

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING UNTUK MENGURANGI KECEMASAN
KORBAN BULLYING PADA SISWA SMA**

TESIS



Oleh:

**RAHMAT DWI PUTRA SADELI
NIM. 19151032**

**Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan
dalam mendapatkan gelar Magister Pendidikan**

**PROGRAM STUDI S2 BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

ABSTRACT

Rahmat Dwi Putra Sadeli. 2022. "The Effectiveness of Group Counselling Services Using Assertive Training Techniques to Reduce Anxiety Bullying Among Senior High School Students". Thesis. Guidance and Counseling Masters Study Program, Faculty of Education Universitas Negeri Padang.

Bullying behavior is an act that violates the strength and power that is hurting someone who is weaker verbally, physically, or psychologically so that the victim feels under pressure and tends to be anxious. If we let it slide, the victim will be doing suicide and tends to be alone. So that efforts are needed to prevent bullying behavior among students. One way that can be done to prevent bullying behavior among students is to provide group guidance services using the Assertive training techniques. The aims of this study are (1) to describe anxiety student who became victim on bullying, (2) revealed differences in bullying anxiety of experimental group students who followed group counselling using assertive training techniques with the control group without special treatment, (3) revealed effectivity of group counselling using assertive training to reduce anxiety students who became victim on bullying.

The research method used is quantitative research. This type of research is Quasi Experiment. The sample of this study was 12 students for the experimental group and 12 students for the control group. The sampling used is purposive sampling. Statistical analysis of the data used in this study is nonparametric statistics. The research instrument used Beck Anxiety Inventory with Likert Scale model, the data were analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test and the Kolmogorov-Smirnov Two Independent Samples with the help of SPSS version 16.

The results showed that (1) there was a significant difference in bullying anxiety in the experimental group before and after attending group counselling services using assertive training techniques, (2) there was a significant difference in bullying anxiety in the control group before and after being given group counselling services about bullying anxiety without treatment. specifically, (3) there are differences in bullying anxiety in the experimental group who are given group counselling services using assertive training techniques with the control group given group guidance services on bullying anxiety without special treatment, this can be seen in the posttest average score of the experimental group dropped higher than the mean posttest score of the control group. Thus, group counselling services use assertive training techniques that are effective in reduce student anxiety on bullying.

ABSTRAK

Rahmat Dwi Putra Sadeli. 2022. “Efektifitas Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Assertive Training* dalam mengurangi Kecemasan Korban *Bullying* pada Siswa SMA.” Tesis. Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Perilaku *bullying* merupakan tindakan yang menyalahi kekuatan dan kekuasaan yang bersifat menyakiti seseorang yang lebih lemah baik secara verbal, fisik, maupun psikis sehingga korban merasa di bawah tekanan. Tekanan tersebut menyebabkan kecemasan bagi korban *bullying* dan apabila tidak segera diatasi, maka akan menimbulkan dampak seperti bunuh diri dan menyendiri. Sehingga diperlukan upaya untuk mengurangi kecemasan korban *bullying* di kalangan siswa. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan korban *bullying* di kalangan siswa adalah dengan memberikan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training*. Tujuan penelitian ini yaitu, (1) mendeskripsikan kecemasan *bullying* siswa SMA 6, (2) mengungkapkan perbedaan kecemasan korban *bullying* siswa kelompok eksperimen yang mengikuti konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training* dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan khusus, (3) mengungkapkan efektifitas konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training* dalam mengurangi kecemasan siswa korban *bullying* di SMA 6.

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah *Quasi Experiment*. Sampel penelitian ini sebanyak 12 siswa untuk kelompok eksperimen dan 12 siswa untuk kelompok kontrol. Penarikan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Analisis statistik data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu statistik nonparametrik. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Beck Anxiety Inventory (BAI)* dengan model *Skala Likert*, data dianalisis dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan *Kolmogorov-Smirnov Two Independent Samples* dengan bantuan SPSS versi 16.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) terdapat perbedaan yang signifikan kecemasan korban *bullying* kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mengikuti layanan konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training*, (2) terdapat perbedaan yang signifikan kecemasan korban *bullying* kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok tanpa perlakuan khusus, (3) terdapat perbedaan kecemasan korban *bullying* kelompok eksperimen yang diberikan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training* dengan kelompok kontrol yang diberikan layanan konseling kelompok tanpa perlakuan khusus, hal ini terlihat pada skor rata-rata *posttest* kecemasan *bullying* kelompok eksperimen turun lebih tinggi dari pada skor rata-rata *posttest* kecemasan korban *bullying* kelompok kontrol. Dengan demikian, layanan konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training* efektif dalam mengurangi kecemasan korban *bullying* siswa.

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Nama Mahasiswa : Rahmat Dwi Putra Sadeli

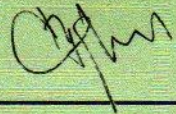
NIM : 19151032

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons
Dosen Pembimbing



16 Februari 2023

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas
Negeri Padang



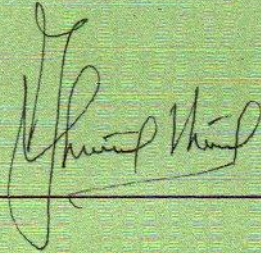
Prof. Dr. Rusdinal, M.Pd.
NIP.196303201988031002

Koordinator Program Studi S2 dan S3
Bimbingan dan Konseling FIP UNP



Prof. Dr. Nevivarni S. M.S., Kons.
NIP. 195511091981032003

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS MAGISTER PENDIDIKAN**

Nn	Nama	Tanda Tangan
1	<u>Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons.</u> <u>(Ketua)</u>	 _____
2	<u>Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.</u> <u>(anggota)</u>	 _____
3	<u>Prof. Ifdil, S.HI., S.Pd., M.Pd., Ph.D., Kons.</u> <u>(anggota)</u>	 _____

Mahasiswa:

Nama : Rahmat Dwi Putra Sadeli

NIM : 19151032

Tanggal Ujian : 16 Februari 2023

PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Dengan ini menyatakan bahwa tesis yang berjudul:

Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Assertive Training* Untuk Mengurangi Kecemasan Korban *Bullying* Pada Siswa SMA

Tidak pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik disuatu perguruan tinggi lain dan tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan orang lain yang saya akui seolah-olah sebagai tulisan saya sendiri tanpa memberikan pengakuan pada penulis aslinya. Apabila di kemudian hari saya terbukti melakukan tindakan meniru tulisan orang lain seolah-olah hasil saya sendiri. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya terima.

Padang, 16 Februari 2023
Yang memberi pernyataan



Rahmat Dwi Putra Sadeli

NIM. 19151032

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT. Berkat rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan tesis yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok menggunakan Teknik *Assertive Training* untuk mengurangi Kecemasan Korban *Bullying* pada Siswa SMA”. Shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW yang telah berhasil merubah paradigma manusia untuk menjadi lebih baik. Penyelesaian tesis ini banyak mendapatkan bimbingan, arahan, dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu sebagai ungkapan terima kasih dengan rasa hormat peneliti sampaikan kepada

1. Ibu Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons., selaku Dosen Pembimbing yang telah sabar dan tulus dalam memberikan masukan, saran, arahan dan semangat bagi penulis untuk menyelesaikan tesis ini.
2. Bapak Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons. sebagai kontributor I, Bapak Prof Ifdil, S.HI, S.Pd, M.Pd, Ph.D., Kons. sebagai kontributor II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan dan motivasi kepada peneliti demi kesempurnaan tesis ini.
3. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling, khususnya Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan berbagai ilmu pengetahuan dalam penyelesaian tesis ini.
4. Pimpinan dan Staf Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang yang telah memberikan pelayanan dan kelancaran administrasi penelitian.

5. Kepala Sekolah, Bapak dan Ibu Guru serta Staf di SMAN 6 Padang, yang telah memberikan kesempatan, bantuan, dan kerja sama, sehingga data penelitian ini dapat diperoleh.
6. Kedua Orangtua Ayahanda (dr Sadeli SpPD FINASIM) dan Ibunda (dr Herliza Mansur) yang senantiasa memberikan motivasi, semangat dan bantuan secara moril maupun materil untuk penyelesaian penulisan tesis ini.
7. Teman-teman mahasiswa Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, untuk dukungan, semangat, serta masukan yang telah diberikan dalam menyusun tesis ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan dan menyusun tesis ini.

Padang, Januari 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS.....	iii
PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS.....	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	11
1. Kecemasan	11
a. Pengertian Kecemasan	11
b. Proses Kecemasan	12
c. Teori Psikologi mengenai Kecemasan.....	13
d. Ciri-ciri Korban Kecemasan.....	13
e. Dampak Kecemasan	16
2. Kecemasan Korban <i>Bullying</i>	17
a. Definisi Kecemasan Korban <i>Bullying</i>	17
b. Gejala Kecemasan Korban <i>Bullying</i>	18
c. Hubungan Kecemasan dengan <i>Bullying</i>	20
3. Konseling Kelompok	21
a. Definisi dan Pengertian Konseling Kelompok	21
b. Tujuan Konseling Kelompok.....	23
c. Tahapan Pelaksanaan Konseling Kelompok.....	24
4. Konseling Kelompok dengan <i>Assertive training</i>	25
B. Penelitian Relevan.....	28
C. Kerangka Konseptual	30
D. Hipotesis Penelitian.....	31
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	32
B. Populasi dan Sampel	36
C. Definisi Operasional	37
D. Pengembangan Instrumen Penelitian	39

E. Teknik Pengumpulan Data.....	42
F. Teknik Analisis Data.....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	46
B. Hasil Data Kecemasan <i>Bullying</i>	47
1. Deskripsi Data berdasarkan tingkat Kecemasan Korban <i>Bullying</i>	47
2. Deskripsi Data berdasarkan Jenis Kelamin.....	47
3. Perbedaan Tingkat Kecemasan Korban <i>Bullying</i>	48
4. Efektifitas Konseling Kelompok dengan teknik <i>Assertive Training</i> dalam mengurangi kecemasan korban <i>bullying</i>	64
C. Pembahasan	72
1. Pembahasan berdasarkan Deskripsi Data dan Hasil Penelitian.	73
2. Perbedaan Tingkat Kecemasan Siswa Korban <i>Bullying</i>	76
3. Perbedaan Efektifitas konseling kelompok dengan teknik <i>assertive training</i> dalam mengurangi kecemasan <i>bullying</i>	80
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A. Kesimpulan	85
B. Implikasi.....	86
C. Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA	90
LAMPIRAN	96

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Data Kecemasan menurut <i>GAD-7 Symptom Classification</i>	2
Tabel 2	Data Kecemasan menurut <i>WG-ANX Indicator Category</i>	2
Tabel 3	Rancangan Materi Kegiatan Konseling Kelompok dengan <i>Assertive Training</i>	35
Tabel 4	Kisi-kisi Instrumen Dampak <i>Bullying</i>	40
Tabel 5	Skor Penilaian Instrumen Skala <i>Likert</i>	40
Tabel 6	Kategori Tingkat Kecemasan menurut Beck	44
Tabel 7	Gambaran Kecemasan <i>Bullying</i> Siswa Keseluruhan	47
Tabel 8	Gambaran kecemasan siswa berdasarkan jenis kelamin	48
Tabel 9	Data Skor dan Kategori Kecemasan Siswa akibat <i>Bullying</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	49
Tabel 10	Data <i>Pretest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	50
Tabel 11	Data <i>Pretest Bullying</i> Kelompok Eksperimen berdasarkan Subvariabel Kecemasan	51
Tabel 12	Data <i>Pretest Bullying</i> Kelompok Kontrol berdasarkan Subvariabel Kecemasan	52
Tabel 13	Skor dan Kategori <i>Posttest</i> Kecemasan Siswa akibat <i>Bullying</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	54
Tabel 14	Data <i>Posttest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	55
Tabel 15	Data <i>Posttest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Eksperimen Berdasarkan Sub Variabel Kecemasan	55
Tabel 16	Data <i>Posttest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Kontrol Berdasarkan Sub Variabel Kecemasan	57
Tabel 17	Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Perbedaan Kecemasan <i>Bullying</i> pada <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	59
Tabel 18	Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Eksperimen	60
Tabel 19	Hasil Analisis <i>Kolmogorov Smirnov 2 Independent Samples</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol	61
Tabel 20	Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Kontrol	62
Tabel 21	Hasil Analisis <i>Kolmogorov Smirnov 2 Independent Samples</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol	63
Tabel 22	Perbandingan Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Eksperimen <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	64
Tabel 23	Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Konseling Kelompok Eksperimen	65
Tabel 24	Perbandingan Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Kontrol <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	67
Tabel 25	Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Kontrol	68

Tabel 26 Perbandingan Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	69
Tabel 27 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	70
Tabel 28 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Eksperimen dari Subvariabel kecemasan.....	71
Tabel 29. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Kontrol dari Subvariabel kecemasan.....	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Konseptual	30
Gambar 2	Rancangan Penelitian <i>The Non Equivalent Control Group</i>	33
Gambar 3	Hasil <i>Pretest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Konseling Kel Eksperimen & Kel Kontrol.....	50
Gambar 4	Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Konseling Kelompok Eksperimen.....	66
Gambar 5.	Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecemasan <i>Bullying</i> Kelompok Kontrol	68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Instrumen Uji Coba dan Tabulasi Data Uji Coba Instrumen ...	96
Lampiran 2	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	106
Lampiran 3	Instrumen Penelitian.....	115
Lampiran 4	Tabulasi Data Keseluruhan, Tabulasi Data Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	123
Lampiran 5	Uji Hipotesis.....	129
Lampiran 6	Foto Kegiatan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	132
Lampiran 7	Surat-Surat Persyaratan Penelitian	135

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bullying adalah suatu perilaku/tindakan kekerasan yang memaksa secara fisik/psikologis yang dilakukan para pelaku *bullying* terhadap korban. Masalah *bullying* juga dibahas dan diakui sebagai masalah terpenting yang menentukan dan mempengaruhi pengalaman dan hasil belajar seorang anak (Espelage & Swearer, 2003). Masalah *bullying* tidak hanya berfokus pada pelaku dan korban, tetapi juga terdapat perilaku yang mendukung *bullying* diluar lingkungan sekolah sehingga sulit dihilangkan dan menimbulkan dampak bagi siswa (Muslim et al., 2019). Menurut Segiwa (2008) dampak yang terjadi akibat perilaku *bullying* ialah menyendiri, menangis, minta pindah sekolah, konsentrasi anak berkurang, prestasi belajar menurun, tidak mau bersosialisasi, anak jadi penakut, gelisah, berbohong, depresi, menjadi pendiam, tidak bersemangat, sensitif, cemas, mudah tersinggung, hingga menimbulkan gangguan mental.

Siswa yang menjadi korban *bullying* akan cenderung menjadi cemas, gangguan panik dan mengurung diri dari kehidupan sosial/lingkungannya (Copeland, 2013). Kondisi ini akan mempengaruhi kesehatan psikologis siswa yang menyebabkan stress, cemas dan depresi. Hal ini juga diperkuat dengan penelitian dari Onyekuru & Ugwu, (2017) yang menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan akan merasa bahwa dirinya tidak berdaya karena tidak memiliki kekuatan (*powerless*) dan tidak mampu mempertahankan dirinya (*defenseless*).

Untuk Penelitian lebih lanjut, *National Health Statistics Reports* (NHSR) tahun 2022 melakukan pengukuran tingkat kecemasan dengan *GAD-7 symptom classification* dan *WG-ANX indicator category* pada remaja berumur 18 tahun di U.S.A tahun 2019.

Tabel 1. Data Kecemasan menurut *GAD-7 Symptom Classification*

Tingkat Kecemasan	Presentasi
Tidak Cemas	84,4%
Ringan	9,5%
Sedang	3,4%
Berat	2,7%

Tabel 2. Data Kecemasan menurut *WG-ANX Indicator Category*

Tingkat Kecemasan	Presentasi
Tidak Cemas	63,4%
Ringan	25,5%
Sedang	7,1%
Berat	4,1%

Berdasarkan kedua data diatas, dapat dilihat bahwa kecemasan remaja berumur 18 tahun di U.S.A lebih terlihat dengan *WG-ANX Indicator Category* yang dimana kecemasan ringan sebesar 25,5%, kecemasan sedang 7,1% dan kecemasan berat 4,1%.

Di Indonesia, Riset Kesehatan Dasar pada individu dewasa di Indonesia menunjukkan peningkatan gangguan emosi, pada tahun 2013 sebesar 6% dan di tahun 2018 sebesar 9.8% dengan simptom yang paling banyak muncul adalah sakit kepala, masalah tidur, menurunnya selera makan, dan mudah lelah (Idaiani, 2020). Hal ini diperkuat dengan data dari Lestari & Firman, (2021) menjelaskan bahwa menurut *Organization for Economic Cooperation and Development* Indonesia, 41.1% of kasus kecemasan *bullying*

di Indonesia berada pada ranking 5 setelah Morocco. Hasil Penelitian menurut Adrianto, (2019) menjelaskan bahwa jika siswa yang mengalami *bullying* oleh teman-temannya menunjukkan gejala kecemasan, seperti; 50% siswa merasa takut ketika tidak membantu teman dalam membuat PR; 90% siswa tersebut juga tidak ingin dijauhi oleh teman-teman lainnya; 20% siswa memiliki perasaan malas sering dialami untuk sekolah dikarenakan takut bertemu dengan teman yang sering mengancam.

Menurut data dari Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Sumatera Barat menjelaskan bahwa terdapat siswa yang mengalami kecemasan dengan persentase 66%, dari siswa korban *bullying* di Sumatera Barat. Hal ini disebabkan karena siswa mengalami kekerasan fisik (*Physical Bullying*) dengan persentase 43% dan 35% siswa mengalami kekerasan verbal (*Verbal Bullying*).

Data dan fakta kecemasan diatas tidak menutup kemungkinan terjadinya kecemasan *bullying* di kota Padang. Khususnya di SMA N 6 Padang. Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan langsung oleh guru BK, terlihat bahwa dari 90 orang siswa di SMA 6 terdapat 24 orang yang mengalami kecemasan *bullying* (dengan 2 hingga 3 orang mengalami kecemasan berat). Hal ini dikarenakan kurangnya perhatian sekolah terhadap siswa yang menjadi korban *bullying*

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk mendalami dampak kecemasan korban *bullying* yang dimana dampak kecemasan tersebut sering terjadi. Hal ini juga diperkuat dengan penelitian dari Onyekuru &

Ugwu, (2017) yang menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan akan merasa bahwa dirinya tidak berdaya karena tidak memiliki kekuatan (*powerless*) dan tidak mampu mempertahankan dirinya (*defenseless*). Pernyataan diatas diperkuat dengan penelitian dari Ardiavianti et al., (2019), bahwa 70% dari korban *bullying* mengalami kecemasan, rasa takut terhadap lingkungan sosial hingga tidak berani meninggalkan kelas dan pulang sendirian dan dijelaskan juga oleh Valo et al., (2012) bahwa siswa yang mengalami *bullying* dimasa sekolah terdiri dari 25% pada Pria dan 20% pada Wanita. Kecemasan akibat *bullying* menurut Ardiavianti et al., (2019), mengakibatkan perasaan membenci diri sendiri, menghambat kemampuan diri dan dalam jangka waktu panjang akan mempengaruhi nilai akademis dan lingkungan sosial individu diluar sekolah. Kecemasan akibat *bullying* juga diteliti oleh Romera et al., (2022) menjelaskan bahwa persepsi teman sekelas dapat mempengaruhi kecemasan korban *bullying* ketika berada di sekolah. Penelitian kecemasan *bullying* diteliti juga oleh Pontillo et al., (2017) dan Coelho & Romão, (2018) menjelaskan bahwa kecemasan korban *bullying* ditunjukkan dengan sulitnya bersosialisasi dengan orang lain, sering merasa minder dan cenderung menghindari keramaian.

Berdasarkan penelitian diatas, dapat dilihat bahwa kecemasan korban *bullying* diakibatkan oleh interaksi sosial dan pandangan teman sekolah terhadap korban *bullying*. Pernyataan ini diperkuat dengan penelitian dari Johnson et al., (2016) menjelaskan bahwa kecemasan akibat *bullying* disebabkan oleh pandangan negatif orang lain, ketidakadilan, penyiksaan yang dilakukan di sekolah, di rumah dan di fasilitas sosial.

Kecemasan siswa yang menjadi korban *bullying* mendapat perhatian khusus guru bimbingan konseling (BK). Namun pelayanan BK di sekolah belum efektif dalam mengurangi kecemasan korban *bullying* di sekolah. Di SMAN 6 Padang, layanan BK yang dilakukan di sekolah lebih mengarah kepada bimbingan klasikal dan individual pada korban, tetapi belum terbukti efektif dengan masih meningkatnya korban akibat perilaku *bullying*. Hal ini menurut pandangan peneliti adalah guru BK belum menggunakan teknik khusus dalam mengurangi *bullying*. Selain itu, proses bimbingan konseling yang dilakukan di sekolah terkesan kurang menarik perhatian siswa dalam mengikuti proses bimbingan konseling.

Berdasarkan permasalahan yang terjadi diatas, maka peneliti membuat suatu penelitian yang bertujuan untuk mengurangi kecemasan korban *bullying* yang terjadi di sekolah menggunakan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Teknik *assertive training* ini juga memiliki keunggulan dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam pengambilan keputusan.

Teknik *assertive training* ini juga telah diuji dengan penelitian terdahulu diantaranya (1) penelitian oleh Avşar & Alkaya (2017) mengenai efektifitas *assertive training* pada anak umur sekolah menjelaskan bahwa *assertive training* cukup efektif dalam mengurangi dampak perilaku korban *bullying*, (2) penelitian Herman et al., (2020) mengenai pengaruh *assertive training* terhadap *bullying* anak SMP menjelaskan bahwa *assertive training* efektif dalam mengurangi dampak korban *bullying* dan dapat diimplementasikan sebagai strategi dalam mencegah perilaku *bullying* di sekolah, (3) penelitian Keliat et al., (2015) mengenai efektifitas *assertive*

training dalam mencegah *bullying* di Jawa Barat menjelaskan bahwa *assertive training* cukup efektif dalam mencegah *bullying*, (4) penelitian Utami et al., (2019) mengenai efektifitas *assertif training* dalam mencegah perilaku *bullying* di SMPN 52 Bandung menyimpulkan bahwa pelatihan asertif efektif untuk meningkatkan pemahaman siswa dalam berperilaku asertif, (5) penelitian Hermalinda et al., (2017) mengenai pengaruh latihan *assertive training* terhadap pencegahan perilaku *bullying* pada meningkatkan siswa SMP Negeri 28 Padang menyimpulkan bahwa penerapan teknik *assertive training* merupakan teknik yang sangat efektif terhadap pencegahan perilaku *bullying*.

Dengan menghasilkan produk berbentuk panduan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* diharapkan siswa tertarik dan guru BK pun mudah melaksanakan panduan tersebut untuk mengurangi kecemasan korban *bullying*.

B. Identifikasi Masalah

Kondisi yang terjadi sebagaimana yang telah diuraikan pada latar belakang menunjukkan bahwa perilaku *bullying* siswa terhadap siswa lainnya masih banyak terjadi di lingkungan sekolah. Hal ini mengakibatkan terjadinya kecemasan pada korban *bullying*.

Faktor-faktor yang menyebabkan perilaku *bullying* terhadap korban terdiri atas ketidakseimbangan kekuatan, niat untuk mencederai, ancaman agresi dan teror (Coloroso, 2006).

Dari latar belakang yang telah ditulis, peneliti memberikan identifikasi masalah yang dijadikan bahan penelitian sebagai berikut.

1. Meningkatnya kecemasan siswa korban *bullying* pada tiap tahunnya, salah satunya di lingkungan sekolah SMA. Hal ini disebabkan adanya siswa yang memiliki kekuasaan lebih tinggi dibandingkan yang lainnya di lingkungan sekolah tersebut.
2. Trauma/ Teror masa lalu yang dialami korban *bullying* dan terus berlanjut, sehingga kecemasan korban *bullying* di SMAN 6 Padang selalu mengalami peningkatan.
3. Pelayanan guru bimbingan konseling khususnya di SMAN 6 Padang belum terfokus dalam menyelesaikan kasus kecemasan *bullying* secara keseluruhan di sekolah tersebut.
4. Penggunaan teknik *assertive training* dalam mengurangi kecemasan korban *bullying*.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, dapat dilihat bahwa batasan masalah yang digunakan dalam penelitian ini adalah.

1. Meningkatnya kecemasan korban *bullying* pada tiap tahunnya, salah satunya di lingkungan sekolah SMAN 6 Padang. Hal ini disebabkan adanya siswa yang memiliki kekuasaan lebih tinggi dibandingkan yang lainnya di lingkungan sekolah tersebut.
2. Pelayanan guru bimbingan konseling khususnya di SMAN 6 Padang belum terfokus dalam menyelesaikan kasus kecemasan *bullying* secara keseluruhan disekolah tersebut.

3. Penggunaan teknik *assertive training* dalam mengurangi kecemasan korban *bullying*.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah secara umum dalam penelitian ini adalah bagaimana efektivitas konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk mengurangi kecemasan korban *bullying* peserta didik. Rumusan masalah secara khusus dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Apakah terdapat gambaran kecemasan korban *bullying* siswa di SMA N 6 Padang.
2. Apakah terdapat perbedaan kecemasan korban *bullying* antara siswa kelompok eksperimen yang diberikan konseling kelompok menggunakan *assertive training* dengan siswa kelompok kontrol yang diberikan konseling kelompok tanpa perlakuan khusus.
3. Apakah konseling kelompok dengan *assertive training* efektif dalam mengurangi kecemasan *bullying* siswa.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah, maka tujuan secara umum dalam penelitian ini adalah untuk menguji efektivitas konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk mengurangi kecemasan korban *bullying* siswa SMA. Tujuan khusus yang ingin diperoleh dalam penelitian ini untuk.

1. Mendeskripsikan kecemasan siswa korban *bullying* SMA 6 Padang.

2. Mengungkapkan perbedaan kecemasan korban *bullying* siswa kelompok eksperimen yang diberikan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dengan siswa kelompok kontrol yang diberikan konseling kelompok tanpa perlakuan khusus.
3. Mengungkapkan efektifitas konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training* dalam mengurangi kecemasan siswa korban *bullying* di SMA 6.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam memberikan informasi terbaru khususnya tentang efektivitas konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk mengurangi kecemasan korban *bullying* peserta didik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi subjek penelitian

Melalui panduan ini dapat membantu kecemasan korban *bullying* untuk menjadi lebih percaya diri dan berani berkata tidak kepada orang lain yang mengancam nyawanya.

b. Bagi guru BK

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam penyusunan program pelayanan khususnya dalam konseling kelompok untuk peningkatan pemahaman untuk mengurangi kecemasan korban *bullying* siswa melalui konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training*.

c. Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah dapat menggunakan penelitian ini sebagai acuan dalam memecahkan permasalahan-permasalahan BK di sekolah.

d. Bagi Pengawas Sekolah

Penelitian ini dapat dijadikan bahan atau materi yang bisa digunakan untuk mengevaluasi kinerja Guru BK.

e. Bagi Peneliti Lainnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumbangan pemikiran dalam khazanah intelektual bagi mahasiswa Program Studi S2 Bimbingan Konseling Universitas Negeri Padang tentang efektivitas konseling kelompok dengan teknik konseling *assertive training* untuk mengurangi kecemasan korban *bullying* peserta didik.