

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK BERBASIS *RATIONAL
EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) UNTUK
MENGURANGI DAMPAK *BULLYING* DI SEKOLAH**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII C SMP Negeri 1 Kranggan, Temanggung)

SKRIPSI



Oleh :

Nur Mahfud
14.0301.0059

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIAH MAGELANG
2019**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK BERBASIS *RATIONAL
EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) UNTUK
MENGURANGI DAMPAK *BULLYING* DI SEKOLAH**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII C SMP Negeri 1 Kranggan, Temanggung)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat dalam Menyelesaikan Studi
pada Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Oleh :

Nur Mahfud
14.0301.0059

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIAH MAGELANG
2019**

**PERSETUJUAN
SKRIPSI BERJUDUL**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK BERBASIS *RATIONAL EMOTIVE
BEHAVIOR THERAPY* (REBT) UNTUK MENGURANGI DAMPAK
BULLYING DI SEKOLAH**

(Penelitian pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 1 Kranggan, Temanggung)

Diterima dan Disetujui Oleh Dosen Pembimbing Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang



Oleh :

Nur Mahfud
14.0301.0059

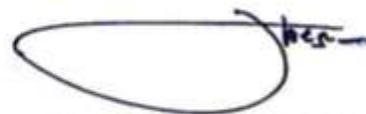
Magelang, 30 Oktober 2018

Dosen Pembimbing I



Dr. Riana Mashar, M.Si.,Psi.
NIDN. 037408185/0614107401

Dosen Pembimbing II



Hijrah Eko Putro, M.Pd.
NIDN. 128406089/0626098401

PENGESAHAN

PENGARUH KONSELING KELOMPOK BERBASIS *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) UNTUK MENGURANGI DAMPAK *BULLYING* DI SEKOLAH

Oleh :
Nur Mahfud
NPM : 14.0301.0059

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi dalam rangka menyelesaikan studi pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang

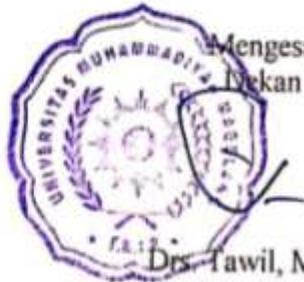
Di terima dan disahkan oleh Penguji :

Hari : Senin

Tanggal : 28 Januari 2019

Tim Penguji Skripsi :

1. Dr. Riana Mashar, M.Si.,Psi. (Ketua / Anggota)
2. Hijrah Eko Putro, M.Pd. (Sekretaris / Anggota)
3. Drs. H. Subiyanto, M.Pd. (Anggota)
4. Drs. Arie Supriyatno, M.Si. (Anggota)



Mengesahkan,
Dekan FKIP

Drs. Tawil, M.Pd.,Kons
NIP. 19570108 198103 1 003

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : **Nur Mahfud**
NPM : 14.0301.0059
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok Berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Mengurangi Dampak *Bullying* Di Sekolah

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat adalah hasil karya sendiri, apabila ternyata dikemudian hari diketahui merupakan hasil penjiplakan (plagiat) terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib yang berlaku.

Pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan, untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 30 Oktober 2018
Yang Membuat Pernyataan,



Nur Mahfud
14.0301.0059

MOTTO

يَأَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلِّقِهِ ه

Artinya : “*Hai manusia, sesungguhnya kamu telah bekerja dengan sungguh-sungguh menuju Tuhanmu, maka pasti kamu akan menemui-Nya.*“ (Qs:

Al-Insyiqaq. Ayat No 6).

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua Bapak Jarum dan Ibu Ris Suprapti,
atas segala do'a dan dukungannya.
2. Almamaterku, Prodi BK FKIP Universitas
Muhammadiyah Magelang.

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang maha pengasih lagi maha penyayang. Alhamdulillah Rabbil ‘alamin, dalam penyusunan skripsi yang berjudul “**Pengaruh Konseling Kelompok Berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Mengurangi Dampak *Bullying* Di Sekolah**”, penulis tidak lepas dari dorongan, saran, masukan, kritik serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang,
2. Drs. Tawil, M.Pd.,Kons. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang,
3. Dewi Liana Sari, M.Pd, selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang,
4. Dr. Riana Mashar, M.Si.,Psi. selaku Dosen Pembimbing I dan Hijrah Eko Putro, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II, yang senantiasa dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, saran dan motivasi sehingga bisa terselesaikannya skripsi ini,
5. Dosen dan Staff Pengajaran Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan bimbingan dan pelayanan akademik,
6. Ugi Utami, M.Pd, selaku Kepala SMPN 1 Kranggan Temanggung, yang telah memberikan ijin untuk melakukan Penelitian dilembaga tersebut dan Drs.Sugeng Subagyo selaku Guru BK SMP Negeri 1 Kranggan Temanggung,
7. Teman – teman seperjuangan, pada Program Studi Bimbingan dan Konseling atas kebersamaan, saran, motivasi dan bantuannya. Serta Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam Penelitian ini masih banyak kekurangan, untuk itu Peneliti mengharapkan kritik serta saran untuk perbaikan Penelitian ini. Semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua khususnya pada pendidikan.

Magelang, 30 Oktober 2018
Penulis

PENGARUH KONSELING KELOMPOK BERBASIS *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) UNTUK MENGURANGI DAMPAK *BULLYING* DI SEKOLAH

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII C SMP Negeri 1 Kranggan, Temanggung)

Nur Mahfud

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh konseling kelompok **berbasis *rational emotive behavior therapy* (REBT)** untuk mengurangi dampak *bullying* di sekolah. Penelitian dilakukan pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 1 Kranggan, Temanggung.

Pada Penelitian ini Peneliti menggunakan *pra eksperimental design*, desain Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest posttest design* dengan satu perlakuan. Sampel Penelitian diambil dengan model *purposive sampling* yaitu siswa korban *bullying* yang memiliki dampak *bullying* tinggi. Sampel yang dipilih atau yang digunakan dalam Penelitian ini sebanyak 8 siswa sebagai kelompok eksperimen yang diberi perlakuan (konseling kelompok **berbasis *rational emotive behavior therapy* (REBT)**). Metode Pengumpulan data menggunakan angket dampak korban *bullying*. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data *statistic non parametrik* yaitu *Uji Wilcoxon Signer Ranks Test* dengan bantuan program *SPSS for windows versi 20.00*.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat menurunkan atau mengurangi dampak korban *bullying* di sekolah. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan atau penurunan antara hasil skor *pretest* dengan rata – rata 146,53 sedangkan hasil skor *posttest* dengan rata-rata 87,75 atau dapat menurunkan sebesar 41,14% dan didukung oleh data yang menunjukkan adanya penurunan yang signifikan yang ditunjukkan oleh hasil nilai *Asymp.Sig. (2-tailed)* adalah 0,012. Bahwa nilai *Asymp.Sig < 0,05* maka H_a diterima, H_0 ditolak . Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) berpengaruh untuk menurunkan atau mengurangi dampak korban *bullying* di sekolah.

Kata kunci : Konseling kelompok, *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), Dampak korban *bullying*

THE EFFECT OF GROUP CONSELING SERVICES BASED ON RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) TO REDUCE BULLYING IMPACTS IN SCHOOL

(Research on Class VIII C Students of SMP Negeri 1 Kranggan, Temanggung)

Nur Mahfud

ABSTRAK

This study aims to determine the effect of group counseling based on rational emotive behavior therapy (REBT) to reduce the impact of bullying in schools. The study was conducted on students of class VIII C of SMP Negeri 1 Kranggan, Temanggung.

In this study researchers used pre experimental design, the research design used in this study was one group pretest posttest design with one treatment. The research sample was taken with a purposive sampling model, namely students who were victims of bullying who had a high impact on bullying. The sample chosen or used in this study were 8 students as the experimental group treated (group counseling based on rational emotive behavior therapy (REBT)). Data collection method uses questionnaire impact of victims of bullying. This study uses non-parametric statistical data analysis techniques, namely the *Wilcoxon* Signer Ranks Test with the help of SPSS for Windows version 20.00.

The results showed that group counseling based on Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) can reduce or reduce the impact of victims of bullying in school. This is evidenced by the difference or decrease between the results of the pretest score with an average of 146.53 while the results of the posttest score with an average of 87.75 or can decrease by 41.14% and supported by data that shows a significant decrease shown by the Asymp.Sig value. (2-tailed) is 0.012. that the value of Asymp.Sig <0.05 then H_a is accepted, H_0 is rejected. The results of the study can be concluded that group counseling based on Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) has the effect of reducing or reducing the impact of victims of bullying in school

Keywords : Group counseling, Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), Impact of bullying victims

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENEGAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	x
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR GRAFIK	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. <i>Bullying</i>	10
1. Pengertian <i>Bullying</i>	10
2. Bentuk - Bentuk <i>Bullying</i>	11
3. Tanda – Tanda Perilaku <i>Bullying</i>	13

4.	Faktor Munculnya <i>Bullying</i>	14
5.	Karakteristik <i>Bullying</i>	15
6.	Dampak Perilaku <i>Bullying</i>	16
B.	Layanan Konseling Kelompok.....	17
1.	Pengertian Konseling Kelompok	17
2.	Tujuan Konseling Kelompok	19
3.	Ciri – Ciri Konseling Kelompok	20
4.	Asas – Asas Dalam Konseling Kelompok	22
5.	Tahap – Tahap Konseling Kelompok.....	24
6.	Kelebihan Dan Kelemahan Konseling Kelompok	25
C.	Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	27
1.	Pengertian Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	27
2.	Karakteristik Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior</i> <i>Therapy</i> (REBT).....	29
3.	Tujuan Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	31
4.	Konsep Dasar Dalam Pendekatan <i>Rational Emotive</i> <i>Behavior Therapy</i> (REBT).....	32
D.	Penerapan Program Layanan Konseling Kelompok Berbasis <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) Untuk Mengurangi Dampak <i>Bullying</i>	36
E.	Penelitian Terdahulu Yang Relevan	37
F.	Kerangka Pemikiran.....	38
G.	Hipotesis Penelitian.....	40
BAB III	METODE PENELITIAN	41
A.	Desain Penelitian	41
B.	Identifikasi Variabel Penelitian	42
C.	Definisi Operasional Variabel Penelitian	43
D.	Subjek Penelitian	44
E.	Setting Penelitian	45

F. Metode Pengumpulan Data	45
G. Instrument Penelitian	45
H. Validitas dan Reabilitas.....	46
I. Prosedur Penelitian	49
J. Teknik Analisis Data.....	54
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
A. Hasil Penelitian	55
1. Pelaksanaan Penelitian	55
2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian	65
3. Perbandingan pengukuran diawal dan diakhir Penelitian skor <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	66
4. Pengujian Prasyarat Analisis.....	68
5. Pengujian Hipotesis	68
B. Pembahasan.....	69
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	73
A. Simpulan.....	73
B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN	78

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. <i>One Group Pretest Posttest Design</i>	41
2. Penilaian Skor Skala Likert	46
3. Kisi-Kisi Angket Dampak Korban <i>Bullying</i> Sebelum <i>Tryout</i>	47
4. <i>Reliability Statistics</i>	48
5. Kisi-Kisi Angket Dampak Korban <i>Bullying</i> Sesudah <i>Tryout</i>	49
6. Kisi- Kisi Pedoman Pelaksanaan Konseling Kelompok Berbasis <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) Untuk Mengurangi Dampak <i>Bullying</i> Di Sekolah.	52
7. Mean dan Standar Deviasi Dampak <i>Bullying</i>	56
8. Rumus Pengkatagorisasian	56
9. Kategori Skor <i>Pretest</i> Angket Dampak <i>Bullying</i>	56
10. Hasil <i>Pretest</i>	57
11. Hasil <i>Posttest</i>	65
12. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	66
13. Perbandingan skor <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	67
14. Ranks	68
15. Test Statisticsa	69

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Krangka Pemikiran	39

DAFTAR GRAFIK

	Halaman
1. Hasil Pretest	57
2. Hasil posttest	65
3. Perbandingan hasil pretest dan posttest.....	67

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Surat Ijin dan Telah Melaksanakan Penelitian	78
2. Angket <i>Try Out</i>	80
3. Hasil <i>Try Out</i> Angket Dampak <i>Bullying</i>	86
4. Validitas dan Reabilitas	88
5. Angket Dampak <i>Bullying</i>	92
6. Hasil <i>Pretest</i> Angket	97
7. Hasil <i>Posttest</i> Angket	98
8. Pedoman Pelaksanaan	99
9. Jadwal Pelaksanaan	151
10. Daftar Hadir Kegiatan	193
11. Lembar Validasi	205
12. Buku Bimbingan	214
13. Dokumentasi	222

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah merupakan salah satu faktor penentu dalam proses tumbuh dan berkembangnya peserta didik. Tujuannya untuk membentuk kepribadian yang baik. Hal itu bisa dilihat dari hasil belajar, sikap, tingkah laku, serta cara berpikir. Namun dalam proses pendidikan juga tidak lepas dari permasalahan sosial dalam lingkungan sekolah. Khususnya pada peserta didik yang masih duduk di bangku SMP merupakan anak yang sedang masuk pada masa remaja atau masa transisi. Masa remaja secara umum berlangsung antara usia 12 dan 21 tahun, dengan pembagian 12 – 15 tahun adalah masa remaja awal, 15 – 18 tahun adalah masa remaja pertengahan, dan 18 – 21 tahun adalah masa remaja akhir (Monks dan Knoers, 2006). Kebanyakan masyarakat beranggapan bahwa masa remaja merupakan masa memulai jati diri untuk menjadi seseorang yang benar-benar dewasa. Pada masa remaja banyak anak yang mengalami hambatan atau permasalahan yang dihadapi mulai dari faktor keluarga, teman bermain, sosial, lingkungan sekolah, pribadi individu, serta kehidupan bersosialnya.

Hubungan sosial pada masa remaja adalah hal penting karena hubungan sosial dan lingkungan sangat mempengaruhi perilaku yang muncul pada masa remaja. Hambatan yang muncul dalam kehidupan bersosial saat masa remaja

yaitu mendapatkan suatu hal yang kurang berkenan atau tidak sesuai dengan apa yang diinginkan terutama perilaku *bullying*.

Di Indonesia kasus *bullying* adalah sebuah fenomena gunung es dimana yang muncul hanya sedikit dan diduga masih banyak kasus lain yang hingga kini belum terekspos. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) disektor pendidikan memiliki data dari 2011 hingga agustus 2014, mencatat 369 pengaduan terkait *bullying*. Jumlah tersebut merupakan 25% dari total pengaduan dibidang pendidikan sebanyak 1.480 kasus. Data yang dimiliki KPAI menunjukkan bahwa *bullying* di lingkungan sekolah mengalahkan data permasalahan tawuran pelajar, diskriminasi pendidikan, ataupun aduan pungutan liar (Setyawan, 2014).

Coloroso (dalam Rosya & Lita, 2015) menyatakan bahwa *bullying* dapat terjadi dalam tiga bentuk yaitu *bullying* secara fisik, verbal dan relasional. *Bullying* secara fisik dapat berupa perilaku menyakiti seperti memukul, mencekik, meninju, menyikut, menendang, menggigit, memiting, meludahi, merusak pakaian dan barang-barang korbannya. *Bullying* secara verbal dapat berupa memberikan nama julukan, celaan, fitnah, kritik kejam, penghinaan, e-mail yang mengintimidasi, mengirimkan pesan singkat atau surat kaleng yang berisi ancaman kekerasan, gosip, telepon yang kasar, dan pernyataan-pernyataan yang bernuansa ajakan seksual atau pelecehan seksual. Sementara *bullying* secara relasional dapat berupa pelemahan harga diri korbannya secara sistematis melalui mengabaikan, pengucilan, pengecualian, atau penghindaran serta digunakan untuk mengasingkan atau menolak korban secara sengaja dan merusak persahabatan. *Bullying* secara relasional dapat

juga berupa sikap tersembunyi seperti pandangan yang agresif, helaan nafas, cibiran, tawa mengejek, lirik mata dan bahasa tubuh yang kasar.

Rigby (2003:585) menguraikan unsur-unsur yang terkandung dalam pengertian *bullying* antara lain keinginan untuk menyakiti, tindakan negatif, ketidakseimbangan kekuatan, pengulangan atau repetisi, bukan sekedar penggunaan kekuatan, kesenangan yang dirasakan oleh pelaku dan rasa tertekan dipihak korban. Wiyani (2012:7) menyebutkan bahwa *school bullying* adalah perilaku agresif yang dilakukan berulang – ulang oleh seseorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan terhadap siswa atau siswi lain yang lebih lemah dengan tujuan menyakiti. Efek untuk korban dari perilaku *school bullying* tidak hanya menderita ketakutan di sekolah saja, banyak kasus *school bullying* yang mengakibatkan korban meninggal.

Perilaku yang muncul dari korban *bullying* biasanya depresi, minder, malu dan ingin menyendiri, luka fisik, sering sakit tiba-tiba, misalnya sakit perut atau pusing, merasa terisolasi dari pergaulan, prestasi akademik merosot, kurang bersemangat, ketakutan, dan keinginan untuk mengakhiri hidup. Maka dari itu, untuk mengurangi dampak *bullying* digunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Menurut Willis (2004:75) Konseling REBT bertujuan untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan, serta pandangan konseli yang irasional menjadi rasional yang dapat digunakan untuk mengembangkan diri dan mencapai realisasi diri yang optimal. Seperti meninggalkan gangguan emosional yang merusak diri, seperti rasa takut, berdosa, cemas, bersalah,

marah, khawatir. Hal itu dapat diatasi dengan cara mendidik dan melatih agar dapat menghadapi kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kepercayaan diri, nilai-nilai dan kemampuan diri.

Menurut Ellis (dalam Rosya & Lita, 2015:105) REBT merupakan suatu proses terapeutik yang dapat memperbaiki dan merubah persepsi, pikiran, keyakinan serta pandangan seseorang yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan logis. Menurut Ellis dalam Latipun (2011:73) berpendapat bahwa ada tiga hal dalam pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang terkait dengan perilaku, yaitu *antecedent event* (A), *belief* (B), dan *emotional consequence* (C) yang kemudian dikenal dengan konsep A-B-C.

Seperti yang dikemukakan oleh guru BK SMP Negeri 1 Kranggan Subagyo mengungkapkan beberapa permasalahan yang berada di SMP Negeri 1 Kranggan salah satunya yaitu perilaku *bullying* yang cukup tinggi, terdapat 244 siswa kelas VIII 35% merupakan korban *bullying*.

Perilaku *bullying* dapat dilakukan oleh berbagai kalangan, biasanya dilakukan oleh anak yang mengalami *broken home*. Hal itu juga dipengaruhi oleh teman sebaya / bermain, lingkungan, dan kurangnya perhatian orang tua. Namun ada juga anak yang bertindak semaunya sendiri meskipun mendapat perhatian dan pengawasan dari orang tua. Keadaan tersebut tentunya menjadi kesulitan tersendiri yang dialami oleh guru, karena minimnya waktu yang digunakan untuk melakukan pengawasan dan perhatian terhadap siswa di lingkungan sekolah. Dengan adanya perilaku *bullying* akan muncul dampak

pada korban *bullying*, begitu juga dengan dampak *bullying* di SMP Negeri 1 Kranggan seperti anak menjadi malu, minder, menutup diri, tidak masuk sekolah, nilai mata pelajaran menurun, dan lain-lain. Beberapa contoh dari *bullying* di SMP Negeri 1 Kranggan seperti memanggil dengan nama orang tua, mendiskriminasi karena perbedaan ekonomi, memanggil dengan nama julukan, mengintimidasi dengan cara mendiamkan, dan menggosipkannya. Pihak sekolah juga sudah berusaha dalam menghilangkan tindakan *bullying* di sekolah dan memberikan perhatian kepada korban *bullying* agar tetap besar hati dan tidak rendah diri menanggapi *bullying*. Namun sampai saat ini masih belum maksimal dan perlu untuk dicarikan sebuah solusi yang tepat untuk mengatasi permasalahan tersebut.

Layanan bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk membantu mengurangi dampak siswa korban *bullying* yaitu dengan konseling kelompok. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Affandi dan Widiastuti (2017) yang berjudul “Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)* untuk Mengurangi Perilaku Agresif pada Siswa Kelas VII”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penurunan perilaku agresif pada siswa yang mengikuti layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*. Pada Penelitian ini juga terdapat penurunan yang signifikan terhadap perilaku agresif siswa sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) dan setelah diberikan treatment (*posttest*) dalam layanan konseling kelompok teknik REBT yakni terdapat penurunan 20,44%. Penelitian ini menunjukkan perilaku agresif

siswa dapat dikurangi melalui layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Konseling kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk membantu siswa korban *bullying*. Menurut Latipun (2008) konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik dan pengalaman belajar. Juntika (2007:24) berpendapat bahwa konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Oleh karena itu, konseling kelompok dianggap salah satu layanan dalam bimbingan konseling yang bisa digunakan dalam mengatasi atau membantu siswa korban dampak *bullying*.

Berdasarkan kondisi diatas, dalam rangka mengurangi dampak *bullying* di sekolah, Peneliti tertarik untuk melakukan Penelitian *pra eksperimen* dengan memakai layanan konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dipilih karena dianggap sesuai dengan kondisi siswa SMP Negeri 1 Kranggan yang sudah memasuki usia remaja dan dianggap sudah mampu merumuskan tujuan konseling seperti yang diinginkan oleh konseli. Sehingga Peneliti memberi judul pada Penelitian ini yakni “Pengaruh Konseling Kelompok Berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk Mengurangi Dampak *Bullying* di Sekolah”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka ditemukan identifikasi masalah sebagai berikut.

1. Perilaku *bullying* yang tinggi mengakibatkan dampak malu, minder, menutup diri, tidak masuk sekolah, nilai mata pelajaran menurun pada siswa.
2. Pelaksanaan layanan konseling kelompok yang belum berjalan secara sistematis dan terstruktur di SMP Negeri 1 Kranggan.
3. Belum adanya solusi yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan terkait dengan dampak *bullying* yang dilakukan oleh guru BK.

C. Pembatasan Masalah

Dari beberapa masalah yang teridentifikasi masalah tersebut, maka Peneliti membatasi masalah pada mengurangi dampak perilaku *bullying* siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kranggan dengan menggunakan konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian diatas, maka Peneliti merumuskan masalah sebagai berikut.

Adakah pengaruh konseling kelompok berbasis *rational emotive behavior therapy* (REBT) untuk mengurangi dampak *bullying* di sekolah pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 1 Kranggan, Temanggung.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

Mengetahui pengaruh konseling kelompok berbasis *rational emotive behavior therapy* (REBT) untuk mengurangi dampak *bullying* di sekolah pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 1 Kranggan, Temanggung.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi ilmiah bagi kalangan akademis Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Magelang.
- b. Mengoptimalkan pendekatan REBT melalui konseling Kelompok guna mengurangi dampak *bullying* di sekolah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi pihak Sekolah

Hasil Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai kualitas proses pembelajaran yang berlangsung di sekolah.

b. Bagi Guru

Hasil Penelitian ini dapat memberikan keefektivan konseling kelompok berbasis REBT untuk mengurangi dampak *bullying* di sekolah.

c. Bagi Siswa

Hasil Penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk pengalaman siswa dalam mengurangi dampak *bullying* di sekolah.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Bullying

1. Pengertian *Bullying*

Bullying dalam bahasa Indonesia berarti mengintimidasi atau mengganggu orang yang lemah baik secara individu ataupun secara berkelompok. *Bullying* merupakan tindakan intimidasi yang dilakukan secara berulang-ulang oleh pihak yang lebih kuat terhadap pihak yang lebih lemah, dilakukan dengan sengaja dan bertujuan melukai korbannya baik secara fisik maupun emosional, Caloroso (dalam Rosya dan Lita, 2015). Menurut Kim (dalam Adilla, 2009) *bullying* dapat dilakukan secara verbal, psikologis dan fisik.

Menurut Santrock (2007:213) *bullying* didefinisikan sebagai perilaku verbal dan fisik yang dimaksudkan untuk mengganggu seseorang yang lebih lemah. Perilaku *bullying* secara verbal dapat dicontohkan seperti menggunjing, memberi nama panggilan yang tidak menyenangkan, berbicara kasar dan lain-lain. Sedangkan perilaku *bullying* secara fisik dapat dicontohkan seperti menendang, memukul, menonjok dan lain-lain. Perilaku *bullying* baik fisik maupun verbal akan membuat korban menjadi minder dan penakut, Novianti (2008). *Bullying* merupakan problem serius yang bisa menimbulkan efek traumatis bagi para korbannya, baik secara akademik,

sosial, maupun psikologis. Siswa menjadi tidak semangat melakukan aktivitas belajar, konsentrasi menurun, dan prestasi melorot drastis.

Berdasarkan beberapa pendapat yang ada di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku *bullying* adalah tindakan kekerasan atau responsif yang dilakukan oleh seorang atau sekelompok oknum dengan maksud dan tujuan untuk menakut-nakuti. Tindakan ini sering terjadi di lingkungan sekolah dan di dalam masyarakat baik *bullying* secara verbal, psikologis dan fisik.

2. Bentuk-Bentuk *Bullying*

Bentuk-bentuk perilaku *bullying* menurut Astuti (2008) adalah:

- a. *Bullying* fisik: contoh *bullying* secara fisik adalah menggigit, menarik rambut, memukul, menendang, mencakar, mendorong, meludahi, mengancam, merusak barang milik korban dan mengintimidasi korban di ruangan.
- b. *Bullying* verbal: contoh *bullying* secara verbal adalah pemalakkan, pemerasan, mengancam, menghasut, berkata jorok pada korban, dan menyebar luaskan kejelekan korban.
- c. *Bullying* non-verbal: contoh *bullying* secara non-verbal adalah memanipulasi pertemanan, mengasingkan, mengancam, menatap dengan muka mengancam, dan menakuti.

Menurut Kim (dalam Adilla, 2009) bentuk *bullying* dapat dilakukan secara verbal, psikologis, dan fisik.

- a. *Bullying* verbal

Bullying verbal adalah bentuk *bullying* yang dilakukan secara verbal, seperti mengejek, menghina, mengolok-olok, menakuti lewat telepon,

ancaman kekerasan, pemerasan, mencela, gosip, menyebarkan rumor, penghinaan ras, mengancam lewat alat komunikasi elektronik, pesan-pesan tanpa pengirim, dan lain-lain.

b. *Bullying* fisik

Bullying fisik adalah bentuk *bullying* yang menyakiti fisik seseorang seperti menonjok, menampar, memukul, mendorong atau melakukan sesuatu yang menyebabkan terjatuh, mencekik, menendang, meninju, menggigit, mencubit, mencakar, meludahi, mencengkeram dan memutar lengan atau kaki, merusak pakaian atau peralatan pribadi, gerakan-gerakan mengancam, membuat perkelahian, menodongkan senjata, mencuri, dan lain-lain.

c. *Bullying* psikologis

Bullying psikologis adalah bentuk *bullying* psikis seperti mengucilkan, mengisolir, menjauhkan, mendiamkan, memfitnah, memandang dengan hina, dan lain-lain.

Lines (2008) juga menyatakan bahwa perilaku *bullying* adalah intimidasi secara fisik, psikologis, sosial, verbal, maupun emosional yang dilakukan secara berkelanjutan oleh seseorang atau kelompok. *Bullying* dapat berupa perilaku menghina atau mengubah nama panggilan yang membuat marah, tersakiti, dan mengganggu.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku *bullying* bentuknya dapat dilakukan secara langsung maupun tidak langsung

yang berupa ancaman *bullying* fisik, *bullying* verbal, *bullying non* verbal dan *bullying* psikologis.

3. Tanda – Tanda Perilaku *Bullying*

Menurut Chakrawati (2015:12) adapun tanda – tanda tindakan *bullying* antara lain :

- a. Terdapat ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan target.

Seseorang yang merasa kuat, berkuasa, akan berpotensi menjadi pelaku *bullying*, sementara individu yang lemah, kurang percaya diri, sedang sendiri, berbeda dengan teman – teman yang lainnya, tak berdaya, sering kali menjadi target sasaran *bullying*.

- b. Terdapat keinginan untuk melukai.

Suatu tindakan dapat dikatakan *bullying* jika diniatkan untuk melukai atau mencederai targe, tidak hanya secara fisik, tetapi juga psikis. Saat target terluka, pelaku akan merasa senang melihat penderitaan targetnya.

- c. Cenderung berulang.

Bullying akan cenderung berlangsung berulang kali, pelaku *bullying* biasanya tidak akan berhenti walaupun korban sudah terpojok karena *bullying* dan akan berhenti sampai pelaku *bullying* berniat berhenti sendiri.

- d. Ancaman dan teror

Bullying biasanya juga berhubungan dengan teror, seseorang yang di-*bully* akan merasa terancam hidupnya sehingga korban *bullying* merasa

putus asa. Selain itu teror dan ancaman bisa membuat ketakutan hingga membuat gangguan psikis yang parah seperti depresi dan lain-lain.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat ditarik simpulan bahwa tanda - tanda perilaku *bullying* yakni terdapat ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku *bullying* dengan korban *bullying*, adanya keinginan untuk melukai dari pelaku *bullying* yang cenderung dilakukan berulang kali hingga muncul ancaman dan teror.

4. Faktor Munculnya *Bullying*

Setiap individu yang melakukan *bullying* dapat terjadi tidak secara independen tetapi dipengaruhi oleh faktor - faktor yang berada di sekitar *bullying*. Jika didefinisikan terhadap beberapa faktor terhadap terjadinya *bullying*, diantaranya ada banyak faktor yang melatarbelakangi timbulnya *bullying*. Novianti (2008) menyebutkan bahwa perilaku *bullying* disebabkan oleh beberapa faktor yaitu :

a. Faktor keluarga

Pelaku *bullying* bisa jadi menerima perlakuan *bullying* pada dirinya, yang mungkin dilakukan oleh seseorang di dalam keluarga. Anak-anak yang tumbuh dalam keluarga yang agresif dan berlaku kasar akan meniru kebiasaan tersebut dalam kesehariannya. Kekerasan fisik dan verbal yang dilakukan orang tua kepada anak akan menjadi contoh perilaku.

b. Faktor kepribadian

Salah satu faktor penyebab anak melakukan *bullying* adalah tempramen. Tempramen adalah karakteristik atau kebiasaan yang

terbentuk dari respon emosional. Hal ini mengarah pada perkembangan tingkah laku personalitas dan sosial anak. Seseorang yang aktif dan impulsif lebih mungkin untuk berlaku *bullying* dibandingkan orang yang pasif atau pemalu.

c. Faktor sekolah

Tingkat pengawasan di sekolah menentukan seberapa banyak dan seringnya terjadi peristiwa *bullying*. Sebagaimana rendahnya tingkat pengawasan di rumah, rendahnya pengawasan di sekolah berkaitan erat dengan berkembangnya perilaku *bullying* dikalangan siswa. Pentingnya pengawasan dilakukan terutama di tempat bermain dan lapangan, karena biasanya di kedua tempat tersebut perilaku *bullying* kerap dilakukan. Penanganan yang tepat dari guru atau pengawas terhadap peristiwa *bullying* adalah hal yang penting karena perilaku *bullying* yang tidak ditangani dengan baik akan menyebabkan kemungkinan perilaku itu terulang.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku *bullying* yakni (1) faktor internal tentang persepsi dan kepribadian (regulasi emosi dan religius). (2) faktor eksternal yaitu lingkungan perbedaan kelas, tradisi senioritas, sekolah dan keluarga.

5. Karakteristik *Bullying*

Olweus (dalam Wiyani, 2012: 13) mendefinisikan *bullying* mengandung tiga unsur mendasar dari perilaku *bullying* antara lain :

a. Bersifat menyerang (agresif) dan negatif.

- b. Dilakukan secara berulang kali
- c. Adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pihak yang terkait

Olweus kemudian mengidentifikasi dua *subtype bullying*, yaitu perilaku secara langsung (*direct bullying*), misalnya penyerangan secara fisik dan perilaku secara tidak langsung (*indirect bullying*), misalnya pengucilan secara sosial.

6. Dampak Perilaku *Bullying*

Dampak merupakan pengaruh kuat yang mendatangkan akibat positif maupun negatif, begitupun dengan perilaku *bullying* bisa kita ketahui akan muncul berbagai dampak bagi korban *bullying*. Menurut Chakrawati (2015:15) dampak *bullying* antara lain :

- a. Depresi
- b. Minder
- c. Malu dan ingin menyendiri
- d. Luka fisik
- e. Sering sakit tiba-tiba, misalnya sakit perut atau pusing
- f. Merasa terisolasi dari pergaulan
- g. Prestasi akademik merosot
- h. Kurang bersemangat
- i. Ketakutan
- j. Keinginan untuk mengakhiri hidup

Sedangkan menurut Zakiah, dkk (2017) mengungkapkan bahwa dampak yang dapat muncul pada korban bullying antara lain :

- a. Depresi
- b. Kegelisahan
- c. Masalah tidur
- d. Sakit kepala
- e. Sakit perut
- f. Ketegangan otot
- g. Rasa tidak aman
- h. Penurunan semangat belajar dan prestasi akademis

Berdasarkan uraian tersebut maka dampak *bullying* dapat peneliti simpulkan dalam dua bentuk yaitu bentuk fisik seperti luka fisik, sering sakit secara tiba-tiba seperti sakit kepala atau sakit perut, ketegangan otot, masalah tidur, selanjutnya bentuk psikologis seperti depresi, kegelisahan, minder, malu, menyendiri, ketakutan, rasa tidak aman, dan yang terparah yaitu keinginan untuk mengakhiri hidup.

B. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok, dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi perkembangan

individu dan membantu individu dalam menangani masalah yang dihadapinya secara bersama-sama (Kurnanto, 2013: 8).

Juntika (2007:24), Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Konseling kelompok bersifat memberi kemudahan bagi pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti memberi kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada individu – individu yang bersangkutan untuk mengubah sikap dan perilakunya selaras dengan lingkungannya.

Sedangkan menurut Harrison (Kurnanto, 2013:7) Konseling kelompok adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor yang dalam prosesnya konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan komunikasi, pengembangan harga diri dan keterampilan - keterampilan dalam mengatasi masalah.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah layanan konseling yang memungkinkan siswa secara bersama-sama dengan kelompok membahas permasalahan yang dihadapi, dibahas secara bersama-sama yang sifatnya lebih untuk pengentasan atau penyelesaian masalah.

2. Tujuan Konseling Kelompok

Wibowo (2005 : 305) menyebutkan tujuan konseling kelompok adalah sebagai berikut :

- a. Memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhan siswa berkaitan dengan pribadi, sosial, belajar dan karir.
- b. Membantu menghilangkan titik-titik lemah yang dapat mengganggu siswa berkaitan dengan pribadi, sosial, belajar dan karir.
- c. Membantu mempercepat dan memperlancar penyelesaian masalah yang dihadapi siswa berkaitan dengan pribadi, sosial, belajar dan karir.

Wibowo (2005:20) juga mengatakan tujuan yang akan dicapai dalam konseling kelompok yaitu pengembangan pribadi, pembahasan, dan pemecahan masalah pribadi yang dialami oleh masing – masing anggota kelompok, supaya dapat terhindar masalah serta masalah dapat terselesaikan dengan cepat melalui bantuan anggota kelompok yang lain.

Sedangkan Prayitno dan Erman (2004: 2-3), tujuan konseling kelompok memiliki dua macam yaitu tujuan umum dan khusus.

a. Tujuan umum

Secara umum, tujuan konseling adalah berkembangnya kemampuan social anggota kelompok, khususnya kemampuan dalam berkomunikasi di antara anggota kelompok.

b. Tujuan khusus

Tujuan khusus konseling kelompok terfokus pembahasan masalah pribadi individu anggota kelompok. Melalui konseling kelompok yang

intensif dalam upaya pemecahan masalah tersebut, para anggota kelompok memperoleh dua tujuan sekaligus, yaitu :

- 1) Berkembangnya perasaan, pikiran , persepsi, wawasan dan sikap yang mengarah kepadaa tingkah laku, khususnya dalam bersosialisasi dan berkomunikasi.
- 2) Terpecahkanya masalah anggota kelompok yang masalahnya dibahas dan diperoleh imbahasan pemecahan masalah tersebut bagi anggota kelompok peserta konseling kelompok.

3. Ciri – Ciri Konseling Kelompok

Wibowo (2005 :38-39) konseling kelompok memiliki beberapa ciri – ciri, yang membedakan dengan bimbingan kelompok, ciri – ciri tersebut antara lain :

- a. Konseling kelompok membahas dan memecahkan masalah pribadi yang dialami oleh masing – masing individu sebagai anggota kelompok.
- b. Konseling kelompok memberikan upaya langsung untuk mengubah sikap dan perilaku anggota kelompok.
- c. Keanggotaan dalam konseling kelompok sangat tergantung kepada kadar kekuatan kebersamaan (*cohesiveness*) serta kesediaan setiap anggota kelompok untuk saling peduli terhadap sesama anggota kelompok yang lain.

- d. Adanya komunikasi antar pribadi antara anggota kelompok serta menggali lebih dalam budi dan hati masing – masing anggota kelompok.
- e. Konseling kelompok merupakan upaya pemberian bantuan kepada individu dalam rangka memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya, selain bersifat pencegahan konseling kelompok bersifat penyembuhan.
- f. Konseling kelompok focus pada tingkah laku masing – masing anggota kelompok dan perkembangan atau perubahan dalam kelompok.
- g. Pembicaraan dalam konseling kelompok bersifat pribadi dan rahasia.
- h. Suasana interaksi dalam konseling kelompok bersifat multiarah, mendalam dan tuntas dengan melibatkan aspek kognitif, afektif dan aspek – aspek kepribadian lainnya.

Ciri- ciri konseling kelompok menurut Winkel dan Hastuti (2004: 592) antara lain :

- a. Konseling kelompok dimaksudkan bagi individu yang sedang menghadapi suatu persoalan yang membutuhkan penanganan khusus melalui suatu proses konseling bersama.
- b. Konseling kelompok merupakan perubahan sikap dan perilaku secara langsung dengan membahas dan membicarakan bersama satu topik atau permasalahan tertentu pada taraf pengolahan kognitif dan penghayatan afektif.

- c. Pelaksanaan konseling kelompok berlangsung dalam kelompok yang cukup kecil.
- d. Konseling kelompok lebih bercirikan komunikasi antara pribadi diantara para anggota kelompok serta menggali lebih dalam budi dan hati masing – masing individu sebagai anggota kelompok.

Konseling kelompok merupakan pembahasan suatu permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok. Permasalahan tersebut diselesaikan bersama anggota kelompok yang lain. Adapun hal yang dibicarakan yakni komunikasi antar pribadi dan rahasia yang bersifat pencegahan serta bersifat penyembuhan, dengan suasana kelompok yang bersifat multiarah melibatkan aspek kognitif, afektif, dan aspek kepribadian, yang pelaksanaanya berlangsung dalam kelompok yang cukup kecil.

4. Asas – Asas dalam Konseling Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan ataupun asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas-asas tersebut yaitu:

- a. Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini memegang peranan penting dalam konseling kelompok karena masalah yang dibahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua (pembicaraan ataupun tindakan) yang ada dalam kegiatan konseling kelompok dan tidak layak diketahui oleh orang lain selain orang-orang yang mengikuti kegiatan konseling kelompok .

b. Asas Kesukarelaan

Kehadiran, pendapat, usulan, ataupun tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat sukarela, tanpa paksaan.

c. Asas keterbukaan

Keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan sekali. Karena jika keterbukaan ini tidak muncul maka akan terdapat keraguan atau kekhawatiran dari anggota.

d. Asas kegiatan

Hasil layanan konseling kelompok tidak akan berarti bila konseli yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan– tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya menimbulkan suasana agar konseli yang dibimbing mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam penyelesaian masalah

e. Asas kenormatifan

Dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota yang lain harus mempersilakannya terlebih dahulu atau dengan kata lain tidak ada yang berebut.

f. Asas kekinian

Masalah yang dibahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat sekarang. Maksudnya, masalah yang dibahas adalah masalah yang saat ini sedang dialami yang mendesak, yang

mengganggu keefektifan kehidupan sehari-hari, yang membutuhkan penyelesaian segera, bukan masalah dua tahun yang lalu ataupun masalah waktu kecil.

Layanan Konseling kelompok dapat dilaksanakan berdasarkan asas kerahasiaan, kesukarelaan, kegiatan, keterbukaan, kenormatifan, dan kekinian, untuk mencapai hasil yang optimal. Asas – asas ini akan saling melengkapi dan saling berkaitan satu sama lain.

5. Tahap – Tahap Konseling Kelompok

Dalam pelaksanaan sebuah layanan agar berjalan secara baik dan lancar pasti membutuhkan sebuah acuan dalam pelaksanaan kegiatan berikut ini adalah tahap - tahap pelaksanaan konseling individu menurut Prayitno dan Erman (2004:18-19) antara lain :

- a. Tahap pembentukan, yaitu tahap awal untuk membentuk kelompok.
- b. Tahap peralihan, yaitu tahap yang menjembatani antara tahap pertama dengan tahap berikutnya yang mengarah ke tujuan kelompok.
- c. Tahap kegiatan, yaitu tahap inti untuk mengentaskan permasalahan anggota kelompok dikemukakan secara mendalam dan tuntas.
- d. Tahap pengakhiran, merupakan penilaian dan tindak lanjut, penyampaian kesan pesan pelaksanaan kegiatan, dan adanya rencana kegiatan tindak lanjut.

Berdasarkan tahap – tahap pelaksanaan konseling kelompok di atas, dapat ditarik simpulan bahwa tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran merupakan tahapan yang harus dilalui untuk terciptanya

proses konseling kelompok yang optimal dan efektif dalam menyelesaikan permasalahan anggota kelompok.

6. Kelebihan dan Kelemahan Konseling Kelompok

a. Kelebihan Konseling Kelompok

Keuntungan yang bisa diambil dari layanan konseling kelompok menurut Hough (Lubis, 2011:205) sebagai berikut ini :

- 1) Konseling kelompok menerapkan pendekatan yang menjalin hubungan perasaan sebagai sebuah kelompok dalam masyarakat yang sudah saling terasing dan tidak memiliki aturan yang jelas.
- 2) Kelompok juga saling memberikan dukungan dalam menghadapi masalah yang dihadapi setiap orang.
- 3) Kelompok dapat memberikan kesempatan untuk belajar antara satu sama lain.
- 4) Kelompok dapat menjadi motivator bagi masing-masing konseli. Mereka yang telah merasa menjadi anggota kelompok akan berusaha menyesuaikan perilakunya dengan harapan kelompok.
- 5) Kelompok dapat menjadi tempat yang baik untuk menguji dan mencoba perilaku yang baru.
- 6) Kelompok menanamkan perasaan tenang kepada anggotanya karena mereka bebas dapat berbicara dengan orang yang tidak akan menertawakan atau merendahkan mereka karena masing-masing memiliki masalah.

- 7) Anggota-anggota kelompok yang ada dapat membantu dengan menjadi *buddy* (pasangan yang selalu dapat memberikan pertolongan dan bersedia membantu) dan dapat menjadi mentor kepada anggota kelompok yang lain.

b. Kelemahan Konseling Kelompok

Latipun (2001) dalam Lubis (2011:206) menyampaikan keterbatasan atau kelemahan dari konseling kelompok antara lain :

- 1) Konseli perlu menjalani konseling individu terlebih dahulu sebelum mengikuti konseling kelompok. Karena apabila tidak dilakukan, ia akan mengalami kesulitan untuk langsung bergabung dengan anggota kelompok.
- 2) Konselor juga harus memberikan pelatihan secara adil pada semua anggota kelompok, hal ini bukan sesuatu yang mudah untuk dilakukan.
- 3) Kelompok dapat bubar seketika karena masalah dalam “proses kelompok”.
- 4) Konseli yang sulit mempercayai orang lain akan berpengaruh negatif pada situasi konseling secara keseluruhan.

Dari pemaparan di atas konseling kelompok memiliki kelebihan bahwa dalam proses konseling kelompok mampu membantu menyelesaikan permasalahan dengan bantuan anggota lain, antar anggota dapat saling belajar dalam menghadapi permasalahan selain itu dalam konseling kelompok anggota dapat saling memberikan motivasi

sehingga anggota yang bermasalah akan merasa tenang, serta dalam konseling kelompok dapat menguji perilaku yang baru yang dapat mengentaskan permasalahan anggota kelompok. Sedangkan kelemahan dari konseling kelompok yaitu anggota kelompok yang bermasalah akan kesulitan ketika awal bergabung dalam kelompok, antar anggota kelompok sulit untuk saling percaya, selain itu konselor dituntut mampu memberikan pelatihan yang adil, jika proses konseling kelompok tidak berjalan dengan lancar bisa saja kelompok akan bubar.

C. Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

1. Pengertian Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) adalah salah satu macam model pendekatan dalam bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk membantu menyelesaikan atau mengentaskan permasalahan yang dihadapi oleh siswa / peserta didik.

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) merupakan pendekatan yang dikembangkan oleh Albert Ellis pada tahun 1962. *Rational Emotive* adalah aliran yang berusaha memahami manusia sebagaimana adanya. Manusia adalah makhluk berbuat dan berkembang dan merupakan individu dalam satu kesatuan yang berarti manusia bebas, berpikir, bernafas, dan berkehendak (Willis, 2007:75).

Corey (2003:247) *Rational Emotive* merupakan salah satu bentuk konseling aktif - direktif yang memiliki proses pendidikan (*education*)

dan pengajaran (*teaching*) dengan mempertahankan dimensi kognitif (perilaku) dan behavior (perilaku) dari pada perasaan.

Richar Nelson (2011), Pada 1993 Ellis mengubah nama *rational emotive therapy* (RET) menjadi *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Rasional disini memiliki maksud kognisi yang efektif dalam membantu diri daripada kognisi yang sekedar valid secara empiris maupun logis. Kata *kognitif* yang ia gunakan sejak awal banyak orang membatasi secara sempit kata *rasional* yang mengandung maksud intelektual atau *logis-empiris*.

Ellis berpandangan bahwa *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) merupakan terapi yang sangat komprehensif yang menangani masalah – masalah yang berhubungan dengan emosi, kognisi, dan perilaku (dalam Latipun, 2011: 72).

Dari beberapa pendapat Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat disimpulkan pendapat Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) memandang manusia sebagai individu yang didominasi oleh sistem berpikir dan sistem perasaan atau emosional yang berkaitan dalam sistem psikis individu. Keberfungsian individu secara psikologis ditentukan oleh pikiran, perasaan dan tingkah laku.

2. Karakteristik Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Karakteristik dari pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang dinyatakan oleh petterson dalam George & Cristiani

(1990), Cottone (1992), Hartono & Soedarmadji (2012 : 132)

memberikan asumsi bahwa hakikat manusia sebagai berikut :

- a. Manusia itu unik secara rasional dan irasional. Keunikan itu ditunjukkan dalam cara berpikir dan berperilaku secara rasional, manusia itu akan efektif, bahagia, dan kompeten.
- b. Gangguan emosi dan psikologis adalah hasil dari berpikir yang irasional dan tidak logis (*irrational and illogical thinking*). Emosi menyertai pemikiran, emosi itu bias, penuh prasangka, sangat pribadi dan merupakan pemikiran yang irasional.
- c. Pemikiran yang irasional merupakan hasil belajar yang tidak logis yang biasanya berasal dari orang tua atau budaya. Dalam proses perkembangan anak berpikir dan merasa tentang dirinya dan berhubungan dengan ide tentang “ini baik” dan “ini buruk”. Emosi manusia yang baik ditunjukkan dengan wujud kasih sayang, cinta, perhatian, dan lain – lain. Adapun wujud emosi manusia yang buruk diwujudkan dalam bentuk kemarahan, depresi, cemas, dan lain-lain.
- d. Manusia merupakan binatang verbal, dimana dalam berpikir menggunakan symbol atau bahasa. Jika pikiran bekerja sama dengan emosi, pikiran negatif akan muncul jika emosi seseorang itu terganggu.
- e. Gangguan emosional yang terus-menerus akan menimbulkan verbalisasi dimana tidak ditentukan oleh keadaan atau kejadian nyata di luar diri, tetapi lebih kepada persepsi dan sikap terhadap kejadian

tersebut. Dengan demikian Ellis menekankan bahwa bukan kejadian di luar individu yang menyebabkan orang itu cemas, tetapi lebih pada persepsi seseorang terhadap suatu kejadian yang membuat cemas.

- f. Individu memiliki sumber – sumber untuk mengaktualisasikan potensi dirinya dan dapat mengubah pribadi dan hubungan sosialnya. Ellis melihat bahwa seseorang itu unik dan mempunyai kekuatan untuk memahami keterbatasannya, mempunyai kekuatan untuk mengubah pandangan serta nilai – nilai dasar yang diterima sejak masih kanak- kanak dan mempunyai kecenderungan untuk menantang kekalahan dirinya (*self-defeating*).
- g. Pikiran negative mengenai kekalahan diri dan emosi harus dilawan dengan cara mereorganisasi pikiran dan persepsi, sehingga akan mengarahkan seseorang untuk berpikir secara lebih logis dan rasional.

3. Tujuan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Menurut Willis (2004:75) Konseling REBT bertujuan memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan, serta pandangan konseli yang irasional menjadi rasional, sehingga dapat mengembangkan diri dan mencapai realisasi diri yang optimal. Dengan menghilangkan gangguan emosional yang dapat merusak diri, seperti rasa takut, bersalah, berdosa, cemas, marah, atau khawatir, sebagai akibat berpikir yang irasional, melatih dan mendidik agar dapat menghadapi kenyataan hidup

secara rasional dan membangkitkan kepercayaan diri, nilai-nilai dan kemampuan diri.

Menurut Ellis tujuan konseling pada dasarnya untuk membentuk pribadi yang rasional, dengan jalan mengganti cara – cara berpikir yang irasional. Dalam Latipun (2011:79). Sedangkan menurut Hartono & Soedarmadji (2012:137), tujuan konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) antara lain :

- a. Mendemonstrasikan kepada konseli bahwa verbalisasi diri (*self-verbalization*) merupakan sumber gangguan emosi.
- b. Menunjukkan kepada konseli bahwa verbalisasi diri tidak logis dan rasional.
- c. Mengeluarkan pemikiran sehingga verbalisasi diri dapat lebih logis dan efisien, dan tidak berhubungan dengan emosi negatif dan perilaku kekalahan diri.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan utama konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yakni untuk membantu individu untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan, pandangan, serta dapat membuang perilaku verbalisasi diri (*self-verbalization*) yang membuat gangguan emosi, dengan harapan mampu mereduksi emosi yang tidak diharapkan. Hal yang paling utama dari pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yakni individu mengoreksi kesalahan berpikir mereka

secara lebih rasional dan logis yang pada akhirnya akan mengubah tingkah laku kearah yang lebih baik.

4. **Konsep Dasar dalam Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)**

Menurut Ellis (dalam Rosya & Lita, 2015) REBT merupakan suatu proses terapeutik yang dapat memperbaiki dan merubah persepsi, pikiran, keyakinan serta pandangan seseorang yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan logis. Menurut Ellis dalam Latipun (2011:73) berpendapat bahwa ada tiga hal dalam pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang terkait dengan perilaku, yaitu *antecedent event* (A), *belief* (B), dan *emotional consequensce* (C) yang kemudian dikenal dengan konsep A-B-C.

Antecedent event (A) merupakan peristiwa pendahulu yang berupa fakta, peristiwa, perilaku, atau sikap orang lain. Perceraian suatu keluarga, kelulusan bagi siswa, dan seleksi bagi calon karyawan dapat merupakan *antecedent event* bagi seseorang. Prinsipnya segenap peristiwa luar yang dialami atau memapar individu adalah *antecedent event*.

Belief (B) adalah keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang rasional (*rational belief* atau rB) dan keyakinan tidak rasional (*irasional belief* atau iB). Keyakinan rasional merupakan cara berpikir atau sistem keyakinan yang tepat, masuk akal, bijaksana,

dan produktif. Sedangkan keyakinan yang tidak rasional merupakan keyakinan atau sistem berpikir seseorang yang salah, tidak masuk akal, emosional, dan arena itu tidak produktif.

Emotional Consequence (C) merupakan konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan *antecedent event* (A). konsekuensi emosional ini bukan akibat langsung dari A tetapi disebabkan oleh beberapa hal dalam bentuk keyakinan (B) baik yang rasional (rB) atau yang irasional (iB).

Dari konsep dasar Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat disimpulkan bahwa pendekatan REBT bersifat direktif, yaitu pendekatan yang menyerupai proses pembelajaran konseli diajak untuk memahami dengan kognitif dengan tidak meninggalkan rasa emosional atau perasaan, dan mencoba mengubah pemikiran konseli dari berpikiran tidak logis atau irasionalnya menjadi logis atau rasional yang dapat dituangkan pada tindakan atau tingkah laku yang muncul lebih baik.

Dalam pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) memiliki tiga teknik konseling seperti yang dikemukakan oleh Komalasari dkk (2011 : 220) antara lain :

1) Teknik Kognitif

a. Dispute kognitif (*cognitive disputation*)

Merupakan sebuah usaha untuk mengubah pandangan atau keyakinan irasional konseli menjadi keyakinan yang rasional dan logis yang dapat dilakukan dengan mengajukan pertanyaan – pertanyaan untuk melakukan *dispute logis*, pertanyaan yang realistis, dan pertanyaan yang membalikkan perasaan dan pikiran.

b. Membuat frame ulang (*reframing*)

Yaitu dengan mengevaluasi kembali hal – hal yang pernah mengecewakan dan tidak menyenangkan dengan membuat *frame* berpikir konseli dari yang irasional menjadi kearah yang lebih rasional.

2) Teknik imageri

a. Kartu kontrol emosional (*the emotional control card – ECC*)

Merupakan alat yang dapat membantu konseli untuk memperkuat proses belajar secara lebih khusus perasaan marah, kritik diri, kecemasan, dan depresi. ECC berisi dua perasaan yang paralel yaitu perasaan yang tidak seharusnya merusak diri dan perasaan yang sesuai yang tidak merusak diri.

b. Proyeksi waktu (*time projrcion*)

Yaitu konseli diajak membayangkan atau memvisualkan kejadian yang tidak menyenangkan itu terjadi , dan selanjutnya

membayangkan seminggu kemudian, sebulan kemudian, enam bulan kemudian, satu tahun kemudian, dan seterusnya. Dalam hal ini konseli diajak untuk merasakan perbedaan waktu dalam penyesuaian tentang apa yang sudah terjadi.

3) Teknik behavioral

a. Bermain peran (*role playing*)

Teknik untuk mengekspresikan berbagai jenis perasaan yang menekan (perasaan-perasaan negatif) melalui suatu suasana yang dikondisikan sedemikian rupa sehingga konseli dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri melalui peran-peran tertentu.

b. Pekerjaan rumah (*Home work assignments*)

Teknik ini dilaksanakan dalam bentuk tugas-tugas rumah dengan cara membaca, menulis, berpikir, relaksasi, dan berimajinasi yang bertujuan untuk melatih, membiasakan diri, dan menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola tingkah laku yang diharapkan. Teknik ini dimaksudkan untuk membina dan mengembangkan konseli sehingga diharapkan dapat mengurangi atau menghilangkan ide-ide dan perasaan-perasaan yang tidak rasional dan tidak logis.

Pada dasarnya seluruh teknik pada *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* dapat digunakan dalam pemecahan masalah, akan tetapi dapat dipilih beberapa teknik yang dirasa lebih cocok dan efektif digunakan

untuk memecahkan masalah tertentu yang dialami konseli. Pada Penelitian ini teknik yang digunakan adalah teknik membuat frame ulang (*reframing*), kartu kontrol emosional (*the emotional control card* – ECC), bermain peran (*role playing*), diharapkan dengan ketiga teknik ini konseli mampu mengubah pemikiran yang irasional menjadi rasional dan logis dengan diikuti dengan perubahan tingkah laku yang lebih baik.

D. Penerapan Program Konseling Kelompok Berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Mengurangi Dampak *Bullying*.

Perilaku *bullying* merupakan perilaku yang dapat menyakiti orang lain dengan sengaja dan dapat dilakukan dengan berbagai cara yang buruk oleh pelakunya, perilaku tersebut selalu melibatkan adanya ketidakseimbangan kekuatan, niat untuk mencederai, ancaman agresi lebih lanjut dan teror.

Tindakan *bullying* merupakan perlakuan yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Biasanya *bullying* muncul karena beberapa faktor mulai dari faktor keluarga, lingkungan, teman sebaya / bermain, keadaan sekolah dll. Jenis – jenis *bullying* yang dilakukan pun bermacam – macam mulai dari fisik, verbal, dan psikis.

Tindakan *bullying* dapat berdampak buruk bagi siswa yang menjadi korban, dampak *bullying* secara tidak langsung dapat menghambat proses pendidikan sekolah, dapat menjadikan depresi, minder, malu atau ingin menyendiri, luka fisik, merasa terisolasi dari pergaulan, prestasi akademik merosot, kurang bersemangat, sering sakit tiba - tiba misalnya sakit perut atau pusing, ketakutan hingga yang paling terparah yaitu keinginan untuk

mengakhiri hidup. Korban *bullying* yang mendapatkan perlakuan berulang-ulang akan memunculkan penilaian diri yang sifatnya irasional terhadap diri sendiri, sehingga akan memunculkan berbagai persepsi atau anggapan pada diri sendiri yang salah.

Dengan permasalahan tersebut pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menggunakan konsep dasar teori A-B-C bisa diterapkan melalui konseling kelompok, karena dengan menggunakan konseling kelompok siswa diharapkan dapat bertukar pikiran dalam satu permasalahan yang sama. Dalam hal ini konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) diharapkan dapat mengurangi dampak pada korban *bullying*, merubah pemikiran irasional menjadi pemikiran yang rasional sehingga akan berkaitan dengan munculnya tingkah laku yang lebih baik atau dapat mengurangi dampak dari *bullying*.

E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Penelitian ini sama dengan yang dilakukan oleh Hasibuan dan Wulandari yang berjudul “Efektivitas *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Siswa SMP Korban *Bullying*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan *self esteem* korban *bullying*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terbukti efektif dalam meningkatkan *self esteem* siswa korban *bullying*. Hal ini ditunjukkan bahwa adanya perubahan yang signifikan pada *self esteem* siswa sebelum diberikan perlakuan (*pre test*) dan setelah treatment yang diberikan (*post test*).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Affandi dan Widiastuti (2017) yang berjudul “Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)* untuk Mengurangi Perilaku Agresif pada Siswa Kelas VII”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penurunan perilaku agresif pada siswa yang mengikuti layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*. Pada penelitian ini juga terdapat penurunan yang signifikan terhadap perilaku agresif siswa sebelum diberikan perlakuan (*pre test*) dan setelah diberikan treatment (*post test*) dalam layanan konseling kelompok teknik *REBT* yakni terdapat penurunan 20,44%. Penelitian ini menunjukkan perilaku agresif siswa dapat dikurangi melalui layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*.

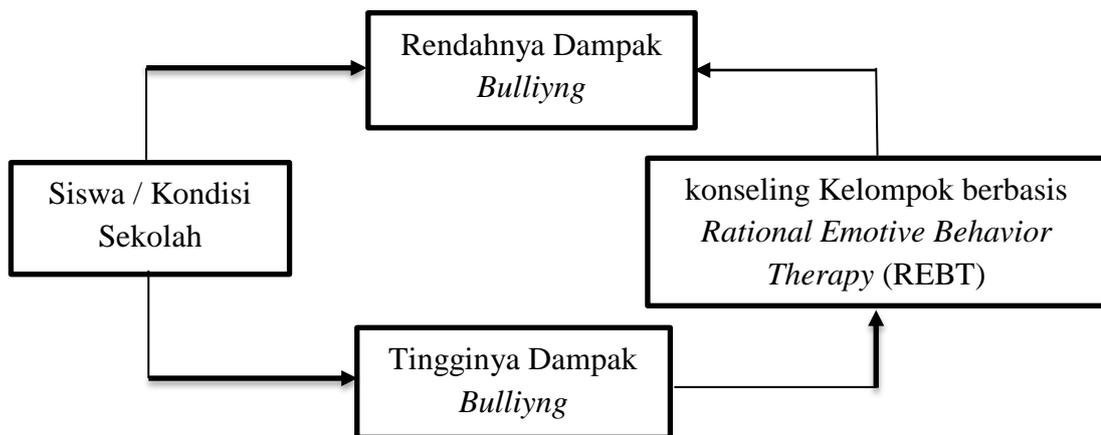
F. Kerangka Pemikiran

Perilaku *bullying* di sekolah kurang baik dan sangat merugikan karena tidak sejalan dengan tujuan yang ingin dicapai oleh sekolah yang sebagai lembaga pendidikan formal yang memiliki jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang. Disamping itu, sekolah juga bertanggung jawab terhadap tumbuh dan perkembangan siswa dengan perilaku dan kepribadiannya.

Berhubungan dengan tujuan yang hendak dicapai maka dalam pencapaian tujuan harus dilakukan berbagai macam pencegahan ataupun pengentasan masalah salah satunya masalah dampak perilaku *bullying* berada di sekolah yang dapat mengganggu berbagai aspek dari individu atau korban *bullying*.

Peneliti berupaya dalam menyelesaikan masalah dampak *bullying* yang dialami siswa adalah dengan menggunakan konseling kelompok melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam terapi ini konseli diharapkan dapat menyadari pikirannya sendiri, melatih konseli untuk berpikir secara rasional ataupun logis. Yang pada akhirnya akan memunculkan perilaku yang lebih baik. Kerangka berpikir dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII C SMP Negeri 1 Kranggan, Temanggung yang memiliki konsentrasi belajar yang rendah.

Untuk lebih jelasnya kerangka berpikir peneliti digambarkan sebagai berikut:



Gambar (1)
Kerangka Pemikiran

G. Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono (2013:64) Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Sukardi (2005:4) menyebutkan bahwa hipotesis merupakan alat yang mempunyai kekuatan

dalam proses inkuri. Sebab hipotesis menghubungkan dari teori yang relevan dengan fakta yang ada atau kenyataan teori yang relevan.

Berdasarkan pendapat di atas bisa disimpulkan bahwa hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis dalam Penelitian ini adalah konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat mengurangi dampak *bullying* di sekolah.

BAB III

METODE PENELITIAN

Dalam suatu penelitian keberhasilan banyak ditentukan oleh penggunaan metode yang tepat. Ketepatan dalam memilih metode yang akan digunakan mengatur arah serta tujuan Penelitian. Ada beberapa hal yang dapat menentukan langkah-langkah pelaksanaan kegiatan penelitian, hal ini bertujuan untuk melaksanakan kegiatan Penelitian secara terstruktur dan sistematis. Adapun langkah-langkah yang harus ditentukan adalah (1) desain (rancangan) Penelitian, (2) identifikasi variabel Penelitian, (3) definisi operasional variabel, (4) subjek Penelitian (populasi, sampel, dan teknik sampling), (5) seting penelitian, (6) metode pengumpul data, (7) instrumen Penelitian, (8) validitas dan reliabilitas instrumen, (9) prosedur penelitian, (10) teknik analisis data.

A. Desain Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan *pra eksperimental design*, desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest posttest design* dengan satu perlakuan. Dalam desain ini kelompok tidak diambil secara acak, dan tidak ada kelompok pembanding kemudian diberi *pretest* untuk mengetahui keadaan awal siswa, kemudian diberikan perlakuan dengan jangka waktu tertentu, setelah itu diberikan *posttest*.

Tabel 1
One Group Pretest Posttest Design

Grup	Pre-test	Variabel Terkait	Post-test
P	O ₁	X	O ₂

Keterangan :

P : *Grub*

O₁ : *Pretest*

X : *Treatment* (perlakuan)

O₂ : *Posttest*

Langkah penelitian eksperimen di atas, dilakukan melalui langkah berikut ini: langkah pertama memberikan *Pretest* kepada kelompok (O₁) tujuannya untuk mengukur kondisi awal subjek penelitian sebelum diberikan *Treatment* (perlakuan). Langkah kedua yaitu diberikan *Treatment* (perlakuan) atau (X) yaitu pemberian konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Langkah ke tiga memberikan *Posttest* kepada kelompok (O₂) dan melakukan perbandingan antara kelompok sebelum diberikan perlakuan dengan kelompok setelah diberikan perlakuan.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya merupakan sesuatu yang berbentuk apa saja yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian dapat ditarik kesimpulan bahwa subjek dalam suatu Penelitian harus jelas dan ketika ingin mengambil sebuah subjek harus jelas dan diketahui berbagai informasi yang mendukung. Pada Penelitian ini terdapat dua (2) variabel yaitu variabel terikat dan variabel bebas :

1. Variabel terikat adalah *bullying*

2. Variabel bebas adalah konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

C. Defenisi Oprasional Variabel Penelitian

Definisi variabel penelitian adalah aspek penelitian yang memberikan informasi kepada kita tentang bagaimana caranya mengukur variabel :

1. Dampak *bullying* adalah merupakan hasil dari tindakan kekerasan atau responsif yang dilakukan oleh seorang atau sekelompok oknum dengan maksud dan tujuan untuk menakut-nakuti serta mencelakai. *Bullying* akan menimbulkan dampak negatif bagi korban maupun pelaku *bullying*. Namun yang paling dirugikan yaitu korban *bullying* karena tindakan *bullying* dapat memberikan dampak negatif terhadap aspek fisik maupun psikis seperti depresi, minder, malu dan ingin menyendiri, luka fisik, sering sakit tiba - tiba misalnya sakit perut atau pusing, merasa terisolasi dari pergaulan, prestasi akademik merosot, kurang bersemangat, ketakutan, dan yang paling parah yakni keinginan untuk mengakhiri hidup. Tindakan ini sering terjadi di lingkungan sekolah, dan didalam masyarakat. Kita sering mendengarkan banyak kasus *bullying* di sekolah. *Bullying* dapat dilakukan secara verbal, psikologis dan fisik.
2. Konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah layanan konseling yang memungkinkan siswa secara bersama-sama kelompok membahas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok yang dibahas secara bersama-sama yang sifatnya lebih untuk pengentasan atau penyelesaian masalah yang menekankan pada

pentingnya peran pikiran, pada tingkah laku seperti membina dan mengembangkan sikap-sikap tanggung jawab, kepercayaan pada diri sendiri serta kemampuan untuk pengarahan diri, pengelolaan diri konseli. Dengan dasar untuk merubah pandangan, pemikiran atau perilaku irasional menjadi rasional dan logis sehingga akan berkaitan dengan munculnya tingkah laku yang lebih baik.

D. Subjek Penelitian

Subjek Penelitian merupakan individu yang menjadi objek penelitian :

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu, yang ditetapkan oleh Peneliti untuk di pelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya. Keseluruhan objek dan subjek yang akan di teliti yaitu sekelompok siswa di sekolah SMP Negeri 1 Kranggan, kelas VIII sebanyak 244 siswa.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi, yang dimulai dengan menggunakan teknik *sampling*. Sampel dalam Penelitian ini adalah siswa anggota populasi yang memiliki dampak bullying yang tinggi, sampel berjumlah 8 siswa.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan sebuah teknik pengambilan sampel. Peneliti menggunakan teknik sampling dengan cara *purposive sampling* dalam

menentukan sampel kelompok Penelitian. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sampel tersebut berdasarkan karakteristik yang telah ditentukan, ciri-ciri dampak *bullying* sebagai berikut : depresi, minder, malu dan ingin menyendiri, luka fisik, sering sakit tiba-tiba, misalnya sakit perut atau pusing, merasa terisolasi dari pergaulan, Prestasi akademik merosot, Kurang bersemangat, Ketakutan, Keinginan untuk mengakhiri hidup.

E. Setting Penelitian

Penelitian akan dilaksanakan di kelas VIII C SMP Negeri 1 Kranggan, Temanggung yang beralamat di Jl. Kranggan - Kaloran, Kranggan, Kabupaten Temanggung, Jawa Tengah.

F. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan sebuah sistematis yang harus runtut untuk mendapatkan data. Arikunto (2010:194) angket atau kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui. Pengumpulan data pada Penelitian ini menggunakan pengisian angket (kuesioner) dampak korban *bullying*, yang di laksanakan di kelas VIII C yang sebagian besar sebagai korban *bullying*.

G. Instrument Penelitian

Instrumen Penelitian di gunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti, dengan kata lain instrumen Penelitian adalah semua yang di gunakan untuk mengumpulkan, memeriksa, menyelidiki suatu masalah atau

mengumpulkan, mengelola menganalisa dalam menyajikan data-data secara sistematis serta objektif. Angket Peneliti ini menggunakan model skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS) dengan penilaian sebagai berikut :

Tabel 2
Penilaian Skor Skala Likert:

Jawaban	Item Positif (+)	Item Negatif (-)
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

Angket dikembangkan dengan kisi – kisi dari dampak korban *bullying*. Sebelum angket digunakan untuk *pretest* dan *posttest* terlebih dahulu angket diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan *try out*.

H. Validitas dan Reabilitas

1. Uji Validitas Instrument

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sahih mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya, instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. Dalam pengujian menggunakan bantuan program *SPSS 20.0 for windows*. jumlah item pada kuesioner adalah 60 butir pernyataan dengan N jumlah siswa 32 siswa. Kriteria item yang dinyatakan valid dan sahih adalah item dengan nilai r_{hitung} lebih dari r_{tabel} pada tarafsignifikan 5%. *Try out* angket dampak korban *bullying* yang terdiri dari 60 item pernyataan, diperoleh 48 item valid dan 12 item

dinyatakan gugur. Hasil uji validitas instrument disajikan dalam tabel yang dapat dilihat pada lampiran.

Tabel 3
Kisi-Kisi Angket Dampak Korban *Bullying* Sebelum *Tryout*

VARIABEL	ASPEK	INDIKATOR	ITEM		JUMLAH
			+	-	
B U L L Y I N G	Fisik	Luka fisik	1, 3	2, 4, 5, 6	6
		Sakit tiba-tiba, sakit perut atau pusing	7, 9, 11, 12	8, 10	6
		Depresi	13, 15, 17	14, 16, 18	6
	Psikis	Minder	19, 21, 23	20, 22, 24	6
		Malu dan ingin menyendiri	25, 27, 29	26, 28, 30	6
		Merasa terisolasi dari pergaulan	31, 33, 35	32, 34, 36	6
		Prestasi akademik merosot	37, 39, 41	38, 42, 40	6
		Kurang bersemangat	43, 45, 47	44, 46, 48	6
		Ketakutan	49, 51, 53	50, 52, 54	6
		Keinginan untuk mengakhiri hidup	55, 57, 59	56, 58, 60	6
JUMLAH			30	30	60

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang

baik tidak akan bersifat tendesius mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga.

Untuk uji reliabilitas instrumen pada Penelitian ini Peneliti menggunakan rumus *Alpha dan Cronbach* melalui aplikasi *SPSS* versi 20.0 (*Statistical Package for the Social Sciences*). Adapun hasil uji reliabel menggunakan *SPSS* bisa dilihat sebagai berikut:

Tabel 4
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,816	60

Setelah melaksanakan *tryout* angket diuji validitas dan reliabilitasnya, sehingga menghasilkan :

Tabel 5
Kisi-Kisi Angket Dampak Korban *Bullying* Sesudah *Tryout*

VARIABEL	ASPEK	INDIKATOR	ITEM		JUMLAH
			+	-	
B U L L Y I N G	Fisik	Luka fisik	1	2	2
		Sakit tiba-tiba, sakit perut atau pusing	3, 5, 7 4, 6	4, 6	5
		Depresi	9, 11	10, 12	4
	Psikis	Minder	13, 15, 17	14, 16, 18	6
		Malu dan ingin menyendiri	19, 21,	8, 20	4
		Merasa terisolasi dari pergaulan	23	24, 22, 26	4
		Prestasi	25, 27,	28,	6

akademik merosot	29	32, 30	
Kurang bersemangat	31,33, 45	34, 36, 38	6
Ketakutan	37, 39, 41	40, 42, 44	6
Keinginan untuk mengakhiri hidup	43, 45	48, 47, 46	5
JUMLAH	22	26	48

I. Prosedur Penelitian

a. Persiapan

1. Pengajuan judul dan proposal Penelitian

Peneliti mengajukan judul dilanjutkan dengan pengajuan proposal kepada dosen pembimbing.

2. Pengajuan surat ijin

Peneliti mengajukan surat ijin Penelitian di SMP Negeri 1 Kranggan.

3. Penyusunan instrumen Penelitian

Metode pengumpulan data pada Penelitian ini menggunakan angket dampak korban *bullying*.

4. Menyusunan pedoman pelaksanaan konseling kelompok

Sebelum *treatment* dilaksanakan, Peneliti membuat panduan pelaksanaan konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terlebih dahulu.

5. *Try out* instrumen

Sebelum angket digunakan untuk *pretest* dan *posttest* terlebih dahulu Peneliti melakukan *try out*. Pelaksanaan *try out* angket dampak

korban *bullying* dilakukan oleh siswa korban *bullying* kelas VIII D SMP Negeri 1 Kranggan yang berjumlah 32 siswa.

b. Pelaksanaan Penelitian

1) Pelaksanaan pre-test

- a) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan pretest
- b) Peneliti membagikan angket pretest kepada siswa yang menjadi sampel Penelitian.
- c) Peneliti menganalisis hasil pretest

2) Pelaksanaan konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Pemberian layanan bimbingan dan konseling berupa konseling kelompok kepada siswa berbasis pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) di lakukan pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 1 Kranggan, yang nantinya akan diberlakukan khususnya untuk 8 siswa yang memiliki dampak *bullying* yang tinggi. Pemberian layanan di rencanakan akan di berikan dalam 6 kali pertemuan dengan alokasi waktu 60 menit setiap kali pertemuan. Namun sebelum Penelitian pedoman pelaksanaan konseling kelompok berbasis pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk mengurangi dampak *bullying* diujikan terlebih dahulu kepada validator ahli validator praktisi. Pada Penelitian ini Peneliti meminta 2 bantuan kepada validator ahli yaitu 2 dosen jurusan Bimbingan dan

Konseling, serta 1 validator praktisi yaitu koordinator Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 1 Kranggan.

- a) Validator pertama oleh dosen ahli Astiwi kurniati M.Psi memberikan komentar dan saran pedoman dapat digunakan dengan sedikit revisi.
- b) Validator kedua oleh dosen ahli Nofi Nur Yuhanita, M.Psi. memberikan komentar dan saran Pedoman dapat digunakan dengan sedikit revisi.
- c) Validator ketiga oleh Drs. Sugeng Subagyo memberikan komentar dan saran Pedoman dapat digunakan dengan sedikit revisi.

Selanjutnya memberikan kegiatan konseling kelompok berbasis pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) kepada sampel Penelitian. kegiatan pada akhir pelaksanaan yaitu evaluasi kegiatan konseling kelompok berbasis pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Tabel 6
Kisi- Kisi Pedoman Pelaksanaan Konseling Kelompok Berbasis
***Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Mengurangi Dampak**
***Bullying* Di Sekolah.**

No	Topik	Tujuan	Kegiatan	Waktu
1.	Pengenalan konseling kelompok, dan bahaya <i>bullying</i> dengan teknik membuat frame ulang	Pertemuan I : • Membantu anggota kelompok memahami pelaksanaan konseling kelompok serta mengerti bahaya <i>bullying</i> .	Tahap I: Pembentukan Tahap II: Peralihan Tahap III: Kegiatan Tahap IV: Penutup	60 menit

No	Topik	Tujuan	Kegiatan	Waktu
	(<i>reframing</i>).	<ul style="list-style-type: none"> • Anggota kelompok mampu mengubah pandangan yang baru tentang apa yang telah terjadi pada dirinya. 		
2.	Eksplorasi masalah yang dihadapi (<i>Antecedent event</i>) dengan teknik bermain peran (<i>role playing</i>) dan di berikan materi cara mengurangi dampak <i>bullying</i> .	Pertemuan II : <ul style="list-style-type: none"> • Membantu anggota kelompok merefleksikan diri sehingga konseli dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri melalui peran-peran tertentu. • Anggota kelompok yang memiliki dampak korban <i>bullying</i> mampu berpikir rasional. 	Tahap I: Pembentukan Tahap II: Peralihan Tahap III: Kegiatan Tahap IV: Penutup	60 menit
3.	Merubah pandangan irasional menjadi rasional dan logis dari masalah dampak <i>bullying</i> dengan teknik Kartu kontrol emosional (<i>the emotional control card – ECC</i>).	Pertemuan III : <ul style="list-style-type: none"> • Anggota kelompok mampu berpikir rasional dan logis, serta dapat menuliskan apa yang seharusnya dilakukan ketika menghadapi dampak <i>bullying</i>. 	Tahap I: Pembentukan Tahap II: Peralihan Tahap III: Kegiatan Tahap IV: Penutup	60 menit
4.	Memantapkan keyakinan rasional melalui teknik membuat frame ulang dengan pembahasan	Pertemuan IV : <ul style="list-style-type: none"> • Membantu anggota kelompok membuat <i>Belief</i> (keyakinan) dengan menekankan konsep percaya diri pada perasaan dan pikiran anggota 	Tahap I: Pembentukan Tahap II: Peralihan Tahap III: Kegiatan Tahap IV: Penutup	60 menit

No	Topik	Tujuan	Kegiatan	Waktu
	topik rasa percaya diri dalam mengelola diri menghadapi dampak <i>bullying</i> .	kelompok.		
5.	Memberikan Penguatan (<i>reinforcement</i>) dengan teknik <i>role playing</i>	<p>Pertemuan V :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anggota kelompok dapat menentukan penguatan pada diri sendiri untuk meningkatkan keyakinan anggota kelompok. • Anggota kelompok mampu berkomitmen setelah adanya intervensi dari konselor. 	<p>Tahap I: Pembentukan</p> <p>Tahap II: Peralihan</p> <p>Tahap III: Kegiatan</p> <p>Tahap IV: Penutup</p>	60 menit
6.	Mengevaluasi kembali bagaimana perasaan dan keyakinan dengan teknik Kartu kontrol emosional (<i>the emotional control card – ECC</i>).	<p>Pertemuan VI :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anggota kelompok mampu mengevaluasi dan menyadari dirinya sendiri tentang tindakan yang harus dilakukan untuk menghadapi <i>bullying</i> dan dampaknya (<i>Emotional Consequence</i>) dengan serta cara menolak <i>bullying</i>. • Membantu anggota kelompok untuk lebih bisa berlatih berpikiran positif atau lebih rasional dan logis. 	<p>Tahap I: Pembentukan</p> <p>Tahap II: Peralihan</p> <p>Tahap III: Kegiatan</p> <p>Tahap IV: Penutup</p>	60 menit

3) Pelaksanaan *posttest*

- a) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan *posttest*.
- b) Peneliti membagikan angket *posttest* kepada sampel Penelitian.
- c) Peneliti mengoreksi hasil Penelitian angket.
- d) Peneliti menganalisis hasil *posttest*.
- e) Penyusunan hasil Penelitian.

J. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam Penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan analisis *statistic non parametric* dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon* ini dipilih dengan alasan subyek Penelitian yang relatif kecil yaitu 8 siswa. Analisis data dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS* versi 20.0.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pelaksanaan Penelitian

a. Pelaksanaan *Pretest*

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian pra eksperimen dimana hanya menggunakan satu kelompok perlakuan dan didalamnya merupakan sampel Penelitian. Pelaksanaan *Pretest* dilakukan pada tanggal 12 Agustus 2018 dengan membagi angket korban dampak *bullying* kepada 32 siswa / responden kelas VIII C SMP Negeri 1 Kranggan. Dalam pengisian angket Peneliti terlebih dahulu membacakan petunjuk umum pengisian angket terlebih dahulu, selanjutnya responden diberikan kesempatan untuk mengerjakan angket tersebut. Angket yang digunakan dalam pelaksanaan *pretest* telah diujikan tingkat validasi dan reliabilitasnya. Selanjutnya angket yang telah dikerjakan oleh responden ditabulasi dan *scoring* jawabanya. Setelah hasil *pretest* dianalisis terdapat 8 siswa yang akan menjadi sampel Penelitian yaitu siswa korban *bullying* yang memiliki dampak tinggi.

Hasil *pretest* dianalisis dengan menyusun kategori skor angket dampak korban *bullying*, pada saat melakukan pengkatagorisasian, Peneliti menggunakan perhitungan yang dibantu dengan menggunakan

aplikasi *SPPS* versi 20.0 (*Statistical Package for the Social Sciences*) terlebih dahulu untuk mencari mean dan juga standar deviasi sebagai berikut :

Tabel 7
Mean dan Standar Deviasi
Dampak *Bullying*

N	Valid	32
	Missing	0
	Mean	106,03
	Std. Deviation	27,051

Adapun untuk katagori menggunakan rumus seperti di bawah ini :

Tabel 8
Rumus Pengkatagorisasian

Rumusan	Katagori
$X > (\text{Mean} + 1\text{SD})$	Tinggi
$(\text{Mean} - 1 \text{SD}) < X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	Sedang
$X < (\text{Mean} - 1 \text{SD})$	Rendah

Sehingga didapat katagori pada *pretest* sebagai berikut :

Tabel 9
Kategori Skor *Pretest* Angket Dampak *Bullying*

Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
≥ 133	Tinggi (T)	9	28,125%
79 – 133	Sedang (S)	18	56,25%
0 – 79	Rendah (R)	5	15,625%
	Jumlah	32	100%

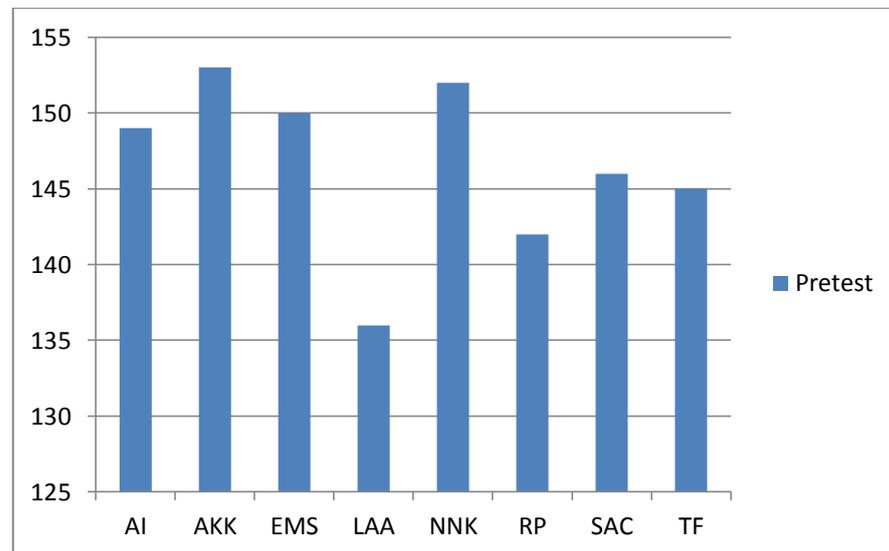
Data tabel diatas menunjukkan 32 responden yang mengikuti *pretest* dimana didapat kategori tinggi berjumlah 9 responden, siswa

dengan kategori sedang berjumlah 18 responden, dan kategori rendah berjumlah 5 responden.

Data *pretest* angket dampak korban *bullying* diatas, maka sebanyak 8 responden / subjek yang memiliki kecenderungan memiliki dampak *bullying* yang tinggi dijadikan sebagai sampel pada Penelitian ini.

Tabel 10
Hasil *Pretest*

No	Nama	Skor <i>Pretest</i>	Kategori
1	AI	149	T
2	AKK	153	T
3	EMS	150	T
4	LAA	136	T
5	NNK	152	T
6	RP	142	T
7	SAC	146	T
8	TF	145	T



Grafik 1
Hasil *Pretest*

- b. Pemberian Konseling Kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk mengurangi dampak *bullying* di sekolah.

Pemberian kegiatan konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dilaksanakan sebanyak 6 kali pertemuan sesuai dengan kesepakatan anggota kelompok yaitu pada tanggal 5, 8, 12, 15, 17, dan 19 September 2018.

1) Pertemuan pertama

Konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dilaksanakan pada hari Rabu, 5 September 2018 di ruang kelas VIIIIC selama 45-60 menit yang bertujuan memahami pelaksanaan konseling kelompok, mengerti bahaya dampak *bullying* dan anggota kelompok mampu mengubah pandangan yang baru tentang apa yang telah terjadi pada dirinya. Kemudian pemimpin dan anggota kelompok membahas mengenai konseling kelompok dan bahaya dampak *bullying*. Selanjutnya membahas permasalahan yang dihadapi oleh salah satu anggota kelompok hingga selesai. Dan anggota kelompok diminta untuk mengisi lembar evaluasi yang bertujuan untuk mengetahui seberapa paham anggota kelompok mengerti tentang konseling kelompok, bahaya dampak *bullying*. Pada pertemuan pertama ini anggota kelompok terlihat pasif, kegiatan akhir adanya kesepakatan anggota kelompok untuk kontrak waktu pertemuan selanjutnya.

2) Pertemuan kedua

Pertemuan kedua konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dilaksanakan di ruang kelas selama 60 menit. Pertemuan kedua bertujuan untuk membantu anggota kelompok dalam merefleksikan diri sehingga konseli korban dampak *bullying* mampu berpikir yang rasional melalui teknik bermain peran (*role playing*). Pada tahap kegiatan pemimpin kelompok dan anggota kelompok membahas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok, kemudian anggota kelompok dan pemimpin kelompok berdiskusi untuk membuat sebuah seting cerita yang sama persis dengan permasalahan. Pada saat teknik bermain peran (*role playing*) berlangsung anggota kelompok sangat menghayati peran masing – masing, hingga pada pertemuan ini anggota kelompok yang bermasalah merasakan sedang melihat kejadian tersebut sama persis dengan apa yang dialami, selanjutnya seluruh anggota kelompok memberikan pendapatnya mengenai seting cerita, sehingga anggota kelompok dapat memberikan solusi alternatif yang bisa dilakukan oleh anggota kelompok.

3) Pertemuan ketiga

Rabu, 12 September 2018 merupakan pertemuan ketiga Konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang dilaksanakan di ruang kelas VIII C selama 60 menit. Dalam pertemuan ini anggota kelompok sudah mulai terlihat lebih

fokus dalam mengikuti konseling kelompok ini. Pertemuan ini menggunakan teknik Kartu kontrol emosional (*the emotional control card* – ECC) dimana sebelum pelaksanaanya anggota kelompok diberikan sebuah materi dan pengertian tentang *self control* serta memberikan tata cara penggunaanya dengan tujuanya anggota kelompok mampu menggunakan Kartu kontrol emosional (*the emotional control card* – ECC) secara benar dan anggota kelompok bisa membedakan hal yang irasional dan yang rasional. Setelah memberikan materi dan tata cara Penelitian. Anggota kelompok dengan perlahan menuliskan apa yang pernah dialami ketika proses *bullying* dan selanjut anggota kelompok menuliskan kondisi setelah *dibullying*, setelah tahap ini semua anggota kelompok membacakan satu persatu apa yang dituliskan dalam Kartu Kontrol Emosional (*the emotional control card* – ECC) setelah membacakan setiap anggota kelompok menyampaikan pendapat bahwa apa yang terjadi setelah proses *bullying* yakni kondisi setelah *bullying* merupakan tindakan atau pemikiran yang yang irasional. Oleh sebab itu semua anggota kelompok memberikan pendapatnya ataupun saran yang rasional atau logis dan dapat diterima oleh anggota kelompok yang menyampaikan ceritanya. Hal tersebut dibahas hingga semua anggota kelompok bisa menuliskan hal yang seharusnya ia lakukan. Di ujung kegiatan sebelum selesai pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok menuliskan komitmennya sebagai janji pada

dirinya sendiri untuk merubah segala sesuatu yang irasional menjadi yang rasional yang dituangkan apa yang seharusnya dilakukan untuk mengurangi dampak *bullying*.

4) Pertemuan keempat

Pertemuan keempat ini dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 15 september 2018 di depan musola sekolah, hal ini dilakukan karena ruang kelas sedang digunakan untuk persiapan UTS atau Ujian Tengah Semester pada pertemuan Konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) ini Peneliti menggunakan teknik membuat frame ulang (*reframing*). Pada tahap kegiatan Peneliti menawarkan pada anggota kelompok untuk bersuka rela menceritakan pengalaman *bullying* yang pernah dialami, namun karena keadaan lingkungan yang terbuka membuat anggota kelompok ragu menceritakan pengalamannya hingga Peneliti juga menunggu kondisi lingkungan hingga mendukung, hingga saat suasana mendukung Peneliti meminta anggota kelompok untuk menceritakan pengalamannya , namun anggota kelompok belum bisa menceritakan dalam situasi ini Peneliti mengecek data dipertemuan pertama sampai ketiga Peneliti mendapatkan data bahwa salah satu anggota memiliki catatan yang cukup kompleks dalam dampak *bullying* yang dimiliki.

Yakni LAA memiliki dampak *bullying* yang cukup kompleks dari perilaku *bullying* teman dekatnya. LAA mendapatkan *bullying*

yang membuat LAA terguncang yang membuat LAA merasa malu, minder, emosi, dan terkadang membuat LAA membenturkan kepalanya ke dinding. Bentuk *bullying* yang dilakukan teman dekat kepada LAA yaitu mengatakan kepada teman – teman LAA yang lain bahwa LAA itu sombong, suka pamer, dan membicarakan hal – hal yang jelek tentang LAA. Tidak hanya itu LAA juga mendapatkan *bullying* yaitu ejekan nama orang tua dengan panggilan lain. Hal ini yang membuat LAA semakin terpuruk hingga di kelas LAA di kenal sebagai seseorang yang pendiam. Pertemuan ini ada beberapa solusi atau pendapat yang bisa dijadikan sebagai solusi EMS: memaafkannya, dan lebih bisa sabar, SAC : dibiarkan saja, lebih bisa ikhlas, dan memaafkannya, RP: jangan menyiksa diri, TF: yang sabar, AKK : harus jadi seseorang yang sabar, tidak menyakiti diri sendiri, belajar mengontrol emosi. Selanjutnya Peneliti meminta LAA untuk mencoba membuat frame ulang (*reframing*) tentang pandangan dan keyakinan irasional LAA menjadi rasional dan di ujungnya LAA diminta untuk Berkomitmen pada diri sendiri bahwa pemikiran irasional akan digantikan dengan pemikiran yang baru yang lebih baik dan logis.

5) Pertemuan kelima

Senin 17 September 2018 merupakan pertemuan ke lima, pertemuan ini dilaksanakan di ruang kelas VIII C setelah pulang sekolah. Pada pertemuan kelima ini Peneliti memfokuskan pada

pemberikan Penguatan (*reinforcement*) dengan teknik *role playing*. Pada pertemuan ini SAC bersuka rela membagikan pengalamannya SAC memiliki fisik yang agak besar kondisi ini membuat teman dekatnya memanggil dengan nama julukan yaitu “ndut” , hal tersebut berdampak pada SAC yang membuat pusing ketika dipanggil “ndutt” , hal ini membuat SAC merasa minder, menjadi suka membanding – bandingkan teman, malu, tidak percaya diri, tidak suka teman baru, selalu ingin menyendiri. Kondisi diatas merupakan kondisi yang tidak benar atau tidak logis. Setelah selesai menceritakan pengalamannya anggota kelompok dan Peneliti mencoba menyeting kembali proses kejadian semirip mungkin dan seizin SAC. Setelah selesai proses bermain peran anggota kelompok memberikan pendapat, tentang pokok permasalahan yang dihadapi SAC. Penelitipun juga menegaskan dan memberikan penguatan kepada SAC tentang komitmen yang Telah ditulis di pertemuan ke tiga. SAC pada pertemuan ini lebih ingin untuk berpikir positif dalam menghadapi permasalahannya.

6) Pertemuan keenam

Pertemuan keenam ini dilaksanakan pada hari rabu tanggal 19 september di kelas IX C pada pertemuan ini Peneliti mengajak anggota kelompok untuk mengevaluasi yang masih menjadi hambatan dalam menghadapi dampak *bullying*. Pada pertemuan ini Peneliti menggunakan teknik Kartu kontrol emosional (*the emotional*

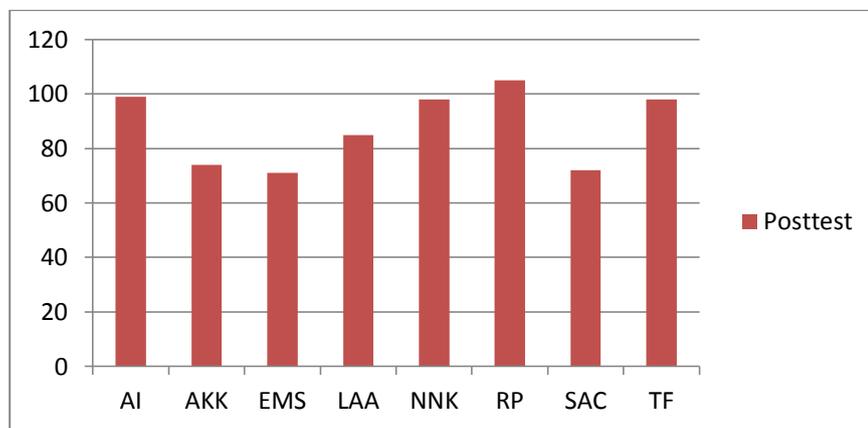
control card – ECC) dimana sebelum dibagikan anggota kelompok diberikan tayangan video tentang cara menghadapi *bullying*, selanjutnya Peneliti membagikan Kartu kontrol emosional (*the emotional control card – ECC*) pertemuan ke tiga, anggota kelompok diminta untuk mengevaluasi tentang hambatan yang belum bisa dilakukan ketika berkomitmen. Pada pertemuan ini LAA masih belum bisa melaksanakan apa yang sudah dituliskan dalam komitmen di pertemuan ketiga, LAA belum bisa memaafkan dan belum bisa melupakan. Oleh sebab itu permasalahan LAA dibahas oleh anggota kelompok yang lain, dan di ujung kegiatan LAA berjanji akan belajar memaafkan dan melupakan kejadian *bullying* yang pernah dialami.

c. Pelaksanaan *Posttest*

Posttest merupakan kegiatan akhir setelah perlakuan. *Posttest* dilaksanakan pada hari kamis tanggal 20 september 2018 di ruang kelas IX C. Pelaksanaan *posttest* ini dilakukan dengan menyebar kembali angket dampak *bullying* yang sama diberikan pada pelaksanaan *pretest*. Hasil *posttest* yang selanjutnya akan dilakukan yaitu menganalisis hasil dari *posttest* dari sampel Penelitian, yakni :

Tabel. 11
Hasil *Posttest*

No	Nama	Skor <i>Posttest</i>	Kategori
1	AI	94	S
2	AKK	74	R
3	EMS	71	R
4	LAA	85	S
5	NNK	69	R
6	RP	64	R
7	SAC	72	R
8	TF	60	R



Grafik 2
Hasil *posttest*

2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

Analisis deskriptif variabel Penelitian ini berdasarkan hasil tabulasi jawaban responden dari sampel Penelitian yang diolah dengan bantuan program *SPSS versi 20.0 for windows*. Pengolahan tersebut menghasilkan *statistic descriptive variabel* Penelitian sebagai berikut:

Tabel 12
Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Subyek Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Dev
<i>Pretest</i>	8	136	153	146,53	5,655
<i>Posttest</i>	8	71	105	87,75	13,936

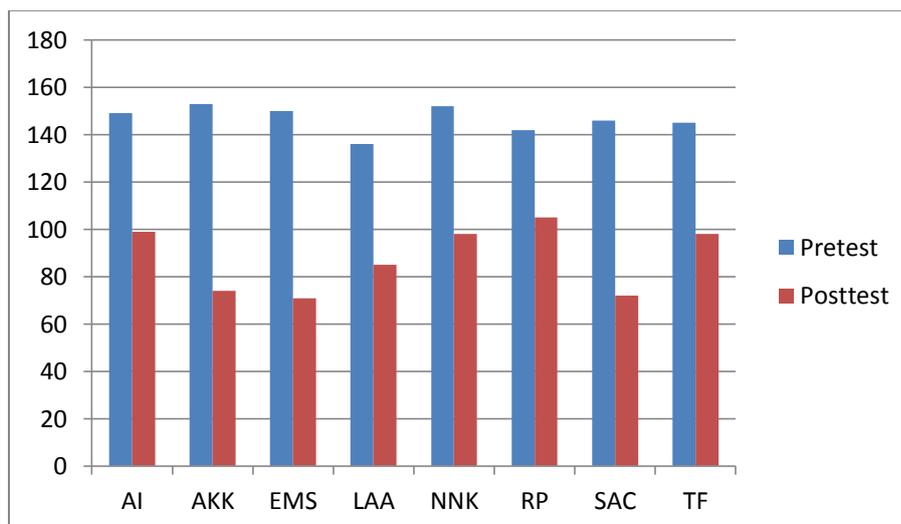
Berdasarkan tabel 12 di atas diketahui bahwa sampel Penelitian berjumlah 8 siswa, nilai minimum sampel Penelitian saat pelaksanaan *pretest* sebesar 136 dan nilai maksimumnya 153 dengan rata – rata 146,53 dan standart deviasinya 5,655. Nilai minimum kelompok *posttest* sebesar 71, nilai maksimum sebesar 105 dengan rata-rata 87,75 dan standart deviasi sebesar 13,936. Artinya setelah diberi konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) rata-rata skor angket dampak korban *bullying* pada sampel mengalami penurunan. Semakin rendah skor angket dampak korban *bullying*, maka dampak yang dimiliki siswa korban *bullying* semakin menurun.

3. Perbandingan pengukuran diawal dan diakhir Penelitian skor *pretest* dan *posttest*

Pelaksanaan *pretest* dan *posttest* memperoleh hasil bahwa konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menunjukkan adanya penurunan dampak siswa korban *bullying* ditandai dengan adanya penurunan skor *posttest*, penurunan skor tersebut selengkapnya disajikan melalui tabel berikut ini:

Tabel. 13
Perbandingan skor *pretest* dan *posttest*

No	<i>Pre Test</i>	Kriteria	<i>Post Test</i>	Kriteria	Penurunan	
					Nilai	%
1	149	T	99	S	50	33,55
2	153	T	74	R	79	51,63
3	150	T	71	R	79	52,66
4	136	T	85	S	51	37,5
5	152	T	98	S	54	35,5
6	142	T	105	S	37	35,2
7	146	T	72	R	74	50,68
8	145	T	98	R	47	32,4
Rata – Rata					58,88	41,14
Minimum					37	35,2
Maksimum					79	52,66



Grafik 3
Perbandingan hasil *pretest* dan *posttest*

Berdasarkan tabel di atas didapatkan penurunan skor tertinggi 79 atau 52,66% dan terendah 37 atau 35,2%. Pada tabel tersebut terdapat penurunan skor sehingga dapat disimpulkan bahwa rata – rata penurunan skala dampak korban *bullying* mengalami penurunan.

4. Pengujian Prasyarat Analisis

Pengujian dalam Penelitian ini menggunakan bantuan komputer dengan program *SPSS 20.00 for windows* dengan teknik analisa uji *Wilcoxon* dan diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 14
Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
POSTTEST – PRETEST Negative Ranks	8 ^a	4,50	36,00
Positive Ranks	0 ^b	,00	,00
Ties	0 ^c		
Total	8		

a. POSTTEST < PRETEST

b. POSTTEST > PRETEST

c. POSTTEST = PRETEST

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa hasil dari *negative ranks* ialah 36 sedangkan hasil dari *positive ranks* ialah 0, dengan demikian nomor urut dengan jumlah terkecil atau *Whitung* = 0 . artinya ada penurunan dampak siswa korban *bullying* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, maka hipotesis yang diajukan dapat diterima yaitu adanya pengaruh konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) berpengaruh untuk menurunkan dampak siswa korban *bullying*.

5. Pengujian Hipotesis

Selanjutnya data dianalisis menggunakan model statistic non parametric dari program SPSS versi 20.00 dengan teknik *two related sample* untuk memperkuat H_a

Tabel 15

Test Statistics^a

	POSTTEST – PRETEST
Z	-2,524 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,012

a. *Wilcoxon* Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Jika Asymp.Sig < 0,05 maka Ha diterima, H0

ditolak

Jika Asymp.Sig > 0,05 maka Ha ditolak, H0

diterima

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa nilai Asymp.Sig. (2-tailed) adalah 0,012. Penguji hipotesis berdasarkan tabel di atas yaitu masuk pada kriteria nilai Asymp.Sig. (2-tailed) < α maka Ho ditolak, Ha diterima, artinya hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa pemberian perlakuan berupa konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) berpengaruh untuk menurunkan dampak siswa korban *bullying*.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil Penelitian bahwa konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk mengurangi dampak siswa korban *bullying* pada siswa kelas VIII C SMPN 1 Kranggan. Dimana hasil Penelitian menunjukkan bahwa dampak siswa korban *bullying* sebelum diberikan perlakuan tinggi. Setelah diberi perlakuan dengan menggunakan

konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), dampak siswa korban *bullying* mengalami penurunan dengan rata-rata 41,14%. Nilai Asymp.Sig. (2-tailed) menunjukkan sebesar 0,012 yang nilainya lebih kecil dari pada 0,05. Dalam hal ini juga menunjukkan bahwa nilai Asymp.Sig. (2-tailed) $< \alpha$ maka H_0 ditolak, H_a diterima, hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa pemberian perlakuan berupa konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) berpengaruh untuk menurunkan dampak siswa korban *bullying*.

Hasil konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terbukti dapat mengurangi dampak siswa korban *bullying*, dimana terdapat perubahan penurunan dampak siswa korban *bullying* sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan. Diantaranya ialah AI memperoleh skor *pretest* sebesar 149 setelah diberikan perlakuan dengan konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) diperoleh skor *posttest* menurun menjadi 99, AKK pada saat *pretest* memperoleh skor 153 kemudian setelah diberikan perlakuan memperoleh skor *posttest* menurun menjadi 74, EMS pada saat *pretest* memperoleh skor 150 kemudian setelah diberikan perlakuan memperoleh skor *posttest* menurun menjadi 71, LAA pada saat *pretest* memperoleh skor 136 kemudian setelah diberikan perlakuan memperoleh skor *posttest* menurun menjadi 85, NNK pada saat *pretest* memperoleh skor 152 kemudian setelah diberikan perlakuan memperoleh skor *posttest* menurun menjadi 98, RP pada saat *pretest* memperoleh skor 142 kemudian setelah diberikan perlakuan memperoleh skor

posttest menurun menjadi 105 , SAC pada saat *pretest* memperoleh skor 146 kemudian setelah diberikan perlakuan memperoleh skor *posttest* menurun menjadi 72, TF pada saat *pretest* memperoleh skor 145 kemudian setelah diberikan perlakuan memperoleh skor *posttest* menurun menjadi 98.

Setelah diberikan perlakuan dengan konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) siswa mampu mengurangi dampak *bullying* yang dimiliki. Siswa juga mampu berpikir yang lebih rasional dari pada yang sebelumnya, siswa lebih bisa percaya diri, mensyukuri apa yang ada, siswa juga lebih bisa menghargai dirinya sendiri, siswa tidak merasa minder, siswa juga mampu bersosialisasi dengan tidak menyendiri lagi, memiliki semangat yang baru, dan berpikiran maju.

Penelitian ini didukung oleh hasil Penelitian yang dilakukan oleh Rosya Linda Hasibuan dan Rr. Lita Hadiati Wulandari dengan judul “Efektivitas *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Siswa SMP Korban *Bullying*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan *self esteem* korban *bullying*.. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terbukti efektif dalam meningkatkan *self esteem* siswa korban *bullying*. Hal ini ditunjukkan bahwa adanya perubahan yang signifikan pada *self esteem* siswa sebelum diberikan perlakuan (*pre test*) dan setelah treatment yang diberikan (*post test*).

Hal ini juga didukung oleh hasil Penelitian yang dilakukan oleh Affandi dan Widiastuti (2017) yang berjudul “Penggunaan Layanan Konseling

Kelompok Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)* untuk Mengurangi Perilaku Agresif pada Siswa Kelas VII'. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penurunan perilaku agresif pada siswa yang mengikuti layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*. Pada Penelitian ini juga terdapat penurunan yang signifikan terhadap perilaku agresif siswa sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) dan setelah diberikan treatment(*post test*) dalam layanan konseling kelompok teknik *REBT* yakni terdapat penurunan 20,44%. Penelitian ini menunjukkan perilaku agresif siswa dapat dikurangi melalui layanan konseling kelompok teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*.

Berdasarkan uraian di atas membuktikan bahwa konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* mampu menurunkan dampak siswa korban *bullying*. siswa kelas VIII C SMPN 1 Kranggan, Temanggung.

Proses pelaksanaan Penelitian tentunya mengalami kendala atau hambatan. Hambatan yang dialami oleh Peneliti yaitu Peneliti belum mampu menerapkan lebih dari satu teknik dalam setiap pertemuan, sehingga dalam Penelitian yang sudah terlaksana Peneliti hanya menggunakan satu teknik dalam setiap pertemuannya. sekolah juga jarang melakukan kegiatan konseling kelompok sehingga beberapa siswa belum mengetahui tujuan dan manfaat konseling kelompok. Di sekolah ini khususnya guru BK juga belum menerapkan konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Simpulan Teori

a) Dampak Siswa Korban *Bullying*

Dampak *bullying* dapat Peneliti simpulkan dalam dua bentuk yaitu bentuk fisik seperti luka fisik, sering sakit secara tiba - tiba seperti sakit kepala atau sakit perut, ketegangan otot, masalah tidur, selanjutnya bentuk psikologis seperti depresi, kegelisahan, minder, malu, menyendiri, ketakutan, rasa tidak aman, dan yang terparah yaitu keinginan untuk mengakhiri hidup. Dampak *bullying* ini juga sangat berpengaruh dalam kehidupan sehari – hari khususnya pada saat mengikuti proses belajar di sekolah.

b) Konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) merupakan strategi pengentasan permasalahan yang dihadapi siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok dengan menggunakan strategi pengubahan tingkah laku dari irasional menjadi rasional dan logis dimana para anggota secara aktif dan dinamis memberikan pendapat yang bertujuan untuk perubahan perilaku pada masing-masing anggota kelompok ke arah yang lebih baik lagi.

2. Simpulan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil Penelitian yang telah dilakukan bahwa ada pengaruh Konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terdapat penurunan dampak siswa korban *bullying* di sekolah. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan atau penurunan antara hasil skor *pretest* dengan rata – rata 146,53 sedangkan hasil skor *posttest* dengan rata-rata 87,75 atau dapat menurunkan sebesar 41,14% dan didukung oleh data yang menunjukkan adanya penurunan yang signifikan yang ditunjukkan oleh hasil nilai Asymp.Sig. (2-tailed) adalah 0,012. bahwa nilai Asymp.Sig < 0,05 maka H_a diterima, H_0 ditolak . Hal tersebut membuktikan bahwa konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat menurunkan atau mengurangi dampak korban *bullying* di sekolah.

B. Saran

Berdasarkan hasil Penelitian, maka saran yang dapat peneliti berikan sebagai berikut :

1. Bagi sekolah

Diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan sebagai referensi dalam menangani siswa yang memiliki permasalahan dampak korban *bullying*.

2. Bagi guru pembimbing

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk bahan masukan dan pertimbangan dalam menangani siswa yang memiliki permasalahan yang terkait dengan dampak korban *bullying* pada siswa, maka guru

pembimbing dapat menerapkan layanan konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) sebagai upaya untuk mengurangi dampak korban *bullying*.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat menurunkan atau mengurangi dampak korban *bullying* di sekolah. Dalam pelaksanaannya masih terdapat hal yang harus diperhatikan, khususnya dalam penggunaan teknik yang dipakai disetiap pertemuan pada Penelitian ini Peneliti hanya menggunakan satu teknik dalam setiap pertemuan. Oleh sebab itu Peneliti menyarankan bagi Peneliti lain untuk mencoba menggunakan lebih dari satu teknik dalam pertemuan dengan harapan hasilnya akan lebih maksimal.

Konseling kelompok berbasis *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam menangani siswa yang memiliki permasalahan dampak *bullying* bukan hanya satu-satunya teknik yang digunakan untuk mengentaskan permasalahan tersebut sehingga dalam mengatasi permasalahan yang terkait dampak *bullying* dapat menggunakan strategi ataupun teknik lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Adilla. (2009). Pengaruh kontrol sosial terhadap perilaku bullying pelajar di sekolah menengah pertama. *Jurnal Kriminologi Indonesia*.
- Affandi, R., Yusmansyah, & Widiastuti, Ratna. 2017. Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Teknik Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work) untuk Mengurangi Perilaku Agresif pada Siswa Kelas VII. FKIP Universitas Lampung.
- Astuti, P. R. 2008. *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Mengatasi K.P.A*. Jakarta: PT.Grasindo
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Chakrawati, Fitria. 2015. *BullyingSiapa Takut?*. Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri.
- Corey, Gerald. 2003. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika.
- Christina, Vina. 2011. "Dampak Psikologis Remaja Korban Bullying." *Skripsi (fakultas psikologi*. Universitas Katolik Soegiejapranata. Semarang).
- Hartono dan Soedarmadji. 2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta:kencana.
- Juntika, Nurishan, Acmad. 2007. *Bimbingan dan konseling dalam berbagai latar belakang*. Bandung : RefikaAditama.
- Kurnanto, Edi. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung : Alfabeta.
- Komalasari, dkk. 2011. *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Latipun. 2001. *Psikologi Konseling*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press.
- _____. 2011. "Psikologi Konseling (edisi ketiga)". Malang: UMM Press.
- _____. 2008. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Lines. (2008). *The Bullies, The Rationale of Bullying*. United States: Jessica Kingsley Publishers.
- Lubis, Namora Lumongga. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana.

- Monks, F.J. & Knoers. (2006). *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nelson-Jones, Richar.(2011). *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi, edisi ke-4*.Terj. Helly Prajitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Novianti, I. (2008). *Fenomena Kekerasan di Lingkungan Pendidikan*. *Insania*, 13(2), 1–10. Retrieved from <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=49325&val=3912>
- Prayitno dan Erman, Amti. 2004. “*Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*”. Jakarta : Rineka Cipta.
- Ratna, Lilis. 2013. *Teknik-Teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish.
- Rigby, K.2003.Consequences of Bullying in school. *Canadian Journal of Psychiatry*,48,583-590.
- Rosya Linda Hasibuan,& Rr.Lita Hadiati Wulandari. 2015. *Efektifitas Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk Meningkatkan Self Esteem pada Siswa SMP Korban Bullying*. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi*. Volume 11 Nomor 2.
- Santrock, J. W. (2007) *Child Development, Eleven Edition*. (Alih bahasa: Mila Rachmawati & Anna Kuswanti). Jakarta: Erlangga.
- Setyawan, D. (2014). KPAI: Kasus bullying dan pendidikan karakter. Diakses pada tanggal 2 Mei 2018 dari <http://www.kpai.go.id/berita/kpaikasus-bullying-dan-pendidikankarakter>
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. 2005. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Tohirin. 2007. “*Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*”. Jakarta: Rajawali.
- Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Willis, Sofyan S. 2004. *Praktek Konseling*. Bandung: Alfabeta
- _____. 2007. *Konseling Individu Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.

Winkel, W S dan Hastuti, Sri. 2004. *Bimbingan dan Konseling Di Industri Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.

Wiyani, Novan Ardy. 2012. *Save Our Children From School Bullying*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media

Zakiah , Humaedi , Santoso. 2017. Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Jurnal Penelitian & Ppm. Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial Fisip Universitas Padjadjaran*