

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang mencakup berbagai aspek, dapat disimpulkan bahwa Penerimaan Diri Remaja Korban *Bullying* di Sma Negeri 10 Seluma oleh mahasiswa merupakan hasil dari interaksi kompleks antara aspek berikut ini:

1. Penerimaan diri Siswa SMA Negeri 10 Seluma Korban *Bullying* secara bertahap juga sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial dari lingkungan sekitar pada fase awal korban *bullying* cenderung mengalami ketidaksesuaian antara konsep diri ideal dengan diri yang sesungguhnya, kondisi ini menimbulkan perasaan takut, malu, minder, rendah diri, dan menarik diri dari lingkungan sosial namun melalui pendekatan reflektifm dorongan emosional dan bimbingan dari Guru BK serta keluarga, siswa mampu memaknai pengalaman

negative tersebut secara lebih konstruktif, membantu siswa menyadari nilai diri sebagai pribadi yang berharga terlepas penilaian orang lain, penerimaan diri yang berkembang menumbuhkan kepercayaan diri, keberanian untuk berinteraksi sosial serta Kesehatan psikologi, penerimaan diri bukanlah kondisi statism melainkan hasil proses pertumbuhan personal yang terjadi adlam konteks relasi dan support dan empatik

2. Faktor pendukung penerimaan diri siswa korban *bullying* di SMAN 10 Seluma terdiri dari faktor internal dan eksternal, dari sisi internal yaitu kesadaran diri, keyakinan dan nilai-nilai pribadi yang positif dimiliki siswa, sementara eksternal bermula dari dukungan lingkungan sekitar seperti Guru BK. Keluarga dan teman dekat saling bersinergi, antara factor internal dan eksternal ini menjadi kunci bagi siswa untuk mengembangkan penerimaan diri dan pemulihan Kesehatan psikologi setelah pengalaman *bullying*.

B. Saran

Berdasarkan penelitian, maka dapat diuraikan beberapa saran untuk pihak yang terkait sebagai berikut.

1. Bagi sekolah/Lembaga:

Sekolah perlu menerapkan aturan dan sanksi tegas terhadap pelaku *bullying*, menyediakan sistem pelaporan yang aman, serta mengoptimalkan peran guru BK dalam pendampingan. Selain itu, kerja sama dengan orang tua dan program edukasi anti-*bullying* secara rutin penting dilakukan agar tercipta lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan mendukung proses belajar serta dapat menyelenggarakan Workshop untuk ekstrakurikuler yang fokus pada pengendalian emosi, kepercayaan diri untuk membekali siswa menghadapi tantangan sosial

2. Bagi Siswa

Penelitian ini membantu siswa memahami pentingnya penerimaan diri, membangun sikap saling menghargai, serta mencegah munculnya perilaku *bullying* sehingga tercipta lingkungan sekolah yang lebih positif, siswa

korban *bullying* di anjurkan untuk mengenali dan menerima emosi yang muncul akibat pengalaman *bullying* dan membangun pola pikir positif dengan melihat pengalaman *bullying* untuk belajar dan berkembang, sehingga penerimaan diri dan kesehatan psikologis menjadi lebih kuat.

3. Bagi Program Studi Bimbingan Konseling Islam

Didasarkan untuk meperkuat Kurikulum dan praktik pembelajaran yang menerapkan mahasiswa menjadi konselor yang kompeten dalam mendukung penerimaan diri siswa korban *bullying*, mahasiswa dibekali keterampilan *trauma-informed care*, *workshop*, simulasi dan praktik lapangan dan diterapkan pada mata kuliah konseling trauma, konseling perorangan, bimbingan kelompok dan konseling kelompok

4. Peneliti lanjutan

Penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk studi berikutnya, misalnya dalam mengembangkan model intervensi konseling, meneliti peran keluarga, maupun

melihat pengaruh lingkungan sosial dan media terhadap perilaku *bullying* dan program *peer-support* dan pengembangan diri dengan memperluas fokus penelitian dengan melibatkan beragam jenjang pendidikan dan latar belakang, sosial budaya sehingga temuan lebih tergeneralisasi dan kompetensif



DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A. (2013). *Psikologi Kepribadian Menurut Allport*. Jakarta: Erlangga.
- Alie, H. (2012). *Manajemen strategis: Teori dan aplikasi*. Alfabeta.
- Amalia, R. (2021). *Pemaafan dan Psychological Well-Being pada Remaja Korban Bullying*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2019). *Aggression in Youth: Contemporary Issues and Approaches*. New York: Springer.
- Arifin, M. (2008). *Strategi pengembangan organisasi*. Pustaka Pelajar.
- Astuti, P. R. (2018). *Psikologi Remaja dalam Hubungan Sosial*. Jakarta: Pustaka Alvabet.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. New York: General Learning Press.
- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi* (terjemahan). Jakarta: RajaGrafindo Persada, hlm. 451.
- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (9th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- David, F. R., & David, F. R. (2017). *Strategic management: A competitive advantage approach, concepts* (16th ed.). Pearson Education.
- Dyah P., R. (2008). *Psikologi Keluarga: Pemahaman dan Dukungan Orang Tua Terhadap Anak*. Yogyakarta: Kanisius.

- Febriana, T. F., & Rahmasari, D. (2021). Gambaran penerimaan diri korban *bullying*. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5).
- Heineman dalam Astuti, P. R. (2008). *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga, hlm. 20.
- Hidayah, N. (2023). Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Harga Diri Remaja Korban Perundungan di Sidoarjo. *Jurnal Psikologi Remaja*, 18(4), 65-75. Sumber Referensi Islam
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Iskandar, M. (2018). *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial (Kuantitatif dan Kualitatif)*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Islamic Studies. (n.d.). *Surah Al-Hujurat Ayat 11-13 - Towards Understanding the Quran*
- Ifadah, T. A., & Harumi, P. Y. (2025). Penerimaan diri korban *bullying*. *Jurnal Kajian Teori dan Metodologi*, 13(2).
- John W. Santrock. (2003). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill.
- Kasali, R. (2013). *Manajemen strategik*. Salemba Empat.
- Ken Rigby dalam Astuti, P. R. (2008). *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- KPAI. (2020). *Laporan kasus perundungan di Indonesia: 2011-2019*. Jakarta: Komisi Perlindungan Anak Indonesia.
- Kubler-Ross, E. (1970). *On Death and Dying*. New York: Macmillan Publishing Co., Inc.

- Marta, dkk. (2013). *Psikologi Sosial: Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nisa, F. (2023). Hubungan penerimaan diri dengan aktualisasi diri pada remaja korban *bullying* di Kabupaten Demak, *Skripsi*, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia.
- Nurjanah, S. (2022). Dampak *Bullying* Terhadap Konsep Diri Remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 10(1), 45–58.
- Novan Ardy, W. (2012). *Psikologi Pendidikan Anak*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- OECD. (2019). *PISA 2018 Results (Volume III): Students' Well-Being*. Paris: OECD Publishing.
- Quinn, J. B. (1980). *Strategies for change: Logical incrementalism*. Richard D. Irwin.
- Pramoko, R. (2018). Pengaruh Penerimaan Diri Remaja terhadap Perilaku *Bullying* pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Turi. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 14(3), 101-115.
- Pramoko, R. (2017). Hubungan Penerimaan Diri dengan Keterlibatan Remaja dalam *Bullying*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 3(2), 110–118.
- Rahmasari, N. A. (2020). Gambaran Penerimaan Diri Korban *Bullying*. *Jurnal Psikologi Sosial*, 12(1), 22-29.
- Rahmadani, N. D. A., & Nurmala, I. (2020). Pengaruh dukungan sosial terhadap upaya penerimaan diri penyintas kekerasan verbal di Surabaya. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 8(2), 101–110.
- Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.

- Rochim, M. S. E., & Laili, N. (2023). Hubungan penerimaan diri dan harga diri pada remaja korban *bullying*. *Jurnal Psikologi UIN Sunan Ampel*, 11(1).
- Santrock, J. W. (2007). *Educational Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2023). *Adolescence* (Edisi ke-18). New York: McGraw-Hill.
- Sarwono, S. W. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sarlito Wirawan Sarwono. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugeng, S. (2016). Perkembangan spiritual remaja dalam perspektif ahli. *Jurnal Hawa: Studi Pengarusutamaan Gender dan Anak*, 1(1), 45–56.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sulaeman, D. (1995). *Psikologi Remaja: Perubahan dan Tantangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Supratiknya, A. (1995). *Psikologi Kepribadian*. Yogyakarta: Kanisius.
- Soetjipto. (2012). *Psikologi Pendidikan: Teori dan Praktik untuk Guru*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Yayasan Semai Jiwa Amini. (2008). *Mengenal dan Mengatasi Bullying di Sekolah*. Jakarta: Yayasan Semai Jiwa Amini.
- Yayasan Semai Jiwa Amini. (2008). *Stop Bullying: Mengenal dan Mencegah Perilaku Bullying di Sekolah*. Jakarta: YSJA.