



**IMPLEMENTASI SOLUTION FOCUS BRIEF COUNSELING
UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF PADA
KORBAN BULLYING DI SMK NEGERI 3 PATI**

Oleh :
AGUNG SAPUTRO
NIM 201731047

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2020/2021



**IMPLEMENTASI SOLUTION FOCUS BRIEF COUNSELING
UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF PADA
KORBAN BULLYING DI SMK NEGERI 3 PATI**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Universitas untuk Memenuhi Salah Satu
Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan Dan Konseling**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2020/2021**

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan” (Qs. Al- Insyirah, Ayat 6)

PERSEMBAHAN:

1. Kepada Ayah (Darwi) dan Ibu (Sujinem) yang senantiasa saya cintai yang selalu memberikan dukungan dan selalu mensupport serta mendoakan yang terbaik apapun keputusan yang saya ambil.
2. Kepada mandor QC (mbak Eni) dan officer Qc (mbak Dewi) yang selalu memotivasi saya ditempat kerja supaya semangat untuk melakukan kuliah dan bekerja.
3. Teman berjuangku Siti zumairoh, dan Ellyanti yang selalu menjadi teman saya berangkat ke kampus ketika saya kecapaian atau mengantuk sehabis kerja serta menjadi teman mencari sumber buku refrensi.

4. Kakak-kakaku Mbak Riska, Mbak Arinda yang selalu memberikan arahan dan motivasi.
5. Almamaterku Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muria Kudus.



PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi oleh Agung Saputro NIM. 201731047 Program Bimbingan dan Konseling
telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus, 30 Agustus 2021

Pembimbing I


Drs. Zamroni, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0616069001

Pembimbing II


Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd., Kons.
NIDN. 0019065601

Mengetahui,

Ka. Prodi Bimbingan dan Konseling


Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd.
NIDN. 0611116401



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan atas kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala Yang Melimpahkan Rahmat, Hidayah Dan Karunia-Nya Sehingga Penulis Mampu Menyelesaikan Proposal Skripsi Dengan Judul “Implementasi *Solution Focus Brief Counseling* Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Pada Korban *Bullying* di SMK Negeri 3 Pati”. Kemudian sholawat serta salam kami haturkan kepada Nabi Muhammad sollalahu alaihi wasallam yang kita nantikan syafaatnya di hari kebangkitan kelak.

Skripsi ini diselesaikan digunakan untuk memenuhi sebagian dari persyaratan mendapat gelar sarjana pendidikan dalam bidang Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Penulis menyadari bahwa penyelesaian proposal skripsi ini tidak terlepas dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis akan menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Drs.Sucipto, M.Pd., Kons dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus.
2. Drs.Arista Kiswantoro, M.Pd Kaprogdi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus.
3. Edris Zamroni, S.Pd., M.Pd. dosen pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan serta dorongan motivasi sehingga tersusunlah skripsi ini.

4. Drs. Susilo Rahardjo,M.Pd., Kons. dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan serta dorongan motivasi sehingga tersusunlah skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen pengampu program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang sabar telah memberikan bimbingan selama perkuliahan dan memberikan bekal ilmu yang bermanfaat.
6. Kepada kedua orang tua yang selalu memberikan dukungan moril dan materiil dan memberikan dorongan motivasi untuk segera menyelesaikan proposal skripsi ini.
7. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebut satu persatu yang telah banyak membantu penulis dalam menyusun skripsi.

Semoga amal kebaikan dari semua pihak tersebut mendapat balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan kita semua. Aamiin.

Kudus, 31 Agustus 2021

Peneliti



Agung Saputro
NIM. 201731047

ABSTRACT

Saputro, Agung.2021.*Implementation of Solution Focus Brief Counseling to Improve Assertive Behavior in Bullying Victims at SMK Negeri 3 Pati.* Skripsi.Guidance and Counseling,Education Department Teacher Training and Education Factualy, Muria Kudus University. Advisor: (i) Edris Zamroni, S.Pd., M.Pd. (ii) Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd., Kons.

Keywords: *Solution Focus Brief Counseling, Assertive Behavior, and Bullying*

Bullying is a behavior with the characteristics of doing actions that harm others such as non-verbal kicking, biting, and hitting, verbally, hate speech directly or indirectly (cyber bullying) and done repeatedly. Bullying often occurs among teenagers, especially in school environments. One that can prevent bullying is by improving assertive behavior. Assertive behavior is a behavior that has confidence, can express its opinions to others, think independently and have a safe atmosphere in socializing and not afraid in facing and answering a mistake. The problem of this study is how does the increase in assertive behavior experienced by students who are victims of bullying and whether assertive behavior in victims of bullying can be improved through the Solution Focus Brief Counseling service?

The purpose of the study was to describe the increase in assertive behavior experienced by victims of bullying in SMK Negeri 3 Pati, and outline the Solution Focus Brief Counseling service in improving assertive behavior in victims of bullying.

This type of research uses case studies, where this research will be conducted at SMK Negeri 3 Pati. While the subjects of this study were 3 clients namely PNO, MF, and SAF students who experienced bullying with low assertive behavior. The study used observation, interview, and documentation methods so that researchers obtained accurate data. The analysis of the data to be used is qualitative descriptive improvement of assertive behavior in victims of bullying by using Solution Focus Brief Counseling.

Based on the results of the study showed that after the conference was given the solution focus brief counseling service researchers knew the cause of the victim experiencing low assertive behavior as well as an increase in assertive behavior displayed by the victim after being given counseling services. As for the low assertive behavior obtained by the victim because shy can not express what is inside him, stupid period because it is common to be ostracized by classmates so as to interfere with his learning achievements in school, and because he can not be forthright to friends about what is his will when getting bullying.

Suggestions: 1) To students, students are expected to be able to improve their assertive behavior better so as to avoid bullying behavior that can affect

learning achievement at school. 2) For BK teachers to be able to use the results of meetings with researchers to pay more attention to counselees and recognize student problems at SMK 3 Pati, especially those related to bullying which can affect student achievement. 3) Principals to facilitate counselors in all guidance and counseling services. 4) Researchers are expected in the future researchers can improve their ability to provide individual counseling services to help overcome the problems experienced by students, by applying techniques in counseling that are in accordance with the problems experienced by students, and can provide better counseling services so that they can provide optimal result.



ABSTRAK

Saputro, Agung.2021.*Implementasi Solution Focus Brief Counseling Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Pada Korban Bullying di SMK Negeri 3 Pati.*Skripsi. Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu pendidikan Universitas Muria Kudus.Pembimbing: (i) Edris Zamroni, S.Pd., M.Pd. (ii) Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd, Kons.

Kata kunci: *Solution Focus Brief Counseling, Perilaku Asertif, dan Bullying*

Bullying merupakan perilaku dengan karakteristik melakukan tindakan yang merugikan orang lain seperti secara non verbal menendang, menggigit, dan memukul, secara verbal yaitu ucapan kebencian secara langsung maupun secara tidak langsung (*cyberbullying*) dan dilakukan berulang-ulang. *Bullying* kerap terjadi dikalangan remaja khususnya dilingkungan sekolah. Salah satu yang dapat mencegah *bullying* yaitu dengan cara meningkatkan perilaku asertif. Perilaku asertif merupakan perilaku yang mempunyai kepercayaan diri, dapat mengemukakan pendapatnya kepada orang lain, berfikir mandiri dan memiliki suasana yang aman dalam bersosialisasi serta tidak takut dalam menghadapi dan mempertanggugjawabkan suatu kesalahan. Masalah penelitian ini adalah bagaimana peningkatan perilaku asertif yang dialami oleh murid yang menjadi korban *bullying* serta apakah perilaku asertif pada korban *bullying* dapat ditingkatkan melalui layanan *Solution Focus Brief Counseling*?

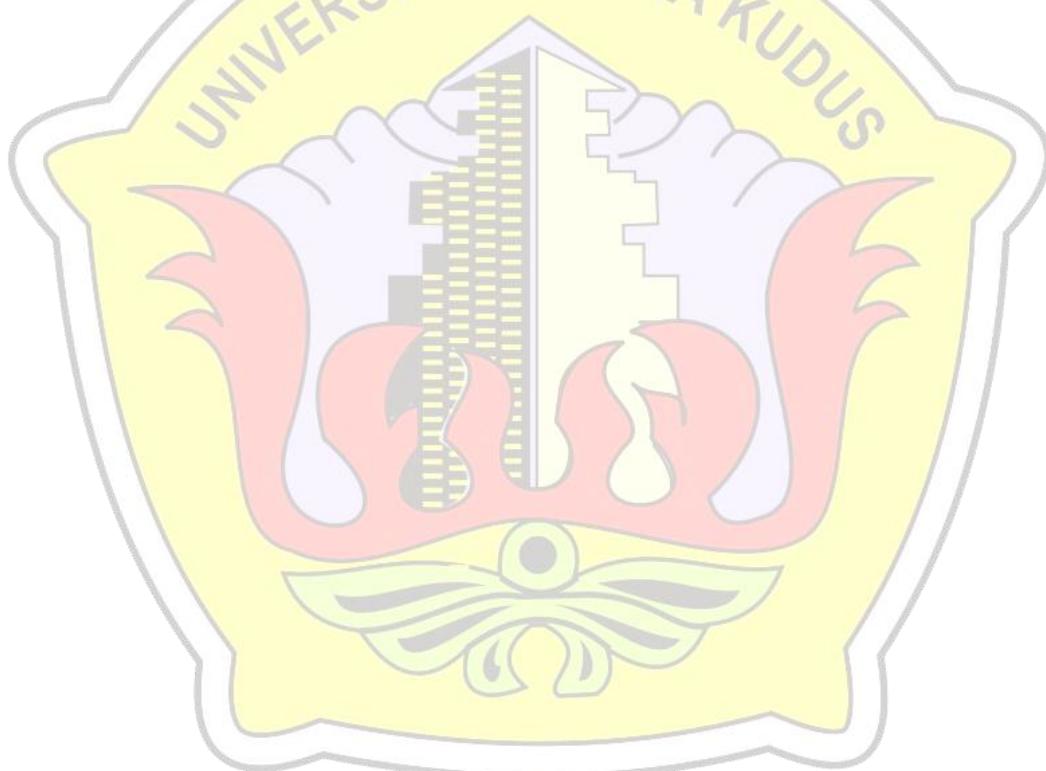
Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan peningkatan perilaku asertif yang dialami oleh korban *bullying* di SMK Negeri 3 Pati, dan menguraikan layanan *Solution Focus Brief Counseling* dalam meningkatkan perilaku asertif pada korban *bullying*.

Jenis penelitian ini menggunakan studi kasus, dimana penelitian ini akan dilakukan di SMK Negeri 3 Pati. Sedangkan subjek penelitian ini adalah 3 klien yaitu PNO, MF, dan SAF siswa yang mengalami *bullying* dengan perilaku asertif yang rendah. Penelitian ini menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi sehingga peneliti memperoleh data yang akurat. Analisis data yang akan digunakan yaitu deskriptif kualitatif peningkatan perilaku asertif pada korban *bullying* dengan menggunakan *Solution Focus Brief Counseling*.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah konseling diberikan layanan *Solution Focus Brief Counseling* peneliti mengetahui penyebab korban mengalami rendahnya perilaku asertif serta peningkatan perilaku asertif yang ditampakkan oleh korban setelah diberikan layanan konseling. Adapun perilaku asertif yang rendah didapatkan korban karena pemalu tidak bisa mengutarakan apa yang ada didalam dirinya, masa bodoh karena sudah biasa dikucilkkan teman sekelasnya sehingga mengganggu prestasi belajarnya di sekolah, dan karena tidak

bisa terus terang kepada teman terkait apa yang menjadi kemauannya saat mendapatkan *bullying*.

Saran : 1)Kepada siswa, Siswa diharapkan mampu meningkatkan perilaku asertifnya dengan lebih baik sehingga terhindar dari perilaku *bullying* yang bisa mempengaruhi prestasi belajar di sekolah. 2)Kepada guru BK supaya dapat menggunakan hasil pertemuan dengan peneliti untuk lebih memperhatikan konseli dan mengenali permasalahan-permasalahan siswa di SMK 3 Pati khususnya yang berhubungan dengan *bullying* yang bisa mempengaruhi prestasi belajar siswa. 3) Kepala Sekolah agar memfasilitasi konselor dalam semua layanan bimbingan dan konseling. 4)Peneliti diharapkan kedepannya peneliti dapat meningkatkan kemampuannya untuk memberikan layanan konseling individu untuk membantu mengatasi masalah yang dialami oleh siswa, dengan menerapkan teknik-teknik dalam konseling yang sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh siswa, serta dapat memberikan pelayanan konseling yang lebih baik sehingga dapat memberikan hasil yang optimal.



DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRACT	ix
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Fokus dan Lokus Penelitian	6
1.2.1 Fokus Penelitian	6
1.2.2 Lokus Penelitian	6
1.3 Rumusan Masalah	6
1.4 Tujuan Penelitian	6
1.5 Manfaat Penelitian	7
1.5.1 Manfaat Teoritis	7
1.5.2 Manfaat Praktis	7
1.6 Ruang Lingkup.....	8
BAB II KAJIAN PUSATA	10
2.1 Kajian Teori	10
2.1.1 Solution Focus Brief Counseling	10
2.1.1.1 Pengertian Pendekatan <i>Solution Focus Brief Counseling</i>	10
2.1.1.2 Konsep Dasar Pendekatan <i>Solution Focus Brief Counseling</i>	12
2.1.1.3 Hakikat Manusia Menurut <i>Solution Focus Brief Counseling</i>	15

2.1.1.4 Hubungan Konselor dan Konseli Dalam <i>Solution Focus Brief Counseling</i>	17
2.1.1.5 Teknik Pendekatan <i>Solution Focus Brief Counseling</i>	18
2.1.1.6 Proses Pendekatan <i>Solution Focus Brief Counseling</i>	23
2.1.2 Perilaku asertif.....	28
2.1.2.1 Pengertian Perilaku Asertif	28
2.1.2.2 Ciri-Ciri Perilaku Asertif.....	29
2.1.2.3 Aspek-Aspek Perilaku Asertif.....	31
2.1.2.4 Faktor-Faktor Perilaku Asertif	35
2.1.2.5 Macam-Macam Perilaku Asertif	39
2.1.3 Korban <i>Bullying</i>	40
2.1.3.1 Pengertian Perilaku <i>Bullying</i>	40
2.1.3.2 Faktor-Faktor <i>Bullying</i>	41
2.1.3.3 Bentuk-Bentuk <i>Bullying</i>	47
2.1.3.4 Dampak <i>Bullying</i>	49
2.1.3.5 Cara Menghadapi <i>Bullying</i>	50
2.1.4 Solution Focus Brief Counseling Untuk Mengatasi Kecemasan Korban <i>Bullying</i>	51
2.2 Kajian Penelitian Relevan	53
2.3 Kerangka Berfikir.....	54
BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	58
3.1 Rancangan Penelitian	58
3.2 Data Dan Sumber Data.....	62

3.3	Pengumpulan Data	63
3.4	Analisis Data	78
BAB IV HASIL PENELITIAN		81
4.1	Hasil Penelitian	81
4.1.1.	Hasil Penelitian Konseli I (PNO)	81
4.1.1.1	Data Identitas Konseli I (PNO)	81
4.1.1.2	Deskripsi Masalah Konseli.....	82
4.1.1.3	Sumber Data	83
4.1.1.4	Analisis Data	87
4.1.1.5	Pelaksanaan Konseling	88
4.1.1.6	Kesimpulan Hasil Konseling Konseli I (PNO)	96
4.1.2.	Hasil Penelitian Konseli II (SAF)	98
4.1.2.1	Data Identitas Konseli II (SAF)	98
4.1.2.2	Deskripsi Masalah Konseli	99
4.1.2.3	Sumber Data.....	100
4.1.2.4	Analisis Data	104
4.1.2.5	Pelaksanaan Konseling Konseli II (SAF)	105
4.1.2.6	Kesimpulan Hasil Konseling Konseli II (SAF)	114
4.1.3.	Hasil Penelitian Konseli III (MF)	116
4.1.3.1	Data Identitas Konseli III (MF).....	116
4.1.3.2	Deskripsi Masalah Konseli	117
4.1.3.3	Sumber Data.....	118
4.1.3.4	Analisis Data	121

4.1.3.5 Pelaksanaan Konseling Konseli III (MF).....	123
4.1.3.6 Kesimpulan Hasil Konseling Konseli III (MF).....	131
4.2 Pembahasan	133
4.2.1 Pembahasan Hasil Konseling Dengan Konseli I (PNO).....	133
4.2.2 Pembahasan Hasil Konseling Dengan Konseli II (SAF)	136
4.2.3 Pembahasan Hasil Konseling Dengan Konseli III (MF)	139
4.3 Temuan-temuan di lapangan	141
4.3.1 Kendala-kendala Saat Penelitian.....	141
4.3.2 Usaha Yang Dilakukan Peneliti Untuk Mengatasi Kendala YangDitemukan	142
4.3.1 Kemudahan-kemudahan Dalam Penelitian	142
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	144
5.1 Kesimpulan	144
5.1.1 Kasus Konseli I PNO	145
5.1.2 Kasus Konseli II SAF	146
5.1.3 Kasus Konseli III MF	147
5.2 Saran.....	149
5.2.1 Siswa	149
5.2.2 Guru Bimbingan dan Konseling	149
5.2.3 Kepala Sekolah.....	149
5.2.4 Peneliti	149
DAFTAR PUSTAKA	151
LAMPIRAN.....	156

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Rencana Kegiatan Jadwal Penelitian Implementasi <i>Solution Focus Brief Counseling</i> Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Pada Korban Bullying di SMK Negeri 3 Pati	58



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Berfikir Penelitian Implementasi <i>Solution Focus Brief</i>	
<i>Counseling Untuk Meningkatkan Sikap Asertif Pada Korban</i>	
<i>Bullying</i> di SMK Negeri 3 Pati	57
1. Dokumentasi Wawancara Dengan Guru BK	284
2. Wawancara Dengan Ketua Kelas XI Tata Busana 4.....	284
3. Wawancara Dengan NSS	285
4. Wawancara Dengan Konseli PNO	286
5. Wawancara Dengan Konseli SAF.....	287
6. Wawancara Dengan Konseli MF	288
7. Konseling 1 SAF.....	289
8. Laiseg Konseling 1 SAF	291
9. Konseling 2 SAF	292
10. Laiseg Konseling 2 SAF	293
11. Konseling 1 PNO	294
12. Laiseg Konseling 1 PNO	296
13. Konseling 1 MF	297
14. Laiseg Konseling 1 MF.....	299
15. Konseling 2 MF	300
16. Laiseg Konseling 2 MF.....	301
17. Wawancara dan Observasi Konseli Sesudah Konseling.....	302
18. Surat Ijin Penelitian Dari Kampus	303

19. Surat Ijin Penelitian Dari Sekolah.....	304
20. Surat Selesai Penelitian Dari Sekolahan	305
21. Surat Keterangan Selesai Bimbingan Skripsi	306
22. Permohonan Ujian Skripsi	307
23. Kartu Bimbingan Skripsi	308



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Wawancara Terhadap Guru BK kelas XI Tata Busana 4 Sebelum Konseling	156
2. Hasil Wawancara Terhadap Teman Sekelas Konseli Sebelum Konseling 	158
3. Hasil Wawancara Terhadap Teman Sekelas Sekaligus Ketua Kelas Konseli Sebelum Konseling.....	159
4. Hasil Wawancara dengan PNO Sebelum Konseling	160
5. Hasil Wawancara dengan SAF Sebelum Konseling	162
6. Hasil Wawancara dengan MF Sebelum Konseling	164
7. Hasil Wawancara Dengan Teman Sekaligus Ketua Kelas Konseli Sesudah Konseling	166
8. Hasil Observasi Sebelum Konseling	167
9. Data Studi Kasus SAF	169
10. Persiapan Konseling Individual Saf	171
11. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Perorangan Pertemuan Pertama (SAF)	175
12. Verbatim Pelaksanaan Konseling Pertemua 1 (SAF)	179
13. Laporan Pelaksanaan dan Evaluasi, Analisis dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Konseling Perorangan Pertama Pada Konseli (SAF)..	186
14. Laiseg Konseling Pertemuan Pertama (SAF)	188
15. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Perorangan Pertemuan	

Kedua (Saf)	190
16. Verbatim Pelaksanaan Konseling Pertemua 2 (SAF)	193
17. Laporan Pelaksanaan dan Evaluasi, Analisis, dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Konseling Perorangan Kedua Pada Konseli (SAF).....	200
18. Laiseg Konseling Pertemuan Kedua	203
19. Hasil Wawancara Sesudah Konseling.....	205
20. Hasil Observasi Sesudah Konseling	207
21. Hasil Observasi Sebelum Konseling.....	209
22. Data Studi Kasus PNO.....	211
23. Persiapan Konseling Individual PNO	213
24. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Perorangan Pertemuan Pertama (PNO).....	217
25. Verbatim Pelaksanaan Konseling Pertemua 1 (PNO)	221
26. Laporan Pelaksanaan dan Evaluasi, Analisis dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Konseling Perorangan Pertama Pada Konseli (PNO) .	227
27. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Perorangan Pertemuan Kedua (PNO)	229
28. Verbatim Pelaksanaan Konseling Pertemua 2 (PNO)	232
29. Laporan Pelaksanaan dan Evaluasi, Analisis, dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Konseling Perorangan Kedua Pada Konseli (PNO)....	238
30. Laiseg Konseling Pertemuan Kedua	241
31. Hasil Wawancara Sesudah Konseling.....	243
32. Hasil Observasi Sesudah Konseling	244

33. Hasil Observasi Sebelum Konseling.....	246
34. Data Studi Kasus MF	248
35. Persiapan Konseling Individual MF	250
36. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Perorangan Pertemuan Pertama (MF)	254
37. Verbatim Pelaksanaan Konseling Pertemua 1 (MF).....	258
38. Laiseg Konseling Pertemuan Pertama MF	263
39. Laporan Pelaksanaan dan Evaluasi, Analisis, dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Konseling Perorangan Pertama Pada Konseli (MF) ...	265
40. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Perorangan Pertemuan Kedua (MF).....	267
41. Verbatim Pelaksanaan Konseling Pertemua 2 (PNO)	270
42. Laporan Pelaksanaan dan Evaluasi, Analisis, dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Konseling Perorangan Kedua Pada Konseli (MF)	276
43. Laiseg Konseling Pertemuan Kedua.....	279
44. Wawancara Sesudah Konseling	281
45. Hasil Observasi Sesudah Konseling	282
46. Riwayat Hidup Peneliti	284
47. Pernyataan.....	285