

Ulasan Naratif pada Penanganan Perundungan Siswa Berbasis Perspektif Konseling Realita

Masbahur Roziqi

SMA Negeri 1 Kraksaan Kapupaten Probolinggo

E-mail: masbahurroziqi48@guru.sma.belajar.id

Artikel diterima : 28 November 2023, direvisi : 12 Desember 2023, disetujui : 4 Januari 2024

Abstract: The rise of bullying in schools requires primary handling from counselors or guidance and counseling teachers. One urgent approach that can be used to deal with bullying is the reality counseling approach. This study aims to learn how to handle bullying through a reality counseling approach. A method, namely narrative reviews, is also used to collect articles using the Publish and Perish application. The research results of this narrative review are that reality perspective counseling can help perpetrators and victims of bullying develop better and more positively. Apart from that, the reality counseling approach can also collaborate with the culture of each client and counselor's area. In conclusion, the reality counseling approach can be used by counselors in cases of bullying, which are very likely to occur in schools. Counselors and counselees who pay attention to cultural perspectives can use reality counseling to deal with bullying behavior and recover from bullying that victims have experienced.

Key Words: Bullying; Counseling Intervention; Students

How to cite: Roziqi, M. (2024). Ulasan Naratif pada Penanganan Perundungan Siswa Berbasis Perspektif Konseling Realita. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*, 8 (1), 1-9. <http://doi.org/10.20961/jpk.v8i1.80792>.

PENDAHULUAN

Pembicaraan mengenai perundungan selalu tidak pernah habis menjadi topik. Ini karena fenomena perundungan selalu hadir di negeri ini. Terlebih pada pendidikan formal, yaitu dunia persekolahan. Perundungan seolah tidak ada habisnya dan berulang. Pelaku dan korban pun bagian dari subjek dunia pendidikan formal. Ada murid dan ada pula guru. Kejadian perundungan menjadi seperti lingkaran setan yang tidak ada habisnya. Kejadiannya pun telah lintas daerah. Tidak terpaku pada daerah tertentu. Semua murid bisa menjadi korban. Siapa saja. Tidak peduli laki-laki atau perempuan.

Contoh kasus perundungan diduga melibatkan pelajar terjadi di daerah kecamatan Suela, Lombok Timur. Seorang remaja berinisial FT diduga mengalami perundungan fisik dari seoran rekannya. Mirisnya, adegan perundungan fisik ini diunggah ke media sosial. Sehingga banyak orang dapat mengakses. Saat ini keluarga korban memilih melaporkan perundungan tersebut kepada aparat penegak hukum (Dimiyati, 2022). Perundungan ini pun menurut O'Connel (2003) terdiri dari beberapa pihak yang secara garis besar menjadi subjek pelaksana perundungan. Dia mengistilahkannya peran-peran yang dilakoni tiap subjek. Beberapa peran tersebut meliputi: (1)



Bully, murid yang menjadi pihak paling aktif, dan inisiator perundungan, (2) *Bully assistance*, murid yang menjadi peran pembantu atau asisten dari bully, dia terlibat aktif merundung dengan mengikuti perintah bully, (3) *Reinforcer*, adalah murid yang menjadi penonton, provokator tontonan, dan sering pula menjadi pengejek bagi korban perundungan, (4) *Defender*, merupakan murid yang membela korban dari perundungan, dan tidak jarang juga berujung menjadikannya korban bullying juga, dan (5) *Outsider*, merupakan murid atau orang di sekitar yang tahu bahwa terjadi perundungan namun memilih mengabaikan dan tidak melibatkan diri untuk menghentikan perundungan tersebut.

Padahal dampak perundungan terbilang sangat mengkhawatirkan. Seperti yang Rigby (2003) sampaikan mengenai dampak korban perundungan. Dia mengatakan korban mengalami cedera fisik berupa memar atau luka, menurunnya kesehatan fisik, mengalami kondisi sulit tidur nyenyak, dan kecenderungan mengalami psychological well being rendah, seperti perasaan tidak bahagia, menjadi pemarah, self esteem rendah, dan merasa tertekan dan terancam pada situasi tertentu.

Selain itu menurut Habsy (2017) korban perundungan juga cenderung akan mempunyai penyesuaian sosial yang buruk, seperti membenci lingkungan sosial, mengekspresikan rasa tidak senang kepada sekolah, kesepian, terisolasi, memisahkan diri dari teman-temannya, dan membolos atau enggan masuk sekolah dengan teratur. Hal ini menurutnya dilakukan untuk menghindari perlakuan berulang-ulang dari pelaku perundungan di sekolah. Dampak lain juga disampaikan Simons dan Mawn (2010), mengungkapkan bahwa murid yang menjadi korban perundungan, cenderung juga berpotensi menjadi pelaku perundungan. Kecenderungan itu terjadi karena si korban ingin ‘membalas dendam’ dengan cara melampiaskan kekesalannya pada murid lain yang cenderung lebih lemah dari dirinya. Dengan melampiaskan kemarahan dan kekesalan telah menjadi korban itu, seolah itu menjadi penyaluran kekecewaan dan ketidakberdayaannya.

Terkait fenomena korban perundungan membalas dendam terhadap korban lain yang lebih lemah dari dia ini senada dengan konsep Sartini (2009) yang mengenalkan tentang dendam kesumat. Dendam kesumat menurutnya merupakan pelampiasan kemarahan terhadap peristiwa yang subjek korban alami, dan ini menjadi suatu pikiran irasional dia sebagai bagian dari anggota masyarakat. Dia memilih untuk menuruti kehendak berpikinya yang berupaya menyalurkan kemarahannya melalui menyakiti orang lain.

Tidak hanya Indonesia, kita juga bisa berkaca pada fenomena perundungan yang terjadi pada negara-negara lain. Seperti penelitian yang dilakukan Elgar dkk (2015) mengenai pengalaman perundungan murid pada 79 negara. Terdapat 30% dari 300.000 responden survey yang menjadi korban perundungan pada 30 hari terakhir. Demikian pula penelitian yang dilakukan Maji dkk (2016) yang menyimpulkan bahwa hanya 37 dari 273 responden remaja yang

tidak pernah mengalami perundungan atau menjadi korban perundungan. Itu berarti 80% murid lainnya pernah menjadi korban perundungan.

Namun tidak hanya korban saja yang perlu mendapat “penyelamatan”. Pelaku, terutama yang notabene masih anak-anak, menjadi pihak yang juga perlu mendapatkan perhatian dari berbagai pihak. Terutama bagaimana mereka dapat memahami bahwa perilakunya menyakiti orang lain, berdampak merugikan orang lain, dan bagaimana pelaku dapat memilih perilaku lebih bertanggung jawab dan positif pada orang lain. Walau pun pada kenyataannya hal ini mendapat tantangan besar. Sebab pihak keluarga korban dan orang-orang di sekitar pelaku pasti akan sangat berharap korban mendapat keadilan retributif, atau keadilan berupa pembalasan terhadap pelaku. Agar luka korban baik fisik maupun mental mendapat keadilan berupa hukuman yang diberikan setimpal pada pelaku sesuai kesalahannya.

Problematika perundungan baik terhadap korban maupun pelaku tersebut patut menjadi perhatian konselor. Adanya kebutuhan untuk memberikan intervensi kepada korban dan pelaku agar dapat menangani perundungan melalui layanan responsif membutuhkan landasan teori yang mendasari bantuan tersebut. Salah satu pendekatan yang bisa menjadi pilihan untuk mewujudkan layanan responsif tersebut yakni layanan konseling dengan pendekatan realita.

Urgensi konseling realitas ini disampaikan oleh Habsy (2022) bahwa dalam kaitannya dengan perundungan, baik korban maupun pelaku sebenarnya dilahirkan dengan potensi untuk memenuhi kebutuhannya dengan perilaku total yang baik bertanggung jawab atau tidak bertanggung jawab, efektif atau tidak efektif. Individu juga bertanggung jawab atas perilakunya, karena individu memilih melakukan apa yang dia lakukan dan dapat memilih membuat pilihan terbaik bagi dirinya.

Konseling realitas ini juga dapat diberikan pada korban maupun pelaku karena prinsipnya dapat memahami kondisi di sini dan saat ini serta bertanggung jawab atas pilihan perilakunya. Masrohan A., & Pratiwi. T. I. (2014) mengatakan konseling realitas sebagai konseling yang aktif. Konseling realita membantu konseli mampu menghadapi segala realitas yang terjadi pada masa mendatang dengan penuh optimistik. Ketika optimis akan terjadi perubahan lebih baik, maka korban dan pelaku bisa berubah menjadi lebih positif. Dari pemaparan latar belakang tersebut peneliti merumuskan fokus pertanyaan penelitian yakni bagaimana penanganan perundungan melalui perspektif konseling realita? Tujuan dari tinjauan ini juga berasal dari fokus kajian yaitu mengetahui penanganan perundungan berdasarkan perspektif konseling realita.

METODE

Metode penelitian menggunakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian ulasan naratif. Ada beberapa tahap penelitian ulasan naratif antara lain; proses pencarian referensi dari

artikel-artikel ilmiah mengenai konseling realita dan perundungan pada google scholar, pemilahan sumber pengkajian literatur sesuai topik pengkajian, penarikan data atau hasil kajian, dan diskusi hasil kajian. Penulis melakukan pencarian sumber-sumber pengkajian melalui google scholar dengan berbantuan aplikasi publish dan perish. Melalui aplikasi ini, penulis mendapatkan artikel-artikel mengenai konseling realitas dan perundungan. Artikel yang dicari pada kurun waktu 2012-2022. Terdapat 200 artikel yang penulis dapat. Kemudian setelah melalui proses pemilahan menjadi sembilan artikel ilmiah utama yang menjadi bahan kajian untuk menjawab fokus kajian.

HASIL

Hasil pengkajian berasal dari enam artikel yang peneliti kaji dan peroleh pemahaman topik penelitian mengenai konseling realitas dalam penanganan perundungan. Berikut merupakan hasil penelitian seperti tersaji pada Tabel 1.

Tabel 1. Artikel Sumber Data

Judul Artikel	Penulis	Tahun	Hasil
Pendekatan Konseling Realita berbasis kearifan lokal Jawa untuk mereduksi perilaku bullying dikalangan remaja	Muhammad Asro	2018	Seorang remaja yang berperilaku bullying baik secara langsung ataupun melalui cyberbullying tidak sesuai dengan tanggung jawab, realita dan norma. Begitupun perilaku ini menyimpang dari kearifan lokal jawa yang seharusnya manusia berperilaku berdasarkan tindakan yang tepat, sikap batin yang tepat, tempat yang tepat dan pengertian yang tepat.
Konseling Realita Berbasis Nilai-Nilai Serat Wedhatama untuk Membentuk Karakter Unggul Peserta Didik: Literature Review	Achmad Miftahul Ilmi	2022	Kolaborasi antara konseling realita berbasis nilai-nilai Serat Wedhatama diprediksi mampu untuk membentuk karakter unggul peserta didik sesuai falsafah jawa yang relevan dengan aspek-aspek dalam pendidikan karakter
Pelaksanaan Konseling Pribadi dengan Teknik Realitas untuk Mengurangi Perilaku Bullying Peserta Didik di SMK Penerbangan Raden Intan Bandar Lampung Tahun pelajaran 2016-2017	Rizqy Ramadita	2017	Strategi konseling realitas dapat mengurangi perilaku bullying peserta didik di SMK Penerbangan Raden Intan Bandar Lampung tapel 2016-2017
Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Realita Terhadap Pengembangan Resiliensi Siswa Korban	Ririn Nuriani Indri	2018	Terdapat pengaruh signifikan antara konseling kelompok realitas terhadap resiliensi siswa

Judul Artikel	Penulis	Tahun	Hasil
Bullying di SMPN 1 Batang			
Pengaruh Konseling Kelompok Realitas Terhadap Perilaku Perundungan Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo	Ruslin Balunte	2020	Terdapat pengaruh konseling kelompok realita terhadap perilaku bullying siswa kelas VIII SMPN 1 Telaga Kabupaten Gorontalo
Keefektifan konseling realitas dengan menggunakan teknik metafora untuk meningkatkan perilaku 3R (Right, Responsibility, Reality) pada siswa korban bullying di MAN 3 Jember	Hidayati Puja Utami	2019	konseling realitas dengan menggunakan teknik metafora efektif untuk meningkatkan perilaku 3R pada siswa korban bullying di MAN 3 Jember

Beberapa hasil tersebut merupakan hasil dari pengkajian atas enam artikel terseleksi yang sesuai dengan topik yang dikaji yakni penanganan perundungan murid di sekolah Indonesia berdasarkan perspektif konseling realita. Ada enam penelitian yang dapat dijadikan kajian untuk dibahas bersama lebih lanjut pada bagian pembahasan. Hasil enam penelitian ini menunjukkan pendekatan realita bermanfaat bagi penanganan korban maupun pelaku perundungan.

PEMBAHASAN

Perundungan melalui perspektif konseling realita menekankan tanggung jawab pada konseli untuk dapat berkembang dengan perilaku baru yang lebih positif. Termasuk mengidentifikasi apa kebutuhan dasar yang coba dipenuhi oleh pelaku perundungan dan korban perundungan. Pengidentifikasi kebutuhan dasar ini seperti yang disampaikan Glasser (2010a) bahwa manusia secara konstan memiliki empat kebutuhan psikologis yang harus dipenuhi. Tanpa memenuhi ini, maka manusia akan mengalami masalah. Sama seperti yang pelaku dan korban perundungan alami. Kebutuhan ini antara lain cinta, kekuasaan, kesenangan, dan kebebasan.

Pada perundungan yang terjadi di sekolah Indonesia, pelaku tentu berupaya memenuhi kebutuhan psikologisnya. Entah itu kekuasaan, cinta, kesenangan, atau kebebasan. Sayangnya, pemenuhan kebutuhan itu tidak dilakukan dengan cara yang positif. Melainkan dengan menyakiti orang lain. Demikian pula dengan korban perundungan ketika mereka memilih memenuhi kebutuhan psikologisnya untuk kesenangan dengan tidak masuk sekolah karena takut bertemu pelaku, ada tindakan pemenuhan kebutuhan yang tidak tepat.

Pada temuan penelitian bahkan konseling realita tidak harus murni mengandalkan falsafah kontinental atau anglo saxon saja, melainkan bisa pula mengambil kekhasan budaya nusantara. Ini seperti pada artikel yang ditelaah oleh Asro (2020) dan Ilmi (2022). Pada penelitian Asro

mengambil konteks budaya kearifan lokal Jawa yang dipadu dengan konsep konseling realitas. Seperti pelaku yang melakukan perilaku perundungan secara konsep dasar realita maupun kearifan lokal Jawa tidak tepat. Mengapa? Karena pada konsep konseling realita pelaku perundungan memenuhi kebutuhan psikologisnya dengan merundung orang lain bukan bagian dari pribadi sehat. Pemenuhan kebutuhan kesenangan atau kekuasaan dengan merundung bagian dari psikopatologi (identitas gagal). Sedangkan pada kearifan lokal Jawa, pelaku perundungan menyimpang dari konsep kearifan lokal Jawa. Karena seharusnya individu berperilaku berdasarkan tindakan yang tepat, tempat yang tepat, pemahaman yang tepat, dan sikap batin yang tepat.

Demikian pula penelitian yang dilakukan Ilmi (2020). Dia mengambil nilai serat Wedhatama berbasiskan budaya Jawa dengan dipadu perspektif konseling realita untuk penanganan perilaku perundungan. Dia menggunakan istilah kolaborasi antara pandangan realita dan nilai-nilai serat Wedhatama. Dalam hal ini, dia mengatakan nilai serat Wedhatama digunakan pada tahapan konseling realita pada tahap Want (keinginan). Ketika konselor menanyakan mengenai keinginan dan harapan yang ingin diraih oleh konseli terkait pemenuhan kebutuhan psikologisnya.

Dua penelitian itu menyimpulkan jika budaya juga penting untuk dipertimbangkan pada penanganan perundungan dari perspektif konseling realita. Pemahaman terkait budaya ini juga disampaikan Olver (2018) yang mengatakan bahwa pertimbangan budaya penting dan dapat dimasukkan pada perspektif teori pilihan konseling realita. Dia mengatakan pada budaya patriarki, kekuasaan lebih terpusat pada laki-laki, sedangkan pada kultur matriarki, kekuasaan didominasi oleh perempuan. Bahkan menurutnya pelaksanaan konseling realita antara kultur Amerika Serikat yang menghargai kebebasan individual setinggi-tingginya, ternyata tidak berbanding lurus dengan kultur negara lain, seperti kultur di Kenya dan Singapura.

Dia bahkan mengatakan kepribadian dan nilai budaya bisa saja menimbulkan konflik, menyebabkan dilema bagi individu. Seperti bagi individu yang memiliki kebutuhan akan kebebasan sangat tinggi akan ditantang oleh nilai budaya yang mengedepankan kultur kolektif atau kebersamaan. Demikian pula hal tersebut senada dengan individu yang memiliki kebutuhan akan rasa ingin dicintai dan kepemilikan, akan kesulitan ketika hidup pada budaya yang dominan individualistik.

Menurutnya yang terpenting ketika konselor konseling realita atau individu bekerja/berinteraksi pada kultur yang berbeda dengan kultur yang konselor/individu miliki maka jangan menghakimi kultur orang lain dan jangan memaksakan pandangan berdasarkan bias kultur sendiri kepada kultur orang lain. Sebab pemahaman atas kultur sendiri tentu tidak sama pada

kultur orang lain. Dan ini lah yang dapat menjadi paduan bagi pelaksanaan konseling realita untuk menangani perundungan.

Demikian pula pada temuan-temuan pada artikel lainnya. Yakni ada dua konselng realita yang dilaksanakan pada korban perundungan, dan dua konseling realita pada pelaku perundungan. Hasilnya konseling realita efektif menurunkan perilaku perundungan pada pelaku, dan meningkatkan resiliensi pada korban perundungan. Ini berarti kemanfaatan konseling realita untuk menangani perundungan telah teruji melalui kegiatan ilmiah.

Ramadita (2017) dan Balunte (2020) menjelaskan pada temuan penelitian mereka bahwa konseling realita memberi pengaruh signifikan pada penurunan perilaku perundungan pada beberapa pelaku yang mereka beri perlakuan melalui konseling realita. Meskipun dilaksanakan pada tahun berbeda dan individu berbeda baik budaya, personal, hingga jenis sekolahnya, konseling realita bermanfaat mereduksi perilaku perundungan pelaku.

Hal ini senada dengan temuan penelitian pada Utami (2019) dan Indri (2018) mengenai konseling realita yang dilakukan bersama korban perundungan. Utami menerapkan konseling realita untuk meningkatkan perilaku 3 R yakni realistis, right (benar), dan responsibility (bertanggung jawab). Perspektif realita pada konseling yang dilakukan konselor pada konseli korban perundungan membantu mereka untuk menggali makna-makna melalui fasilitasi teknik metafora yang konselor lakukan. Konseli juga terampil memecahkan masalahnya setelah berproses dalam konseling realita bersama konselor.

Indri juga mengungkapkan hal senada dengan Utami. Pada penelitian Indri, konseli dibantu oleh konselor untuk bisa lebih resilien terhadap perundungan yang dia alami. Setelah melalui konseling bersama konselor, konseli terdeteksi meningkat resiliensinya atas perundungan yang dia alami. Kegiatan konseling realita difasilitasi oleh konselor dalam situasi kelompok.

Keefektifan konseling realita pada penanganan perundungan di sekolah ini menurut Glasser (2010b) karena konselor mampu mengajak konseli memahami mengenai kebutuhan yang ingin dia raih dan bagaimana dia memenuhi kebutuhan itu dengan cara dia sendiri. Konseli mendapat pilihan untuk memilih pemenuhan kebutuhan yang tidak membuat dia menderita. Konseli mampu memilih dengan penuh kesadaran sesuai prinsip kebenaran, realistis, dan bertanggung jawab.

SIMPULAN

Pendekatan konseling realita ternyata terbukti dapat digunakan oleh konselor untuk menangani perundungan di sekolah. Konselor bersama konseli merumuskan kebutuhan psikologis apa yang hendak mereka capai dan bagaimana cara terbaik untuk mencapainya tanpa harus menyakiti orang lain. Dalam kasus perundungan, rata-rata pelaku perundungan mencoba

memenuhi kebutuhan akan kesenangan dan kekuasaan dengan cara menyakiti orang lain. Sehingga yang timbul adalah perilaku perundungan yang sangat merugikan teman-teman di sekitarnya. Konselor berupaya mengajak pelaku perundungan untuk menggunakan cara berbasis *right, responsibility*, dan *reality* untuk memenuhi kebutuhannya. Agar tidak ada orang lain terluka.

Demikian pula dengan korban, konseling realita membantu korban untuk meningkatkan resiliensinya, sehingga dapat bangkit untuk menjadi lebih baik. Bahkan dapat menyampaikan penolakan jika korban mendapat perundungan dari pelaku. Selain itu, korban juga dapat menyikapi perundungan dengan berpatokan pada prinsip tiga R. Agar perundungan tidak makin membuat korban terpukul.

Tidak hanya itu, pada kajian ini juga dijelaskan bahwa budaya daerah masing-masing konselor dan konseli berada dapat berkolaborasi untuk mengentaskan dan mencegah perilaku perundungan. Seperti nilai-nilai budaya Jawa yang diambil dari Serat Wedhatama dalam kajian ini. Budaya dan konsep konseling realita saling mendukung untuk mewujudkan identitas sukses konseli.

Setiap penelitian pasti memiliki keterbatasan. Pada penelitian ini keterbatasan adalah penelitian ini masih berupa kajian atas penelitian-penelitian terdahulu mengenai penerapan konseling realita pada perundungan. Belum menyentuh pada isu menarik mengenai pentingnya budaya menjadi salah satu unsur kolaborasi dalam penelitian mengenai konseling realita. Harapannya pada penelitian berikutnya dapat muncul penelitian tentang penerapan konseling realita menggunakan strategi budaya pada masing-masing sekolah atau daerah tempat konseli dan konselor tinggal. Sehingga konseling realita berbasis multikulturalisme makin memperkaya jenis bantuan psikologis, sosial, dan budaya untuk menangani perundungan bagi murid.

DAFTAR PUSTAKA

- Asro, M. (2018, August). Pendekatan Konseling Realita berbasis kearifan lokal Jawa untuk mereduksi perilaku bullying dikalangan remaja. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling* (Vol. 2, No. 1, pp. 386-391).
- Balunte, Ruslin. 2020. Pengaruh Konseling Kelompok Realitas Terhadap Perilaku Perundungan Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo. Skripsi tidak diterbitkan. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo.
- Dimiyati. 2022. Pelajar di Lombok Timur diduga jadi korban bullying, video diunggah ke medsos. (online), <https://mataram.antarane.ws.com/berita/240187/pelajar-di-lombok-timur-diduga-jadi-korban-bullying-video-diunggah-ke-medsos>, Diakses online pada 9 Desember 2022.

-
- Elgar, F. J., McKinnon, B., Walsh, S. D., Freeman, J., Donnelly, P. D., de Matos, M. G., et al. (2015). Structural determinants of youth bullying and fighting in 79 countries. *Journal of Adolescent Health, 57*, 643–650. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.08.007>
- Glasser, William. (2010a). *Reality Therapy: A new approach to psychiatry*. Harper and Row. New York.
- Glasser, William. (2010b). *The Quality School: Managing Student Without Coercion, Revised Edition*. New York: Harper Collins Publisher:
- Habsy, B. A. (2018). Model bimbingan kelompok PPPM untuk mengembangkan pikiran rasional korban bullying siswa SMK etnis Jawa. *Jurnal Pendidikan (Teori dan Praktik)*, 2(2), 91.
- Habsy, B. A. (2022). *Panorama Teori-Teori Konseling Modern dan Post Modern*. Malang: Media Nusa Creative.
- Ilmi, A. M., Ramli, M. R., & Wahyuni, F. W. (2022). Konseling Realita Berbasis Nilai-Nilai Serat Wedhatama untuk Membentuk Karakter Unggul Peserta Didik: Literature Review. *Cousellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 12(1), 22-35.
- Indri, R.N. (2018) *Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Realita Terhadap Pengembangan Resiliensi Siswa Korban Bullying diI SMP 1 Batang Kuis Tahun Pelajaran 2017/2018*. Skripsi tidak diterbitkan. UNIMED.
- Maji, S., Bhattacharya, S., & Ghosh, D. (2016). Cognitive coping and psychological problems among bullied and non-bullied adolescents. *Journal of Psychosocial Research*, 11, 387–396.
- Masrohan, A., & Pratiwi, T. I. (2014). Penerapan Konseling Kelompok Realita Teknik Wdep Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Rogojampi Banyuwangi. *Jurnal BK UNESA*, 4(3).
- Olver, Kim. (2018). Multiculturalisme of Choice Theory. *International Journal of Choice Theory and Reality Therapy*, Vol. 37 (2).
- Ramadita, R. (2017). *Pelaksanaan Konseling Pribadi Dengan Teknik Realitas untuk Mengurangi Perilaku Bullying Peserta Didik di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Penerbangan Radin Intan Bandar Lampung* (Doctoral dissertation, IAIN Raden Intan Lampung).
- Rigby, K., 2003. Consequences of bullying in schools. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 48(9), pp.583–590
- Sartini, 2009. *Mutiara Kearifan Lokal Nusantara*. Yogyakarta: Kepel Press.
- Simons, S.R. & Mawn, B., 2010. Bullying in the workplace—A qualitative study of newly licensed registered nurses. *AAOHN journal*, 58(7), pp.305–311.
- Utami, Hidayati Puja (2019) *Keefektifan konseling realitas dengan menggunakan teknik metafora untuk meningkatkan perilaku 3R (Right, Responsibility, Reality) pada siswa korban bullying di MAN 3 Jember*. Tesis tidak diterbitkan. Malang: Universitas Negeri Malang.
-