

Nomor: 085/BK/08/S/2023

**PROFIL *SELF-HELP* PERILAKU PERUNDUNGAN DAN IMPLIKASINYA
BAGI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
dalam bidang ilmu Bimbingan dan Konseling



oleh:
Erina Agisyaputri
NIM 1901800

**PROGRAM STUDI SARJANA BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2023**

**PROFIL *SELF-HELP* PERILAKU PERUNDUNGAN DAN
IMPLIKASINYA BAGI BIMBINGAN DAN KONSELING**

oleh

Erina Agisyaputri

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Pendidikan

©Erina Agisyaputri
Universitas Pendidikan Indonesia
2023

Hak Cipta dilindungi Undang-undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, Dengan dicetak
ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa izin dari Penulis.

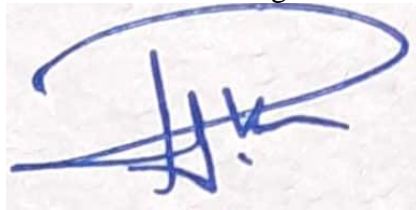
LEMBAR PENGESAHAN

ERINA AGISYAPUTRI
NIM 1901800

PROFIL *SELF-HELP* PERILAKU PERUNDUNGAN DAN
IMPLIKASINYA BAGI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

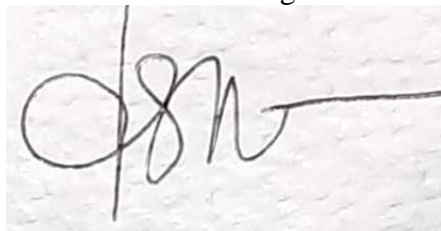
disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd
NIP. 196611151991022001

Pembimbing II



Dr. Dodi Suryana, M.Pd
NIP. 920200119900509101

Mengetahui,
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia




Prof. Dr. Juntika Nurihsan, M.Pd
NIP. 196606011991031005

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Profil *Self-help* Perilaku Perundungan dan Implikasinya bagi Bimbingan dan Konseling” ini beserta isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Agustus 2023
Penulis,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Erina', with a stylized flourish above the name.

Erina Agisyaputri
NIM 1901800

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kepada Allah swt. atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Profil *Self-help* Perilaku Perundungan dan Implikasinya bagi Layanan Bimbingan dan Konseling”. Skripsi ini terdiri dari lima bab, yaitu Bab I membahas mengenai pendahuluan yang terdiri dari latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan. Bab II membahas mengenai kajian pustaka yang menguraikan kajian teoritik mengenai teori-teori *self-help* dan perundungan. Pada Bab III, menjelaskan mengenai metode penelitian, menelaah desain penelitian, populasi dan sampel, definisi operasional penelitian, pengembangan instrumen penelitian, penyebaran data, dan pengolahan data. Kemudian, pada Bab IV membahas mengenai hasil dari pengolahan data yang sudah dilakukan, yaitu gambaran umum mengenai *self-help* perilaku perundungan dan gambaran umum berdasarkan aspek *self-help* perilaku perundungan Terakhir, pada Bab V membahas mengenai kesimpulan dan saran penelitian.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini memerlukan usaha yang sangat keras, kegigihan, keuletan dan kesabaran. Penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan pengetahuan dan pengalaman. Namun, besar harapan skripsi ini dapat menjadi rekomendasi pada penelitian selanjutnya dan bermanfaat untuk semua pihak dalam bidang bimbingan dan konseling. Dengan segala kerendahan hati, penulis sangat terbuka atas masukan dan kritikan yang membangun guna perbaikan menuju skripsi dan perbaikan penelitian selanjutnya.

Bandung, Agustus 2023
Penulis,



Erina Agisyaputri
NIM 1901800

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan begitu banyak nikmat, berkah dan rahmat-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “Profil *Self-help* Perilaku Perundungan dan Implikasinya bagi Bimbingan dan Konseling” dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) di Universitas Pendidikan Indonesia.

Penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, penulis tidak akan mampu menyelesaikan karya ilmiah akhir ini dengan baik. Maka dari itu pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada pihak-pihak yang telah membantu proses penulisan karya ilmiah akhir ini, yaitu kepada:

1. Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Akademik dan Pembimbing I yang telah memberikan arahan dukungan, motivasi dari awal hingga akhir penyelesaian studi serta memberikan bimbingan dalam melakukan penyusunan penulisan skripsi
2. Dr. Dodi Suryana, M.Pd selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan, motivasi dan bimbingan dalam melakukan penyusunan penulisan skripsi
3. Seluruh dosen beserta staf Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membimbing dan memberikan ilmu kepada penulis selama perkuliahan,
4. Guru BK di SMP Negeri “X” Kota Bandung, Mardiyati S.Pd, Hj. Netti Susanti, S.Pd. dan Rian Andrian, M.Pd yang telah memfasilitasi penulis melaksanakan penelitian dalam penyusunan penulisan skripsi.
5. Peserta didik kelas VIII di SMP Negeri “X” Kota Bandung yang telah bersedia menjadi responden penelitian.
6. Orang tua tercinta Herman dan Reni Hendriyani yang selalu memberikan do’a dan dukungan baik berupa moril maupun materi.
7. Enin dan Engki tersayang H. Endang Saepudin dan Hj. Awan Warningsih yang selalu memberikan do’a dan dukungan baik berupa materi.
8. Keluarga tercinta yang selalu memberikan do’a dan dukungan setiap saat.

Terakhir, penulis sampaikan terima kasih tak terhingga kepada pihak-pihak yang telah membantu selama penyelesaian skripsi ini. Semoga Allah swt. memberi rahmat dan ridho-Nya kepada kita semua. *Jazakumullah khairan* .

Bandung, Agustus 2023
Penulis,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Erina', with a stylized flourish above the name.

Erina Agisyaputri
NIM 1901800

ABSTRAK

Erina Agisyaputri. (2023). Bimbingan dan *Self-help* Perilaku Perundungan dan Implikasinya bagi Layanan Bimbingan dan Konseling.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh pentingnya penerapan *self-help* dalam pembentukan keterampilan dan kesejahteraan peserta didik dalam menghadapi kondisi perundungan yang terjadi disekolah. *self-help* menunjukkan bahwa peserta didik dengan kemampuan *self-help* yang tinggi mampu mengatasi situasi perundungan yang terjadi disekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkatan *self-help* peserta didik. Hasil penelitian diharapkan dapat membantu mengembangkan *self-help* yang dimiliki oleh peserta didik dalam menghadapi perilaku perundungan (*bullying*) di sekolah. Statistika Deskriptif digunakan sebagai metode penelitian dengan desain *cross-sectional survey design*. Partisipas penelitian berjumlah 357 orang Peserta didik kelas VIII. Instrumen *self-help* perilaku perundungan mengacu pada teori Jacobs dan Goodman (1989) yang dianalisis menggunakan aplikasi IBM SPSS *Statistics* 22.0. Hasil penelitian menunjukkan tingkatan *self-help* perilaku perundungan kelas VIII di SMP “X” Kota Bandung secara umum berada pada kategori *very positive*. Dampak dari tingkatan *very positive* bahwa *self-help* kelas VIII di SMP “X” berhasil mengembangkan aspek kesadaran diri (*self-awareness*), fleksibilitas (*flexibility*), perencanaan (*planning*), dan fokus (*focus*), namun kurang menyentuh pada aspek kontrol diri (*self-control*) yang mengartikan perlunya difokuskan untuk ditingkatkan pada aspek kontrol diri (*self-control*) dengan menggunakan layanan konseling individual.

Kata Kunci: *Self-help*, Perundungan, Peserta Didik, Sekolah, Konseling.

ABSTRACT

Erina Agisyaputri. (2023). Profile of Bullying Behavior Self-Help and Implications for Guidance and Counseling.

This research is motivated by the importance of implementing self-help in building the skills and welfare of students in dealing with bullying conditions that occur in schools. Self-help shows that students with high self-help abilities are able to overcome bullying situations that occur at school. This study aims to measure the level of self-help students. The results of the research are expected to help develop students' self-help in dealing with bullying behavior at school. Descriptive statistics are used as a research method with a cross-sectional survey design. The research participants totaled 357 Class VIII students. The self-help instrument for behavior of bullying refers to the theory of Jacobs and Goodman (1989) which was analyzed using IBM SPSS Statistics 22.0 application. The research results show that in general, the level of self-help behavior of class VIII bullying at SMP "X" Bandung City is in the very positive category. The impact of the very positive level is that class VIII self-help at SMP "X" has succeeded in developing aspects of self-awareness, flexibility, planning, and focus, but does not touch on aspects of self-control (self-control) which means the need to focus on improving aspects of self-control (self-control) by using individual counseling services.

Keywords: *Self-help, Bullying, Students, School, Counseling.*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian.....	4
1.3 Rumusan Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.5 Struktur Organisasi Skripsi	7
BAB II KONSEP <i>SELF-HELP</i> DAN PERUNDUNGAN (<i>BULLYING</i>)	8
2.1 Diri (<i>Self</i>)	8
2.2 <i>Self-help</i>	11
2.2.1 Teori <i>Self-help</i>	11
2.2.2 Pengertian <i>Self-help</i>	11
2.2.3 Keterampilan <i>Self-help</i>	12
2.2.4 Tujuan <i>Self-help</i>	14
2.2.5 Manfaat <i>Self-help</i>	15
2.2.6 Karakteristik <i>Self-help</i>	16
2.2.7 Prinsip <i>Self-help</i>	17
2.2.8 Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-help</i>	18
2.3 Perundungan (<i>Bullying</i>)	19
2.3.1 Teori Perundungan (<i>Bullying</i>)	19
2.3.2 Pengertian Perundungan (<i>Bullying</i>).....	20
2.3.3 Jenis Perundungan (<i>Bullying</i>).....	22
2.3.4 Faktor yang Menyebabkan Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>).....	23
2.3.5. Peran dalam Perundungan (<i>Bullying</i>).....	24
2.3.6 Karakteristik Pelaku dan Korban.....	25

2.3.7 Dampak Perundungan (<i>Bullying</i>)	27
2.4 Implikasi terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling	29
2.4.1 Implikasi Layanan Konseling Individual	30
2.4.2 Konseling Individual untuk Meningkatkan Keterampilan <i>Self-help</i>	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	36
3.1 Desain Penelitian	36
3.2 Partisipan Penelitian	36
3.3 Populasi dan Sampel	37
3.4 Instrumen Penelitian	38
3.4.1 Definisi Operasional Variabel	38
3.4.2 Kisi-Kisi Instrumen	39
3.4.3 Uji Coba Instrumen	40
3.4.4 Uji Validitas Instrumen	41
3.4.5 Uji Reliabilitas Instrumen	44
3.5 Prosedur Penelitian	47
3.6 Analisis Data	48
3.6.1 Analisis Data Statistika Deskriptif	48
3.6.2 Verifikasi Data	48
3.6.3 Tujuan Verifikasi Data	49
3.6.4 Penskoran Data	49
3.6.5 Kategorisasi Data	50
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	52
4.1. Gambaran Umum <i>Self-help</i> Perilaku Perundungan Peserta didik Kelas VIII	52
4.2. Gambaran <i>Self-help</i> Perilaku Perundungan Berdasarkan Kelas	53
4.3. Gambaran <i>Self-help</i> Perilaku perundungan Berdasarkan Aspek	55
4.4 Rancangan Konseling Individual untuk Meningkatkan Keterampilan <i>Self-help</i>	58
4.4.1 Pendahuluan	58
4.4.2 Tujuan	60
4.4.3 Asumsi	61
4.4.4 Sesi	62
4.4.5 Kompetensi Pelaksanaan	62
4.4.6 Mekanisme Pelaksanaan Konseling	63
4.4.6 Evaluasi dan Indikator Keberhasilan	64
4.5 Keterbatasan Penelitian	65

BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI.....	66
5.1 Simpulan	66
5.2 Rekomendasi.....	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Sampel Penelitian.....	37
Tabel 3.2	Kisi-kisi <i>Self-help</i> Perilaku Perundungan.....	40
Tabel 3.3	Hail Uji Undimensional.....	41
Tabel 3.4	Hasil Uji <i>Rating Scale Self-help</i> Perilaku Perundungan.....	42
Tabel 3.5	Hasil Uji Validitas Konten <i>Self-help</i> Perilaku Perundungan.....	43
Tabel 3.6	Hasil Uji Validitas Instrumen <i>Self-help</i> Perilaku Perundungan....	43
Tabel 3.7	Kriteria Reliabilitas Nilai <i>Alpha Cronbach</i>	44
Tabel 3.8	Kriteria Nilai <i>Person Reliability</i> dan <i>Item Reliability</i>	44
Tabel 3.9	Hasil Uji Reliabilitias Instrumen <i>Self-help</i> Perilaku Perundungan (<i>Person Reliabilty</i>).....	45
Tabel 3.10	Hasil Uji Reliabilitias Instrumen <i>Self-help</i> Perilaku Perundungan (<i>Item Reliabilty</i>).....	45
Tabel 3.11	Analisis Data.....	48
Tabel 3.12	Pedoman Penyekoran.....	50
Tabel 3.13	Rentang Skor <i>Self-help</i> Perilaku Perundungan.....	51
Tabel 3.14	Interpretasi <i>Self-help</i> Perilaku Perundungan.....	51
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Profil <i>Self-help</i> Perilaku Perundungan.....	52
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Profil <i>Self-help</i> Perilaku Perundungan.....	54
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Profil <i>Self-help</i> Perilaku Perundungan Berdasarkan Aspek.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Hasil Vos Viewer Berdasarkan Variabel.....	34
Gambar 2.2	Hasil Vos Viewer Berdasarkan Metode dan Sampel.....	35
Gambar 3.1	Prosedur Penelitian.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Keputusan (SK) Pengangkatan Dosen Pembimbing.....	74
Lampiran 2	Surat Permohonan Izin Mengadakan Penelitian.....	75
Lampiran 3	Surat Telah Melaksanakan Penelitian.....	76
Lampiran 4	Surat Lembar Bimbingan Skripsi.....	77
Lampiran 5	Surat Rekomendasi Uji Plagiarisme.....	79
Lampiran 6	Surat Rekomendasi Sidang.....	80
Lampiran 7	Pengolahan Data.....	81
Lampiran 8	Data Mentah Penelitian.....	83
Lampiran 9	Rencana Pelaksanaan Layanan.....	91
Lampiran 10	Laporan Pelaksanaan Layanan.....	99
Lampiran 11	Lembar Kepuasan Konseli Terhadap Proses Konseling Individual.....	100
Lampiran 12	Riwayat Hidup.....	101

DAFTAR PUSTAKA

- American Addiction Center Resource. (2015). Benefits of Self-help. Dikutip Mei 2023 dari <https://www.mentalhelp.net/self-help/benefits>.
- Antiri, K.O. (2016). Types of Bullying in the Senior High Schools in Ghana. *Journal of Education and Practice*, 7, 131-138
- Ariesto, A. (2009). Pelaksanaan Program Antibullying Teacher Empowerment. *Skripsi FISIP UI*.
- Arofa, I., Z., et al. (2018). Pengaruh Perilaku Bullying terhadap Empati ditinjau dari tipe Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 6 (1).
- Bhakti, C. P. (2015). Bimbingan Dan Konseling Komprehensif: Dari Paradigma Menuju Aksi. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(2), 93-106.
- Blum, J Dorothy. (1998). *The School Counselor's Book Of List*. New York: The Centered For Applied Reserch In Education
- Borg M, Davidson L. (2008). The nature of recovery as lived in everyday experience. *Journal of Mental Health*, 17, 122–40.
- Borkman, T. (1999). *Understanding self-help/mutual aid: Experiential learning in the commons*. Rutgers University Press.
- Borkman, T., & Munn-Giddings, C. (2008). Self-help groups challenge health care systems in the US and UK. In Patients, consumers and civil society. *Emerald Group Publishing Limited*. Doi: [http://dx.doi.org/10.1016/S1057-6290\(08\)10007-9](http://dx.doi.org/10.1016/S1057-6290(08)10007-9)
- Bower, P., Richards, D., & Lovell, K. (2001). The clinical and cost-effectiveness of self-help treatments for anxiety and depressive disorders in primary care: a systematic review. *The British journal of general practice : the journal of the Royal College of General Practitioners*, 51(471), 838–845
- Burks, H. M., & Stefflre, B. (1979). *Theories of Counseling*. Third Edition. USA: McGraw-Hill Book Company
- Center on the Developing Child Harvard (2021). *Building the Skills Adults Need for Life : A Guide for Practitioners*. Harvard University
- Centers for Disease Control and Prevention. (2015). Fact sheet: Understanding bullying.
- Cherry, S. (2008). The ontology of a self-help book: A paradox of its own existence. *Social Semiotics*, 18(3), 337-348. doi: <https://doi.org/10.1080/10350330802217113>
- Coloroso, B. (2007). *Stop Bullying Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah Hingga SMU*. Jakarta: PT. Ikrar Mandiriabadi
- Coloroso, B. (2008). *The bully, the bullied, and the bystander (2nd ed.)*. New York, NY: Harper Collins.

- Corey, G. (2008). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. USA: Brooks/Cole.
- Cowie, H., & Jennifer, D. (2008). *New Perspectives on Bullying*. New York: McGraw-Hill Education.
- Creswell, John W. (2012). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dryden, Windy, Albert Ellis, and K. S. Dobson. (2001). *Rational emotive therapy*. New York: Guilford.
- Elias, M. J., & Zins, J. E. (2007). *Bullying, victimization, and peer harassment: A handbook of prevention and intervention*. New York, NY: Haworth Press.
- Ellis, A. E., & Grieger, R. M. (1986). *Handbook of rational-emotive therapy, Vol. 2*. Springer Publishing Company.
- Ellis, A., & MacLaren, C. (1998). *Rational emotive behavior therapy: A therapist's guide*. Impact Publishers.
- Gellatly, J., Bower, P., Hennessy, S., Richards, D., Gilbody, S., & Lovell, K. (2007). What makes self-help interventions effective in the management of depressive symptoms? Meta-analysis and meta-regression. *Psychological medicine*, 37(9), 1217-1228.
- Humaedi, S.Z. (2017). Faktor yang Mempengaruhi peserta didik dalam Melakukan Bullying, *Jurnal Penelitian & PPM*, 4 (2), hlm. 328. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14352>
- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Istiwidayanti; Soejarwo, Trans.) Jakarta: Erlangga.
- International Canter for Reaserch on Women. (2015). *Are School Safe and Equel Places for Girls and Boy in Asia?Reaserch Finding on School-related Gende-Based Violence*. Thailand: Plan Asia Regional
- Ireland, J. L. (2011). *Bullying in prisons: bringing research up to date*. In C.
- Jacobs, M. K., & Goodman, G. (1989). Psychology and self-help groups: Predictions on a partnership. *American Psychologist*, 44(3), 536.
- Jorm, A. F., Nakane, Y., Christensen, H., Yoshioka, K., Griffiths, K. M., & Wata, Y. (2022). Public beliefs about treatment and outcome of mental disorders: a comparison of Australia and Japan. *BMC medicine*, 3(1), 12.
- Juvonen J., Graham S. (2001). *Peer Harassment in Schools: The Plight of the Vulnerable and Victimized..* New York: The Guilford Press.
- KPAI. (2020). *Sejumlah Kasus Bullying sudah warnai catatan masalah anak di awal 2020, Begini kata Komisioner KPAI*. Publikasi Utama.
- Kurtz, L. F. (2007). *Self Help and Support Groups: A Handbook for Practioners*. Sage Publication

- Lee, C. (2004). *Preventing bullying in schools: A guide for teachers and other professionals*. London: Paul Chapman Publishing.
- Limo, Steven (2015). *Bullying Among Teenagers and Its Effects*. Turku: Turku University of Applied Sciences.
- Mahrer, Britt (2019). *Why You Struggle with Self-Care*. Dikutip Mei 2023 dari National Alliance on Mental Illness ([https://www.nami.org/Blogs/NAMI - Blog/December-2019/Why-You-Struggle-with-Self-Care](https://www.nami.org/Blogs/NAMI-Blog/December-2019/Why-You-Struggle-with-Self-Care)).
- Mezzina R, Davidson L, Borg M, Marin I, et al. (2006). The social nature of recovery: Discussion and implications for practice. *Am J Psychiatry Rehabilitation*, 9, 63–80.
- Mills, H., Mulfinger, N., Raeder, S., Rüscher, N., Clements, H., & Scior, K. (2019). Self-help interventions to reduce self-stigma in people with mental health problems: A systematic literature review. *Psychiatry Research*, 112702. doi:10.1016/j.psychres.2019.112702
- Murphy, A. G. (2009). *Character education: Dealing with bullying*. New York, NY: Chelsea House.
- Nancy L. Kocovski, Jan E. Fleming, Rebecca A. Blackie, Meagan B. MacKenzie, Alison L. Rose. (2018). *Self-Help for Social Anxiety: Randomized Controlled Trial comparing a Mindfulness and Acceptance-based Approach with a Control Group*. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2018.10.007>
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford. UK: Blackwell Publishers.
- Orpinas, P, Horne, A. M. (2003). *Bullying prevention: Creating a positive school climate and developing social competence*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development* (11th ed.). New York, NY: McGraw Hill.
- Pepinsky H. B and Pepinsky, P. (1954). *Counseling: Theory and Practice*. New York: Ronald Press.
- Prasetyo, A. B. (2011). Bullying di Sekolah dan Dampaknya bagi Masa Depan Anak. *El-Tarbawi*.
- Prayitno. (2000). *Hak Anak*. Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling UNP
- Priyatno dan Ermananti. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Raskauskas, J., & Stoltz, A. D. (2007). Involvement in traditional and electronic bullying among adolescents. *Developmental Psychology*, 43(3), 564 –575. doi:10.1037/0012-1649.43.3.564

- Reece, T. (2008). *Bullies beat down self esteem*. dikutip Juni 2022, dari <http://www.healthychildren.org/English/safetyprevention/atplay/Pages/Bullies-Beat-Down-Self-Esteem.asp>
- Rigby, Ken. (2007). *Bullying in Schools: And What to do About it Revised and Updated*. Camberwell: ACER Press, Australian Council for Educational Research Ltd
- Rogers Carl .R. (1961). *On Becoming A Person: A Therapist,s View of Psychoteraphy*. USA: Houghton Mifflin Company
- Rosen, G. M. (1993). Self-help or hype? Comments on psychology's failure to advance self-care. *Professional Psychology: Research and Practice*, 24(3), 340.
- Rueda, Pilar; Pérez-Romero, Nuria; Victoria Cerezo, M.; Fernández-Berrocal, Pablo. (2022). The Role of Emotional Intelligence in Adolescent Bullying: A Systematic Review. *Psicologia Educativa*, 28 (1), 53-59.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development (13 ed., Vol. 2)*. (B. Widiasinta, Trans.) New York: PT Gelora Aksara Pratama.
- Seixas,R.; Coelho, J. & Gustave, N. (2013). Bullies, victims and bully-victims impact on health karakteristike. *Educação, Sociedade & Culturas*, 38, 53
- Slade M, Leamy M, Bacon F, Janosik M, et al. (2012). International differences in understanding recovery: Systematic review. *Epidemiology Psychiatry Science*, 21, 353–64.
- Smith, P. K. (2016). Bullying: Definition, Types, Causes, Consequences and Intervention. *Social and Personality Psychology Compass*, 10(9), 519–532. doi:10.1111/spc3.12266
- Srabstein JC and Leventhal BL. (2010). Prevention of bullying related morbidity and mortality: A call for public health policies. *Bull World Health Organ*, 88, 403.
- Stop Bullying (2017). *The Roles Kids Play in Bullying*. Dikutip 27 Mei 2023 dari Stop Bullying of the United States Government (<https://www.stopbullying.gov/bullying/roles-kids-play>)
- Syah Erwan M. (2017). Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Menurunkan Kecemasan Korban Bullying Pada Siswa SMA. *Tajdidukasi*, 7(2), 155-164.
- Thahir A, Rizkiyani D. (2016). Pengaruh konseling rational emotive behavioral therapy dalam mengurangi kecemasan pesera didik kelas VII SMP Gajah Mada Bandar Lampung. *Jurnal*, 3, (2), 197-206
- Topor A, Borg M, Di Girolamo S, Davidson L. (2011). Not just an peserta didikal journey: Social aspects of recovery. *Int J Soc Psychiatry*, 57, 90–9.
- Topor A, Borg M, Mezzina R, Sells D, et al. (2006). Others: The role of family, friends, and professionals in the recovery process. *Am J Psychiatry Rehabilitation*, 9, 17–37.

- Tucker-Ladd, Clayton E. (2004). *Psychological Self-help*. Dikutip Mei 2023 dari psychologicalselfhelp.org: psychologicalselfhelp.org/chapter-1
- UNESCO, U. (2017). *School violence and bullying: Global status report*. Paris: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
- Van Spijker BAJ, Van Straten A, Kerkhof AJFM. (2014). *Effectiveness of Online Self-Help for Suicidal Thoughts: Results of a Randomised Controlled Trial*. PLoS ONE 9(2): e90118. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0090118>
- Watkins, P. L., & Clum, G. A. (Eds.). (2008). *Handbook of self-help therapies*. Routledge/Taylor & Francis Group; Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- World Health Organization. (2020). *Global status report on preventing violence against children 2020*.
- Wrenn, C. G. (1951). Student personnel work in college, with emphasis on counseling and group experiences.
- Zakiyah, E. Z., Fedryansyah, M., & Gutama, A. S. (2018). Dampak bullying pada tugas perkembangan peserta didik korban bullying. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 1(3), 265.