

Bunu, Y. Helmuth. (2020). Peran Konseling dalam Mereduksi Traumatik pada Siswa yang Mengalami Bullying.

Cendekia, 14(2), 93-109. DOI:10.30957/Cendekia.v14i2.625.

Peran Konseling dalam Mereduksi Traumatik pada Siswa yang Mengalami Bullying

Helmuth Y. Bunu

Guru Besar Tetap Pada Program Pascasajana

Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Palangka Raya Kalimantan Tengah

E-mail: hyb047@yahoo.co.id

Abstract

The number of bullying cases experienced by students of SMPN 8 Kota Palangka Raya, has made all parties concerned. The guidance and counselling teacher is the party most concerned with this incident. To address this problem, guidance and counselling teachers apply crisis counselling in order to reduce or suppress the traumatic level felt by students who experience bullying. This study aims to determine the role of crisis counselling in reducing the level of trauma experienced by bullying victim students. The method used in this research is qualitative. This approach was chosen because it wanted to get clear answers based on the understanding of the researcher based on the understanding of the informants, in this case the school principal, counselling teachers, subject teachers, students who experienced bullying violence, and the perpetrators of bullying. The results of the data analysis concluded that crisis counselling was able to suppress trauma in students who were victims of bullying. This is because the competence of guidance and counselling teachers in implementing crisis counselling already has a lot of experience, and can act wisely, objectively, and in accordance with existing theories.

Keywords: crisis counseling, reduction, trauma, bullying

1. PENDAHULUAN

Masalah bullying dalam beberapa tahun terakhir telah meningkat secara signifikan dan memiliki dampak traumatis yang mendalam pada siswa yang mengalaminya. Bentuk bullying yang dilakukan oleh siswa sangat bervariasi, mulai dari fisik hingga psikis. Trauma yang dialami sangat lama bahkan sangat sulit untuk dilupakan oleh korban (Rahayu, 2017).

Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menunjukkan adanya peningkatan kasus perilaku kekerasan (bullying) yang signifikan dari 67 kasus pada tahun 2014 menjadi 79 kasus pada tahun 2015 (Republika.co.id, 30 Desember 2015). Berdasarkan survei Plan Indonesia dan SEJIWA terhadap 1.500 siswa SMP dan SMA di 3 kota besar, yaitu Jakarta, Yogyakarta, dan Surabaya, pada tahun 2008, 67% siswa SMP dan SMA menyatakan telah terjadi bullying di sekolahnya. Pelakunya adalah

teman, kakak kelas, adik kelas, guru, kepala sekolah, dan preman yang ada di sekitar sekolah (Kompas.com, 27 November 2008). Pada tahun 2005 seorang siswa SMP bunuh diri, karena tidak tahan dengan ejekan teman-temannya yang mengatakan bahwa dia adalah anak bubur (liputan6.com, 07 Oktober 2008).

Kasus-kasus yang terjadi tentunya berdampak besar pada anak dan remaja sehingga meninggalkan dampak traumatis yang mendalam seperti depresi, penyangkalan, rasa malu, ketakutan, kesedihan, membolos, mimpi buruk, berbohong, psikosomatis dan lain sebagainya. Oleh karena itu diperlukan intervensi yang tepat, salah satunya melalui konseling krisis (Rahayu, 2017).

Selain itu, remaja saat ini memang sudah mencapai titik kritis. Krisis tersebut muncul terkait dengan perubahan-perubahan yang menyertai perkembangan masa remaja. Oleh karena itu, krisis pada remaja ini sering disebut dengan krisis pembangunan. Untuk menghindari ancaman krisis yang lebih besar bagi remaja, tentunya diperlukan layanan pendampingan bagi mereka. Remaja tidak akan bisa lepas dari masa krisis ini dengan mudah tanpa bantuan orang dewasa lainnya. Ini karena ketika seseorang berada dalam situasi krisis, timbul ketidakberdayaan dan ketidakseimbangan psikologis. Oleh karena itu, layanan konseling merupakan salah satu layanan bantuan nyata yang sangat dibutuhkan oleh remaja saat ini (Kusmaryani, dkk, 2019).

Kondisi krisis dapat dikatakan sebagai bumerang, dimana ketika krisis dialami oleh seseorang yang siap atau tangguh, ibarat senjata dalam kondisi krisis yang dapat membuat individu tersebut semakin tangguh. Di sisi lain, bagi individu yang kurang siap, kondisi krisis justru dapat merugikan individu tertentu yang tidak mampu melewati krisis dengan baik. Setiap individu tentunya memiliki ketahanan yang berbeda terhadap krisis. Krisis bagi satu individu belum tentu merupakan kondisi krisis bagi individu lainnya. Oleh karena itu, perlu lebih banyak perhatian untuk mempersiapkan setiap orang agar waspada jika terjadi krisis.

Krisis adalah tekanan yang dialami oleh seseorang yang secara negatif mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berpikir, merencanakan, dan memecahkan masalah secara efektif. Konseling krisis merupakan proses yang dilakukan oleh para profesional terlatih dalam menjalin hubungan saling percaya dengan individu yang berada di bawah tekanan sehingga berdampak negatif pada kemampuan individu dalam berpikir, merencanakan, dan menyelesaikan masalah secara efektif.

Setiap manusia pasti pernah atau akan mengalami krisis dalam hidupnya. Krisis dapat terjadi ketika seseorang mengalami perubahan dalam hidupnya yang sifatnya drastis, sehingga bagi individu yang belum siap kemungkinan besar akan terjadi ketidakseimbangan dalam hidupnya. Banyak penggambaran kondisi krisis yang tidak jauh dari kehidupan kita sehari-hari, seperti bencana alam berupa kekerasan, baik fisik maupun non fisik, pindah ke lingkungan baru, kematian orang terdekat, bahkan lahirnya keluarga baru. anggota dapat menyebabkan krisis.

Individu yang mengalami krisis melalui proses yang penuh ketidakpastian secara bertahap, yaitu: 1) mengalami peristiwa pencetus tertentu, 2) individu menghadapi peristiwa tertentu yang datang secara tiba-tiba dengan perasaan terancam dan selalu dipenuhi kecemasan yang tinggi, 3) respons yang ditampilkan oleh individu cenderung tidak terorganisir dan tidak efektif, dan 4) individu mengembangkan strategi koping yang disebabkan oleh stres (Kusmaryani, et al, 2019).

Terhadap situasi krisis yang dialami, individu umumnya menunjukkan reaksi negatif seperti: a) Bingung. Manifestasi dari reaksi ini biasanya berupa kesulitan memahami apa yang sedang dialami atau terjadi dan kesulitan mendapatkan gambaran resolusi terhadap stres yang dihadapi. b) Bahaya. Dalam konteks ini, individu memandang kondisi krisis sebagai bahaya yang mengancam, merasa terancam, bahkan seolah tidak dapat menahan datangnya malapetaka yang dahsyat. Pada akhirnya individu mengalami luka fisik dan psikis yang sulit diatasi. c) Bingung. Mengenai krisis yang dialami individu, pada umumnya individu sulit untuk mengemukakan alasan dan merumuskan rencana resolusi krisis untuk mengatasi tekanan negatif yang dialaminya. Dalam kondisi ini, individu mengalami perasaan “tertusuk” dan tidak mampu menerapkan strategi pemecahan masalah. Ada kepercayaan pada individu-individu ini bahwa mereka selalu gagal dan tidak berdaya. d) Keputusan. Kondisi putus asa ini membuat individu yang mengalami krisis biasanya tidak mampu menghadapi masalah secara logis bahkan cenderung membuang solusi yang dipandang mungkin untuk menyelesaikan masalah tersebut. e) Acuh tak acuh. Tekanan yang dialami individu kemudian membuat individu tersebut berhenti berusaha dan menolak berbagai upaya untuk menyelesaikan krisis yang dihadapinya. f) Tak berdaya. Individu yang dihadapkan pada situasi krisis cenderung percaya bahwa mereka tidak mungkin membantu diri sendiri dan mengharapkan orang lain untuk membantu. g) Anggaph bantuan itu penting. Oleh karena itu, biasanya individu cenderung membutuhkan pemecahan masalah baik dengan berusaha atau mencari bantuan dari orang lain. h) Merasa tidak nyaman. Adanya reaksi tidak menyenangkan akibat suatu krisis membuat individu merasa tidak tenang. Mereka mengalami kesulitan berpikir secara efektif untuk memecahkan masalah. Hal ini menyebabkan kecemasan yang berakibat pada ketidakmampuan untuk menenangkan diri dan berkonsentrasi (Kusmaryani, et al, 2019).

Menurut McLeod (2006), “*counseling includes working with multiple people and relationships which can take the form of self-development, crisis support, psychotherapists, guidance or problem solving. There are several types of counseling services. Given the condition of adolescents during a developmental crisis, crisis counseling services are a suitable alternative*”. Hal itu dapat dimaknai bahwa, konseling berkaitan dengan banyak orang dan hubungan yang terjadi antara konselor dan konseli dapat berupa pengembangan diri, dukungan krisis, psikoterapis, bimbingan atau pemecahan masalah. Menurut Mc Leod ada beberapa jenis layanan konseling. Mengingat kondisi remaja saat terjadi krisis perkembangan, maka layanan konseling krisis merupakan alternatif yang cocok.

Faktor yang membedakan konseling krisis dengan konseling lainnya adalah adanya situasi krisis yang menyebabkan ketidakseimbangan psikologis individu dan kelompok dalam masyarakat. Situasi krisis umumnya ditandai dengan perubahan yang tiba-tiba, tiba-tiba dan tidak pasti. Oleh karena itu, konseling krisis cocok untuk situasi tertentu yang menyebabkan ketidakseimbangan psikologis. Konseling krisis diyakini oleh banyak ahli sangat tepat untuk membantu konseli (mahasiswa) dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, yaitu masalah bullying yang dialaminya. Dengan harapan, tragedi bullying yang dialami secara bertahap bisa dikurangi.

Kompas, 27 November 2008 memaparkan hasil penelitiannya yang dilakukan pada bulan Mei hingga Oktober dengan sampel 113 siswa di dua SMA negeri dan swasta di Yogyakarta. Hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat perundungan fisik tertinggi adalah ditendang atau didorong dengan persentase sebesar 75,22 persen. Disusul push up atau lari (71,68 persen), dipukul (46,02 persen), ditekel atau diinjak dengan kaki (34,51 persen), disambar atau ditampar (23,9 persen), dilempar dengan benda (23,01 persen) persen), diludahi (22,12 persen)), ditolak (15,93 persen), di-hack / dikompresi (30,97 persen). Sedangkan psikis bullying tertinggi adalah fitnah atau gosip (92,99 persen), penghinaan di depan umum (79,65 persen), dihina atau dicerca (44,25 persen), terdakwa (38,05 persen), diteriaki (38,05 persen)), dan diancam (33,62 persen). Kompas edisi lain, 17 Mei 2008, dari tiga kota yang melakukan survei tentang gambaran bullying di sekolah, Yogyakarta mencatat angka tertinggi dibandingkan Jakarta dan Surabaya. Bullying ditemukan di 70,65 persen SMP dan SMA di Yogyakarta.

Penelitian ini bermaksud menjawab rumusan masalah, apakah konseling krisis mampu mengurangi trauma bullying yang dialami siswa SMPN 8 Palangka Raya? Tujuan yang ingin dicapai adalah mendapatkan jawaban sebagai konseling krisis yang efektif untuk mengurangi dampak trauma bullying yang dialami siswa. Dengan demikian, hal baru yang diharapkan melalui penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat efektivitas konseling krisis yang dapat mengurangi dampak trauma yang dialami oleh mahasiswa yang pernah mengalami bullying.

2. LANDASAN TEORI

Krisis merupakan titik balik yang jelas dalam perkembangan berbagai peristiwa. Krisis juga dapat dimaknai sebagai, "*The perception or experience of an event or situation as intolerable difficulty, which exceeds one's resources and ability to cope with it at that time*" (Kanel, 2009). Menurut Geldard, (1993) "*Crisis situations are high risk situations. Meanwhile, according to Gladding (2012) the definition of the term crisis is "the perception or experience of an event or situation as an intolerable difficulty, which exceeds one's resources and ability to overcome it at that time."*

Krisis adalah tekanan yang dialami seseorang dan secara negatif mempengaruhi kemampuannya untuk berpikir, merencanakan dan memecahkan masalah secara efektif. Sandoval: (2002) mengungkapkan bahwa terdapat enam taksonomi krisis berdasarkan dampaknya terhadap individu. Taksonomi krisis meliputi: 1) krisis disposisional. *This*

Bunu, Y. Helmuth. (2020). Peran Konseling dalam Mereduksi Traumatik pada Siswa yang Mengalami Bullying.

Cendekia, 14(2), 93-109. DOI:10.30957/Cendekia.v14i2.625.

crisis is related to a crisis of confidence, burdens and others. This crisis can be resolved by providing information; 2) *Transisi Kehidupan yang diantisipasi. This crisis can occur in individual life transitions, such as entering new students, changing classes, changing schools, losing new siblings, pregnancy and so on.;* 3) *Stres Traumatis. Krisis ini merupakan krisis emosional yang dipicu oleh stres eksternal yang sering muncul dalam situasi penyakit parah, kekerasan atau kematian yang tidak terduga, ancaman kematian, perang, bencana alam atau bencana buatan manusia;* 4) *Krisis Perkembangan Kedewasaan, yaitu, "Crises related to interpersonal situations, unfinished problems and efforts to reach emotional maturity. Problems that arise can be in the form of dependence, conflict of values and sexual identity that usually occurs in adolescents";* 5) *Krisis yang Mencerminkan Psikopatologi. "This crisis is associated with psychopathology or mental illness. The task of the counselor at school is to prevent the decline in children's adjustment while maintaining their academic function".* 6) *Keadaan Darurat Psikiatri. "This crisis is related to a person's psychological factors that can be helped through counseling. This crisis usually disrupts the general functioning of the individual, so that the individual becomes incompetent to assume personal responsibility"* . Kondisi krisis dapat direspon dengan berbagai cara untuk setiap individu, tergantung pada ketahanan individu itu sendiri.

Krisis bisa terjadi pada setiap individu secara tiba-tiba. Individu yang tidak mampu menghadapi kondisi krisis dapat mengalami ketidakseimbangan dalam hidup. Krisis adalah tekanan yang dialami seseorang dan secara negatif memengaruhi kemampuannya untuk berpikir, merencanakan, dan memecahkan masalah secara efektif. Rentang waktu krisis yang relatif singkat dapat menimbulkan dampak masalah yang berkepanjangan bagi individu (Fauziah, 2017).

Krisis itu sendiri merupakan kondisi yang perlu segera diberikan layanan karena sifatnya yang mendadak dan kontras. Krisis yang dialami seseorang mungkin bukan krisis bagi orang lain, akan tetapi bagi orang tertentu hal itu memiliki arti khusus sehingga menjadi masalah yang besar (Echterling, et.al, 2005). Oleh karena itu, bimbingan dan konseling sebagai layanan dalam pendidikan formal yang memiliki fungsi preventif dan kuratif bagi permasalahan siswa perlu disiapkan untuk membantu siswa menghadapi kondisi krisis yang bisa datang kapan saja (Fauziah, 2017).

Pendekatan berbasis krisis telah dikembangkan oleh beberapa tokoh terkenal sejak lama. Sandoval (2002) menyebutkan tiga tokoh yang mempengaruhi perkembangan pendekatan krisis, yaitu Lindemann, Erikson dan Gerald Caplan. *"The history of the development of this crisis-based approach dates back to a fire at a nightclub called Coconat Grove in Boston in the late 1930s. The fire resulted in many injuries and deaths. A social scientist named Lindemann made in-depth observations about the reactions of the victims and their families. These observations were followed up with the establishment of a mental health institute at Wellesley, the creation of a foundation and ideas about crises, crisis intervention for traumatic events."*

Krisis ini dapat mengakibatkan trauma, baik berat maupun ringan. Trauma menurut Chaplin (2001) adalah *"Wounds that are physical, physical and*

psychological. Trauma can cause anxiety disorders". Menurut Strauser, dkk. (2006) Trauma adalah *"An event involving someone marked by an incident that caused him to be injured or died, which causes feelings of terror and despair"*. Sedangkan menurut Golemen (2001) *"Trauma sufferers experience changes in the limbic circuit that centers on the amygdala. So that trauma is an event that involves an individual causing an event that can have an impact physically, physically and psychologically"*.

Menurut Corrigen, Selassie, Orman (2010) menjelaskan bahwa ada tiga gejala utama trauma, yaitu: 1) mengalami kembali atau mengingat. *"Trauma victims generally continue to experience or relive their trauma in the form of having bad memories such as images, perceptions, or thoughts related to the trauma, experiencing nightmares about an event, feeling that the incident will repeat itself, physical symptoms such as sweating, faster heart rate, difficulty breathing when remembering traumatic events"*. 2) Ketakutan dan kecemasan yang berlebihan seperti insomnia, mudah tersinggung, mudah kaget atau takut jika sesuatu atau seseorang datang tanpa kita sadari, sulit berkonsentrasi, merasa gelisah dan terus mencari bahaya, panik. 3) Penghindaran, seperti menghindari pikiran, perasaan atau percakapan yang mengingatkan pada trauma, menghindari tempat, aktivitas atau orang yang mengingatkan trauma, kehilangan minat atau tidak berpartisipasi dalam aktivitas yang disukai, merasa terputus dari orang lain, merasa seolah-olah masa depan pendek atau tidak punya harapan.

Sebagaimana dijelaskan di atas, krisis tersebut merupakan fenomena perkembangan yang normal. Intervensi yang diberikan dalam situasi krisis dapat mencegah masalah dengan perkembangan dan pematangan emosi. Gladding (2012): konseling krisis adalah *"Use of a variety of direct, action-oriented approaches, to help individuals find resources within themselves and / or deal with crises externally"*.

Pada dasarnya konseling krisis berkisar pada pemberian pertolongan segera dan dalam berbagai bentuk kepada orang yang membutuhkan *"apa yang terjadi selama krisis menentukan apakah krisis akan menjadi wadah penyakit yang akan berubah menjadi kondisi kronis dan jangka panjang atau tidak (James, 2008)*). Selanjutnya dijelaskan bahwa *"Crisis counseling is actually a collection of various forms of psychological counseling and therapy which are seen as appropriate to the needs, situations and conditions. The factor that distinguishes crisis counseling from other counseling is the existence of a crisis situation that causes psychological imbalance between individuals and groups in society. Crisis situations are generally characterized by sudden, sudden and uncertain changes"*.

Dilihat dari jumlah individu yang ditangani, konseling krisis dapat berupa konseling individu atau kelompok. Disebut konseling individual jika nomor yang ditangani hanya 1 orang dan bersifat individual, sedangkan konseling kelompok jika ditangani melibatkan sekelompok individu dengan sumber masalah yang sama.

Kondisi krisis membutuhkan perlakuan khusus. Echterling (2005) menjelaskan bahwa, *"Psychological first aid that can be done includes: establishing relationships and agreements, managing security and comfort, emotional stabilization, gathering*

information, analyzing needs and goals, social support, dealing with information”.

Konseling krisis adalah penggunaan berbagai pendekatan langsung dan berorientasi pada tindakan untuk membantu individu menemukan sumber daya di dalam diri mereka sendiri atau menangani krisis secara eksternal (McLeod, 2006). Dalam semua bentuk layanan konseling krisis diberikan secara cepat dan efisien dengan cara yang khusus (Gladding, 2012). *“Crisis counseling can be done with a variety of general counseling approaches, such as Person-Centered, Behavioral, Cognitive, SFBC, Reality and so on. However, crisis counseling is carried out briefly and directly on the spot, given the crisis conditions that take place over a certain period of time”.*

Konseling krisis membutuhkan konselor yang siap menghadapi kondisi krisis. Karena krisis dapat terjadi secara tiba-tiba, maka dibutuhkan konselor yang tenang, peka terhadap kondisi lingkungan, mampu mengendalikan emosi, mampu mengambil keputusan dengan cepat, dan menguasai keterampilan konseling krisis (Nelson-Jones, 2005).

Konseling krisis digunakan sebagai intervensi dalam proses penyembuhan. Konseling krisis bersifat unik dan memberikan kontribusi antara lain: pendekatan ini memberikan keuntungan yang singkat dan langsung, pendekatan ini menggunakan tujuan dan niat yang sederhana karena sifatnya yang tiba-tiba dan/atau traumatis, pendekatan ini berlangsung dengan intensitas yang lebih besar dari pada bentuk biasanya. konseling lebih bersifat transisional (Rahayu, 2017).

Tujuan dari konseling krisis berkisar pada *“Providing immediate assistance and various forms of assistance to people in need, for example psychological, financial and legal. What happens during a crisis determines whether or not it becomes a vessel for disease that will turn into a chronic, long-term condition. Initially, counselors use basic crisis theory to help people in crisis recognize and correct temporary affective, behavioral, cognitive deviations caused by traumatic events.”* (Gladding, 2012).

Tujuan dari konseling krisis berkisar pada, *“Immediate provision and various forms of assistance to people in need about what happened during the crisis to determine whether the crisis will become a vessel for disease that will turn into a chronic and long-term condition.”* (James, 2008).

Konseling krisis menurut Muro dan Kottman (1995) bertujuan untuk mengembangkan kemampuan individu yang sedang mengalami krisis agar memiliki pemahaman yang positif terhadap masalah dan memiliki kemampuan untuk mengatasinya. Proses yang dilalui selama konseling meliputi: *a) understand the feelings and thoughts of individuals who are experiencing crisis. b) the counselor shows a number of alternative solutions and their consequences accompanied by an agreement on the chosen solution. c) evaluating the choice of solutions made by individuals experiencing crisis.*

Layanan ini berbeda dengan konseling singkat, yang mencoba membantu orang menemukan obat untuk masalah yang dihadapi. Penyesuaian jangka panjang dan kesehatan memerlukan cukup banyak tindak lanjut dari pihak konselor krisis atau

spesialis lainnya (Olive, 2007).

Teknik yang digunakan dalam konseling krisis bervariasi menurut jenis krisis dan konsekuensinya. Menurut Gladding, (2012) apa yang dilakukan oleh pekerja krisis dan kapan dia melakukannya bergantung pada hasil penilaian pengalaman krisis seseorang yang terus menerus dan mengalir. Setelah dilakukan asesmen, ada beberapa kegiatan menyimak esensial yang harus dilaksanakan antara lain: *“Defining the problem, namely exploring and defining the problem from the client's point of view, using active listening techniques, including open-ended questions, paying attention to messages conveyed by clients verbally and nonverbally, ensuring client safety, namely assessing the level of danger, criticality, immobility, or the seriousness of threats to safety physical and psychological clients and if necessary ensure that the client knows the alternative to self-destructive impulsive actions, providing support i.e. communicating with the client that the crisis worker is the right support person to show the client (in words, voice and body language) compassion, positive, non-possessive, non-judgmental and accepting personal involvement”*.

Dalam penerapan konseling krisis, terdapat beberapa model yang sering digunakan untuk menghadapi krisis yang dialami klien atau konseli. Salah satunya adalah model ABC Kristi Kanel (2009). Kanel menunjuk model ABC termasuk: "A"; keterampilan menghadapi, yaitu upaya mengembangkan dan memelihara hubungan baik, termasuk penggunaan keterampilan menghadapi, parafrase dan refleksi; "B": Mengidentifikasi sifat krisis dan mengubah kognisi; dan "C": Mengatasi krisis yang mencakup resolusi, rujukan, dan dukungan kelompok. Model ABC ini merupakan model yang merupakan model konseling krisis yang efektif. Hal ini dikarenakan model ABC mencakup tiga aspek penanganan yaitu dalam hal penanganan emosi dengan menitikberatkan pada keterampilan konseling, karakteristik masalah dan penanganan masalah (Kusmaryani, et al, 2019).

Secara khusus, konseling krisis bersifat unik dan memberikan kontribusi pada profesi konseling sebagai berikut, yaitu pendekatan ini memberikan keuntungan karena singkat dan langsung, pendekatan ini menggunakan maksud dan tujuan yang sederhana karena sifat krisis yang tiba-tiba dan/atau traumatis, pendekatan ini bergantung pada intensitas. lebih besar dari bentuk konseling biasa, pendekatan ini lebih bersifat transisional. Batasan dari konseling krisis adalah bahwa ia menangani situasi yang harus ditangani dengan cepat, tidak memberikan resolusi sedalam pendekatan konseling lainnya, ia lebih terbatas waktu dan berorientasi pada trauma daripada kebanyakan bentuk intervensi terapeutik lainnya (Corey, 2007).

Melihat ciri-ciri konseling krisis di atas, serta memberikan penanganan atau intervensi segera kepada korban kekerasan seksual. Sehingga konseling krisis ini sangat cocok diterapkan pada korban atau konseli yang pernah mengalami peristiwa traumatis dan perlu segera ditangani. Dalam penanganannya tentunya konselor harus menjadi bagian dari tim yang terdiri dari para profesional.

3. METODE

Penelitian di bidang bimbingan dan konseling khususnya pada pelaksanaan pemberian konseling krisis dapat dilakukan dengan melalui wawancara mendalam dan pengamatan partisipatif. Oleh karena itu, pendekatan yang paling tepat digunakan untuk penelitian konseling krisis adalah penelitian kualitatif. Peneliti melakukan langkah-langkah penelitian sebagai berikut. Pertama melakukan familierisasi kepada guru bimbingan dan Konseling di SMPN 8 Palangka Raya, yang digunakan sebagai setting penelitian ini. Familierisasi juga dilakukan dalam bentuk pengenalan dengan kepala SMPN 8, guru-guru, dan beberapa siswa yang ditemui peneliti saat melakukan kunjungan pra riset. *Kedua*, meminta ijin secara resmi baik kepada lembaga tempat peneliti bekerja maupun kepada SMPN 8. Setelah seluruh persyaratan administrasi formal terpenuhi, peneliti baru melangkah pada tahap selanjutnya yaitu meminta ijin secara resmi untuk melakukan penelitian tentang konseling krisis untuk menekan trauma yang dirasakan oleh siswa korban bullying. *Ketiga*, peneliti melakukan pengamatan partisipatif terhadap suasana sekolah, suasana perilaku pergaulan siswa, dan suasana pembelajaran yang terjadi di SMPN 8. Seluruh lingkungan sekolah baik lingkungan fisik dan lingkungan sosial tidak luput dari pengamatan peneliti. Dalam penelitian kualitatif peneliti mempunyai keyakinan bahwa pengamatan partisipatif jauh lebih penting dibandingkan dengan wawancara mendalam. Oleh karena itu, intensitas pengamatan partisipatif lebih banyak peneliti lakukan sekitar 60-65%, sisanya 35-40% berupa wawancara mendalam dan dokumentasi. *Keempat*, peneliti melakukan wawancara mendalam kepada kepala sekolah, guru BK, guru mata pelajaran, siswa yang pernah mengalami bullying, dan siswa yang melakukan bullying. Wawancara hanya dilakukan kepada pihak-pihak yang terkait dengan bullying dan benar-benar memahami dengan detail bullying yang dialami siswa SMPN 8 Kota Palangka Raya. Melalui proses pengamatan partisipasi dan wawancara mendalam peneliti berusaha memahami apa yang menjadi pemahaman informan. Harapan yang dituju oleh peneliti adalah mendapatkan pemaknaan yang hakiki, jernih, dan murni (Sugiono, 2008).

Kelima. Peneliti melakukan pengecekan data, melakukan pengecekan ulang, dan melakukan pengecekan silang. Dalam proses ini, peneliti berusaha tinggal di lokasi agak lama untuk mendapatkan kejernihan dan kejenuhan data. *Keenam*, peneliti melakukan klasifikasi data berdasarkan tema-tema yang diperoleh dari data yang terkumpul. Selain itu juga melakukan penyaringan atas data yang diperoleh. Hanya data yang benar-benar dapat dipercaya yang digunakan dalam analisis data. Data yang masih diragukan atau disangsikan tidak digunakan dalam analisis data karena masih perlu dilakukan triangulasi lebih lanjut. *Ketujuh*, peneliti berusaha menyimpulkan berdasarkan seluruh data yang terkumpul sesuai dengan tema-tema. Tema-tema yang telah ditentukan oleh peneliti saat membuat proposal penelitian ternyata bergeser jauh dengan tema-tema data dari lapangan, oleh karena itu, peneliti mengganti tema-tema berdasarkan tema *riil* berdasarkan data *empiris* (Alsa, 2003).

4. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMPN 8 Palangka Raya merupakan sekolah Negeri tingkat SMP yang beralamat di Jl. Tmg. Tilung No. 58, Menteng, Kec. Jekan Raya, Kota Palangka Raya Prov. Kalimantan Tengah. Telepon” (0536) 32221158, email: smpn8@yahoo.com; alamat website: <http://smpn8palangkaraya.sch.id/>. Nomor Pokok Sekolah Nasional (NPSN) sekolah ini yaitu 302034364. Akreditasi sekolah yaitu B. Sekolah ini belum tersertifikasi ISO. Sekolah ini bernaung di bawah Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.

sekolah ini telah mendapat peringkat akreditasi A dari Badan Akreditasi Nasional Sekolah/Madrasah, kurikulum yang digunakan adalah Kurikulum tahun 2017 versi 2019 (Kurtilas Ver. 2019. Manajemen yang diterapkan adalah manajemen berbasis sekolah (MBS). Jumlah Rombongan Belajar sebanyak 33 rombel. Penyelenggaraan sekolah dilaksanakan Sehari Penuh dalam 5 hari kerja. Jumlah Guru SMPN 8 Palangka Raya berjumlah 69 orang dengan perincian laki-laki sebanyak 19 orang dan perempuan sebanyak 50 orang, jumlah tenaga kependidikan sebanyak 14 orang dengan perincian laki-laki sebanyak 9 orang dan perempuan sebanyak 5 orang, jumlah siswa sebanyak 1053 orang dengan perincian laki-laki sebanyak 524 siswa dan perempuan sebanyak 529 siswa.

jumlah Ruang Kelas yaitu sebanyak 33 unit, jumlah Laboratorium yaitu sebanyak 4 unit, Perpustakaan sebanyak 1 buah, rasio siswa per rombongan belajar yaitu 1:31,9 (atau dibulatkan menjadi 32 orang. Angka ini diperoleh dari 1053 siswa dibagi/33 rombel diperoleh angka 31,9), dengan kata lain, rasio Siswa dengan Ruang Kelas yaitu 1:31,9, rasio guru dengan siswa yaitu 1:15,2 (angka ini diperoleh dari 1053 siswa dibagi / 69 orang guru diperoleh angka 15,2), persentase Guru memenuhi Kualifikasi yaitu sebanyak 100%, persentase Guru bersertifikasi 85,2% (artinya, masih ada 14,8% guru yang belum tersertifikasi karena merupakan guru dengan masa kerja belum ada 5 tahun), persentase Guru PNS 87% (artinya masih ada 13% guru honorer), persentase Ruang Kelas Layak yaitu 100%.

Fasilitas lain yang dimiliki yaitu sanitasi siswa, ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang bimbingan dan Konseling, ruang UKS, Gudang sekolah, tempat parkir guru, tempat parkir siswa, lapangan olahraga dan upacara, ruang gudang, wifi, internet, dan sebagainya. Semuanya dalam kondisi baik. Hanya saja sejak ada pandemic Covid-19, sejak tanggal 15 Maret 2020, praktis seluruh fasilitas yang ada di SMP N 8 Palangka Raya tidak secara maksimal digunakan karena proses pembelajaran dilaksanakan secara daring.

Kegiatan proses belajar mengajar berlangsung mulai pukul 07.00 s.d. 13.30. istirahat sebanyak dua kali yaitu pukul 10.00-10.15 dan pukul 12.00-12.15. Kegiatan Ekstrakurikuler meliputi pramuka, paduan suara, bela diri, sepak takrau, bola pimpong/tenis meja, dan lain-lain.

Pada tahun 2017 sekolah ini menggunakan Kurikulum 2013, sebelumnya menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP). Bahkan sebelumnya,

SMPN 8 Palangka Raya menggunakan kurikulum KBK. Dengan penerapan kurikulum 2013, maka seluruh guru harus berusaha menerapkannya dengan baik sesuai dengan rambu-rambu yang ada di dalam panduan pelaksanaan kurikulum yang telah diterbitkan oleh Direktorat SMP.

Mutu pendidikan di SMPN 8 Palangka Raya dapat dikatakan sangat unggul, karena selain terakreditasi A oleh BAN-S/M Provinsi Kalimantan Tengah, sekolah ini juga telah memperoleh berbagai piagam penghargaan, mulai SMP sehat, SMP hijau, dan berbagai penghargaan lainnya, terutama dari prestasi siswa dan guru. Oleh karena itu, sejak Tahun 2007 SMPN 8 Palangka Raya ditetapkan Oleh Direktrat Jenderal Pendidikan sebagai sekolah Rintisan Pendidikan Berbasis Keunggulan Lokal (PBKL) di Kalimantan Tengah, terpilih bersama dengan 130 sekolah lain di Indonesia yang langsung di Bina oleh Direktorat dalam Pencapaian 8 Standar Nasional Pendidikan. Delapan standar pendidikan itulah yang akan dipenuhi secara maksimal, sehingga tidak akan ada standar yang tidak tercapai. Adapun delapan standar yang dimaksud yaitu standar: 1) isi/kurikulum, 2) proses, 3) kelulusan, 4) sarana dan prasarana, 5) pengelolaan, 6) pendidikan dan tenaga kependidikan, 7) penilaian, dan 8) pembiayaan.

Fasilitas yang ada di SMPN 8 Palangka Raya dapat dikatakan sangat lengkap dan seluruhnya telah melampaui ketentuan yang ada di dalam standar pendidikan. Berbagai fasilitas dimiliki SMAP 8 Palangkaraya untuk menunjang kegiatan belajar mengajar. Sebagaimana dijelaskan di atas, jumlah guru di SMPN 8 Palangka Raya berjumlah 69 orang, sedangkan jumlah rombongan belajar sebanyak 33 rombel, jumlah siswa sebanyak 1053 siswa. Apabila jumlah rombel dibandingkan dengan jumlah siswa, maka rasio tiap rombel yaitu 1: 31,9 orang (atau dibulatkan menjadi 32 orang). Artinya, jumlah tiap-tiap rombel rata-rata sebanyak 32 orang.

Apabila jumlah guru dibandingkan dengan jumlah siswa maka, nisbah atau perbandingannya yaitu 1: 15,2 (artinya 1 guru rata-rata melayani siswa sebanyak 15 orang). Perbandingan tersebut dapat dikatakan sebagai perbandingan yang sangat ideal karena masih berada di bawah 1: 30 siswa. Jumlah guru BK yang ada di SMPN 8 Palangka Raya yaitu berjumlah 6 orang.

4.2. Pelaksanaan Konseling Krisis di SMPN 8 Palangka Raya

Kekerasan bullying sangat merugikan dan menakutkan bagi anak-anak dan remaja. Hal ini harus dicegah dan tidak boleh terjadi pada anak dan remaja karena berdampak khusus pada perkembangan anak dan remaja. Berbagai dampak bullying berakibat pada perilaku traumatis yang mendalam bagi siswa.

Perilaku yang diangkat oleh siswa SMPN 8 yang pernah mengalami bullying antara lain frustrasi, berprestasi rendah, kesuraman, rasa bersalah, kurang percaya diri, dan kehilangan jati diri. Dampak ini perlu diselesaikan dengan cepat dan singkat.

Menurut guru BK di SMPN 8, "Konseling krisis adalah pendekatan yang diarahkan untuk mengintervensi masalah traumatis yang akan membantu proses penyembuhan. Hal ini didasarkan pada tujuan konseling krisis, yaitu memberikan bantuan segera dan dalam berbagai bentuk kepada orang yang membutuhkan. Hal ini

sesuai dengan pendapat Gladding, (2012) bahwa “*Crisis counseling is counseling to deal with crises experienced by the counselee.*” Artinya, konseling krisis adalah konseling untuk menghadapi krisis yang dialami oleh konseli.

Sebelum memberikan layanan konseling, guru BK di SMPN 8 melakukan beberapa langkah, yaitu pertama dimulai dengan perencanaan. Dalam proses perencanaan, konselor akan memastikan bahwa komponen masalah didasarkan pada pemahaman anggota tim tentang bullying pada anak dan intervensi sosial yang telah dilakukan dalam berbagai kajian psikologi sosial dan bidang bimbingan dan konseling. Kedua, yaitu penentuan tema, tujuan, sasaran, rencana kegiatan, target waktu dan pencapaian dalam rangka. Ketiga yaitu menyusun program sebagai acuan dan program konkrit yang akan disampaikan nantinya

Keempat, identifikasi masalahnya. Identifikasi masalah dilakukan oleh konselor dalam hal ini, mengenali konseli yang disertai gejala yang terlihat. Konselor membandingkan data yang telah dikumpulkan untuk mendapatkan gambaran tentang masalah yang ada pada dirinya.

Kelima, buat diagnosis. Berdasarkan data hasil identifikasi masalah, konselor menentukan masalah utama yang dihadapi konseli. Keenam, tahap prognosis. Berdasarkan data dari hasil identifikasi masalah, konselor menentukan masalah pokok yang dihadapi konseli; berdasarkan data dan kesimpulan dari langkah diagnostik. Konselor dalam hal ini menentukan jenis berat badan atau terapi yang dilakukan pada konseling.

Ketujuh, tahap pengobatan merupakan bentuk pelayanan yang akan diberikan kepada konseli setelah mempelajari berbagai hal yang telah disiapkan sebelumnya. Bentuk pelayanan ini terprogram dengan baik sehingga diharapkan mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi konseli dengan cepat dan tepat.

Ketujuh langkah konseling krisis menurut guru SMPN 8 dapat berjalan efektif apabila pembimbing memiliki kepribadian yang matang, pengalaman dan keterampilan dasar memberikan bantuan, berenergi tinggi, memiliki refleksi mental yang cepat, seimbang, tenang, kreatif, fleksibel dalam menghadapi perilaku yang sulit.

Langkah lain yang juga dilakukan oleh guru BK di SMPN 8 dalam memberikan layanan konseling krisis adalah: pertama mengamati gejala umum yang muncul setelah siswa mengalami bullying seperti sedih dan takut, merasa putus asa dan tidak bahagia. Kedua, proses pengobatan dilakukan berdasarkan asesmen terhadap kasus klien, konselor berfokus pada pengalaman traumatis dan aktivitas perilaku yang muncul, setelah itu konselor menggali dan mendefinisikan masalah klien dari sudut pandangnya, memberikan penguatan sehingga klien terus merasa dirinya didengar dan diterima. Ketiga, pantau berbagai penguatan yang telah diberikan kepada klien apakah konseli mampu melakukannya dengan baik atau tidak. Keempat, setelah itu evaluasi komitmen keputusan telah dibuat oleh klien.

Kedua model yang diterapkan di SMPN 8 didasarkan pada langkah-langkah yang dijelaskan oleh Surya (1975) antara lain:

1. Identifikasi kasus, yaitu langkah-langkah yang dilakukan untuk memahami

kehidupan individu dan gejalanya yang terlihat. Langkah ini diperoleh melalui wawancara, observasi dan analisis data.

2. Diagnosis merupakan langkah untuk mengetahui masalah yang dihadapi dan latar belakangnya. Yang dilakukan adalah mengumpulkan data dan melakukan studi kasus, setelah data terkumpul baru ditentukan permasalahan yang dihadapi.

3. Prognosis, yaitu langkah-langkah yang dilakukan untuk menentukan jenis bantuan yang akan dilaksanakan untuk membimbing konseli dalam memecahkan masalah. Langkah ini dilakukan berdasarkan kesimpulan pada langkah diagnostik.

4. Terapi (Treatment), yaitu langkah-langkah pelaksanaan pendampingan atau bimbingan. Langkah ini merupakan implementasi yang membutuhkan waktu dan proses yang terus menerus dan sistematis serta membutuhkan pengamatan yang cermat.

5. Evaluation and Follow Up, yaitu langkah-langkah yang dimaksudkan untuk menilai atau menentukan sejauh mana langkah-langkah terapeutik tersebut telah mencapai hasil. Dalam langkah ini, perkembangan lebih lanjut harus diamati dalam jangka waktu yang lebih lama.

4.3. Tahapan penyuluhan kritis untuk siswa SMPN 8

Sebagaimana dijelaskan di atas, secara umum tahapan yang dilakukan oleh guru BK di SMPN 8 merupakan keseluruhan proses dalam penyuluhan yang terdiri dari empat tahap yaitu tahap awal, tahap transisi, tahap pemberian bantuan dan tahap akhir. Hal ini serupa dengan tahapan yang dikemukakan oleh Gladding (2012) yaitu: tahapan awal; (2) tahap transisi; (3) tahap kerja dan (4) tahap terminasi (termination). Menurut guru BK di SMPN 8, keempat langkah tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut.

Pertama, tahap awal. Tahapan ini terjadi mulai dari saat konseli bertemu dengan konselor hingga konselor dan konseli menemukan masalah konseli. Pada tahap ini beberapa hal perlu dilakukan, antara lain: Membangun hubungan konseling yang melibatkan konseli (rapport); dan Memperjelas dan mendefinisikan masalah.

Kedua, tahap transisi. Tahap transisi adalah periode kedua setelah tahap awal. Tahap ini terdiri dari storming (pancaroba) dan norming (aturan pembentuk). Pada tahap ini beberapa hal yang perlu dilakukan adalah: Meningkatkan hubungan dengan konseli dan melakukan asesmen dan asesmen. Konselor berusaha menggali atau menilai kemungkinan masalah dan merancang kemungkinan pendampingan, yaitu dengan memunculkan semua calon konseli, dan menentukan alternatif yang cocok, untuk mengantisipasi masalah yang dihadapi konseli. Menegosiasikan kontrak. Menetapkan kesepakatan antara konselor dan konseli yang berisi: (a) kontrak waktu, yaitu berapa lama waktu pertemuan yang diinginkan konseli dan konselor tidak keberatan; (b) Kontrak penugasan, yaitu pembagian tugas antara konselor dan konseli; dan (c) Kontrak kerjasama dalam proses konseling, yaitu pengembangan peran dan tanggung jawab bersama antara konselor dan konselor dalam seluruh rangkaian kegiatan konseling.

Ketiga, tahap kerja. Pada tahap ini ada beberapa hal yang harus dilakukan terkait dengan pendekatan realitas yang digunakan, antara lain: tahap keinginan, tahap pelaksanaan dan pengarahan, tahap evaluasi, tahap perencanaan.

Keempat, tahap penghentian. Pada tahap akhir ini terdapat beberapa hal yang perlu dilakukan yaitu: Konselor dan konseli mengambil kesimpulan tentang hasil proses konseling: Menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah dibangun dari proses konseling sebelumnya. Mengevaluasi jalannya proses dan hasil konseling (penilaian langsung); Buatlah janji pertemuan lanjutan satu bulan kemudian. Tahapan terakhir ditandai dengan beberapa hal yaitu; (a) penurunan kecemasan konseli; (b) perubahan perilaku konseli ke arah yang lebih positif, sehat dan dinamis; (c) pemahaman baru dari konseli tentang masalah yang dihadapinya; dan (d) ada rencana kehidupan masa depan dengan program yang jelas.

Penjelasan di atas menambah pemahaman bahwa penyuluhan krisis yang diberikan kepada siswa SMPN 8 tidak sembarangan, melainkan sesuai dengan prosedur standar. Artinya prosedur yang digunakan guru di SMP N 8 sudah sesuai dengan tahapan yang disarankan oleh para ahli.

4.4. Peran Konseling Krisis dalam Penanganan Korban Bullying di SMPN 8 Kota Palangka Raya

Konseling pendekatan krisis di SMPN 8 sebenarnya bukanlah hal baru, namun belum banyak peneliti yang melakukan penelitian tentang pendekatan ini. Menurut guru bimbingan dan konseling di SMPN 8, baru pertama kali peneliti memiliki konsep ini. Menurut guru di SMPN 8, pendekatan konseling krisis masih diterapkan di SMPN 8 Kota Palangka Raya untuk melatih siswa agar mampu menghadapi kondisi krisis yang bisa terjadi kapan saja. Seperti diketahui, untuk lingkup SMPN 8, siswanya adalah remaja yang pada usia tersebut merupakan masa perkembangan yang cukup rentan terhadap krisis. Salah satu contoh kasus krisis yang sering terjadi di SMPN 8 adalah bullying.

Kasus bullying di SMPN 8 merupakan masalah yang sering terjadi yang jika tidak segera ditangani akan berdampak buruk baik bagi korban maupun pelakunya. Hal ini terjadi karena korban bullying dapat mengalami masalah psikologis seperti kecemasan yang berlebihan, rasa takut yang terus menerus, depresi dan dapat berujung pada bunuh diri. Selain itu, bullying biasanya merupakan kebiasaan yang diturunkan dari para senior. Oleh karena itu, menurut guru BK di SMPN 8, Bimbingan dan Konseling sebagai layanan dalam pendidikan formal memiliki peran penting dalam mengatasi dampak bullying bagi siswa yang pernah mengalaminya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK di SMPN 8, kekerasan yang dilakukan di kalangan siswa paling banyak terjadi (42,2%), disusul kekerasan psikologis berupa eksklusi, 22,3%, kekerasan verbal (ejekan) 20%, dan kekerasan fisik. kekerasan (memukul) 15%.

Lebih lanjut dijelaskan bahwa, perundungan fisik yang pernah ditangani oleh guru BK dalam satu tahun terakhir berupa push up atau hukuman lari 41,5%, dipukul

16,5%, dijegal atau diinjak kaki 13,2%, merampas atau menampar 12,3%, dilempar dengan barang 10,5%, diludahi 7,2%, ditolak 5,3%, dan dibajak/diretas 3,5%

Penindasan psikologis tersebut antara lain difitnah atau digosipkan sekitar 40,5%, dipermalukan di depan umum, 19,5%, dihina atau dicaci maki 17,7%, dituduh 12,3%, diteriaki 6,5%, dan diancam 3,5%.

Untuk mengatasi berbagai tindakan bulling di atas, guru BK di SMPN 8 juga telah menerapkan konseling krisis model ABC dengan langkah-langkah sebagai berikut. Model A, dimana konselor membina hubungan baik (good relationship) dengan konseli melalui berbagai keterampilan konseling, termasuk menghadiri atau menunjukkan penghargaan kepada konseli secara verbal maupun nonverbal, menyusun kalimat atau mengulang pernyataan konseli dalam kata-kata konselor, serta refleksi perasaan atau refleksi perasaan konseli dengan kata-kata konselor sendiri.

Model B dilakukan setelah rapport (hubungan baik) dibangun. Model B yaitu mengidentifikasi masalah untuk mendapatkan informasi tentang pemicu masalah, menggali makna kasus konseli, kemampuan kognitif konseli dan persepsi konseli, serta gangguan fungsi konseli ditinjau dari perilaku, perasaan, fisik, hubungan dengan orang lain, berpikir, keterampilan, dan spiritualitas. Pertanyaan terkait masalah ini juga dibarengi dengan upaya konselor menciptakan kondisi terapeutik (penyembuhan) antara lain dengan menyampaikan komentar edukatif, memberikan pernyataan yang memberdayakan konseli, memberikan dukungan kepada konseli, dan memberikan penilaian positif terhadap konseli.

Model C, dilakukan setelah model B selesai. Model C adalah menentukan alternatif pemecahan masalah berdasarkan upaya konseli sebelumnya dan mendorong konseli untuk memikirkan strategi koping lain disertai dengan pengusulan alternatif pemecahan masalah lain dan tindak lanjutnya, misalnya rujukan atau rekomendasi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Kanel, (2009) khususnya yang berkaitan dengan penerapan metode ABC.

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat dipahami bahwa pemahaman guru bimbingan dan konseling di SMPN 8 Kota Palangka Raya memiliki penguasaan masalah dan konseling krisis yang baik serta memiliki kompetensi yang handal dalam menangani masalah krisis siswa. Guru BK di SMPN 8 memiliki kepribadian yang matang, memiliki pengalaman hidup, memiliki keterampilan dasar memberikan bantuan, energik, refleksi mental yang cepat, namun juga seimbang, kreatif, dan fleksibel dalam menghadapi situasi sulit.

5. SIMPULAN

Pertama, dalam mengurangi kekerasan traumatis akibat bullying dan proses pengembangan kepribadian individu ke arah yang positif dan lebih baik, intervensi melalui konseling krisis dapat dilakukan. Pertimbangan yang dilakukan oleh guru SMPN 8 Kota Palangka Raya dalam memberikan konseling krisis sebagai intervensi bagi siswa yang mengalami kekerasan bullying yaitu pendekatan konseling krisis diberikan secara spesifik, cepat, singkat, langsung, efisien dalam proses pelayanan,

Bunu, Y. Helmuth. (2020). Peran Konseling dalam Mereduksi Traumatik pada Siswa yang Mengalami Bullying.

Cendekia, 14(2), 93-109. DOI:10.30957/Cendekia.v14i2.625.

pendekatan menggunakan tujuan sederhana dan niat karena sifatnya. krisis mendadak dan/atau traumatis

Kedua, proses konseling krisis yang diterapkan guru BK di SMPN 8 dapat menekan trauma yang dirasakan oleh siswa yang mengalami kekerasan *bullying*. Siswa merasakan manfaat konsling krisis yang diberikan oleh guru BK mereka. Mereka selalu berkonsultasi dengan guru BK setiap mendapatkan kekerasan bullying dari temannya, guru, maupun pihak lain dalam hidupnya.

Ketiga, guru BK di SMPN 8 Kota Palangka Raya mempunyai keahlian yang baik dalam penerapan konseling krisis, karena banyaknya kasus bullying yang dialami siswa, dan banyaknya pengalaman penanganan kasus serupa. Terbukti, seluruh kasus bullying yang dialami siswa tidak menimbulkan trauma yang mendalam dan berkepanjangan setelah siswa melakukan konsultasi kepada guru BK. Bahkan siswa yang menjadi pelaku bullying pun ikut dipanggil oleh guru BK untuk berjanji secara tertulis di atas materai untuk tidak mengulangi perbuatannya. Apabila kasus bullyingnya sangat berat, orang tua siswa yang melakukan bullying pun dipanggil kepala sekolah untuk membantu membina anaknya agar tidak lagi melakukan bullying kepada teman-temannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alsa, Asmadi. (2003). *Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif serta Kombinasinya dalam Penelitian Psikologi: Satu Uraian Singkat dan Contoh Berbagai Tipe Penelitian*. Yogyakarta Pustaka Pelajar Offset
- Chaplin, J.P. (2001). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Grafindo.
- Corey, Gerald. (2012). *Theory And Practice Of Group Counseling, Eight Edition*. US: BROOKS/COLE.
- Corrigan, J.W. Selassie, A.W. dan Orman, J.A. The Epidemiology Traumatic Brain Injury. *Journal of Head Trauma Rehabilitation*, 25, 72-80.
- Echterling, L.G., Presbury, J dan McKee, J.E. (2005). *Crisis Intervention: Promoting Resilience and Resolution in Troubled Times*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Fauziah, (2017). Urgensi Konseling Krisis dalam Bimbingan dan Konseling. *Prosiding Seminar Nasional Peran BK dalam Penguatan Pendidikan Karakter*, Yogyakarta: UAD,
- Gladding, Samuel. (2012). *Konseling Profesi Yang Menyeluruh*. Jakarta: PT. Indeks.
- Goleman, D. (2001). *Emotional Intelegence: Kecerdasan Emosional, Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*. Jakarta: Gramedia.
- <http://m.liputan6.com/global/read/2101694/unicef-1-dari10-anak-perempuan-alami-pelecehan-seksual>.
- <http://m.liputan6.com/news/read/105426/gara-gara- sering-diejek-vivi-gantung-diri..>
- http://m.republika.co.id/berita/nasional/umum/30/12/30/o_067zt280-kpai-kasus-bullying-di-sekolah-meningkat- selama-2015.
- <http://m.republika.co.id/indeks/hottopic/perceraian>
- <http://tekno.kompas.com/read/2008/11/27/19465378/awas.bullying.di-sekolah->

Bunu, Y. Helmuth. (2020). Peran Konseling dalam Mereduksi Traumatik pada Siswa yang Mengalami Bullying.

Cendekia, 14(2), 93-109. DOI:10.30957/Cendekia.v14i2.625.

sekolah.yogya.November 2008).

<http://www.kpai.go.id/berita/kpai-pelecehan-seksual-pada-anak-meningkat-100>.

(Diakses 28 Juli 2016).

Kanel, Kristi. (2009). *Crisis Counseling: ABC's Model*. California State University, Fullerton. http://www.emicrotraining.com/product_info.php?products_id=337,

diakses tanggal 17 Mei 2010.

Kusmaryani, dkk. (2019). Konseling krisis sebagai Upaya Penanganan Masalah Psikologis Remaja di Yogyakarta. Proseding Seminar Nasional dalam rangka Dies Natalis ke-48 Universitas Negeri Yogyakarta.

McLeod, J. (2006). *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus*. Edisi Ketiga. Jakarta: Kencana.

Muro & Koffman. (1995). *Guidance and Counseling in the Elementary and Middle School: A Practical Approach*. Aiowa: Brown and Benchmark. Inc.

Nelson-Jones, Richard. (2005). *Practical Counseling and Helping Skills*. Fifth Edition. London: SAGE Publications.

Olive, M. Foster. (2007). *Child Abuse and Stress Disorders*. New York: Chesea House Publishers.

Rahayu, S.M.(2017). Koseling Krisis: Sebuah Pendekatan dalam Mereduksi Masalah Traumatik pada Anak dan Remaja. *Jurnal Pendidikan*, 2(1), 53-56

Sandoval, Jonathan. (2002). *Handbook of Crisis Counseling, Intervention, and Prevention in the Schools*. London: Lawrence Erlbaum Associates.

SEJIWA (2008) *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar anak*. Jakarta: PT Grasindo.

Strauser, D. dkk. (2006). Trauma Symptoms.Relationship With Career Thoughts, Vocational Identity and Developmental Work Personality, *Journal of Head Trauma Rehabilitation*, 54(4), 346-357.

Sugiono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Penerbit Alfabeta

UU PA No. 23 Tahun 2003 tentang Perlindungan Anak. <http://www.kpai.go.id/data/> diakses pada 26/10/2013. <http://www.kompas.co/read/news/2012/>.

<http://mahamgembul.blogspot.com/2012/05/normal-0-false-false-false-en-us->

WHO. (2003). *Child Sexual Abuse and Violence*, Rēgional Office For South-East Asian.