

Penggunaan *Self Expression Card* Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Meminimalisir Perilaku *Bullying Verbal*

Metri Yulita¹, Maryam Rahim², Meiske Puluhulawa³

Pendidikan Profesi Guru Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia^{1,2,3}

yulitametri7@gmail.com

Diterima: 1 Maret 2024

Disetujui: 1 Mei 2024

Dipublikasi: 1 Mei 2024

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penggunaan *self expression card* melalui layanan bimbingan klasikal dalam upaya meningkatkan pemahaman siswa tentang perilaku *bullying verbal*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif metode *pra-eksperimen* dengan *one-group pre-test* dan *post test design*. Subjek penelitian berjumlah 20 siswa yang dipilih dengan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala *bullying verbal* yang berjumlah 43 item yang sudah valid dan reliabel. Analisis data menggunakan teknik *paired sampel t-test* dengan bantuan aplikasi SPSS 20. Adapun Tema yang digunakan dalam layanan bimbingan klasikal teknik *self expression card* dirancang berdasarkan tema analisis kebutuhan, yaitu: name calling, taunting dan belittling, cruel criticism dan personal defamation, racist slurs dan sexually suggestive. Hasil dari gambaran sebelum diberikan teknik *self expression card* bahwa hasil rata-rata skor *pre-test* sebesar 121.35 dan hasil dari sesudah diberikan teknik *self expression card* rata-rata skor *post-test* sebesar 96.75 yang menggambarkan penurunan skor rata-rata perilaku *bullying verbal*. Hasil analisis *paired sampel t-test* nilai Asymp.sig (2 tailed)/ signifikan adalah 0.003 ataupun probabilitas dibawah 0.05, besaran t sebesar 3.138. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa teknik *self expression card* melalui layanan bimbingan klasikal ini efektif untuk mengurangi perilaku *bullying verbal* siswa. Hal ini menunjukkan bahwa teknik *self expression card* dapat digunakan oleh guru bimbingan dan konseling untuk mengurangi *bullying verbal* pada siswa dari negative menjadi positif

Kata Kunci: *Bullying Verbal; Self Expression Card; Bimbingan Klasikal*

Abstract

Research this study aims to explore the use of *self expression cards* through classical guidance services in an effort to increase students' understanding of verbal bullying. This research uses a quantitative pre-experiment method with *one-group pre-test* and *post test design*. The research subjects 20 students were selected using *total sampling technique*. The instrument used is a verbal bullying scale verbal bullying scale which amounted to 43 items that were valid and reliable. Data analysis using *paired sample t-test technique* with help of SPSS 20 application. Used in classical guidance services classical *self expression card technique* is designed based on the theme of needs analysis, namely: name calling, taunting and belittling, cruel and personal defamation, racist slurs and sexist slurs, criticism and personal defamation, racist slurs and sexually suggestive. Results from the description before being given the *self-expression card technique* that the results of the average *pre-test* score of 121.35 and given the *self expression card technique*, the average *post-test* score is 96.75, which depicts a decrease in the average score of bullying behavior. depicting a decrease in the average score of verbal bullying behavior. The results of the *paired sample t-test analysis* of the Asymp.sig (2 tailed) / significant is 0.003 or probability below 0.05, the amount of t is 3.138. Thus it can be concluded that the *self expression card technique* through classical guidance services is effective for reducing students' verbal bullying behavior. This shows that the *self expression card technique* can be used by guidance and counseling and counseling teachers to reduce verbal bullying in students from negative to positive.

Keywords: *Bullying Verbal; Self Expression Card; Classical Guidance*

PENDAHULUAN

Bullying verbal merupakan salah satu bentuk kekerasan yang sering terjadi di kalangan siswa, baik di sekolah-sekolah maupun di lingkungan sosial. *Bullying verbal* melibatkan penggunaan kata-kata atau tindakan yang menghina, menghina, atau mengancam secara lisan terhadap teman sebaya. Menurut Nirwana (2024) *bullying verbal* adalah tindakan yang dapat membuat seseorang merasa terhina dan tidak aman. Kata-kata yang digunakan untuk menghina dan menyakiti orang lain dapat memiliki dampak jangka panjang pada korban. Hal ini dapat memberikan dampak negatif yang serius pada kesejahteraan mental dan emosional siswa, serta berpotensi mengganggu proses belajar-mengajar di sekolah.

Hal tersebut selaras dengan yang diungkapkan oleh Bu'ulolo, et al. (2022) bahwa pemahaman siswa tentang perilaku *bullying verbal* dapat mempengaruhi sikap siswa terhadap kekerasan. Jika siswa memahami bahwa *bullying verbal* adalah perilaku yang tidak dapat diterima, siswa diharapkan untuk melaporkan kasus-kasus tersebut kepada guru atau pihak yang berwenang. Dalam konteks pendidikan, penting untuk memberikan pemahaman yang baik kepada siswa tentang bentuk-bentuk *bullying verbal* dan dampaknya. Hal tersebut disebabkan beberapa siswa mungkin tidak sepenuhnya memahami konsep *bullying verbal*. Siswa mungkin tidak menyadari bahwa kata-kata yang siswa ucapkan dapat menyakiti perasaan orang lain dan menyebabkan trauma (Setiani & Hidayah, 2024).

Disamping itu menurut Najah, et al (2022) pemahaman siswa tentang perilaku *bullying verbal* juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan di sekitarnya. Lebih lanjut menurut Setyanawati (2023). pemahaman siswa tentang perilaku *bullying verbal* juga dapat dipengaruhi oleh faktor sosial, seperti budaya dan norma di lingkungan sekolah. Jika norma di sekolah mendukung atau mengabaikan perilaku *bullying verbal*, siswa mungkin lebih sulit untuk mengenali dan mengatasi masalah ini. Jika siswa sering melihat atau mengalami *bullying verbal*, siswa mungkin cenderung menganggapnya sebagai perilaku yang biasa dan tidak merasa terganggu olehnya. Dalam memahami aspek *bullying verbal*, dapat ditinjau dari indikator; *name-calling* (memberi nama julukan), *taunting* (ejekan), *belittling* (meremehkan), *cruel criticism* (kritikan yang kejam), *personal defamation* (fitnah secara personal), *racist slurs* (menghina ras) dan *sexually suggestive* (bermaksud/bersifat seksual) atau *sexually abusive remark* (ucapan yang kasar) (Coloroso, 2007).

Menurut sebuah penelitian yang dilakukan oleh Yolana (2012), Indonesia berada di urutan kedua dalam daftar negara dengan kasus *bullying* tertinggi. Hal ini menunjukkan bahwa *bullying*, termasuk perilaku *bullying verbal*, merupakan masalah yang signifikan di lingkungan sekolah di Indonesia, termasuk di SMK. Secara khusus menurut penelitian yang dilakukan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia pada tahun 2019, Gorontalo termasuk dalam kategori daerah dengan tingkat kekerasan tinggi di sekolah menengah. Dalam penelitian ini, *bullying* termasuk di antara bentuk kekerasan yang paling umum terjadi di sekolah-sekolah di Gorontalo. Selain itu, survei yang dilakukan oleh Dinas Pendidikan Provinsi Gorontalo pada tahun 2020 juga menunjukkan bahwa *bullying*

merupakan permasalahan yang signifikan di SMK di Gorontalo. Survei ini melibatkan partisipasi siswa dan guru di berbagai sekolah, termasuk SMK di Gorontalo.

Hasilnya menunjukkan bahwa sekitar 30% siswa mengaku pernah mengalami *bullying* di sekolah. Selain data dan penelitian tersebut, permasalahan *bullying* di SMK di Gorontalo juga dapat dilihat dari laporan dan pengalaman pribadi siswa, guru, dan orang tua. Banyak kasus *bullying verbal* dan fisik yang dilaporkan di Gorontalo, dan hal ini menunjukkan bahwa masalah ini memang menjadi perhatian serius di daerah ini. Dalam upaya mengatasi permasalahan *bullying* di SMK di Gorontalo, diperlukan langkah-langkah yang komprehensif. Pendidik, pihak berwenang, dan masyarakat perlu bekerja sama untuk meningkatkan pemahaman tentang perilaku *bullying*, melibatkan siswa dalam program-program pencegahan, dan melaksanakan sanksi yang tegas terhadap pelaku *bullying*.

Penting bagi sekolah untuk memberikan pendidikan yang komprehensif tentang *bullying verbal* kepada siswa SMK, diantaranya dengan meningkatkan pemahaman siswa dapat mengurangi insiden perilaku *bullying verbal* dan menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan inklusif (Andryawan, et al., 2023). Sehingga menurut Putra, et al (2023) bahwa siswa perlu memiliki peran penting dalam mencegah *bullying verbal*, dimulai dengan belajar untuk berbicara sopan dan menghormati orang lain, serta melaporkan kasus *bullying verbal* yang siswa saksikan. Komitmen sekolah dalam menerapkan kebijakan anti-*bullying* yang jelas juga dapat mempengaruhi pemahaman siswa tentang perilaku *bullying verbal*. Jika sekolah mengambil tindakan tegas terhadap kasus-kasus *bullying verbal* dan melibatkan siswa dalam program-program pencegahan, siswa mungkin lebih mampu memahami dan mengatasi masalah ini (Selian, et al., 2024). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa pendidikan yang berfokus pada pemahaman siswa tentang perilaku *bullying verbal* dapat meningkatkan kesadaran siswa dan mengurangi insiden *bullying verbal* di sekolah. Oleh karena itu, penting untuk terus memperbarui dan meningkatkan program-program pendidikan tentang *bullying verbal* dalam upaya mengatasi masalah ini (Rahmat, 2023). Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang perilaku *bullying verbal* melalui pendekatan yang efektif dan inovatif.

Salah satu pendekatan yang menarik adalah penggunaan teknik *self expression card* yang dapat dilaksanakan melalui layanan bimbingan klasikal. Menurut Surya (2003), teknik *self expression card* dapat menjadi alat yang efektif dalam memfasilitasi komunikasi antara klien dan konselor, serta membantu klien dalam mengungkapkan diri secara lebih terstruktur dan terarah. Selain itu, teknik ini juga dapat digunakan untuk memberikan arah wawancara konseling dan melakukan pengecekan kembali persepsi konselor tentang apa yang dikemukakan klien. Teknik *self expression card* adalah kartu-kartu yang dirancang untuk membantu siswa dalam mengekspresikan dan menganalisis pemikiran, perasaan, sikap atau pengalaman pribadi terkait *bullying verbal*. Sehingga dengan kualitas analisis pemahaman perilaku *bullying verbal* yang baik dapat membantu mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi sikap siswa terhadap kekerasan. Dengan memahami faktor-faktor ini, pendidik dan pihak berwenang dapat mengembangkan strategi yang efektif untuk mengurangi insiden *bullying verbal* di sekolah (Rahmat, et al, 2023).

Dalam konteks layanan bimbingan dan konseling di SMK, penggunaan teknik *self expression card* dapat menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam membantu siswa

untuk mengungkapkan perasaan, pemikiran, dan masalah yang dihadapinya. Dengan memberikan ruang ekspresi yang aman dan terstruktur, teknik ini dapat membantu siswa dalam mengatasi kesulitan dalam berkomunikasi dan mengekspresikan diri, serta memungkinkan konselor untuk lebih memahami masalah yang dihadapi siswa.

Penggunaan *self expression card* dalam layanan bimbingan klasikal dapat memberikan lingkungan yang aman dan terstruktur bagi siswa untuk berbicara tentang isu-isu sensitif dan mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang perilaku *bullying verbal*. Dengan melibatkan siswa secara aktif dalam kegiatan ini, diharapkan siswa akan dapat mengidentifikasi perilaku *bullying verbal*, memahami dampaknya, dan belajar cara menghadapinya dengan bijaksana. Melalui penelitian ini, bertujuan menemukan bukti empiris yang mendukung penggunaan *self expression card* melalui layanan bimbingan klasikal dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang perilaku *bullying verbal*. Hasil penelitian ini akan memberikan wawasan yang berharga bagi praktisi bimbingan dan konseling, guru, dan pihak berkepentingan lainnya dalam mengembangkan strategi yang efektif dalam mencegah dan mengatasi *bullying verbal* di lingkungan sekolah.

METODE

Kajian ini menggunakan metode kuantitatif eksperimen dengan model *pre-post eksperimental*, dengan bentuk *one grup pre-test dan post-test design*. Subjek penelitian merupakan siswa SMK Negeri 3 Gorontalo kelas X DPIB. Kegiatan dilakukan dalam jangka waktu 4 kali pertemuan dalam 1 minggu pada semester genap tahun 2024. Topik yang diberikan untuk masing-masing perlakuan didasarkan pada analisis kebutuhan, yaitu: 1. *Name Calling*, 2. *Taunting dan belittling*, 3. *Cruel criticism dan Personal defamation*, 4. *Racist slurs dan Sexually suggestive*. Penentuan subjek penelitian ini dengan menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah 20 orang. Instrumen yang digunakan penelitian ini adalah angket *bullying verbal* yang disusun sendiri dan telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji *paired sampel t-test* dengan bantuan SPSS 20.00.

HASIL TEMUAN

Hasil temuan yang didapatkan melalui data *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

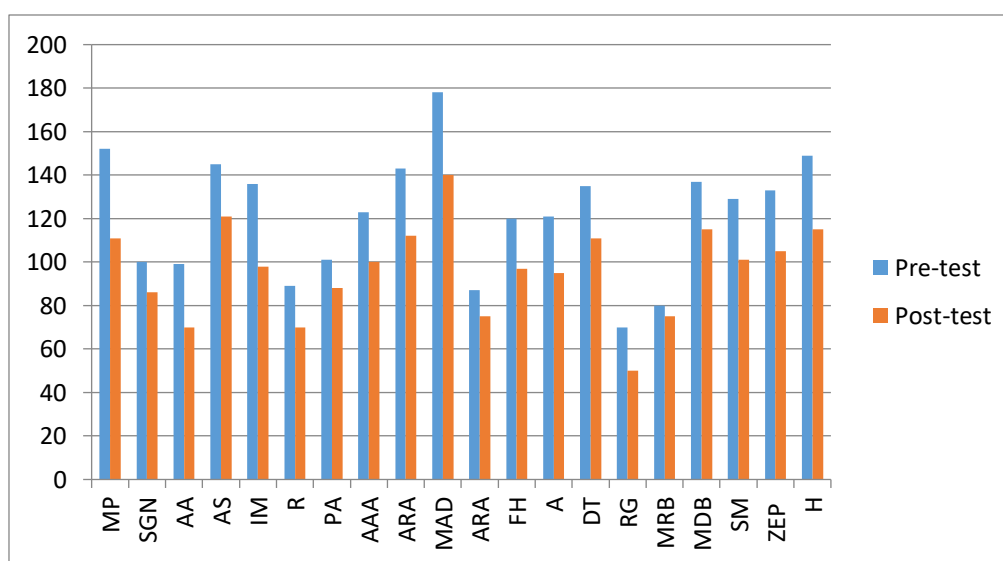
Tabel 1. Hasil Pre-test dan Post-test Bullying Verbal

Insial	Pre-test Skor	Post-test Skor
MP	152	111
SGN	100	86
AA	99	70
AS	145	121
IM	136	98
R	89	70
PA	101	88

Penggunaan Self Expression Card Melalui Layanan Bimbingan Klasikal
 - Metri Yulita, Maryam Rahim, Meiske Puluhulawa

AAA	123	100
ARA	143	112
MAD	178	140
ARA	87	75
FH	120	97
A	121	95
DT	135	111
RG	70	50
MRB	80	75
MDB	137	115
SM	129	101
ZEP	133	105
H	149	115
Skor Total	2427	1935
Rata-rata	121.35	96.75

Berdasarkan Tabel 1 skor perilaku *bullying verbal* untuk masing-masing siswa pada *pre-test* mengalami peningkatan pada skor *post-test*. Perbedaan frekuensi kondisi *bullying verbal* pada siswa dengan menggunakan *self expression card* melalui layanan bimbingan klasikal untuk masing-masing kategori hasil *pre-test* dan *post-test*. Hal ini dapat dipahami bahwa 20 (dua puluh) subjek penelitian yang dilibatkan dalam perlakuan mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test* pada perilaku *bullying verbal* setelah diberikan *self expression card* melalui layanan bimbingan klasikal. Selanjutnya untuk perilaku *bullying verbal* pada masing-masing siswa dari hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada Gambar 1 berikut.



Gambar 1. Hasil Pre-test dan Post-test Bullying Verbal

Berdasarkan Gambar 1 dapat dipahami bahwa terdapat perbedaan siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Dari 20 (duapuluh) siswayang mendapat perlakuan, semua siswa mengalami peningkatan dalam skor pemahaman yang baik terkait perilaku *bullying* verbal. Selanjutnya Pengujian hipotesis dilakukan dengan menganalisis hasil uji *Paires-Sampel T-Test* terhadap data *pre-test*-dan *post-test*.

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means				
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
Hasil	Equal variances assumed	1.771	.191	3.138	38	.003	24.600	7.839

Berdasarkan Tabel 2 dapat dipahami bahwa angka probabilitas Asymp. Sig. (2-tailed) Perilaku *bullying verbal* subjek penelitian sebelum dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 0.003, dengan demikian H_a diterima karena $(Asym.Sig) < \alpha$ yaitu $0.003 < 0.05$. Dengan besaran t sebesar 3.138. Hal ini berarti layanan layanan bimbingan klasikal menggunakan teknik *self expression card* efektif untuk menurunkan perilaku *bullying verbal* pada siswa.

PEMBAHASAN

Penggunaan *self expression card* melalui layanan bimbingan klasikal yang telah terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang perilaku *bullying verbal* dapat didukung oleh berbagai penelitian sebelumnya yang telah menunjukkan bahwa penggunaan *self expression card* dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang berbagai konsep dan topik yang kompleks. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Smith (2010) menunjukkan bahwa siswa yang menggunakan *self expression card* dalam pembelajaran matematika memiliki pemahaman yang lebih baik terhadap konsep-konsep matematika yang sulit. Dalam konteks pemahaman tentang perilaku *bullying* verbal, penelitian oleh Areski, et al (2019) menunjukkan bahwa penggunaan *self expression card* efektif dalam membantu siswa mengekspresikan perasaan yang sedang dialami. Sejalan dengan itu, menurut penelitian Putri et al. (2018) menyimpulkan bahwa penggunaan layanan klasikal yang melibatkan diskusi kelompok dan simulasi peran efektif dalam mencegah kasus *bullying* di sekolah menengah. Penelitian ini memberikan bukti bahwa pendekatan layanan klasikal dapat menjadi strategi yang efektif dalam mengurangi insiden *bullying* di lingkungan sekolah. Secara umum layanan bimbingan dan konseling memberikan dampak positif terhadap penanganan kasus *bullying*.

Salah satu penelitian yang relevan adalah yang dilakukan oleh Hasanah et al. (2018). Dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui program bimbingan dan konseling yang melibatkan siswa, guru, dan orang tua, terjadi penurunan yang signifikan dalam insiden *bullying* di sekolah. Siswa yang mengikuti program ini mengalami peningkatan dalam

pengetahuan mereka tentang *bullying*, kemampuan mengenali tanda-tanda *bullying*, serta pengembangan strategi untuk menghadapinya. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa layanan bimbingan dan konseling yang efektif dapat memainkan peran penting dalam mencegah *bullying* di sekolah. Melalui pendekatan yang holistik, melibatkan semua pemangku kepentingan, program ini dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial, emosional, dan mengatasi konflik, sehingga mengurangi tingkat perilaku *bullying*.

Selain itu, teori-teori psikologi juga mendukung efektivitas penggunaan *self expression card* dalam meningkatkan pemahaman siswa. Menurut (Nurhidayati, 2017) dalam teori konstruktivisme, pembelajaran yang efektif terjadi ketika siswa secara aktif terlibat dalam membangun pengetahuan mereka sendiri melalui pengalaman dan refleksi. Teori ini mengakui bahwa siswa akan dapat menginterpretasikan informasi ke dalam pikirannya, hanya pada konteks pengalaman dan pengetahuan mereka sendiri, pada kebutuhan, latar belakang, dan minatnya (Smith, 2010). Disamping itu teori konstruktivisme merupakan proses membangun pemahaman, kreativitas secara aktif yang didasarkan pada pengalaman belajar orang lain atau berdasarkan pengetahuan yang telah dimiliki oleh orang tersebut (Muslich, 2010).

Penggunaan *self expression card* memberikan kesempatan kepada siswa untuk secara aktif terlibat dalam proses belajar dan mengkonstruksi pemahaman mereka tentang perilaku *bullying verbal*. Dalam pendekatan bimbingan klasikal, penggunaan *self expression card* juga konsisten dengan prinsip pemberdayaan siswa. Dengan memberikan ruang kepada siswa untuk mengekspresikan diri melalui media kartu, siswa merasa didengar dan memiliki kendali atas proses pemahaman mereka. Hal ini dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran tentang perilaku *bullying verbal*.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan analisis yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan *self expression card* melalui layanan bimbingan klasikal dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang perilaku *bullying verbal*. Teknik ini memberikan ruang bagi siswa untuk berkomunikasi dengan cara yang lebih kreatif dan bebas, sehingga memudahkan siswa dalam mengungkapkan pengalaman dan pemahaman siswa tentang perilaku *bullying verbal*. Melalui penggunaan *self expression card*, siswa dapat mengidentifikasi dan mengungkapkan perasaan yang mungkin sulit untuk disampaikan secara verbal. Siswa dapat melukiskan pengalaman *bullying verbal* yang dialaminya, menyusun kata-kata yang merefleksikan pemahaman siswa tentang konsep *bullying verbal*, serta menggambarkan strategi yang siswa pikir dapat digunakan untuk mengatasi masalah tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

Andriawan, A., Laurencia, C., & Putri, M. P. T. (2023). Peran Guru Dalam Mencegah Dan Mengatasi Terjadinya Perundungan (*Bullying*) Di Lingkungan Sekolah. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(6), 2837-2850.

- Areski, W. P., Muhammadun, M., & Selle, A. (2019). Using Expression Card Media To Improve The Students' speaking Skill At The Second Great Of Sma Negeri 1 Parepare. *Inspiring: English Education Journal*, 2(1), 47-59.
- Bu'ulolo, S., Zagoto, S. F. L., & Laia, B. (2022). Peran guru bimbingan dan konseling dalam mencegah bullying di SMA Negeri 1 Amandraya tahun pelajaran 2020/2021. *Counseling For All: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 53-62.
- Coloroso. B. (2007). *Stop Bullying (Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah Hingga SMU)*. Edisi 1. Alih Bahasa: Santi Indra Astuti. Jakarta: Ikrar Mandiri Abadi.
- Dinas Pendidikan Provinsi Gorontalo. (2020). *Survei Permasalahan Bullying di Sekolah Menengah di Gorontalo*.
- Hasanah, N., et al. (2018). Efektivitas Program Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah Bullying di Sekolah. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 2(1), 45-58.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2019). *Laporan Penelitian: Kekerasan dalam Bentuk Bullying dan Kekerasan Lainnya di Sekolah Menengah*.
- Najah, N., Sumarwiyah, S., & Kuryanto, M. S. (2022). Verbal Bullying Siswa Sekolah Dasar dan pengaruhnya terhadap hasil belajar. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(3), 1184–1191. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i3.3060>.
- Nirwana, S. (2024). Pengaruh Bullying terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan, Bahasa dan Budaya*, 3(2), 130-142.
- Nurhidayati, E. (2017). Pedagogi konstruktivisme dalam praksis pendidikan Indonesia. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 1(1), 1-14.
- Muslich. (2010). Teori Konstruktivisme dan Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan*, 25(3), 45-60.
- Putra, R. N., Khair, U., & Hartati, M. (2023). *Studi Kasus Bullying Verbal terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas V di SDN 11 Rejang Lebong* (Doctoral dissertation, Institut Agama Islam Negeri Curup).
- Putri, A., et al. (2018). Efektivitas Layanan Bimbingan Klasikal dalam Mencegah Bullying di Sekolah Menengah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 40-57.
- Rahmat, F. (2023). Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Realitas Untuk Mereduksi Perilaku Bullying Verbal. *CONS-IEDU*, 3(2), 25-41.
- Rahmat, N. isnaeni, Hastuti, I. D., & Nizaar, M. (2023). Analisis Faktor-Faktor yang Menyebabkan Bullying di Madrasah Ibtidaiyah. *Jurnal Basicedu*, 7(6), 3804–3815. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i6.6432>.
- Selian, S. N., & Restya, W. P. D. (2024). Peran Kepala Sekolah dalam Mengatasi Bullying di Sekolah. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9(2), 531-539.

Penggunaan Self Expression Card Melalui Layanan Bimbingan Klasikal

- Metri Yulita, Maryam Rahim, Meiske Puluhulawa

- Setiani, A.P & Hidayah, L.N. (2024). Dampak Bullying Terhadap Kesehatan Psikologis Siswa. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 41–50. <https://doi.org/10.3287/liberosis.v2i1.2051>.
- Setiyanawati, T. (2023). Perilaku Bullying Siswa Sekolah Menengah Atas di Lingkungan Sekolah. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 3(5), 1135-1148.
- Surya, M. (2003). Psikologi Konseling. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Yolan, S. (2012). Negara – Negara dengan Kasus Bullying Tertinggi, Indonesia di Urutan Ke 2. Diakses dari <http://uniqpost.com/50241/negara-negara-dengankasus-bullying-tertinggi-indonesia-di-urutan-ke-2>.