

## ABSTRAK

Penelitian ini berjudul **”Penerapan Konseling Individu Dengan Teknik *Cognitive Defusion* Untuk Mengatasi Perasaan *Insecure* Pada Remaja Korban *Bullying* (Studi Kasus Klien “S” di Kecamatan Ilir Barat 1)”**. Latar belakang penelitian ini adalah korban *bullying* yang mengalami *insecure* sehingga berpengaruh pada kehidupan sehari-hari, membuat pikiran menjadi negative dan mengganggu psikis serta sosial dan fisik. Oleh karena itu dibutuhkan konseling individu dengan teknik *Cognitive Defusion* untuk mengatasi perasaan *insecure* pada korban. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perasaan *insecure* pada korban *bullying* klien “S”. penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode penelitian studi kasus. Subjek dalam penelitian ini yaitu klien “S”, teknik yang digunakan untuk pengumpulan data yaitu wawancara, observasi dan dokumentasi. Adapun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa klien “S” ini merasa ragu akan kehidupannya sendiri, merasa tidak percaya diri, mudah tersinggung, selalu berdiam diri, tidak ingin bersosialisasi dan takut bertemu dengan orang lain. Penerapan konseling individu dengan Teknik *cognitive defusion* ini yang dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan dengan waktu 45menit/pertemuan. pelaksanaan konseling individu ini melalui tiga tahap yaitu, tahap awal, tahap inti, tahap akhir.

**Kata kunci:** *konseling Individu, Teknik Cognitive Defusion, Bullying*