

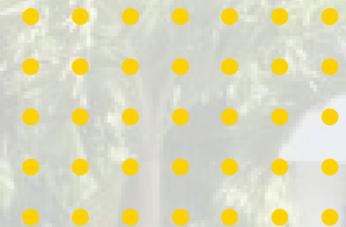


**BiMA**  
BASIS INFORMASI PENELITIAN DAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



**PPSUNM**

# **PERAN GURU BK DAN PENDEKATAN BEHAVIOR UNTUK MENCEGAH PERILAKU *BULLYING* BERBASIS GENDER**



## PERAN GURU BK

Peran guru bimbingan dan konseling cukup penting dalam mengatasi dan mencegah *bullying*. Upaya yang dilakukan untuk mencegah perundungan melalui penyuluhan dan bimbingan meliputi tindakan preventif, tindakan kuratif.

Guru pembimbing atau konselor harus bekerja sama dengan berbagai pihak seperti kepala sekolah, asisten kepala sekolah dan guru mata Pelajaran, serta orang tua. Koordinasi dan pemantauan terhadap pencegahan dan mitigasi perundungan harus benar-benar terjalin agar perundungan tidak menjadi budaya dan tidak lagi dianggap normal di kalangan siswa sekolah (Putri, R. E., et. al., 2024).

Dalam upaya pencegahan dan penanganan perilaku *bullying* disekolah, guru BK sangat berperan penting didalamnya. adapun hal yang harus dilakukan oleh guru BK adalah:

- Guru BK harus paham mengenai perilaku *Bullying*.
- Guru BK perlu meningkatkan kompetensi diri tentang penanganan perilaku *bullying*.
- Guru BK memberikan layanan BK untuk mencegah perilaku *bullying*. layanan BK yang dominan dilakukan adalah layanan orientasi.
- Guru BK melakukan kerja sama dengan personil sekolah.

## HAKIKAT MANUSIA

Pendekatan behavior ini menganggap bahwa pada dasarnya manusia bersifat mekanistik atau merespon kepada lingkungan dengan kontrol yang terbatas, hidup dalam alam deterministik dan sedikit berperan aktif dalam menentukan martabatnya. Manusia memulai kehidupannya dan memberikan reaksi terhadap lingkungannya dan interaksi ini menghasilkan pola-pola perilaku yang akan membentuk kepribadian. Perilaku seseorang ditentukan oleh intensitas dan beragamnya jenis penguatan (reinforcement) yang diterima dalam situasi hidupnya.

## ASUMSI DASAR

Karakteristik dan asumsi mendasar dalam behavioristik adalah:

- (1) terapi perilaku didasarkan pada prinsip dan prosedur metode ilmiah
- (2) terapi perilaku berhubungan dengan permasalahan konseli dan faktor faktor yang mempengaruhinya
- (3) konseli dalam terapi perilaku diharapkan berperan aktif berkaitan dengan permasalahannya
- (4) menekankan keterampilan konseli dalam mengatur dirinya dengan harapan mereka dapat bertanggung jawab
- (5) ukuran perilaku yang terbentuk adalah perilaku yang nampak dan tidak nampak, mengidentifikasi permasalahan dan mengevaluasi perubahan.

## ASUMSI DASAR

karakteristik dan asumsi mendasar dalam behavioristik adalah:

- (6) menekankan pendekatan self-control di samping konseli belajar dalam strategi mengatur diri
- (7) intervensi perilaku bersifat individual dan menyesuaikan pada permasalahan khusus yang dialami konseli
- (8) kerjasama antara konseli dengan konselor
- (9) menekankan aplikasi secara praktis
- (10) konselor bekerja keras untuk mengembangkan prosedur kultural secara spesifik untuk mendapatkan konseli yang taat dan kooperatif.

## TUJUAN PENDEKATAN BEHAVIOR

Pendekatan behavior bertujuan untuk menghilangkan tingkah laku yang salah dan membentuk tingkah laku baru. Pendekatan tingkah laku dapat digunakan dalam menyembuhkan berbagai gangguan tingkah laku dari yang sederhana hingga yang kompleks, baik individual maupun kelompok.

## TEKNIK KONSELING BEHAVIOR

1. Teknik operant conditioning, prinsip-prinsip kunci dalam behavioral adalah penguatan positif, penguatan negatif, extinction, hukuman positif dan hukuman negatif.
2. Model asesmen fungsional, merupakan blueprint bagi konselor dalam memberikan intervensi yang diperlukan oleh konseli. Langkah-langkah yang disiapkan konselor dilakukan tahap demi tahap dalam memberikan perlakuan.

## TEKNIK KONSELING BEHAVIOR

3. Relaxation training and related methods, adalah teknik yang dipakai untuk melatih konseli agar melakukan relaksasi. Dalam pelaksanaannya konselor dapat memodifikasi teknik ini dengan systematic desentisization, asertion training, self management programs. Teknik ini tepat digunakan untuk terapi-terapi klinis.
4. Systematic desentisization merupakan teknik yang tepat untuk terapi bagi konseli yang mengalami phobia, anorexia nervosa, depresi, obsesif, kompulsif, gangguan body image.

## TEKNIK KONSELING BEHAVIOR

5. Exposure therapies. Variasi dari exposure therapies adalah in vivo desensitization dan flooding, teknik terapi ini dengan memaksimalkan kecemasan/ketakutan konseli.
6. Eye movement desensitization and reprocessing, didesain dalam membantu konseli yang mengalami post traumatic stress disorder.
7. Assertif training, metode ini didasarkan pada prinsip-prinsip terapi kognitif perilaku. Ditujukan bagi konseli yang tidak dapat mengungkapkan ketegasan dalam dirinya.

## TEKNIK KONSELING BEHAVIOR

8. Self-management programs and self-directed behavior, terapi bagi konseli untuk membantu terlibat dalam mengatur dan mengontrol dirinya.
9. Multimodal therapy; clinical behavior therapy dikembangkan dengan berdasar pada pendekatan secara holistic dari teori belajar sosial dan terapi kognitif kemudian sering disebut dengan technical eclecticism.

Assertive training adalah teknik yang bisa dilakukan secara berkelompok dan latihan ini dapat diberikan kepada remaja/pelajar agar mampu mengekspresikan atau mengungkapkan keinginannya secara tepat. Tujuan dari teknik assertive training ini adalah mempraktekkan melalui peran dan kecakapan-kecakapan bergaul yang baru diperoleh sehingga individu-individu diharapkan mampu mengatasi ketidakmampuannya dan belajar bagaimana mengungkapkan perasaan dan pikiran mereka secara lebih terbuka disertai keyakinan bahwa mereka berhak menunjukkan reaksi-reaksi terbuka itu. Hal ini dilakukan agar setiap orang dapat mengekspresikan kemampuan interpersonalnya tanpa merugikan orang lain.

## TAHAPAN ASSERTIF TRAINING

Konseling assertive training terdiri dari tiga tahap yaitu tahap awal, tahap kerja, dan tahap akhir (Maharani et al., 2021).

Pertama, tahap awal menekankan pada building rapport antara peneliti/konselor dengan konseli /siswa dalam kelompok eksperimen yang meliputi: perkenalan diri, penjelasan tujuan pelaksanaan konseling, eksplorasi tentang harapan, serta kekhawatiran terhadap proses konseling yang akan dilakukan.

## TAHAPAN ASSERTIF TRAINING

Kedua, tahap kerja, tiap konseli diberikan kesempatan untuk melakukan enam sub tahapan yang terdiri dari: a. Mengidentifikasi keadaan yang menimbulkan persoalan bagi konseli; b. Konselor, anggota kelompok, dan konseli membedakan perilaku asertif dan tidak asertif serta menentukan perubahan perilaku yang diharapkan; c. Bermain peran, pemberian umpan balik, serta pemberian model perilaku yang lebih baik; d. Melaksanakan latihan dan mempraktikkan perilaku seperti saran dan umpan balik yang diberikan peneliti dan anggota kelompok yang lain; e. Konseli mengulang latihan kembali tanpa bantuan konselor dan anggota kelompok yang lain; dan f. Konselor memberi tugas rumah kepada konseli untuk mempraktikkan perilaku yang sudah diperankan dalam kehidupan sehari-hari.

## TAHAPAN ASSERTIF TRAINING

Kedua, tahap kerja, tiap konseli diberikan kesempatan untuk melakukan enam sub tahapan yang terdiri dari: a. Mengidentifikasi keadaan yang menimbulkan persoalan bagi konseli; b. Konselor, anggota kelompok, dan konseli membedakan perilaku asertif dan tidak asertif serta menentukan perubahan perilaku yang diharapkan; c. Bermain peran, pemberian umpan balik, serta pemberian model perilaku yang lebih baik; d. Melaksanakan latihan dan mempraktikkan perilaku seperti saran dan umpan balik yang diberikan peneliti dan anggota kelompok yang lain; e. Konseli mengulang latihan kembali tanpa bantuan konselor dan anggota kelompok yang lain; dan f. Konselor memberi tugas rumah kepada konseli untuk mempraktikkan perilaku yang sudah diperankan dalam kehidupan sehari-hari.



**BiMA**  
BASIS INFORMASI PENELITIAN DAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



**PPSUNM**

# THANK YOU

Peserta didik berhak untuk hidup aman dan nyaman. Mereka penerus bangsa perlu di jaga, di sayang dan di lindungi untuk indonesia maju.....

- Muhammad Silmi Kaffah