

Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat
26 November 2022, Hal. 911-918
e-ISSN: 2686-2964

Pelatihan Mengatasi Perundungan Melalui Konseling Kreatif Seni Visual

Hardi Prasetiawan¹, Mufied Fauziah²

Universitas Ahmad Dahlan, Kampus Utama Universitas Ahmad Dahlan^{1,2}

hardi.prasetiawan@bk.uad.ac.id

ABSTRAK

Konseling kreatif (*creative art*) adalah penggunaan seni kreatif dalam proses konseling, atau bisa juga konseling dengan menggunakan media seni kreatif untuk mencapai tujuan dari konseling. Adapun Konseling dalam jenis ini yaitu memanfaatkan media seni yang digunakan untuk mengekspresikan irisan dan perasaan konseli yang dirasa sulit untuk diungkapkan dan dimengerti hanya dengan komunikasi verbal biasa terutama dalam mengatasi perundungan. Seni kreatif sangat berpotensi untuk menunjang pelaksanaan layanan konseling terutama mengatasi perundungan. Perundungan atau yang sering disebut dengan (*bullying*) merupakan segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, bertujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus. Pelatihan Konseling Kreatif Seni Visual ini merupakan suatu cara bagi para peserta didik (remaja) belajar bagaimana saling membantu antar remaja-remaja lainnya dalam kehidupan sehari-hari terutama dalam mengatasi perundungan. Tujuan penggunaan modalitas seni visual dalam proses konseling juga membantu peserta didik untuk belajar mengeksplorasi perasaan terdalam yang tidak bisa terungkap melalui kata-kata. Pelatihan ini menjadi sebuah tawaran dan solusi oleh mitra sehingga dengan cara ini pelatihan konseling kreatif seni visual adalah sebuah simbol-simbol bahasa dalam mewakili perasaan dan konflik batin yang dialami oleh peserta didik.

Kata kunci: Konseling Kreatif, Seni Visual, Perundungan

ABSTRACT

Creative art counseling is the use of creative arts in the counseling process, or it can be counseling by using creative arts media to achieve the purpose of counseling. Counseling in this type is to utilize the medium of art used to express Iran and the feelings of counselors who are found difficult to express and understand only with ordinary verbal communication, especially in overcoming bullying. Creative arts have the potential to support the implementation of counseling services, especially overcoming bullying. Bullying or what is often referred to as (bullying) is any form of bullying or violence that is carried out intentionally by one or a group of people who are stronger or more powerful towards others, aiming to harm and are carried out continuously. This Visual Arts Creative Counseling Training is a way for students (teenagers) to learn how to help each other between other teenagers in daily life, especially in overcoming bullying. The purpose of using visual art modalities in the counseling process also helps learners to learn to explore the deepest feelings that cannot be expressed through words. This training becomes an offer and solution by

partners so that in this way the visual arts creative counseling training is a language symbol in representing the feelings and inner conflicts experienced by students.

Keywords: *Creative Counseling, Visual Arts, Bullying*

PENDAHULUAN

Persoalan mendasar dalam dunia pendidikan yang akhir-akhir ini sering menjadi perhatian bersama semenjak masyarakat diresahkan dengan adanya wabah Corona Virus Disease (Covid-19) yang menjadi sebuah pandemi yaitu Perundungan yang sangat berdampak pada peserta didik di sekolah (Elisabeth, 2020). Saat ini pemerintah masih menggembor-gemborkan kegiatan pembelajaran atau layanan Bimbingan dan Konseling dilakukan dari rumah, dimana peserta didik belajar secara daring dan tidak berangkat ke sekolah. Peserta didik merupakan suatu kelompok heterogen yang mana kelompok tersebut terdiri dari individu-individu yang memiliki karakteristik dan kebutuhan yang beragam. Oleh karena itu, peserta didik perlu mendapat perlakuan yang sedemikian rupa sehingga masing-masing mereka dapat mengembangkan potensi secara optimal (*Optimal Human Being: An Integrated Multi-Level Perspective - Kennon M. Sheldon - Google Books, n.d.*).

Persoalan mendasar dalam dunia pendidikan yang akhir-akhir ini sering menjadi keprihatinan bersama yaitu pendidikan karakter di Indonesia yang dirasakan sangat perlu pengembangannya. Hal ini terlihat dengan makin meningkatnya tawuran antar pelajar serta bentuk-bentuk kenakalan remaja lainnya terutama di kota-kota besar, seperti pemerasan, kekerasan, perundungan (perundungan), kecenderungan dominasi senior terhadap junior (senioritas), fenomena suporter anarkis, penggunaan narkoba, dan lain-lain. Bahkan yang paling memprihatinkan keinginan untuk mengembangkan sifat jujur pada anak-anak melalui kantin kejujuran di sejumlah sekolah, banyak mengalami kegagalan karena belum bangkitnya sikap jujur, disiplin, dan tanggung jawab. Kompas pada edisi 3 Juli 2013 mengungkapkan terjadinya kemerosotan moral yang ekstrem di kalangan remaja Indonesia, khususnya di kota-kota besar. Kemerosotan moral secara ekstrem di kalangan remaja tersebut ditandai dengan maraknya tindakan kekerasan yang mengakibatkan hilangnya nyawa orang lain (pembunuhan) oleh remaja. Beberapa kasus pembunuhan dilakukan oleh anak di bawah umur, seperti kasus pembunuhan yang dilakukan oleh anak berusia 8 tahun terhadap anak yang berusia 6 tahun di Bekasi pada bulan April 2013.

(Prasetiawan & Alhadi, 2019) Masalah kenakalan di kalangan pelajar sekolah mulai dari tingkat sekolah dasar hingga menengah atas saat ini banyak dijumpai. Perilaku kekerasan yang dilakukan pelajar sudah di luar batas kewajaran. Kekerasan yang dilakukan cukup mengerikan, baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah, bahkan ada yang menjadi korban akibat kekerasan yang dilakukan. Berbagai tafsir sosial atas fenomena tersebut dikemukakan oleh pemerintah, pemerhati, pendidik, dan bahkan pelajar itu sendiri. Tidak sedikit pula yang berpendapat bahwa individu yang menjadi pelaku kekerasan adalah anak yang kurang perhatian, anak yang gagal secara akademik, dan anak yang perlu mendapatkan bantuan serta pelayanan psikologi.

Peristiwa tersebut menunjukkan bahwa kenakalan remaja khususnya yang melibatkan pelajar sekolah sudah serius. Selain masalah disiplin, masalah lain seperti tawuran antar sekolah, geng motor, dan seks bebas merupakan masalah yang semakin sering terjadi di kalangan remaja. Meskipun tidak ada data resmi mengenai jumlah dan jenis kenakalan di kalangan murid namun masalah ini ibarat bara api dalam sekam. Murid-murid sekolah ketika ini bukan saja berani melanggar peraturan sekolah yang berkaitan dengan disiplin seperti; merokok, minum alkohol, merusak fasilitas sekolah, mencuri, berkelahi, bolos sekolah, mengganggu pelajaran di kelas, tidak mematuhi arahan guru bahkan mem-perundungan teman satu kelas atau adik kelasnya.

Beberapa faktor diyakini menjadi penyebab terjadinya perilaku perundungan di sekolah, antara lain adalah faktor kepribadian, komunikasi interpersonal yang dibangun remaja dengan orangtuanya, peran kelompok teman sebaya dan iklim sekolah. Pertama adalah faktor kepribadian yang memberikan kontribusi besar pada siswa dalam melakukan perilaku perundungan atau menjadi pelaku perundungan. Menurut Benitez dan Justicia [4] pelaku perundungan cenderung memiliki sikap empati yang rendah, impulsif, dominan, dan tidak bersahabat. Adapun menurut Novianti (Handaka, 2013) bahwa salah satu faktor terbesar penyebab siswa melakukan perundungan adalah temperamen yaitu sifat yang terbentuk dari respon emosional. Hal ini mengarah pada perkembangan tingkah laku personalitas dan sosial siswa. Siswa yang aktif dan impulsif lebih mungkin untuk berlaku perundungan dibandingkan dengan yang pasif atau pemalu.

(Amini, 2008) menyebutkan bahwa sebagian kecil guru (27,5%) menganggap perundungan merupakan perilaku normal dan sebagian besar guru (73%) menganggap perundungan sebagai perilaku yang membahayakan siswa. Hal tersebut tidak dapat dianggap normal karena siswa tidak dapat belajar apabila siswa berada dalam keadaan tertekan, terancam dan ada yang menindasnya setiap hari sehingga perilaku perundungan tidak bisa dianggap normal atau biasa. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yayasan Sejiwa tersebut melalui data statistik tawuran dari Komisi Nasional Perlindungan Anak (Komnas PA) tahun 2006, pengadaan Roadshow Young Hearts tahun 2008-2009 (dalam Yayasan Semai Jiwa Amini, 2008) serta kunjungan ke tiga kota besar, diketahui bahwa statistik perundungan meningkat dari jumlah 61,8 juta kasus di tahun 2012 menjadi 83 juta kasus di tahun 2013 (yang berarti meningkat 21,2 persen). Dari hasil kunjungan tiga kota yang dilakukan Yayasan Sejiwa bersama Universitas Indonesia, diperoleh data bahwa kasus perundungan terbanyak terjadi di kota Yogyakarta dengan jumlah 70% kasus. Menyusul dibawahnya adalah Jakarta dengan jumlah 60% kasus dan yang terakhir Surabaya dengan jumlah 50% kasus.

Pengaruh negatif kenakalan remaja membuat anak memiliki kebiasaan yang tidak sesuai dengan budaya timur dan cenderung melupakan nilai-nilai sosial yang dianut oleh masyarakat Indonesia. [6] Pengaruh negatif dari globalisasi diantaranya menggerus budaya lokal berupa gotong royong, toleransi dan sikap sopan santun. Anak jaman sekarang lebih individualistik, mereka merasa dengan teknologi yang ada sekarang ini dapat membuat mereka melakukan segalanya sendiri sehingga tidak perlu membudayakan hidup saling tolong menolong diantara sesama. Selain itu, mengikisnya nilai toleransi mengakibatkan kurang baiknya hubungan antar teman, mereka selalu merasa paling benar diantara lainnya. Tidak hanya dalam hubungannya dengan teman, globalisasi juga melunturkan nilai sopan santun kepada orang yang lebih tua. Hal tersebut tercermin dalam kehidupan sehari-hari ketika sang anak sudah sangat sulit memenuhi perintah orang tua dengan perkataan yang kurang baik ataupun bernada tinggi.

Permasalahan globalisasi juga berpengaruh terhadap nilai-nilai sosial menurut Sapriya (Fitri & Oktaviani, 2019; Oktaviyanti et al., 2016) ketika dihadapkan pada kondisi hidup bersama dalam suatu tatanan masyarakat diperlukan sebuah nilai yang dapat menjadi acuan seseorang dalam berinteraksi dengan orang lain yang disebut nilai sosial. Nilai sosial terbagi menjadi dua yaitu nilai substansif dan nilai prosedural. Nilai substansif adalah keyakinan yang telah dipegang oleh seseorang dan umumnya hasil belajar, bukan sekedar menanamkan atau menyampaikan informasi semata.

Hasil analisis dari informasi yang telah didiskusikan bersama Guru Bimbingan dan Konseling, bahwa perlunya konseling teman sebaya menjadi titik terang dalam mengatasi atau menangani permasalahan perundungan yang terjadi selama ini. Maka dalam hal ini, perlu adanya intervensi dari program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan untuk bekerjasama dengan beberapa Guru BK di SMP di Wilayah Bantul dalam menyelenggarakan “Pelatihan Konseling Kreatif Berbasis Seni Visual Untuk Mengatasi Perundungan Pada Siswa SMP Muhammadiyah di Wilayah Bantul Yogyakarta.”

Permasalahan Mitra maraknya kenakalan remaja yang terjadi hingga saat ini terutama terhadap kasus perundungan (bullying) yang telah banyak menyebabkan korban. Tuntutan kurikulum terbaru mengharuskan pelajar memiliki dan membangun jati dirinya sebagai peserta didik dengan Pendidikan yang berkarakter. Kenyataan yang terjadi dari permasalahan yang nampak adalah peserta didik belum banyak yang menerapkan dan memetik pelajaran dari sebuah pendidikan karakter. Menindaklanjuti analisis dan informasi yang telah disampaikan oleh Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling, bahwa selama pemberian layanan Bimbingan dan Konseling kepada peserta didik kadang-kadang masih belum optimal dalam mengentaskan permasalahan peserta didik terutama dalam mengatasi tindakan perilaku perundungan (bullying) yang sedang marak-maraknya terjadi. Maka dalam hal ini, perlu adanya tindakan dari program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan untuk bekerjasama dengan MGBK Bantul serta Pimpinan Daerah Muhammadiyah (PDM) Bantul dalam “Pelatihan Mengatasi Perundungan Melalui Konseling Kreatif Seni Visual Pada Siswa SMP Muhammadiyah di Wilayah Bantul Yogyakarta”.

Alasan praktis melaksanakan pelatihan kepada peserta didik ini adalah untuk menyiapkan peserta didik agar sejak dini memiliki dan menumbuhkan kesadaran Pendidikan karakter dan menjiwai makna win-win solution dalam sebuah treatment konseling. Oleh karena itu, analisa permasalahan yang dapat diambil yaitu:

1. Terbatasnya waktu pelayanan Guru Bimbingan dan Konseling baik secara Pribadi maupun Kelompok
2. Masih rendahnya kreativitas Guru Bimbingan dan Konseling dalam memanfaatkan/menggunakan metode konseling dengan media secara kreatif.
3. Minimnya Guru Bimbingan dan Konseling dalam menyusun program Bimbingan Konseling sehingga belum dapat menyesuaikan dengan hasil asesmen lapangan yang terjadi.

Maka dalam hal ini, hasil analisis situasi dan permasalahan mitra yang tampak sehingga tim tertarik untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Pelatihan Mengatasi Perundungan Melalui Konseling Kreatif Seni Visual Pada Siswa SMP Muhammadiyah di Wilayah Bantul Yogyakarta” yang mana kegiatan ini yaitu sebagai tindakan intervensi membantu proses pelayanan guru Bimbingan dan Konseling di wilayah Bantul dengan bentuk kegiatan seperti penyuluhan, pelatihan, pendampingan, dan peningkatan nilai sosial peserta didik.

Program Pelatihan ini juga melibatkan peran Pengurus Daerah Muhammadiyah Bantul, Guru BK SMP Bantul (MGBK) sebagai mitra pengabdian kepada masyarakat. Mitra yang menjadi sasaran pengabdian kepada masyarakat adalah peserta didik yang berada di SMP di wilayah Bantul Yogyakarta.

METODE

Metode pelaksanaan yang digunakan adalah dengan melihat kepakaran dan tugas dalam pelaksanaan Pelatihan Mengatasi Perundungan Melalui Konseling Kreatif Seni Visual yaitu dengan (1) kegiatan musyawarah dengan guru BK di wilayah Kabupaten Bantul, sehingga diketahui analisis kebutuhan dari Pelatihan Mengatasi Perundungan Melalui Konseling Kreatif Seni Visual Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama di Wilayah Bantul Yogyakarta, (2) kemudian diberikannya implementasi tentang konsep Konseling Kreatif Seni Visual (3) lalu diberikan sosialisasi terkait problematika peserta didik. Selanjutnya, solusi yang diberikan adalah memberikan Pelatihan Konseling Kreatif Berbasis Seni Visual Untuk Mengatasi Perundungan yang dilaksanakan pada hari Rabu, 07 September 2022 (Stage 1), selanjutnya di

hari Kamis, 08 September 2022 (Stage 2). Berikutnya diatur pada hari Rabu, 21 September 2022 (Stage 3), dan berakhir di hari Kamis, 22 September 2022 (Stage 4).

Kegiatan ini dilaksanakan oleh dua dosen Bimbingan dan Konseling dengan dibantu dua mahasiswa. Tahapan meliputi persiapan materi dan pelaksanaan Konseling Kreatif Seni Visual untuk Mengatasi Perundungan. Peningkatan kebedayaan mitra dalam kegiatan ini terjadwal selama 400 menit tatap muka dan kegiatan terjadwal selama 400 menit dilakukan secara full luring (luar jaringan atau tatap muka). (4) berikutnya kegiatan Forum Group Discussion dengan melibatkan Guru BK di SMP Muhammadiyah Sewon untuk mengetahui tindak lanjut dari hasil pelaksanaannya.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Hasil

Kegiatan Pelatihan Konseling Kreatif Berbasis Seni Visual untuk Mengatasi Perundungan di SMP Muhammadiyah di wilayah Bantul ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan. Adapun di bawah ini merupakan tahapan-tahapan yang dilakukan pada saat pemberian pelatihannya:



Gambar 1. Konseling Kelompok Berbasis Kreatif Seni Visual Stage 1 dan 2



Gambar 2. Konseling Kelompok Berbasis Kreatif Seni Visual Stage 3 dan 3

Pembahasan

Masa remaja merupakan transisi dimana menyangkut perubahan pada aspek fisik, kognisi, sosial, emosi, moral, dan religious (Farozin, et al., 2016). Usia Remaja awal dimulai usia 8

hingga 10 tahun dan berakhir pada usia 15 atau 16 tahun. Perubahan-perubahan ini terlihat pada transisi dari sekolah dasar menuju sekolah menengah tingkat pertama (Santrock, 2014). Usia remaja menjadi suatu bentukan pengalaman yang sangat menantang mulai dari aktivitas ketertarikan dan komitmen remaja terhadap ikatan persahabatan yang sangat melekat atau disebut dengan teman sebaya (peer). Adapun pada hubungan teman sebaya jua memungkinkan terjadinya proses identifikasi, kerjasama & proses kolaborasi. Proses-proses tadi akan mewarnai proses pembentukan tingkah laku yg spesial pada remaja (Gladding, 2012).

Sangat sering dijumpai para remaja yang membentuk kelompok-kelompok atau geng-geng di sekolah. Hal ini tidak terdapat yang keliru pada pembentukan grup atau geng tersebut asalkan kegiatannya berdampak positif yang bisa menguntungkan orang lain, akan tetapi dalam kenyataannya yang terjadi pada lapangan adalah terbentuknya geng remaja yang melakukan tindakan negatif dari pada perbuatan positif. Contohnya yang dilakukan oleh sekelompok remaja pada geng motor yang berujung ugul-ugalan di jalanan, adanya tawuran antar geng, mabuk-mabukan, melakukan tindakan kekerasan, merokok, & bahkan geng klitih yang waktu ini marak terjadi di Yogyakarta (Astuti, 2017).

Data kenakalan remaja di Indonesia dari tahun ketahun selalu mengalami peningkatan. Dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2014 jumlahnya mencapai 7007 kasus & dalam tahun 2015 mencapai 7762 kasus. Artinya menurut tahun 2014 – 2015 mengalami kenaikan sebanyak 10,7%, kasus tersebut terdiri dari aneka macam kasus kenakalan remaja diantaranya, pencurian, pembunuhan, pergaulan bebas & narkoba. Pada tahun 2016 kenakalan mencapai 8597,97 kasus, 2017 sebesar 9523.97 kasus, 2018 sebesar 10549,70 kasus, 2019 mencapai 11685,90 kasus & dalam tahun 2020 mencapai 12944,47 kasus. Dari data tersebut mengungkapkan bahwa kenakalan remaja mengalami kenaikan tiap tahunnya sebesar 10,7% (Fitri & Oktaviani, 2019). Sehingga, studi ini bertujuan untuk mengembangkan model Konseling Teman Sebaya dengan Seni Kreatif untuk meningkatkan resiliensi pada siswa Sekolah Menengah Pertama di Wilayah Kota Yogyakarta.

Penelitian ini memfokuskan pada peserta didik Sekolah Menengah pertama dengan usia antara 13-15 tahun yang memasuki masa remaja awal (Hurlock, 2015). Untuk menyelesaikan permasalahan bersama pada remaja disebut dengan konseling teman sebaya atau peer counseling. Konseling teman sebaya sebagai suatu variasi tingkah laku membantu secara interpersonal yang dilakukan oleh individu non-profesional yang berusaha membantu orang lain (Joubert & Hay, 2019). Peer Counseling (Konseling teman sebaya) terkesan penting karena sebagian besar remaja lebih sering menyampaikan masalah-masalahnya dengan teman sebayanya dibandingkan dengan orang tua, wali kelas, atau guru-guru di sekolah. Penggunaan istilah seni ekspresif dalam konseling dikenal dengan beberapa istilah. Seni ekspresif dalam konseling dikenal dengan istilah Expressive therapy, juga dikenal dengan expressive arts therapy atau creative arts therapy, inti makna dari beberapa istilah tersebut adalah menggunakan proses kreasi seni sebagai bentuk terapi (See, 2009)

Pada hakikatnya urgensi dalam penelitian ini adalah mengembangkan model konseling teman sebaya berbasis seni kreatif antara konselor ahli dengan konseli dengan menggunakan perantara teman sebaya dari para konseli (Harpazi et al., 2020). Seni Ekspresif melalui gambar juga dapat berfungsi sebagai sarana komunikasi antara konselor dan remaja yang dapat membuat remaja aktif berpartisipasi dalam proses konseling. Gambar akan membantu anak mengekspresikan masalahnya dan pandangannya terhadap dunianya. Selain itu, gambar dapat menjadi sebuah katalisator yang akan meningkatkan interaksi dan efektivitas proses konseling antara konselor dan konseli. Penemuan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa anak remaja yang diwawancarai ketika sambil menggambar memberikan informasi yang lebih banyak dibandingkan remaja yang hanya diminta bercerita. Mereka berasumsi bahwa hal ini terjadi karena menggambar dapat mengurangi kecemasan dan menolong anak merasa lebih nyaman

dengan terapis, dapat meningkatkan pemanggilan kembali memori, dan dapat membantu anak mengorganisir ceritanya (Malchiodi, 2011)

Anak-anak yang mengalami gangguan perilaku kebanyakan lebih bersifat kinestetik daripada verbal dan banyak yang kurang mampu dalam bahasa, karena itu, gambar dapat membantu memahami bagaimana dinamika individu dan apa yang mereka butuhkan (Malchiodi, 2013). Kunci modalitas seni ekspresif yang digunakan dalam konseling teman sebaya berbasis seni ekspresif yaitu: Seni Visual meliputi banyak bentuk kreasi seni; seperti melukis, menggambar, memahat, membuat Collage, fotografi dan sebagainya. Aktivitas menggambar telah banyak dijadikan sarana dalam proses konseling terhadap anak-anak yang mengalami penganiayaan secara fisik dan seksual atau menjadi korban kejahatan rumah tangga, anak yang mengalami gangguan emosional, anak yang berada dalam perawatan medis dan yang mengalami gangguan perilaku (Malchiodi & Crenshaw, 2015)

Dampak

Pelatihan konseling teman sebaya berbasis seni visual merupakan suatu bentuk model sistematis yang memungkinkan siswa (remaja) memiliki keterampilan-keterampilan konseling guna mengimplementasikan pengalaman kemandirian dan kemampuan mengontrol diri yang sangat bermakna bagi sesama remaja. Secara khusus dampak pelatihan konseling teman sebaya memfokuskan pada proses berfikir, proses-proses perasaan dan proses pengambilan keputusan. Sehingga, dengan cara yang demikian menjadikan konseling teman sebaya dapat memberikan kontribusi pada pengalaman yang kuat yang dibutuhkan oleh para remaja (Prasetiawan, 2016). Makna dari penggunaan seni visual dalam konseling merupakan proses bantuan yang mempergunakan media seni, dan proses kreativitas seni dalam proses konseling yang bertujuan untuk mencapai perkembangan individu yang optimal, kemampuan, kepribadian, minat, kecemasan dan perilaku (Rubin, 2005)

Dampak ini dapat mengarahkan peserta didik untuk membentuk tujuh aspek yang menjadi pembentuk resiliensi terutama dalam permasalahan tentang perundungan yang dilakukan seperti: 1. Regulasi emosi, keadaan untuk tetap tenang dan fokus saat menghadapi masalah. Kondisi ini merupakan kondisi dimana individu mampu bersikap positif dalam menghadapi masalah, karena tidak jarang individu yang memiliki masalah bereaktif negatif dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya. 2. Pengendalian impuls, merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan, keinginan dan tekanan yang muncul dari dalam diri individu itu sendiri. Kemampuan mengatasi perundungan ini penting dimiliki karena dengan kemampuan ini individu dapat menjadi pribadi yang sabar dan tangguh.

Berikutnya 3. Optimis, merupakan keyakinan individu yang percaya bahwa dirinya dapat menangani masalahnya serta menyakini memiliki masa depan yang lebih baik dari kondisinya saat ini. 4. Empati, kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain. Sikap empati ini menjadi penting dimiliki setiap individu karena dengan memiliki sikap empati individu dapat menempatkan dirinya dalam pergaulan antara sesama. 5. Kemampuan analisis masalah, kemampuan ini merupakan kemampuan individu untuk bisa secara akurat mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang dihadapi. 6. Efikasi diri, keyakinan individu mampu memecahkan masalah yang dialami dan mencapai kesuksesan. 7. Peningkatan aspek positif, kemampuan individu untuk memaknai permasalahan yang dihadapi sebagai kekuatan di masa depan (Reivich & Shatté, 2002)

SIMPULAN

Penggunaan seni ekspresif berbasis seni visual dalam konseling sebagai proses bantuan yang mempergunakan media seni dan proses kreativitas seni dalam proses konseling. Konseling seni visual membantu siswa dapat mencapai perkembangan individu secara optimal, kemampuan, kepribadian, minat, kecemasan dan perilaku. Pelatihan ini berdampak pada

pengembangan diri peserta didik dalam mengatasi perundungan yang terjadi. Proses konseling seni kreatif seni visual juga menjadi fokus dalam mengasah perkembangan kemampuan seni siswa atau konseli yang terlibat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada 1). Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan, 2). Mitra Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah Sewon.

DAFTAR PUSTAKA

- Amini, T. Y. S. J. (2008). *Bullying Mengatasi Kekerasan Di Sekolah Dan Lingkungan Sekitar Anak*.
- Astuti, A. D. (2017). *Fenomena Geng Pada Remaja Usia Sekolah Menengah Pertama Dan Faktor Yang Mempengaruhi*. 1, 10.
- Elisabeth, C. (2020). *Burnout Akademik Selama Pandemi Covid 19*.
- Farozin, M., Umam, S., Suwarjo, Nursalim, M., & Dkk, Dkk. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan (Pop) BK Di Sekolah Menengah Pertama (SMP)*
- Fitri, R. P., & Oktaviani, Y. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Kenakalan Remaja Pada Siswa-Siswi Man 2 Model Kota Pekanbaru Tahun 2018. *Jomis (Journal Of Midwifery Science)*, 3(2), Article 2.
- Gladding, S. T. (2012). *Konseling: Profesi Yang Menyeluruh*. Pt. Indeks.
- Handaka, I. (2013). *Applying Media Comic In Guidance And Counseling Service In Junior High School*
- Harpazi, S., Regev, D., Snir, S., & Raubach-Kaspy, R. (2020). Perceptions Of Art Therapy In Adolescent Clients Treated Within The School System. *Frontiers In Psychology*, 11,
- Hurlock, E. B. (2015). *Psikologi Perkembangan Edisi 5: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga, 2009.
- Joubert, C., & Hay, J. (2019). Capacitating Postgraduate Education Students With Lay Counselling Competencies Via The Culturally Appropriate Bibliotherapeutic Read-Me-To-Resilience Intervention. *South African Journal Of Education*, 39(3).
- Malchiodi, C. A. (2011). *Handbook Of Art Therapy*. Guilford Press.
- Malchiodi, C. A. (2013). *Expressive Therapies*. Guilford Publications.
- Malchiodi, C. A., & Crenshaw, D. A. (2015). *Creative Arts And Play Therapy For Attachment Problems*. Guilford Publications.
- Oktaviyanti, I., Sutarto, J., & Atmaja, H. T. (2016). *Implementasi Nilai-Nilai Sosial Dalam Membentuk Perilaku Sosial Siswa Sd*. 7.
- Optimal Human Being: An Integrated Multi-Level Perspective—Kennon M. Sheldon—Google Books*. (202)
- Prasetiawan, H. (2016). Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 1–13.
- Prasetiawan, H., & Alhadi, S. (2019). Komik Strip Solusi Inovasi Gerakan Anti Bullying. *Proceeding Of The Urecol*, 310–315.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills For Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. Broadway Books.
- Rubin, J. A. (2005). *Child Art Therapy, 25th Anniversary Edition | Wiley*.
- Santrock, J. W. (2014). *Adolescence/John W. Santrock*. Mcgraw Hill.
- See, C. M. (2009). *Innovations In Counseling*.