat membantu merangsang gagasan, perasaan, dan pengambilan keputusan konseli, memungkinkan mereka membuat pilihan yang lebih baik. Agar konseli terlibat dalam proses konseling, konselor harus menerapkan kreativitasnya dalam menggunakan media konseling. Keberhasilan konseling dapat dihasilkan melalui proses kreatif ini. Peneliti akan memaparkan analisis tentang kekuatan, kekurangan, peluang, dan bahaya produk yang akan peneliti hasilkan pada sub bab ini. Berikut uraiannya:

1. Kekuatan

- a. Buku eksplorasi didesain dalam bentuk A5 agar fleksibel dapat dibawa kemana-mana.
- b. Terdapat banyak ilustrasi di dalam buku ini dan penjelasan disertai dengan gambar sehingga konseli dapat lebih mudah memahami isi bacaan

⁶⁶ Departemen Agama Republik Indonesia, Al-Quraan dan Terjemahnya, hal.

- c. Memiliki tujuan yang jelas yakni membangun meningkatkan kemampuan afeksi dan isi buku bermanfaat

2. Kelemahan

- a. Buku eksplorasi ini memerlukan pendamping saat menggunakannya.
- b. Tidak bisa digunakan secara berulang walaupun menggunakan kertas buffalo kecuali konseli mengisinya dengan pensil. Karena konseli mengisi buku eksplorasi tersebut sesuai kondisinya.

3. Peluang

- a. Tidak banyak buku untuk meningkatkan afeksi sehingga buku ini berpeluang untuk dibeli.
- b. Banyak orang tua menginginkan anaknya untuk dapat tumbuh dan berkembang dengan baik secara psikologis dengan memiliki kemampuan afeksi yang baik. Sehingga buku ini dapat menjadi incaran.

4. Ancaman

Ketika memasuki tahap role playing dalam bermain peran dan konselor belum bisa membangun raport di awal, konseli akan sedikit takut dan kemungkinan mengurangi atau menambahkan cerita.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

DESAIN DAN PENGEMBANGAN PRODUK

A. Pemilihan Media dan Sasaran Media

Buku eksplorasi ini dikembangkan dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan afeksi pada korban bullying. Mayoritas korban bullying merasakan dampak negative dari apa yang telah dilalui. Dampak paling panjang ialah trauma yang akan dibawa sepanjang pertumbuhannya. Dengan ini kemampuan afeksi pada individu akan berkurang sebab ketakutan yang membatasinya dan akan mempengaruhi afektifnya. Fenomena tersebut dapat dibuktikan dari cuitan akun @dijualke yang menuliskan, “Sebenarnya intensitas seseorang dalam mendapatkan afeksi selama masa perkembangan itu mempengaruhi kemampuan afektifnya ketika dewasa ga sih?”.⁶⁷

Cuitan lain dari akun @noturariesboo yang menuliskan “Pernah ga ngerasa muak banget sama hidup sampe ngerasa kayak kehilangan kemampuan buat ngasih afeksi?”.⁶⁸ Cuitan tersebut mendapat balasan yang berujung simpati dari orang-orang menanyakan keadaan pemilik akun tersebut.

Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan afeksi akan mempengaruhi afektif individu hingga masa pertumbuhannya. Sedangkan kemampuan afeksi dipengaruhi oleh lingkungan sekitar yang bisa mendukung atau bahkan menjadi penyebab tidak memiliki kemampuan afeksi itu sendiri. Salah satu faktor lain yang membuat peneliti ingin mengembangkan media ini karena peneliti ingin memberikan sesuatu yang berbeda untuk meningkatkan

⁶⁷ Saleto Orsic, dikutip dari <https://twitter.com/dijualke/status/1534978864819994624?t=3SykHpKk0F58i5e-ULfjw&s=09>, pada 20 maret 2023

⁶⁸ Kia, dikutip dari https://twitter.com/noturariesboo/status/1428997502158602246?t=xULBuo-LO_pLpPuSCn3VEA&s=09, diakses pada 20 maret 2023

kemampuan afeksi pada korban bullying yaitu dengan konseli tersebut mengenali dan memahami betul bagaimana tindak bullying dan cara menghentikannya. Konseli akan mengeksplorasi dirinya agar lebih percaya diri dan berani menghentikan tindak bullying tersebut. Diharapkan buku eksplorasi ini dapat membantu korban bullying untuk meningkatkan kemampuannya.

B. Tahapan Produksi

Peneliti menggunakan teknik penelitian dan pengembangan dalam penelitian ini, yang disebut juga penelitian dan pengembangan, yaitu metode penelitian yang menciptakan materi pendidikan melalui serangkaian penelitian dengan menggunakan beberapa metodologi dalam satu runtutan yang melalui segenap tahapan. Menurut Prof. Dr. Nana Syaodih Sukmadinata, penelitian dan pengembangan merupakan rangkaian proses yang dapat dipertanggungjawabkan untuk menghasilkan barang baru atau menyempurnakan barang yang sudah ada. Sementara itu, Prof. Dr. Sugiono menjelaskan bahwa teknik Research and Development merupakan pendekatan penelitian yang digunakan untuk menghasilkan item-item tertentu dan memverifikasi kinerjanya.⁶⁹ Menurut beberapa sudut pandang tersebut, penelitian dan pengembangan merupakan suatu prosedur dalam penelitian yang menciptakan dan menghasilkan produk baru atau meningkatkan produk lama melalui beberapa tahapan.

Dalam skenario ini, peneliti melakukan penelitian dan pengembangan pada level 4 (Level 4), yang menurut Prof. Sugiyono meliputi melakukan kajian, menghasilkan produk baru, dan mengujinya. Pada penelitian ini peneliti menciptakan produk baru yang berguna sebagai media konseling berupa

⁶⁹ Dwi, Ernawati, Pengembangan Bahan Ajar Lembar Kegiatan Siswa (Lks) Dengan Pendekatan Contextual Teaching And Learning (Ctl) Siswa Kelas Viii Semester 2 Mtsn Tulungagung, (Iain Tulungagung, 2018), hal. 32

buku eksplorasi yang akan memuat strategi latihan asertif untuk meningkatkan kapasitas emosional

Menurut Prof. Sugiyono, penelitian dan pengembangan ini melalui berbagai tahapan yang dapat diringkas sebagai berikut:



1. Pra Produksi

a. Potensi dan Masalah

Tahap pertama dari penelitian dan pengembangan ini adalah mencari potensi masalah dan solusi potensial. Kemungkinan dan masalah bukanlah hal yang sama. Potensi adalah bakat atau bakat yang dapat dikembangkan dan jika dikembangkan akan memberikan nilai. Ada tiga bentuk potensi: laten, ambigu, dan nyata. Potensi yang tampak jelas tidak memerlukan penyelidikan, sedangkan potensi yang tidak jelas harus dibuktikan dengan penelitian, dan potensi yang tersembunyi harus diteliti lebih lanjut. Sedangkan masalahnya adalah keadaan yang ingin Anda ubah atau tantangan yang ingin Anda atasi. Masalah mungkin terjadi sebagai akibat dari pertanyaan "Mengapa" dan "Kenapa".⁷⁰

⁷⁰ Sugiyono, Statistik Untuk Pendidikan (Bandung: alfabeta, 2015), hal. 55-75

b. Pengumpulan Data atau Informasi

Tahap kedua R&D level 4 (penelitian dan pengujian dalam pembuatan barang baru) akan melalui 5 tahap pengumpulan data, yaitu sebagai berikut:

- 1) Tahap awal pengumpulan data adalah mengidentifikasi kesulitan-kesulitan pada objek kajian yang akan diperhitungkan saat membangun suatu produk. Bisa menggunakan prosedur kuantitatif (dengan menggunakan populasi dan sampel) atau kualitatif (dengan menggunakan informan).
- 2) Data yang diperlukan untuk menguji desain atau desain produk dikumpulkan pada langkah kedua pengumpulan data. Pada tahap ini peneliti mengumpulkan rekomendasi dan pendapat terhadap desain produk yang telah dibuat. Data yang dikumpulkan digunakan untuk memperbarui desain produk.
- 3) Data yang diperoleh dari pengujian produk pada sejumlah kecil pasien merupakan langkah ketiga pengumpulan data. Data diperiksa, dan hasilnya digunakan untuk meningkatkan produk.
- 4) Subjek studi utama diuji pada langkah keempat pengumpulan data.
- 5) Uji lapangan operasional merupakan tahap keenam pengumpulan data.

Terdapat beberapa metode dalam pengumpulan data guna mendukung penelitian, yaitu:

1) Kuesioner

Kuesioner disini dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat ahli media dan materi tentang konstruksi media konseling buku eksploratif menggunakan strategi pelatihan asertif. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini dibuat oleh para peneliti dan didasarkan pada lima

penanda kapasitas emosional. Telah lulus uji validitas dan berisi alternatif pilihan 4: sangat setuju, 3: setuju, 2: tidak setuju, dan 1: sangat tidak setuju.

2) **Observasi**

Untuk mengetahui respon konseli, peneliti menggunakan teknik observasi sebagai teknik pengumpulan data ketika mempergunakan media konseling berupa buku eksplorasi dengan teknik assertive training dan peneliti menjadi observer ketika melakukan observasi.

3) **Wawancara**

Untuk mengetahui jawaban, komentar serta gagasan informan terhadap media konseling buku eksploratif, peneliti menggunakan wawancara langsung. Digunakannya teknik pengumpulan data berupa wawancara karena peneliti ingin mengetahui langsung respon dari pengguna produk baik kelebihan maupun kekurangan produk.

2. **Produksi**

a. **Desain Produk**

Dalam pembuatan suatu media, tidak jarang kebanyakan masyarakat akan melihat desain terlebih dahulu. Maka dari itu desain produk disini guna menarik ketertarikan masyarakat terhadap produk yang peneliti buat. Berikut ini terdapat beberapa jenis desain produk pada penelitian research and development yakni:

- 1) original design (desain asli tanpa plagiasi)
- 2) adaptive design (pengembangan dari produk terdahulu)
- 3) redesign (melengkapi desain yang telah ada)
- 4) selection design (mengembangkan kualitas bahan dari desain sebelumnya)

5) industrial design (meningkatkan aspek visual pada desain yang telah ada)

b. Validasi Desain

Setelah terjadinya tahap desain produk, perlu dilakukannya validasi desain guna pemeriksaan terhadap kualitas barang baik berupa kekurangan maupun kelebihan produk. Validasi desain juga dapat dipahami sebagai tinjauan beralasan oleh para profesional yang memiliki pengetahuan tentang masalah yang ditangani oleh peneliti. Spesialis membuat komentar dan ide untuk produk pada tahap ini.

c. Perbaikan Desain

Dari hasil validasi desain maka akan terciptanya suatu masukan dan komentar yang digunakan sebagai referensi pada saat menyempurnakan item yang sudah diproduksi.

3. Pasca Produksi

a. Uji Coba Produk

Ketika perbaikan desain produk telah terlaksana, selanjutnya akan dilakukannya pengujian produk. Peneliti bertugas memperkenalkan serta menguji item yang mereka buat. Langkah berikutnya adalah melangsungkan uji coba pada konseli untuk mengumpulkan data tentang pemenuhan butir-butir yang dibuat.

b. Revisi Produk

Mengevaluasi produk dengan tujuan memperbaiki kekurangan berdasarkan umpan balik subjek yang terbatas dengan tujuan meningkatkan produk dan mengurangi potensi kesulitan. Menambahkan konten, mengoreksi ejaan kata dan mengubah tata letak merupakan contoh dari proses peningkatan produk.

c. Uji Coba Pemakaian

Langkah selanjutnya adalah mengeksekusi produk di bidang penelitian setelah diperbaiki sesuai dengan saran subjek yang terbatas.

d. Revisi Produk

Produk yang telah dikembangkan perlu direvisi kembali jika terdapat penemuan tantangan, kekurangan dan kelemahan didalamnya. Namun, jika pada tahap penggunaan uji produk telah cukup, maka dapat diproduksi secara massal pada tahap berikutnya.

e. Pembuatan Produk Massal

Produksi produk penelitian secara massal dimungkinkan jika produk telah diuji dan ada deklarasi kelayakan serta efisiensi produk yang diproduksi secara massal.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengembangan, kepraktisan, dan kemanfaatan media konseling buku eksploratif dengan pendekatan bermain peran dalam mengembangkan kematangan emosi pada remaja akan diuraikan pada Bab IV. Laporan temuan studi ini terdiri dari 7 dari 10 tahapan yang berhasil diselesaikan oleh para peneliti. Prof. Sugiyono memaparkan tahapan penelitian ini dalam bukunya yang terdiri dari potensi dan permasalahan, pengumpulan data, perancangan media, validasi media, revisi media, uji coba media, dan revisi media. Untuk merangsang perdebatan, laporan akan diberikan pada setiap tingkat pembangunan.

A. Potensi dan Masalah

Pada tahapan pertama ini peneliti ingin mengangkat permasalahan yang berkaitan dengan behaviour atau perilaku individu yang pernah menjadi korban bullying, karena permasalahan bullying masih banyak ditemui, selain itu peneliti juga mendapat laporan dari beberapa teman yang berprofesi sebagai guru perihal sikap dan perilaku murid-murid yang pasif, tertutup, dan susah untuk focus yang ternyata jika ditelisik lebih jauh anak tersebut berperilaku demikian sebab trauma karena pernah dibully sehingga ia berperilaku demikian karena takut akan dibully lagi oleh temannya. Selanjutnya peneliti melakukan penelitian mendalam dengan melakukan wawancara dan juga observasi di TPQ Al Hidayah Waru yang menjadi salah satu lokasi tempat teman peneliti mengajar dan membahas kasus terkait bullying serta solusinya. Selain itu peneliti memilih lokasi tersebut dengan pertimbangan bahwa lingkungan TPQ merupakan tempat untuk selain menimba ilmu Al Qur'an tetapi juga membangun karakter dan pribadi yang berakhlakul karimah. Ketika melakukan observasi ditemukan subjek penelitian yang sangat pasif saat kegiatan mengaji, ada juga yang berulang kali meminta afirmasi pada

Ustadz maupun Ustadzah yang bertugas, ada yang menyendiri dan akan berinteraksi seadanya, ada yang emosinya meledak-ledak hingga berteriak, dan lain sebagainya. Setelah melakukan observasi, peneliti melakukan wawancara pada significant other yakni Asatidz TPQ Al Hidayah Waru. Significant other dari konseli memvalidasi hasil observasi yang telah dilakukan, bahwasannya memang ketika kegiatan mengaji berlangsung terdapat beberapa reaksi konseli yang beragam termasuk beberapa santri yang sangat pasif. Kemudian peneliti melakukan kajian literatur dan menemukan istilah kemampuan afeksi yang diukur dari lima indikator yaitu penerimaan, tanggapan, penghargaan, pengorganisasian dan yang terakhir karakterisasi berdasarkan nilai-nilai.

Untuk membuktikan bahwa hal tersebut nyata peneliti melakukan pengumpulan data kembali dengan membuat kuesioner kemampuan afeksi dan bullying dengan lima indikator di atas dan telah diuji validitas. Kuesioner disebarakan pada santri madin usia remaja awal. Setelah penyebaran angket didapatkan sample sebanyak 20 santri madin. Pada penelitian ini, peneliti membagi menjadi tiga kategori kemampuan afeksi sebagai berikut

Skor	Kemampuan Afeksi
>129	Tinggi
87 – 129	Sedang
<87	Rendah

Tabel 4.1 Kategori skor kemampuan afeksi

Berdasarkan bagan di atas, jika seorang santri mendapat nilai kurang dari 87, maka dia termasuk dalam kelompok kemampuan afeksi rendah. Jika memiliki skor antara 87 hingga 129, maka termasuk dalam kategori kemampuan afeksi sedang. Jika skor lebih besar dari 129, maka tergolong memiliki kemampuan afeksi yang tinggi. Berdasarkan kategori sebelumnya, maka jumlah santri Madin yang tergolong dalam kelompok kemampuan afeksi adalah sebagai berikut.

Skor	Kemampuan Afeksi	Jumlah Siswa	Persentase
>129	Tinggi	3	15%
87 – 129	Sedang	11	55%
<87	Rendah	6	30%

Tabel 4.2 Jumlah santri katgeori kemampuan afeksi

Dari tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa sebanyak 30% santri madin memiliki kemampuan afeksi rendah, 55% santri madin memiliki kemampuan afeksi sedang dan sebanyak 15% santri madin memiliki kemampuan afeksi tinggi. Berdasarkan informasi tersebut, lahirlah penemuan baru yang mencoba mengatasi masalah lemahnya kemampuan emosi korban bullying dengan membuat buku eksperiensial berjudul *Akulah Nahkodanya*, yang ditujukan untuk anak-anak madin atau remaja awal yang ingin meningkatkan bakat afektifnya.

B. Pengumpulan Data atau Informasi

Peneliti mengumpulkan fakta-fakta yang relevan sebagai informasi guna membangun sebuah produk yang dapat menjawab tantangan yang ditonjolkan dan konsisten dengan ciri-ciri konseli. Dalam penelitian ini, data dikumpulkan dengan menggunakan berbagai pendekatan, antara lain wawancara, observasi, dan kuesioner.

1. Kuesioner

Kuesioner dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat ahli media dan materi tentang konstruksi media konseling buku eksploratif menggunakan strategi pelatihan asertif. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini dibuat oleh para peneliti dan didasarkan pada lima penanda kapasitas emosional. Telah lulus uji validitas dan berisi alternatif pilihan 4: sangat setuju, 3: setuju, 2: tidak setuju, dan 1: sangat tidak setuju.

Angket digunakan untuk memperoleh data tingkat kemampuan emosional korban bullying di TPQ Al

Hidayah. Angket juga digunakan untuk mengetahui hasil tes produk pada mata pelajaran, baik mata pelajaran terbatas maupun konseli yang menggunakan angket dari penelitian sebelumnya yaitu karya Fabiana Dini Prawingga Nesri yang berjudul “Pengembangan Modul Ajar Cetak dan Elektronik Materi Lingkaran Untuk Meningkatkan Kecakapan Abad 21 Siswa Kelas XI Sma Marsudirini Muntala”

2. Observasi

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui reaksi santri madin terhadap media konseling buku eksplorasi “Akulah Nahkodanya” dengan teknik assertive training. Sementara konseli menggunakan media, peneliti bertindak sebagai pengamat.

3. Wawancara

Peneliti melakukan wawancara untuk mengetahui seberapa besar suatu masalah yang terjadi pada konseli dan untuk mengetahui reaksi, komentar, dan rekomendasi yang diberikan oleh informan (subyek dan ahli) pada media konseling buku eksploratif yang telah peneliti siapkan. Pendekatan wawancara dipilih karena peneliti ingin lebih dekat dengan pengguna produk untuk mengetahui manfaat dan kekurangannya yang sebenarnya.

C. Desain Produk

Mengikuti pengumpulan data dan informasi dari permasalahan yang disampaikan dan topik kajian. Peneliti memulai pengembangan produk dengan mengembangkan kerangka material. Dari materi pokok ini peneliti mengembangkannya dengan teknik assertive training sehingga konseli dapat berlatih untuk bersikap asertif dan mampu meningkatkan kemampuan afeksinya. Berikut desain awal yang peneliti kembangkan,

1. Cover

Pada cover buku eksplorasi ini berjudul “Akulah Nahkodaya” dengan warna cover dominan biru sebagai penggambaran laut dan langit disertai ilustrasi kapal atau perahu beserta nahkodaya yang bertujuan untuk menarik perhatian remaja.

Dengan warna dan ilustrasi tersebut, diharapkan dapat menjadi first impression yang bagus bagi pembaca atau pengguna buku eksplorasi ini. Adapun cover belakang juga memakai warna senada dengan cover depan. Tidak dengan ilustrasi yang sama tetapi terdapat pesan dari penulis untuk konseli atau pengguna buku eksplorasi ini.



Gambar 4.1 Cover Depan dan Belakang

2. Tanda Kepemilikan

Dalam buku ini akan disediakan satu halaman untuk pemberian nama dan kebebasan berkreasi. Sehingga selain memberikan tanda kepemilikan pada buku, konseli juga bisa mengekspresikan kreatifitasnya dalam berimajinasi dan menghias tanda kepemilikan tersebut. Penulis berharap dengan adanya halaman kreatifitas ini membuat konseli merasa benar-benar memiliki buku eksplorasi ini dan menjaganya dengan baik. Pada halaman ini, praktisi atau pendamping cukup memberi tau bahwa konseli harus menamai buku tersebut yang kemudian konseli bebas

menggambar atau mewarnai halaman yang sudah diberi nama tersebut



Gambar 4.2 Lembar Kreatifitas Tanda Kepemilikan

3. Bab 1 Pendahuluan

Buku eksplorasi “Akulah Nahkodanya” didesain berisikan tiga bab. Bab 1 sebagai pendahuluan yang akan mengantarkan konseli pada penjelasan mengenai bullying yang akan dimulai dengan pertanyaan dengan beberapa contoh dan ilustrasi bullying yang kemudian disusul dengan materi penjelasan terkait bullying, macam, dan dampaknya. Penulis berharap agar konseli lebih memahami apa itu bullying sehingga jika bullying terjadi lagi, konseli dapat mengerti dan segera menghentikannya.





Gambar 4.3 Bab 1 Pendahuluan Buku Akulah Nahkodanya

4. Bab 2 Pelaksanaan

Pada bab 2 yaitu pelaksanaan, akan dilakukan teknik assertive training yang bertujuan untuk melatih sikap asertif dan meningkatkan kemampuan afeksi konseli. Pada bab ini didesain sebagaimana tahapan assertive training yang dimodifikasi dengan menggabungkan beberapa teknik lain seperti role playing, modelling, dan social reward & coaching. Selain itu penulis menambahkan bagian untuk mendapatkan feedback dari konseli setiap menyelesaikan satu tahapan.



Gambar 4.4 Cover Bab 2 Pelaksanaan Buku Akulah Nahkodanya

a. Role Playing

Sebelum memasuki tahap awal dalam assertive training yaitu role playing yang diberi judul “bermain peran” dalam buku eksplorasi ini, praktisi atau pendamping akan memberikan penjelasan singkat terkait assertive training dan konseli diminta untuk menceritakan secara terbuka mengenai permasalahannya dan bagaimana respon yang ditunjukkan saat menghadapi permasalahan (bullying) tersebut.

Setelah itu konseli diajak untuk bermain peran sesuai dengan petunjuk yang ada di buku. Praktisi atau pendamping membantu mengarahkan sesuai intruksi yang ada di lembar panduan. Role playing digunakan untuk mengetahui bagaimana respon konseli dalam menghadapi sebuah permasalahan (bullying) yang diceritakannya.



Gambar 4.5 Tahap Role Playing Buku Akulah Nahkodanya

b. Modeling

Pada tahap modeling, konseli akan diarahkan untuk membaca dan memahami sebuah cerita. Jika tidak memungkinkan, praktisi atau pendamping bisa membacakan ceritanya yang kemudian konseli diminta untuk mengambil poin penting dari kisah tersebut dan memberikan feedback pada lembaran berikutnya.

Pada tahap ini, penulis menggunakan modelling symbolic yang mana tidak menggunakan subjek secara langsung sebagai contoh melainkan melalui media naratif. Sehingga dalam bagian ini, diberi judul “Sebuah Kisah”. Penulis berharap konseli bisa mendapatkan inspirasi dari kisah yang telah dibaca tersebut.

Praktisi atau pendamping menanyakan kepada konseli bagaimana jika permasalahan tersebut terjadi lagi dan konseli diminta untuk mendemonstrasikan perilaku yang lebih asertif seperti “Tips n’ Tricks” yang penulis berikan.



Gambar 4.6 Tahap Modelling Buku Akulah Nahkodanya
c. Social Reward and Coaching

Tahap akhir dalam assertive training yaitu social reward and coaching yang diberi judul “Kapal yang Berlayar” dalam buku eksplorasi ini agar lebih berkesan. Pada tahap ini penulis memberikan pesan tersirat dalam satu halaman awal yang nantinya praktisi atau pendamping akan menanyakan apa yang dipahami dari satu halaman “Kapal yang Berlayar” tersebut. Jika belum paham maka praktisi atau pendamping menjelaskan pesan tersirat dari halaman tersebut.

Dalam tahap ini, praktisi atau pendamping akan mengambil peran lebih banyak untuk memberikan feedback atas dua tahapan yang telah dilalui konseli dan memberikan apresiasi serta memberikan coaching

dengan tujuan memberikan dorongan agar konseli memperoleh kemajuan tingkat asertifnya.

Lembaran berikutnya berisikan beberapa hal yang perlu diisi konseli sebagai eksplorasi diri singkat. Diharapkan konseli mampu mengenali dirinya sendiri dan menjadi lebih percaya diri serta mampu mencapai lima kategori kemampuan afeksi yang baik.



Gambar 4.7 Tahap Social Reward & Coaching Buku Akulah Nahkodanya

5. Bab 3 Penutup

Pada bab 3 penutup, berisi evaluasi untuk menguatkan apa yang sudah konseli dapatkan saat proses konseling berlangsung. Disini praktisi atau pendamping akan memberikan tugas rumah yaitu mempraktekannya langsung apa yang sudah dipelajari jika konseli

mendapatkan tindakan bullying atau melihat bullying terjadi. Praktisi atau pendamping juga melakukan follow up baik kepada konseli itu sendiri atau significant others (jika ada) secara bertahap.

Lembar terakhir terdapat jargon dari penulis yang bertujuan untuk membangun semangat dan keberanian konseli bahwa bullying bisa terjadi pada semua orang dan yang mampu menghentikannya juga semua orang. Praktisi atau pendamping diharapkan mampu mendorong konseli agar dengan tegas menolak bullying.



Gambar 4.8 Bab 3 Penutup Buku Akulah Nahkodanya

6. Lembar Panduan

Lembar panduan berukuran A3 ini digunakan untuk praktisi (Konselor/Guru/dsb) dan pendamping yang nantinya akan berisi beberapa hal seperti bullying dan

bagaimana dampaknya terhadap korban, tujuan buku eksplorasi, pelaksanaan teknik konseling asertive training, cara penggunaan, cara pendampingan, evaluasi, serta note untuk praktisi menuliskan hal-hal penting atau menarik selama melakukan proses konseling. Berbentuk kolase dengan jumlah 9 kolase.



Gambar 4.9 Lembar Panduan Penggunaan Buku Akulah Nahkodanya

D. Validasi Desain

Validasi Desain merupakan tahapan yang terjadi setelah membuat atau mendesain suatu produk. Tahap di mana desain

produk yang telah selesai dievaluasi. Untuk memverifikasi produk, peneliti mencari bantuan dari spesialis dengan pengalaman evaluasi. Pemeriksaan ahli dilakukan untuk menilai kekuatan dan kekurangan produk. Agar segala kekurangan produk dapat diperbaiki, baik dari segi tampilan produk maupun substansi atau bahan yang tepat sasaran dan memenuhi tuntutan peserta penelitian. Kuesioner penelitian Fitrotin sebelumnya, Pengembangan Modul Bimbingan Konseling Bidang Bimbingan Pribadi Tentang Reproduksi Sehat Bagi Kelas X Di Sma Negeri 1 Parengan Tuban, digunakan untuk mengumpulkan data pada tahap ini. Kuesioner telah melalui uji validasi, oleh karena itu peneliti tidak perlu mengulang proses tersebut. Tim ahli yang dimaksud dalam penelitian ini adalah Dosen Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya dan Guru Bimbingan dan Konseling SMP Islam Parlaungan. Berikut adalah bagaimana hal itu dapat dijelaskan:

1. Nama : Dra. Psi. Mierrina, M.Si
 Pendidikan : S2
 Pekerjaan : Dosen
2. Nama : Charis Rizqi Pradana, S.Sos.I., M.Pd
 Pendidikan : S2
 Pekerjaan : Dosen
3. Nama : Anisyah Restiani, S.Pd
 Pendidikan : S1
 Pekerjaan : Guru BK

Dari kuesioner tersebut terbentuklah 3 kategori kelayakan media sebagai berikut

No.	Skor	Kategori
1	<34	Tidak Layak
2	34 – 51	Cukup Layak
3	>51	Layak

Tabel 4.3 Kategori kelayakan media

Dan berikut hasil uji validitas para ahli yang telah didapat

No.	Pernyataan	Hasil Penilaian		
		A1	A2	A3
1	Pemilihan ilustrasi pada cover buku eksplorasi	4	4	4
2	Kesesuaian gambar dengan materi	4	4	3
3	Penggunaan bahasa yang komunikatif dan mudah dimengerti	3	3	4
4	Kesesuaian pemilihan jenis huruf (font) dalam buku eksplorasi	4	4	3
5	Pemilihan ukuran huruf dalam buku eksplorasi	4	4	3
6	Tata letak dalam isi buku eksplorasi menarik	4	4	3
7	Memiliki ilustrasi yang beragam	4	4	3
8	Teks atau tulisan mudah dibaca	3	4	3
9	Kesesuaian judul serta tujuan konseling	4	4	3
10	Teknik assertive training yang terdapat pada buku eksplorasi ini telah	3	3	3

	sesuai dengan permasalahan yang diangkat			
11	Adanya petunjuk, evaluasi, dan umpan balik	3	3	3
12	Adanya informasi, petunjuk, perintah, pernyataan, pertanyaan, dan symbol-simbol yang jelas serta mudah dipahami	3	3	3
13	Kesesuaian teknik assertive training dengan usia remaja awal / santri madin (10-14 tahun)	4	4	3
14	Kesesuaian teknik assertive training dalam buku eksplorasi dengan tujuan yang diharapkan	3	3	3
15	Buku eksplorasi disampaikan dengan alur yang sistematis	4	3	4
16	Buku eksplorasi bermanfaat bagi konseli	3	3	3
17	Buku eksplorasi dapat memfasilitasi konseli dalam mengambil sikap	3	3	3

	dan tindakan saat terjadi bullying			
Total		60	60	54
Kategori		Layak	Layak	Layak

Tabel 4.4 Hasil Uji Ahli Media

Keterangan:

A1: Ahli 1, Dra. Psi. Mierrina, M.Si

A2: Ahli 2, Charis Rizqi Pradana, S.Sos.I., M.Pd

A3: Ahli 3, Anisyah Restiani, S.Pd

Menurut pendapat ahli, diperbolehkan memanfaatkan buku eksploratif sebagai media konseling dengan strategi asertif melatih penguatan kemampuan emosional korban bullying. Meskipun demikian, ada masukan ahli tertentu, yang disebutkan sebagai berikut

1. Memastikan kepada konselor terkait pemahamannya dalam menggunakan media mekanisme penyampaian langkah-langkah saat konseling kelompok menggunakan media.
2. Lembar panduan diperinci. Sertakan langkah-langkah agar konselor atau pendamping lebih mudah memahami alur konseling.
3. Buku panduan kurang jelas akan digunakan untuk konselor atau konseli.

E. Perbaikan Desain

Catatan perbaikan yang telah disampaikan oleh para ahli diterapkan ke dalam perbaikan desain produk. Karena catatan ahli hanya tertuju pada lembar panduan dan tidak ada catatan untuk media buku eksplorasi maka berikut uraian beberapa perbaikan desain yang dilakukan oleh peneliti pada lembar panduan konselor,

Menambah rincian lembar uji ahli. Mulanya lembar panduan tersebut hanya terdapat 9 kolase dan satu sisi, kemudian penulis menambahkan rincian petunjuk penggunaan dengan menambahkan langkah-langkah dan penjelasan detail

tiap tahap sesuai catatan ahli untuk mempermudah konselor dalam memahami alur pelaksanaan konseling asertive training dengan total 18 kolase dari kedua sisi (depan & belakang). Sehingga pada desain terakhir, lembar panduan ukuran A3 ini menjadi lembar panduan dengan dua sisi dan dilipat seperti semua agar tetap menjaga kepraktisan. Penulis juga menambahkan “konselor” dibawah judul lembar panduan agar lebih menampakkan bahwa lembar panduan tersebut diperuntukkan konselor.





Gambar 4.10 Revisi Lembar Panduan Penggunaan Buku Akulah Nahkodanya

F. Uji Coba Produk

Ketika peneliti telah melakukan modifikasi pada desain produk, langkah selanjutnya adalah melakukan pengujian produk. Peneliti membuat simulasi produknya. Jika peneliti telah menjalankan simulasi, ia dapat melakukan uji coba pada konseli untuk mengetahui kelayakan barang yang telah dibuat. Produk diujikan pada sepuluh responden remaja awal di lingkungan peneliti. Kemudian, karena dua responden memiliki kemampuan emosional yang kurang memadai, mereka menjadi subjek yang terbatas dalam uji media ini.

Skor	Kemampuan Afeksi	Jumlah Responden	Persentase
>129	Tinggi	3	30%
87 – 129	Sedang	5	50%
<87	Rendah	2	20%

Tabel 4.5 Jumlah Responden Kategori Kemampuan Afeksi

Dan berikut ini merupakan data subjek terbatas yang telah melalui uji coba produk

1. Nama : Annisa Aulia Putri Setiono
Umur : 13 tahun
Kelas : VII SMP
2. Nama : Azzuhrah Putri Efendi
Umur : 14 tahun
Kelas : VIII SMP

Dari kuesioner tersebut terbentuklah 3 kategori kelayakan media sebagai berikut

Skor	Kategori
>42	Layak
29 – 42	Cukup Layak
<29	Tidak Layak

Tabel 4.6 Kategori Kelayakan Media

Dan berikut hasil uji validitas subjek terbatas yang telah didapatkan

No.	Pernyataan	Hasil Penilaian	
		S1	S2
1	Materi yang terdapat dalam buku eksplorasi mudah dipahami	4	4
2	Materi yang terdapat dalam buku eksplorasi tersusun secara sistematis	3	4

3	Bahasa yang digunakan pada buku eksplorasi sederhana dan mudah dipahami	4	4
4	Adanya informasi, petunjuk, pertanyaan dan pernyataan dalam buku eksplorasi dapat mempermudah penggunaan	3	4
5	Buku eksplorasi memiliki tampilan yang menarik	4	4
6	Komposisi ilustrasi dalam buku eksplorasi jelas dan mudah dimengerti	4	4
7	Komposisi warna dalam buku eksplorasi menarik	3	3
8	Kesesuaian gambar dengan materi	3	4
9	Kesesuaian pemilihan jenis huruf dalam buku eksplorasi	3	2
10	Memiliki ilustrasi yang beragam	3	3
11	Teks atau tulisan mudah dibaca	3	3
12	Tata letak dalam isi buku eksplorasi menarik	4	4
13	Kesesuaian pemilihan jenis huruf (font) dalam buku eksplorasi	2	2
14	Buku eksplorasi dapat digunakan sebagai sarana memahami emosi secara mandiri	2	3
Total		45	48
Kategori		Layak	Layak

Tabel 4.7 Hasil Uji Subjek Terbatas

Keterangan:

S1: Subjek Terbatas 1, Annisa Aulia Putri Setiono

S2: Subjek Terbatas 2, Azzuhrah Putri Efendi

Berdasarkan penilaian dari subjek terbatas, dapat disimpulkan bahwa penggunaan buku eksploratif sebagai media konseling dengan strategi pelatihan asertif dapat diterima untuk memperkuat kapasitas emosional korban bullying. Meskipun demikian, ada masukan tertentu dari disiplin ilmu tertentu yang dijelaskan di bawah ini.

1. Ada beberapa kata yang salah ketik (typo)
2. Jarak font terlalu sempit

G. Revisi Produk

Mengevaluasi produk dengan tujuan memperbaiki kekurangan berdasarkan umpan balik subjek yang terbatas dengan tujuan meningkatkan produk dan mengurangi potensi kesulitan. Peningkatan produk dapat berupa penambahan materi, verifikasi ejaan kata, dan penyempurnaan organisasi atau tata letak. Dapat dihasilkan dari ide-ide yang dibuat oleh sejumlah individu saat mengevaluasi produk. Dalam situasi ini, peneliti memperbaiki produk lagi, selain kemajuan sebelumnya.

1. Memperbaiki ejaan yang salah
2. Menambahkan jarak spasi antar huruf agar proporsi tulisan tidak terlihat terlalu padat

H. Uji Coba Pemakaian

Ketika pengujian dilakukan dan produk telah diubah lagi, prosedur selanjutnya di bidang penelitian dijalankan. Dalam contoh ini, peneliti mengevaluasi produk pada konseli yang telah menyelesaikan prosedur evaluasi yang meliputi angket, observasi, dan wawancara. Peneliti mengadakan dua kali pertemuan, yang pertama berlangsung selama 60 menit dan yang kedua berlangsung selama 15 menit, dengan

menggunakan buku eksplorasi yang diperbarui kedua, seperti yang tertera di bawah ini.

No.	Tahapan Uji Coba Produk	Keterangan
1	Pembukaan (Pengenalan - Bab 1 Pendahuluan)	Konselor memulai dengan membagikan dan memperkenalkan buku eksplorasi pada konseli, bahwasannya produk ini merupakan sebuah media konseling yang akan dipakai. Sehingga nantinya konselor dan konseli akan terlibat dalam diskusi aktif menggunakan media konseling buku eksplorasi ini.
		Konselor mempersilahkan konseli untuk menamai dan boleh dihias dengan diberi waktu 7 menit
		Konselor mempersilahkan konseli membaca halaman 3-5 dalam waktu 3 menit kemudian menanyakan dari ketiga halaman tersebut pernah mengalami di halaman berapa?
		Konselor menjelaskan secara singkat mengenai bullying, macam, dan dampaknya selama 5 menit

<p>Pelaksanaan (Bab 2 Role Playing, Modelling, Social Reward & Coaching)</p>	<p>Konselor mempersilahkan konseli untuk berkelompok masing-masing 2 orang</p>
	<p>konseli masing-masing menceritakan pengalaman bullying pada konselor secara singkat dengan total waktu 10 menit</p>
	<p>Konselor menentukan peran, alur cerita yang sesuai dg cerita korban, dan menjadi pengamat. Bermain peran dilakukan dengan total 8 menit</p>
	<p>Konselor membalik peran (korban menjadi pelaku dan sebaliknya dengan cerita berbeda sesuai cerita korban) dengan total 10 menit</p>
	<p>Konseli diarahkan mengisi lembar halaman 15-16 selama 2 menit</p>
	<p>Konselor menjelaskan untuk membaca mandiri halaman 17-19 dan melanjutkan tugas halaman 20-21 selama 7 menit</p>
	<p>Konseli mengisi kolom yang disediakan di halaman 26-28 selama 6 menit</p>

	Penutup (Evaluasi & Tugas Rumah)	Konselor mengarahkan konseli untuk mengisi halaman 30 dengan waktu 2 menit
		Konselor memberikan tugas rumah untuk mencari makna halaman 25 dan dijelaskan di pertemuan berikutnya
2	Follow Up	Konselor menanyakan kembali apa itu bullying dan memberi perumpaan singkat jika terjadi bullying dan menanyakan pada konseli bagaimana harusnya sikap konseli
		Konseli secara bergantian menjelaskan makna yang dipahami di halaman 25 dengan total waktu 8 menit
		Konselor memberikan penjelasan isi pesan halaman 25 dan memberikan motivasi pada konseli untuk bangkit dari trauma bullying dan fokus pada hal-hal positif agar cita-cita tercapai (7 menit)

Tabel 4.8 Pelaksanaan konseling dengan buku eksplorasi

I. Hasil Penggunaan Produk

Setelah penggunaan buku eksploratif sebagai media konseling, peneliti mempersilahkan konseli untuk mengisi

angket penilaian produk yang serupa dengan angket untuk subjek terbatas. Kuesioner menghasilkan tiga kategori kelayakan media, yaitu sebagai berikut.

Skor	Kategori
>42	Layak
29 – 42	Cukup Layak
<29	Tidak Layak

Tabel 4.9 Kategori Kelayakan Media

Dan berikut ini merupakan data konseli yang telah melalui uji coba pemakaian

1. Nama : Muhammad Azzam Zhafirdi
Umur : 12 Tahun
Kelas : VI SD
2. Nama : Faiq Andira Arkananta
Umur : 13 Tahun
Kelas : VII SMP
3. Nama : Zahra Amrina Rosyada
Umur : 13 Tahun
Kelas : VII SMP
4. Nama : Ferninda Thifa Zaida
Umur : 13 Tahun
Kelas : VII SD
5. Nama : Alvia Apriliati
Umur : 13 Tahun
Kelas : VII SMP
6. Nama : Lailatul Qodriyah
Umur : 12 Tahun
Kelas : VI SD

Dan berikut hasil uji validitas konseli yang telah didapatkan

Pernyataan Nomor	Hasil Penilaian					
	K1	K2	K3	K4	K5	K6
1	4	4	4	4	4	4
2	4	3	4	3	4	3

3	4	4	4	4	4	4
4	3	3	4	3	4	3
5	4	4	4	4	4	4
6	2	4	4	4	4	4
7	3	3	4	3	3	4
8	4	4	4	3	4	3
9	3	4	3	3	2	4
10	4	4	4	3	3	2
11	4	3	2	3	3	4
12	3	4	3	4	4	3
13	3	2	3	2	2	3
14	3	2	3	2	3	3
Total	48	48	50	45	48	48
Kategori	L	L	L	L	L	L

Tabel 4.10 Hasil Penilaian Media oleh Konseli

Keterangan:

K1: Konseli 1, Muhammad Azzam Zhafirdi

K2: Konseli 2, Faiq Andira Arkananta

K3: Konseli 3, Zahra Amrina Rosyada

K4: Konseli 4, Ferninda Thifa Zaida

K5: Konseli 5, Alvia Apriliati

K6: Konseli 6, Lailatul Qodriyah

Dari penilaian konseli tersebut dapat disimpulkan bahwa buku eksplorasi “Akulah Nahkodanya” sebagai media konseling dengan teknik assertive training layak digunakan untuk meningkatkan kemampuan afeksi pada korban bullying.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Tujuh dari sepuluh prosedur membangun buku eksploratif sebagai media konseling dilakukan dalam penelitian ini. Diawali dengan mengidentifikasi masalah dan menggunakan inovasi untuk menyelesaikannya dengan membuat media penyuluhan berupa buku eksplorasi dengan taktik melatih asertif. Setelah itu, peneliti menyusun strategi pembuatan buku eksploratif, baik dari segi desain maupun substansinya, dan melakukan expert testing terhadap desain tersebut. Setelah uji ahli, peneliti memperbaiki desain berdasarkan umpan balik dari para ahli. Peneliti menerima dua saran dari tim ahli, dan peneliti membuat satu penyesuaian desain. Setelah perubahan desain, peneliti melakukan pengujian produk pada sejumlah kecil partisipan yang menjadi responden kuesioner dengan kemampuan afeksi yang rendah. Peneliti mendapatkan ide dan pertanyaan saat melakukan uji coba produk pada peserta terbatas, memungkinkan mereka untuk melanjutkan ke tingkat berikutnya, terutama penyempurnaan desain. Peneliti menyelesaikan tahap akhir dari prosedur pengembangan dengan melakukan uji coba produk pada konseli.

Hasil pengembangan buku eksplorasi sebagai media konseling dengan teknik asertive training untuk meningkatkan kemampuan afeksi korban bullying adalah buku eksplorasi yang berjudul “Akulah Nahkodanya” layak dijadikan sebagai media konseling dengan tujuan meningkatkan kemampuan afeksi korban bullying. Kemampuan afeksi dalam hal ini adalah kemampuan individu memberikan reaksi baik secara positif atau negatif pada situasi yang dihadapinya.

B. Rekomendasi

Penelitian peneliti ini mengandung saran-saran yang ditujukan kepada peneliti sendiri, terutama untuk menyempurnakan isi produk yang masih cacat agar dapat dimanfaatkan semaksimal mungkin bagi seseorang yang membacanya di kemudian hari. Peneliti juga menyarankan pembaca buku untuk menyelesaikan semua langkah-langkah yang diuraikan dalam buku karena ada hubungan antara mereka. Ini juga menyarankan agar pembaca tidak hanya fokus pada subjek bullying dan kemudian mengabaikannya.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian yang berjudul Pengembangan Konseling Assertive training melalui Buku Eksplorasi untuk Meningkatkan Kemampuan Afeksi Korban Bullying di Tpq Al Hidayah Waru Sidoarjo ini masih memiliki keterbatasan, terutama pada waktu pelaksanaan dikarenakan kondisi yang kurang mendukung dalam proses penelitian.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- A, Dwi Putri dan Titin Indah P. 2017. "Penerapan Teknik Latihan Asertif Dengan Bermain Peran Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Pada Siswa Kelas VII G di SMP Negeri 1 Panarukan Situbondo". Jurnal BK UNESA, Vol. 7 No. 3
- A, Mitra Oktavisa dan Olievia Prabandini M. 2013. "Pelatihan Asertif Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Anggota HIMA (Himpunan Mahasiswa) Prodi Psikologi FIP UNESA". Character. Vol. 2 No. 1
- Afri, Joni., dkk. 2019. "Meningkatkan Perilaku Aserif Siswa dengan Menggunakan Teknik Assertive training Pada Siswa". Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pedidikan. Vol. 2, No.1
- Agatha, Gritte. 2022. Diakses dari <https://www.youtube.com/watch?v=JcIh8R6BRb8>
- American Psychological Association. Bullying. dikutip dari <https://www.apa.org/topics/bullying>
- Astuti, Ponny Retno. 2008. Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak. Jakarta: Grasindo
- Badjarad, Rizqa Sabrina. 2021. "Konseling Untuk Mengatasi Permasalahan Afeksi Antara Anak Keterbatasan Intelektual Dengan Significant Others". Nosipakabelo: Jurnal Bimbingan Konseling. Vol. 2 No. 1
- Corey, Gerald. 2013. Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi. Bandung: PT Refika Aditama
- Defriyanto dan Siti Masitoh. 2016. "Pengaruh Assertive training Terhadap konsep Diri Pada Peserta Didik Kelas X di SMK N 5 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016". Jurnal Bimbingan Konseling. Vol. 3 No. 1
- Departemen Agama Republik Indonesia. 1989. Al-Quraan dan Terjemahnya. Surabaya: Mahkota
- Dirgagunarsa. 1989. Pengantar Psikologi. Jakarta: Mutiara Sumber Widya
- Dwi, Ernawati. 2018. Pengembangan Bahan Ajar Lembar Kegiatan Siswa (Lks) Dengan Pendekatan Contextual

- Teaching And Learning (Ctl) Siswa Kelas Viii Semester 2
Mtsn Tulungagung. Iain Tulungagung
- Fazilla, Sarah. 2014. "Pengembangan Kemampuan Afektif Mahasiswa Pgsd Dengan Menggunakan Bahan Ajar Lembar Kerja Mahasiswa (Lkm) Dalam Pembelajaran Ipa Di Universitas Almuslim". JUPENDAS. Vol. 1, No.2
- Goble, F. 1987. *The Third Force, The Psychology of Abraham Maslow*. Terjemahan A. Supratiknya. Yogyakarta: Kanisius
- Goodwin, David. 2010. *Strategi Mengatasi Bullying*. terj. Cicilia Evi. Batu: Lexy Pello
- Gunarsah, S. D. 2007. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Muli
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Indriani, Leny. 2018. "Pelatihan Asertif "Speak Your Mind" untuk Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Rantau di Universitas Muhammadiyah Malang". Skripsi Universitas Muhammadiyah Malang
- Kia, 2021. Dikutip dari https://twitter.com/noturariesboo/status/1428997502158602246?t=xULBuo-LO_pLpPuSCn3VEA&s=09
- Kin, Chaniago. 2020. *Rasa Sukabumi: CV Jejak Publisher*
- Krahe, Barbara. 2005. *Perilaku Agresif: Buku Panduan Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Latipun. 2005. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Pers
- Masykuroh, dkk. 2019. *Metode Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Dini*. Tasikmalaya: EDU PUBLISHER
- Munthe, Imya Sinsi dan Santoso Tri Raharjo. 2018. "Pemenuhan Kebutuhan Afeksi Pada Anak (Peningkatan Kemandirian Dan Kepercayaan Diri Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak - Lksa)". *Jurnal Pekerjaan Sosial*. Vol. 1 No. 2
- Orsic, Saleto. 2022. Dikutip dari https://twitter.com/dijualke/status/1534978864819994624?t=3SykHpKk0F58i5e-_ULfjw&s=09

- Peren, Sipri. 2022. Membaca Statistik Tentang Kasus Bullying Di Indonesia. dikutip dari <https://www.depoedu.com/2022/12/13/edu-talk/membaca-statistik-tentang-kasus-bullying-di-indonesia/#:~:text=Data%20lain%20berasal%20dari%20penelitian,buruk%20dari%20bullying%20bagi%20korbannya>
- Peter, J. Paul dan Jerry C. Olson. 1999. Consumer Behavior Perilaku konsumen dan Strategi Pemasaran. Terjemahan Damos Sihombing dan Peter Remy Yossi Pasla. Jakarta: Erlangga
- Prasetiawan, Hardi. 2017. "Media Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling". The 5th Urecol Proceeding
- Purboyo, dkk. 2021. Perilaku Konsumen (Tinjauan Kosontual Dan Praktis). Bandung: Media Sains Indonesia
- Rahmawati, Hetti. 2009. Modifikasi Perilaku Manusia. Malang: Universitas Negeri Malang
- Ratnasari, Sri dan Andi Agustan Arifin. 2021. "Teknik Assertive training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa". KONSELING: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling. Vol. 2 No. 2
- Sejiwa. 2008. Bullying (Mengatasi Kekerasan Di Sekolah Dan Lingkungan Sekitar Anak). Jakarta: Grasindo
- Setiawan, Fajar. 2019. "Pengembangan Media Delima (Denah Lingkungan Rumah) Pada Subtema Bermain Di Lingkungan Rumah Untuk Sekolah Dasar". Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar (Jp2sd). Vol 7 No 2
- Silviandari, dkk. 2013. "Pengaruh Iklim Organisasional, Afek Positif Spiral Dalam Kelompok Kerja, Dan Spiritualitas Kerja Terhadap Komitmen Kerja Karyawan Rektorat Universitas Brawijaya". Manasa-old. Vol. 2 No. 1
- Sugiyono. 2015. Statistik Untuk Pendidikan. Bandung: alfabeta
- Sukanti. 2011. "Penilaian Afektif Dalam Pembelajaran Akuntansi". Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia. Vol. 9 No. 1
- Suryani. 2016. Stop Bullying. Bekasi: Soul Journey

- Syarifah. 2022. Indonesia Peringkat Kelima Kasus Bullying pada Anak dan Remaja. dikutip dari <https://chatnews.id/read/indonesia-peringkat-kelima-kasus-bullying-pada-anak-dan-remaja>
- Thian, Alexander. 2021. Perilaku Organisasi. Yogyakarta: Penerbit Andi
- Tim Editor KumparanNews. 2022. Survei Kemendikbud: Ada 24,4% Potensi Bullying Terjadi di Sekolah. dikutip dari <https://kumparan.com/kumparannews/survei-kemendikbud-ada-24-4-potensi-bullying-terjadi-di-sekolah-1xrtJpvCyAs/full>
- Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar. 2021. STOP Perundungan / Bullying Yuk!. Jakarta: Direktorat Sekolah Dasar Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi
- Willis, S. 2004. Konseling Individual teori dan Praktek. Bandung: Alfabeta
- Willis, Sofyan S. 2011. Konseling Keluarga. Bandung: CV. Alfabeta
- Wicaksana, I. 2008. Mereka Bilang Aku Sakit Jiwa. Yogyakarta: Kanisius
- Yoseanto, dkk. 2018. "Afeksi Negatif Sebagai Mediator Antara Keadilan Organisasi Dengan Perilaku Kerja Kontraproduktif-Organisasi". Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni. Vol. 2 No. 2