

**PENERAPAN *COGNITIVE BEHAVIOUR THERAPY (CBT)* UNTUK
MENGENTASKAN PERILAKU MEMBULLY SISWA
SMP NEGERI 1 BATANG KUIS
T.P 2015 - 2016**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi
Pendidikan Bimbingan dan Konseling*

OLEH :

EDWARD SASRI DWYANTANA
NPM: 1102080189



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
BIMBINGAN DAN KONSELING

2016

ABSTRAK

Edward Sasri Dwyantana , 1102080189. Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) Untuk Mengentaskan Perilaku Membully Siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Batang Kuis Tahun Pembelajaran 2015/2016. Skripsi Medan : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) Untuk Mengentaskan Perilaku Membully Siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Batang Kuis Tahun Pembelajaran 2015/2016? Peneliti ini bertujuan untuk mengetahui Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) Untuk Mengentaskan Perilaku Membully Siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Batang Kuis Tahun Pembelajaran 2015/2016. Penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII yang berjumlah 281 orang siswa, sedangkan yang menjadi sampel adalah 7 siswa yang diambil dari kelas VIII-1 sampai dengan kelas VIII-7 dengan teknik sampel bertujuan (*purposive sample*). Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode wawancara. Dari hasil penelitian yang diperoleh, hasilnya memang belum maksimal dan masih perlu dilakukan penerapan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) kepada siswa yang masih sering *membully* .

Kata Kunci : *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), Mengentaskan Perilaku Membully.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, nikmat, dan karunianya kepada penulis. Sehingga penulis dapat berfikir dan merasakan segalanya dalam menyelesaikan tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana (S.Pd) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling. Shalawat dan salam penulis sampaikan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menyampaikan risalahnya kepada umatnya guna membimbing kegiatan yang di ridhai Allah SWT.

Dalam penulisan menyelesaikan sebuah skripsi yang berjudul “Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) Untuk Mengentaskan Perilaku Membully Siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Batang Kuis Tahun Pembelajaran 2015/2016” penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan kelemahannya baik isi skripsi ini maupun lainnya. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan skripsi ini.

Pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Allah SWT yang selalu melindungi dan melancarkan penulisan skripsi ini. Dengan penuh kerendahan hati serta kesadaran diri penulis sangat berterimakasih yang tak terhingga kepada kedua orang tua saya Bapak Satino dan Ibu Sri Sudaryani, S.Pd yang telah membesarkan dan mendidik saya tanpa kenal lelah dan selalu memberikan motivasi baik moril maupun materil juga selalu mengiringi langkah saya dengan lantunan do’a sejak saya dititipkan dalam kandungan ibunda hingga saya lahir ke bumi sampai saat saya melaksanakan tugas akhir perkuliahan

untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd), terimakasih juga saya selipkan untuk keluarga besarku, Abang saya Edwin Sasri Pratama juga Kakak Ipar saya Rika Fauziah Anggraini dan keponakan kecil saya Zahra Almaira Rahma serta kedua Adik saya Imam Sasri Try nugraha, dan Arum Sasri Wilujeng yang telah memberikan do'a, motivasi kepada saya juga sebagai tempat bercanda untuk melepas lelah saat penelitian hingga skripsi ini terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.

Selanjutnya penulis menyadari bahwa banyak bantuan yang tak ternilai dari berbagai pihak, sejalan dengan hal itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Agussani, M.AP. Sebagai Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Bapak Elfrianto Nasution, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. Ibu Dra. Jamila M.Pd sebagai Ketua Program Studi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Bapak Drs. Zaharrudin Nur, MM sebagai Sekretaris Studi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Ibu Dra. Hj.Hasrita Lubis, M.Pd, Ph.D selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dan motivasi penulis untuk terus maju dan berkarya sampai penulisan skripsi ini selesai.

6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bimbingan dan ilmunya kepada penulis selama menjalani perkuliahan.
7. Bapak Drs. Musimin selaku kepala sekolah SMP Negeri 1 Batang Kuis yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
8. Seluruh teman-teman terbaik saya Dian Ardiansyah, Ferry Firmansyah, Imam Firdaus Nasution SST, Pratiwi Suci Triadi S.Pd, rekan sejawat kelas BK D Pagi Stambuk 2011 dan BK B Pagi Stambuk 2012, teman-teman PBB, juga kepada para anggota Comel, khususnya Endang Tri Wahyuni S.Pd, Ikhrom Riotama, Julinda Sari Rangkuti S.Pd, Wari Handayani yang telah memberikan begitu banyak kenangan indah bersama selama perkuliahan, saling mendukung, membantu, dan mendoakan penulis agar segera menyelesaikan skripsi ini. Semoga persahabatan yang telah kita jalani sampai saat ini akan tetap terjalin dengan baik selamanya.
9. Yang tersayang Haiya Sofya S.Pd yang telah memotivasi saya untuk segera menyelesaikan skripsi ini.

Atas segala bantuan dan motivasi serta doa yang telah penulis terima dari berbagai pihak, penulis ucapkan terimakasih, semoga Allah akan membalasnya. Akhir kata dengan segala kerendahan hati, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Wassalamualaikum Wr.Wb
Medan, 2016
Penulis

Edward Sasri Dwyantana

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORITIS	
A. Kerangka Teoritis.....	7
1. Perilaku Membully	7
2.1 Pengertian Perilaku.....	7
2.2 Pengertian Membully	8
2.3 Faktor Terjadinya Bully.....	10
2. Cognitive Behavior Therapy	15
2.1 Pengertian CBT	15
2.2 Tujuan CBT	16

2.3 Prinsip-prinsip Terapi	17
2.4 Teknik-teknik Terapi	21
B. Kerangka Konseptual	23

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	26
1. Lokasi Penelitian	26
2. Waktu Penelitian	26
B. Populasi dan Sampel	27
1. Populasi	27
2. Sampel	28
C. Variabel Penelitian	29
D. Definisi Operasional Variabel.....	29
E. Instrumen Penelitian	30
F. Langkah-langkah Penelitian.....	36
G. Teknik Analisis Data.....	38

BAB IV PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Sekolah	40
1. Identitas Sekolah.....	40
2. Visi dan Misi	40
3. Sarana dan Prasarana	41
B. Deskripsi Hasil Penelitian	44
C. Pembahasan Hasil Penelitian	79
D. Keterbatasan penelitian	79

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan 81

B. Saran 81

DAFTAR PUSTAKA 83

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Rencana Waktu Penelitian.....	26
Tabel 3.2	Populasi Penelitian.....	28
Tabel 3.3	Sampel Penelitian.....	29
Tabel 3.4	Pedoman Observasi.....	31
Tabel 3.5	Pedoman Wawancara dengan Konselor.....	33
Tabel 3.6	Pedoman Wawancara Dengan Klien.....	34
Tabel 4.1	Luas dan Status Areal Lingkungan Sekolah.....	41
Tabel 4.2	Profil Pengurus Sekolah.....	42
Tabel 4.3	Profil Tenaga Kerja.....	42
Tabel 4.4	Data Siswa.....	44
Tabel 4.5	Hasil Pedoman Wawancara dengan Konselor.....	44
Tabel 4.6	Hasil Pedoman Wawancara dengan Klien.....	58
Tabel 4.7	Hasil Pedoman Observasi.....	73

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Form K-1
- Lampiran 2 Form K-2.
- Lampiran 3 Form K-3
- Lampiran 4 Surat Keterangan Seminar
- Lampiran 5 Surat Keterangan Plagiat
- Lampiran 6 Surat Mohon Izin Riset
- Lampiran 7 Surat Balasan Riset
- Lampiran 8 Berita Acara Bimbingan Skripsi
- Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di era globalisasi yang di tandai dengan kemajuan dunia ilmu informasi dan teknologi, memberikan banyak perubahan dan tekanan dalam segala bidang. Dunia pendidikan yang secara filosofis di pandang sebagai alat atau wadah untuk mencerdaskan dan membentuk watak manusia agar lebih baik. Pendidikan adalah salah satu kegiatan pembelajaran yang bertujuan untuk membangun kecerdasan anak. Baik kecerdasan intelektualnya (IQ), kecerdasan emosinya (EQ) serta kecerdasan spiritualnya (SQ). Pendidikan juga merupakan investasi yang amat berharga bagi peningkatan kualitas sebuah generasi. Karena pendidikan adalah jembatan untuk seseorang atau bangsa untuk berkembang dan berkarya dengan ilmu yang telah ia peroleh dari sekolah, maupun dari lingkungan sekitar.

Pendidikan bertujuan tidak sekedar proses alih budaya atau alih ilmu pengetahuan (*transfer of knowledge*), tetapi juga sekaligus sebagai proses alih nilai (*transfer of value*). Artinya bahwa Pendidikan, di samping proses pertalian dan transmisi pengetahuan, juga berkenaan dengan proses perkembangan dan pembentukan kepribadian atau karakter siswa.

Dalam UU No.2 Tahun 1989 disebutkan bahwa fungsi Pendidikan Nasional adalah mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi

manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlakul karimah, sehat, berilmu, cakap, kreatif, dan mandiri.

Dalam proses pembentukan karakter anak sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya setiap hari anak disugukan dengan tayangan televisi yang mereka sukai, *video game*, dan film yang berhubungan dengan kekerasan sehingga televisi dan *video game* memegang peranan penting bagi anak untuk mem-*bully* teman-temannya, karena dianggap seperti permainan. Televisi, *video game*, dan film banyak menyuguhkan adegan kekerasan, atau perang. Meski seharusnya, orang tua melakukan pendampingan saat menonton atau bermain *video game* untuk anak di bawah umur. Tetapi terkadang memang orang tua tidak serta merta bisa mengawasi anaknya tersebut. Karena ada sebagian orang tua yang memang sibuk dengan pekerjaan, dan hanya mempunyai sedikit waktu untuk anaknya, sehingga pengawasan terhadap anak pun kurang begitu intens. Selain dari tontonan di televisi ataupun *vidio game*, anak-anak pun terkadang melihat langsung tindak kekerasan ataupun mem-*bully* yang dilakukan oleh orang dewasa yang mereka lihat dari lingkungan sekitarnya.

Saat ini *bully* bukan lagi masalah yang dapat dikesampingkan karena *bully* di era ini seperti sudah menjadi sebuah *trend* dan dapat berdampak buruk bagi korban *bully* itu sendiri. Menurut Ken Rigby dalam Astuti (2008:3) “*Bullying* merupakan sebuah hasrat untuk menyakiti.” Hasrat ini diperlihatkan dalam aksi, menyebabkan seseorang menderita. Aksi ini dilakukan secara langsung oleh seseorang atau sekelompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang dan dilakukan dengan perasaan senang.

Jika kita lihat arti *bully* secara harfiahnya adalah sebuah penindasan. Hal ini merupakan perilaku seseorang atau sekelompok orang secara berulang yang memanfaatkan ketidakseimbangan kekuatan dengan tujuan menyakiti targetnya (korban) secara mental atau secara fisik. *Bullying* dilakukan bukan hanya secara individual tetapi dapat dilakukan secara berkelompok dimana terjadi pemaksaan secara psikologis ataupun fisik terhadap seseorang atau sekelompok orang yang “lemah” oleh seseorang atau kelompok yang dipersepsikan memiliki kekuasaan untuk dilakukan apa saja.

Faktanya berdasarkan hasil pengamatan saya sebagai calon konselor di sekolah selama saya melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP Negeri 1 Batang Kuis, masih ada sebagian orang tua yang belum melakukan pengawasan terhadap apa yang ditonton dan yang dimainkan oleh anaknya sendiri. Ekspos media terhadap adegan kekerasan inilah sering menginspirasi anak untuk mencobanya dalam dunia nyata. Sebaiknya dampingi dan beri pengertian pada anak saat menonton film beradegan kekerasan atau bermain *video game* perkelahian. sehingga anak tidak mengimplementasikannya di dunia nyata.

Untuk menyongsong kehidupan masa depan dan mendukung dalam mengubah karakter siswa menjadi lebih baik, maka guru BK dapat mengambil perannya dengan menggunakan layanan-layanannya sebagai upaya layanan untuk mengubah karakter dan perilaku siswa menjadi lebih baik, maka secara umum layanan harus dikaitkan dengan pengembangan perilaku siswa yang menyimpang. Artinya layanan bimbingan dan konseling yang akan diberikan kepada siswa hendaknya membantu mempermudah siswa dalam mengubah perilaku-perilakunya dengan menggunakan pendekatan yang tepat.

Banyak sekali metode pendekatan yang dapat digunakan untuk menyelesaikan masalah *membully* ini, tetapi peneliti mengambil sebuah metode pendekatan konseling yang dianggap paling tepat untuk mengatasi perilaku *bullying* pada siswa SMP Negeri 1 Batang Kuis yaitu dengan menggunakan metode pendekatan Cognitive Behaviour Therapy. Hal ini dikarenakan menurut Oemarjoedi (2003:3) ia menyatakan bahwa pendekatan “*CBT* (Cognitive Behaviour Therapy) ini menekankan pada proses kognitif yang menjadi faktor penentu dalam menjelaskan bagaimana manusia berpikir, merasa dan bertindak.”

Sementara dengan adanya keyakinan bahwa manusia memiliki potensi untuk menyerap pemikiran yang rasional dan irasional, di mana pemikiran yang irasional dapat menimbulkan gangguan emosi dan tingkah laku yang menyimpang, maka *CBT* (Cognitive Behaviour Therapy) diarahkan pada modifikasi fungsi berfikir, merasa, dan bertindak dengan menekankan peran otak dalam menganalisa, memutuskan, bertanya, bertindak, dan memutuskan kembali perilaku yang baik untuk dilakukan atau tidak sebab siswa diarahkan untuk lebih menggunakan pemikirannya untuk menimbang perilaku baik dan buruk.

Sehingga, dari pemaparan latar belakang yang di atas maka dalam rangka membantu anak untuk mengatasi perilaku *membully* penelitian ini diberi judul **“Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy (CBT)* Untuk Mengentaskan Perilaku *Membully* Siswa SMP Negeri 1 Batang Kuis T.P 2015 – 2016.”**

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah di atas dapat teridentifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Banyak tontonan Televisi dan games yang mengandung unsur kekerasan.
2. Kurangnya pengawasan orang tua terhadap anaknya.
3. Cacian atau hinaan (*Bully*) sudah menjadi *trend* dikalangan pelajar.
4. Banyaknya faktor yang menjadikan siswa semakin suka membully.
5. Belum maksimalnya penerapan *Cognitive Behaviour Therapy (CBT)*

Untuk Mengentaskan Perilaku Membully Siswa.

C. Batasan Masalah

Agar tidak terjadi permasalahan yang kompleks dan kesalah pahaman maka perlu diadakan pembatasan masalah. Adapun batasan masalah yang diambil peneliti dalam penelitian ini meliputi *Cognitive Behaviour Therapy (CBT) Untuk Mengentaskan Perilaku Membully Siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Batang Kuis T.P 2015 – 2016* melalui konseling individual.

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah untuk penelitian ini adalah “Bagaimana Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy (CBT) Untuk Mengentaskan Perilaku Membully Siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Batang Kuis T.P 2015 – 2016?*”

E. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy (CBT) Untuk Mengentaskan Perilaku Membully Siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Batang Kuis T.P 2015 – 2016.*

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Sebagai bahan kajian dan bahan masukan untuk dunia pendidikan dan dapat dijadikan rujukan untuk peneliti lain dalam pengembangan penelitian serupa dikemudian hari dalam hal menerapkan pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy (CBT) Untuk Mengentaskan Perilaku Membully Siswa.*

2. Secara Praktis

- a. *Bagi Konselor*, sebagai bahan pertimbangan untuk menjalankan program kerja konselor di sekolah.
- b. *Bagi Siswa*, sebagai bahan bacaan dan sumber informasi agar siswa mampu menghindari perilaku membully.
- c. *Bagi Peneliti*, sebagai bekal ilmu dan penambah wawasan sebagai calon konselor agar mampu diterapkan di dalam dunia kerja.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kerangka Teoritis

1. Perilaku Membully

2.1 Pengertian Perilaku

Setiap harinya manusia selalu dihadapkan dengan berbagai aktivitas. Tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain : berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya.

Menurut Sunaryo (2004:6), “perilaku merupakan respons atau reaksi seseorang terhadap stimulus atau rangsangan dari luar. Dari sudut biologis, perilaku adalah suatu kegiatan atau aktivitas organisme yang bersangkutan, yang dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung”.

Menurut Skinner, seperti yang dikutip oleh Notoatmodjo (2003:5), merumuskan bahwa “perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus atau rangsangan dari luar”. Oleh karena perilaku ini terjadi melalui proses adanya stimulus terhadap organisme, dan kemudian organisme tersebut merespons, maka teori Skinner ini disebut teori “S-O-R” atau Stimulus – Organisme – Respon.

Sumber lain, Walgito (2005:6) menyatakan bahwa “perilaku adalah suatu aktivitas yang mengalami perubahan dalam diri individu. perubahan itu didapat dalam segi kognitif, afektif dan psikomotorik”.

Sedangkan menurut Notoatmodjo (2003:114) perilaku adalah suatu kegiatan atau aktivitas organisme (mahluk hidup) yang bersangkutan. Oleh sebab itu, dari sudut pandang biologis semua makhluk hidup mulai dari tumbuh-tumbuhan, binatang sampai dengan manusia itu berperilaku, karena mereka mempunyai aktivitas masing-masing. Sehingga yang di maksud perilaku manusia, pada hakikatnya adalah tindakan atau aktivitas manusia dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas, antara lain: berjalan, berbicara, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa yang di maksud perilaku adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati pihak luar.

Dari beberapa pernyataan ahli di atas terlihat bahwa perilaku adalah sikap yang diekspresikan sehingga dapat diamati bahkan dipelajari.

2.2 Pengertian Membully

Kata *bully* sepertinya sudah sangat sering terdengar dikalangan remaja. Saat ini *bully* bukan merupakan permasalahan yang sepele lagi karena perilaku *bully* telah banyak memakan korban.

Soesetio (dalam Wiyani, 2012:10) mengatakan bahwa “*bullying* sebagai perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang oleh seseorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan terhadap siswa-siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang lain”.

Menurut Harper, (2008:4) pada dasarnya, “*bully* menyangkut perilaku dua orang atau lebih yang mengancam atau mengintimidasi seorang korban mereka. Penyalahgunaan ini menggunakan kekuatan fisik”.

Menurut Astuti, (2008: 3) merumuskan bahwa *bullying* merupakan sebuah hasrat untuk menyakiti, yang diperlihatkan dalam aksi sehingga menyebabkan seseorang menderita. Aksi tersebut dilakukan secara langsung oleh seseorang atau sekelompok orang yang lebih kuat dan tidak bertanggung jawab. Tindakan *bullying* dilakukan secara berulang-ulang dan dengan perasaan senang.

Menurut Sejiwa (dalam Widiharto dkk, 2009:21) yang menyatakan bahwa *bullying* adalah situasi dimana seseorang menekan, memojokkan, melecehkan, menyakiti seseorang yang lemah dengan sengaja dan berulang-ulang. Dalam hal

ini sang korban tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya sendiri karena lemah secara fisik atau mental.

Hal diatas menunjukkan bahwa *bullying* bukan hanya sekedar keinginan untuk menyakiti orang lain tetapi “keinginan untuk menyakiti seseorang” dan “benar-benar menyakiti seseorang”.

2.3 Faktor Terjadinya *Bully*

Semakin banyak terjadinya perilaku *bully* dikalangan remaja tentu bukan hal yang terjadi begitu saja karena dapat dipastikan hal tersebut dapat didasari oleh beberapa hal.

Seorang ahli menyatakan banyak faktor-faktor penyebab terjadinya perilaku bullying Quiroz dkk (dalam Anesty, 2009:13) mengemukakan sedikitnya terdapat tiga faktor yang dapat menyebabkan perilaku bullying yaitu: Hubungan keluarga, teman sebaya dan pengaruh media.

Adapun faktor penyebab terjadinya perilaku *bullying* sebagai berikut:

1. Hubungan keluarga

Anak akan meniru berbagai nilai dan perilaku anggota keluarga yang ia lihat sehari-hari sehingga menjadi nilai dan perilaku yang ia anut (hasil dari imitasi). Sehubungan dengan perilaku imitasi anak, jika anak dibesarkan dalam keluarga yang menoleransi kekerasan atau *bullying*, maka ia mempelajari bahwa *bullying* adalah suatu perilaku yang bisa diterima dalam membina suatu hubungan atau dalam mencapai apa yang diinginkannya (image), sehingga kemudian ia meniru (imitasi) perilaku *bullying* tersebut karena faktor orang tua di rumah yang tipe suka memaki, membandingkan atau melakukan kekerasan fisik. Anak pun menganggap benar bahasa kekerasan.

2. Teman sebaya

Salah satu faktor besar dari perilaku *bullying* pada remaja disebabkan oleh adanya teman sebaya yang memberikan pengaruh negatif dengan cara menyebarkan ide (baik secara aktif maupun pasif) bahwa *bullying* bukanlah suatu masalah besar dan merupakan suatu hal yang wajar untuk dilakukan. Pada masanya, remaja memiliki keinginan untuk tidak lagi tergantung pada keluarganya dan mulai mencari dukungan dan rasa aman dari kelompok sebayanya. Jadi *bullying* terjadi karena adanya tuntutan konformitas.

Berkenaan dengan faktor teman sebaya dan lingkungan sosial Rakhmat (2003:47) terdapat beberapa penyebab pelaku bullying melakukan tindakan bullying adalah:

1. Kecemasan dan perasaan inferior dari seorang pelaku
2. Persaingan yang tidak realistis
3. Perasaan dendam yang muncul karena permusuhan atau juga karena pelaku bullying pernah menjadi korban bullying sebelumnya

4. Ketidak mampuan menangani emosi secara positif

3. Pengaruh media

Survey yang dilakukan Kompas Krahe, (2005:23) memperlihatkan bahwa 56,9% anak meniru adegan-adegan film yang ditontonnya, umumnya mereka meniru gerakannya (64%) dan kata-katanya (43%).

Menurut Rakhmat (2003:35) membagi faktor terjadinya bully di lihat dari sosialnya antara lain:

1. Norma sosial, yaitu tidak ada kontrol sosial pada tindakan kekerasan pada anak-anak, maksudnya ketika muncul kekerasan pada anak tidak ada orang di lingkungannya yang memperhatikan dan mempersoalkannya.

2. Nilai-nilai sosial, yaitu hubungan anak dengan orang dewasa berlaku seperti hirarkhi sosial di masyarakat. Atasan tidak boleh dibantah. Aparat pemerintahan harus selalu dipatuhi. Guru harus digugu dan ditiru. Orangtua tentu saja wajib ditaati dengan sendirinya. Dalam hirarkhi sosial seperti itu anak-anak berada dalam anak tangga terbawah. Mereka tidak punya hak apa pun, sedangkan orang dewasa dapat berlaku apa pun kepada anak-anak.

3. Ketimpangan sosial. Banyak ditemukan bahwa para pelaku bully dan juga korban kekerasan bully kebanyakan berasal dari kelompok sosial ekonomi yang rendah. Kemiskinan, yang tentu saja masalah sosial lainnya yang diakibatkan karena struktur ekonomi dan politik yang menindas, telah melahirkan semacam subkultur kekerasan bully.

Astuti (2008:18) menambahkan beberapa asumsi terjadinya *bullying* antara lain disebabkan beberapa faktor sebagai berikut:

1. Perbedaan ekonomi, agama, jender, etnisitas/rasisme.

2. Tradisi senioritas.

3. Senioritas

Senioritas merupakan salah satu perilaku *bullying* yang bersifat laten. Senioritas yang setiap tahunnya terjadi menjadi budaya/tradisi di setiap sekolah. Senioritas dilanjutkan untuk hiburan, penyaluran dendam, iri hati atau mencari popularitas, korban melanjutkan tradisi tersebut untuk menunjukkan kekuasaan.

4. Keluarga yang tidak rukun.

5. Situasi sekolah yang tidak harmonis atau diskriminatif.

6. Persepsi nilai yang salah atas perilaku korban.

Menurut Wiyani (2012:22) faktor yang mempengaruhi individu melakukan *bullying* yaitu :

1. Faktor keluarga

Faktor interaksi dalam keluarga berperan penting dalam perkembangan psikososial anak yakni dengan pola asuh yang diterapkan oleh orang tua terhadap anak, dan ketika anak mencapai usia remaja maka anak akan memiliki persepsi sendiri terhadap pola asuh orangtuanya tersebut. Dominasi yang diberikan orang tua terhadap anaknya memungkinkan anak akan memodelkan perilaku tersebut terhadap temanteman mereka. Dengan kata lain, pola asuh orang tua yang otoriter memberikan pengaruh besar bagi anak melakukan perilaku *bullying*.

2. Karakteristik internal individu

Karakter individu melakukan perilaku *bullying* seperti dendam atau iri hati akibat dari pengalaman di masa lalu, kemudian adanya semangat ingin menguasai korban dengan kekuatan fisik dan daya tarik seksual dan untuk meningkatkan popularitas pelaku di kalangan teman sepermainan (*peer group*)-nya. Sejalan dengan pernyataan diatas, penelitian Wong (dalam Krahe, 2005:15), yaitu 38% responden (*bullies*) menyatakan mereka melakukan *bullying* karena mereka ingin membalas dendam setelah menjadi korban *bullying*.

3. Faktor sekolah

Bahwa kekerasan/*bullying* dalam pendidikan muncul akibat adanya pelanggaran yang disertai dengan hukuman, terutama hukuman fisik. Sekolah menampilkan sistem dan kebijakan pendidikan yang buruk memiliki kecenderungan untuk berbuat kejahatan secara halus dan terselubung seperti penghinaan dan pengucilan.

Melalui pelatihan yang diselenggarakan oleh Priyatna, (2010:25) terangkum beberapa pendapat orang tua tentang alasan anak-anak menjadi pelaku *bullying*, di antaranya:

1. Karena mereka pernah menjadi korban *bullying*
2. Ingin menunjukkan eksistensi diri
3. Ingin diakui
4. Pengaruh tayangan TV yang negatif
5. Senioritas
6. Menutupi kekurangan diri
7. Mencari perhatian
8. Balas dendam
9. Iseng
10. Sering mendapat perlakuan kasar dari pihak lain
11. Ingin terkenal
12. Ikut-ikutan.

2. Cognitive Behavior Therapy

2.1 Pengertian CBT (Cognitive Behaviour Therapy)

CBT (Cognitive Behaviour Therapy) didasarkan pada konsep mengubah pikiran dan perilaku negatif yang sangat mempengaruhi emosi. Melalui CBT (Cognitive Behaviour Therapy), konseli terlibat aktivitas dan berpartisipasi dalam training untuk diri dengan cara membuat keputusan, penguatan diri dan strategi lain.

Milne (2013:3) mengungkapkan bahwa CBT (Cognitive Behaviour Therapy) merupakan perpaduan dari dua pendekatan dalam psikoterapi yaitu *cognitive therapy* dan *behavior therapy*. Terapi kognitif memfokuskan pada pikiran, asumsi dan kepercayaan. Terapi kognitif memfasilitasi individu belajar mengenali dan mengubah kesalahan. Terapi kognitif tidak hanya berkaitan dengan *positive thinking*, tetapi berkaitan pula dengan *happy thinking*. Sedangkan Terapi tingkah laku membantu membangun hubungan antara situasi permasalahan dengan kebiasaan mereaksi permasalahan. Individu belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat.

Para ahli yang tergabung dalam *National Association of Cognitive-Behavioral Therapists* (NACBT), mengungkapkan bahwa definisi dari *cognitive-behavior therapy* yaitu suatu pendekatan psikoterapi yang menekankan peran yang penting berpikir bagaimana kita merasakan dan apa yang kita lakukan.

Berdasarkan paparan definisi mengenai CBT (Cognitive Behaviour Therapy) , maka CBT (Cognitive Behaviour Therapy) adalah pendekatan konseling yang menitik beratkan pada restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis. CBT (Cognitive Behaviour Therapy) merupakan konseling yang dilakukan untuk meningkatkan dan merawat kesehatan mental.

Konseling ini akan diarahkan kepada modifikasi fungsi berpikir, merasa dan bertindak, dengan menekankan otak sebagai penganalisa, pengambil keputusan, bertanya, bertindak, dan memutuskan kembali. Sedangkan, pendekatan pada aspek behavior diarahkan untuk membangun hubungan yang baik antara situasi permasalahan dengan kebiasaan mereaksi permasalahan.

2.2 Tujuan CBT (Cognitive Behaviour Therapy)

CBT (Cognitive Behaviour Therapy) lebih menekankan untuk mengajak individu untuk belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat. Hingga pada akhirnya dengan CBT (Cognitive Behaviour Therapy) diharapkan dapat membantu konseli dalam menyetarakan berpikir, merasa dan bertindak.

Menurut Matson dan Ollendick (2000:44), “CBT (Cognitive Behaviour Therapy) bertujuan untuk menyelesaikan permasalahan konseli yang berhubungan dengan pikiran dan tindakan, sehingga konseli mampu melakukan tindakan yang lebih baik”.

Menurut (Kendall dalam Stallard, 2004:13) mengatakan bahwa “tujuan dasar dari CBT (Cognitive Behaviour Therapy) sendiri adalah mengontrol pikiran, perasaan, dan perilaku individu, agar dapat bersifat rasional dalam kehidupannya”.

Tujuan dari konseling *Cognitive-Behavior* (Oemarjoedi, 2003: 9) yaitu “mengajak konseli untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi. Konselor diharapkan mampu menolong konseli untuk mencari keyakinan yang sifatnya dogmatis dalam diri konseli dan secara kuat mencoba mengurangnya”.

Oleh sebab itu, CBT (Cognitive Behaviour Therapy) lebih banyak bekerja pada status kognitif saat ini untuk dirubah dari status kognitif negatif menjadi status kognitif positif

2.3 Prinsip-Prinsip Terapi CBT (Cognitive Behaviour Therapy)

Walaupun konseling harus disesuaikan dengan karakteristik atau permasalahan konseli, tentunya konselor harus memahami prinsip-prinsip yang mendasari CBT (Cognitive Behaviour Therapy). Pemahaman terhadap prinsip-prinsip ini diharapkan dapat mempermudah konselor dalam memahami konsep, strategi dalam merencanakan proses konseling dari setiap sesi, serta penerapan teknik-teknik CBT (Cognitive Behaviour Therapy).

Menurut Westbrook, Kennerly, dan Kirk (2007:25) CBT (Cognitive Behaviour Therapy) mengandung beberapa prinsip dasar seperti:

1. Prinsip kognitif

Ide utama dari prinsip kognitif ini adalah bahwa reaksi emosional dan perilaku individu di pengaruhi dengan kuat oleh kognisi mereka, yaitu situasi yang mereka hadapi atau dengan kata lain arti yang mereka berikan terhadap kejadian yang terjadi yang terjadi dalam hidup mereka. Kejadian yang tidak serta merta menghasilkan suatu reaksi tertentu. Karena terdapat reaksi yang berbeda-beda dari tiap individu yang menghadapi kejadian yang sama. Jadi ada hal lain yang menentukan reaksi individu terhadap suatu kejadian yaitu kognisi mereka. Saat terdapat dua orang yang bereaksi secara berbeda terhadap suatu kejadian yang sama, hal ini dikarenakan mereka menginterpretasi kejadian itu dengan cara yang berbeda. Kognisi yang berbeda yang menghasilkan reaksi emosi yang berbeda pula.

2. Prinsip perilaku

Perilaku yang merupakan bagian yang terpenting dalam mempertahankan atau merubah keadaan psikologis seseorang. CBT (Cognitive Behaviour Therapy) percaya bahwa perilaku memiliki dampak yang kuat terhadap pemikiran dan emosi seseorang, merubah perilaku klien merupakan suatu cara yang dapat diusahakan untuk mengubah pemikiran dan emosi seseorang.

3. Prinsip '*continuum*'

CBT (Cognitive Behaviour Therapy) melihat masalah kesehatan mental sebagai versi ekstrim dari proses yang biasa terjadi bukan merupakan sebuah keadaan yang secara kualitatif berbeda dari keadaan maupun proses normal. Atau dengan kata lain, masalah psikologis berada di ujung lain dari sebuah kontinum bukan sebuah dimensi yang benar-benar berbeda. Oleh karena itu, masalah psikologis ini dapat terjadi pada siapa saja dari teori CBT (Cognitive Behaviour Therapy) dapat di aplikasikan kepada klien dan terapis.

4. Prinsip '*here and now*'

Fokus utama dari terapi ini adalah apa yang terjadi saat ini dan proses apa yang samapi saat ini terjadi sehingga masalah yang ada tetap bertahan. Tidak seperti psikoanalisis, CBT (Cognitive Behaviour Therapy) tidak melihat proses yang membentuk masalah tersebut terjadi.

5. Prinsip '*interacting systems*'

CBT (Cognitive Behaviour Therapy) melihat bahwa masalah seharusnya dianalisa sebagai interaksi yang terjadi antara individu dan lingkungan. Dalam CBT (Cognitive Behaviour Therapy) dikrnal empat sistem yaitu kognisi, afek/emosi, perilaku, dan fisiologi. Keempat sistem tersebut saling berinteraksi dalam proses *feedback* yang kompleks dan juga berinteraksi dengan lingkungan. Lingkungan yang dimaksud bukan hanya lingkungan fisik, tetapi juga lingkungan sosial, keluarga, budaya, dan ekonomi.

Sedangkan prinsip-prinsip dasar dari CBT (Cognitive Behaviour Therapy) berdasarkan kajian yang diungkapkan oleh Beck (2011:13) yaitu:

1. Cognitive-Behavior Therapy didasarkan pada formulasi yang terus berkembang dari permasalahan konseli dan konseptualisasi kognitif konseli. Formulasi konseling terus diperbaiki seiring dengan perkembangan evaluasi dari setiap sesi konseling. Pada momen yang strategis, konselor mengkoordinasikan penemuan-penemuan konseptualisasi kognitif konseli yang menyimpang dan meluruskannya sehingga dapat membantu konseli dalam penyesuaian antara berfikir, merasa dan bertindak.
2. Cognitive-Behavior Therapy didasarkan pada pemahaman yang sama antara konselor dan konseli terhadap permasalahan yang dihadapi konseli. Melalui situasi konseling yang penuh dengan kehangatan, empati, peduli, dan orisinilitas respon terhadap permasalahan konseli akan membuat pemahaman yang sama terhadap permasalahan yang dihadapi konseli. Kondisi tersebut akan menunjukkan sebuah keberhasilan dari konseling.
3. Cognitive-Behavior Therapy memerlukan kolaborasi dan partisipasi aktif. Menempatkan konseli sebagai tim dalam konseling maka keputusan konseling merupakan keputusan yang disepakati dengan konseli. Konseli akan lebih aktif dalam mengikuti setiap sesi konseling, karena konseli mengetahui apa yang harus dilakukan dari setiap sesi konseling.
4. Cognitive-Behavior Therapy berorientasi pada tujuan dan berfokus pada permasalahan. Setiap sesi konseling selalu dilakukan evaluasi untuk mengetahui tingkat pencapaian tujuan. Melalui evaluasi ini diharapkan adanya respon konseli terhadap pikiran-pikiran yang

mengganggu tujuannya, dengan kata lain tetap berfokus pada permasalahan konseli.

5. Cognitive-Behavior Therapy merupakan edukasi, bertujuan mengajarkan konseli untuk menjadi terapis bagi dirinya sendiri.
6. Cognitive-Behavior Therapy mengajarkan konseli untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan menanggapi pemikiran disfungsional dan keyakinan mereka. Setiap hari konseli memiliki kesempatan dalam pikiran-pikiran otomatisnya yang akan mempengaruhi suasana hati, emosi dan tingkah laku mereka.
7. Cognitive-Behavior Therapy menggunakan berbagai teknik untuk merubah pemikiran, perasaan, dan tingkah laku.

Menurut Anonimous dalam Buku Saku Terapi Spesialis Keperawatan Jiwa, (2013:8), dilihat dari prinsip pelaksanaan CBT (Cognitive Behaviour Therapy) dilakukan melalui 5 sesi:

1. Mengidentifikasi pikiran otomatis yang negatif serta akibat negatif pada perilaku
2. Penggunaan tanggapan rasional terhadap pikiran negative
3. Memodifikasi perilaku negatif menjadi positif dengan token
4. Mengevaluasi perkembangan pikiran dan perilaku positif
5. Menjelaskan pentingnya psikofarmaka dan terapi modalitas untuk mencegah kekambuhan dan mempertahankan serta membudayakan pikiran dan perilaku positif

2.4 Teknik-Teknik Terapi CBT (Cognitive Behaviour Therapy)

Teknik Cognitive Behavior Therapy (CBT) adalah pendekatan psikoterapeutik yang digunakan oleh konselor untuk membantu individu ke arah yang positif. Berbagai variasi teknik perubahan kognisi, emosi dan tingkah laku menjadi bagian yang terpenting dalam *Cognitive-Behavior Therapy*. Metode ini berkembang sesuai dengan kebutuhan konseli, di mana konselor bersifat aktif, direktif, terbatas waktu, berstruktur, dan berpusat pada konseli. Konselor atau terapis cognitive-behavior biasanya menggunakan berbagai teknik intervensi untuk mendapatkan kesepakatan perilaku sasaran dengan konseli.

Teknik yang biasa dipergunakan oleh para ahli dalam CBT (Cognitive Behaviour Therapy) (McLeod, 2006: 157-158) yaitu:

1. Manata keyakinan irasional.
2. Bibliotherapy, menerima kondisi emosional internal sebagai sesuatu yang menarik ketimbang sesuatu yang menakutkan.
3. Mengulang kembali penggunaan beragam pernyataan diri dalam *role play* dengan konselor.
4. Mencoba penggunaan berbagai pernyataan diri yang berbeda dalam situasi ril.
5. Mengukur perasaan, misalnya dengan mengukur perasaan cemas yang dialami pada saat ini dengan skala 0-100.
6. Menghentikan pikiran. Konseli belajar untuk menghentikan pikiran negatif dan mengubahnya menjadi pikiran positif.
7. *Desensitization systematic*. Digantinya respons takut dan cemas dengan respon relaksasi dengan cara mengemukakan permasalahan secara berulang-ulang dan berurutan dari respon takut terberat sampai yang teringan untuk mengurangi intensitas emosional konseli.
8. Pelatihan keterampilan sosial. Melatih konseli untuk dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sosialnya.
9. *Assertiveness skill training* atau pelatihan keterampilan supaya bisa bertindak tegas.
10. Penugasan rumah. Memperaktikan perilaku baru dan strategi kognitif antara sesi konseling.
11. *In vivo exposure*. Mengatasi situasi yang menyebabkan masalah dengan memasuki situasi tersebut.
12. *Covert conditioning*, upaya pengkondisian tersembunyi dengan menekankan kepada proses psikologis yang terjadi di dalam diri individu. Peranannya di dalam mengontrol perilaku berdasarkan kepada imajinasi, perasaan dan persepsi.

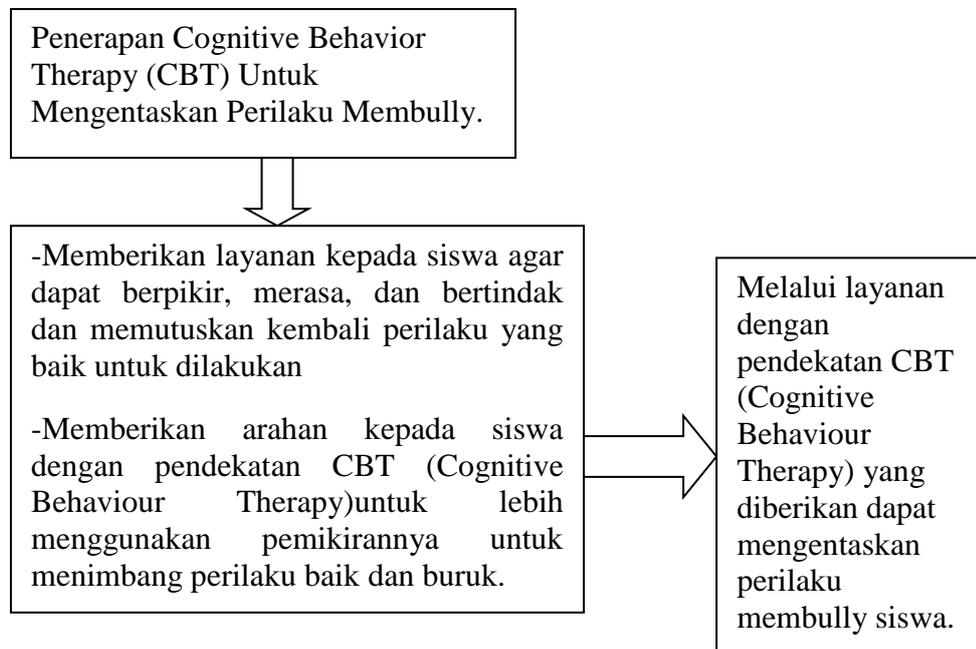
Cognitive-Behavior Therapy (CBT) menawarkan alternative konseling yang bukan berbentuk ceramah, tapi melatih konseli untuk melakukan perubahan-perubahan tingkah laku untuk membuktikan pikiran yang menyimpang.

G. Kerangka Konseptual

Dari teori yang telah dikemukakan terlebih dahulu dalam kerangka teoritis, maka kerangka konseptual ini lebih terfokus terhadap masalah yang akan diuraikan yaitu tentang *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) untuk mengentaskan perilaku membully.

Gambar 2.1

Kerangka Konseptual



Cognitive Behaviour Therapy (CBT) sendiri kalau dilihat dari bentuk layanan adalah layanan yang biasa dilakukan seorang konselor terhadap klien, di mana untuk mengentaskan permasalahan yang dialami klien, yang sifatnya ialah untuk membantu klien di dalam mengontrol pikiran, tindakan atau perilakunya, dapat mengambil keputusan dengan baik sebelum bertindak, serta berpikir kembali apakah tindakan yang dilakukannya sudah sesuai atau tidak dengan norma-norma yang baik.

Sedangkan untuk tujuan CBT (Cognitive Behaviour Therapy) sendiri adalah mengajak individu untuk menentang pikiran dan emosi yang salah dengan menampilkan bukti-bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang dihadapi, atau dengan kata lain ialah menahan diri untuk tidak

berbuat jahat dengan sesama, baik kepada teman sebaya, orang tua, ataupun terhadap orang yang lebih muda. Di sini konselor diharapkan mampu menolong individu untuk mencari keyakinan yang sifatnya dogmatis dalam diri individu dan secara kuat mencoba menguranginya. Konselor atau terapis cognitive-behavior biasanya menggunakan berbagai teknik intervensi untuk mendapatkan kesepakatan perilaku sasaran dengan siswa.

Bully sendiri di artikan sebagai tindakan melecehkan individu atau kelompok kepada individu lainnya ataupun kelompok yang lemah. Tindakan *Bully* atau mem- *Bully* di sekolah sering kali terjadi, dan bentuk mem- *Bully* biasanya di tandai dengan olok-olokan sampai kepada tindakan kekerasan sekalipun. Korban *Bully* biasanya adalah individu atau kelompok yang di anggap lemah, atau tidak sederajat dengan pem- *Bully* tersebut, baik karena penampilan, ataupun faktor ekonomi yang berbeda.

Maka dari itu, dengan semakin maraknya *Bully* di sekolah, bahkan sudah sebagai tren, atau hal yang sudah dianggap biasa dilakukan. Perlu adanya tindakan lanjut, seperti pemberi layanan kepada individu yang suka mem- *Bully* sampai harus dengan pengawasan yang ketat, agar *Bully* tidak lagi dianggap sebagai tren ataupun sesuatu yang wajib dilakukan. Dengan adanya pengawasan dan pemberian layanan yang dilakukan oleh konselor di sekolah, di harapkan dapat mengentaskan masalah mem- *Bully* di sekolah tersebut.

Pemberian layanan ini dapat di lakukan dengan menggunakan pendekatan CBT (Cognitive Behaviour Therapy), yang mana CBT (Cognitive Behaviour Therapy) ini adalah layanan yang memfokuskan kepada pikiran, perasaan,

bertindak, dan memutuskan kembali perilaku yang baik untuk dilakukan. Dengan layanan CBT (Cognitive Behaviour Therapy) ini, siswa juga di harapkan dapat membuang sisi negative di dalam pikirannya, yang sifatnya untuk mencelakai individu lain. Sehingga tidak sampai berujung kepada tindakan mem- *Bully*.

Tabel 3.2
Populasi Penelitian

Kelas	Jumlah populasi
VIII ¹	38
VIII ²	41
VIII ³	41
VIII ⁴	39
VIII ⁵	42
VIII ⁶	40
VIII ⁷	40
Total	281 Orang

2. Subjek Penelitian

Jika hanya akan meneliti sebagian dari populasi, maka penelitian tersebut disebut penelitian sample. Menurut Arikunto (2006:131), sampel adalah sebagian dari populasi yang dipilih untuk sumber data dari sebuah penelitian.

Karena besarnya populasi yang ada dengan keterbatasan waktu, tenaga dan dana sehingga peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi yang ada. Oleh karena itu dengan jumlah populasi yang terdiri dari tujuh kelas dengan jumlah siswa 281 orang. Maka sampel yang digunakan sebanyak 7 siswa yang diambil dengan sampel bertujuan (purposive sample) seperti yang terlihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3.3
Sampel Penelitian

Kelas	Jumlah Sampel
VIII ¹	1
VIII ²	1
VIII ³	1
VIII ⁴	1
VIII ⁵	1
VIII ⁶	1
VIII ⁷	1
Total	7 orang

C. Variabel Penelitian

Di dalam penelitian ini variabel penelitiannya yaitu *Cognitive Behaviour Therapy (CBT) Untuk Mengentaskan Perilaku Membully Siswa SMP Negeri 1 Batang Kuis T.P 2015 – 2016*.

D. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Perilaku Membully

Perilaku membully merupakan suatu aksi yang dilakukan secara langsung oleh seseorang atau sekelompok orang yang lebih kuat dan tidak bertanggung

jawab. Tindakan bullying dilakukan secara berulang-ulang dan dengan perasaan senang, sehingga menyebabkan seseorang menderita. Ini merupakan perilaku kebiasaan buruk bagi siswa yang harus dientaskan.

2. Cognitive Behavior Therapy

CBT adalah pendekatan konseling yang menitik beratkan pada restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis. CBT merupakan konseling yang dilakukan untuk meningkatkan dan merawat kesehatan mental.

CBT lebih banyak bekerja pada status kognitif saat ini untuk dirubah dari status kognitif negatif menjadi status kognitif positif. Pendekatan ini sangat membantu untuk mengentaskan permasalahan perilaku membully siswa.

E. Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data yang akurat dalam penelitian ini, digunakan alat atau instrument dalam penelitian ini yaitu berupa observasi dan wawancara.

1. Observasi

Dalam penelitian ini metode pengamatan yang dilakukan oleh peneliti ini adalah metode observasi langsung di lapangan. Observasi langsung di lapangan memungkinkan peneliti merasakan apa yang dirasakan dan dilihat serta dihayati oleh subjek.

Menurut Sugiono (2008 : 166) mengemukakan bahwa “observasi sebagai teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri spesifikasi bila dibandingkan dengan yang lain”.

Adapun pedoman observasi yang dilakukan, sebagaimana diterapkan pada tabel berikut ini :

Tabel 3.4
Pedoman Observasi

No	Perilaku yang diamati	Hasil
1	Perilaku siswa di luar kelas saat jam istirahat	
2	Perilaku siswa di dalam kelas	
3	Aktifitas siswa saat bermain dengan teman sebaya	
4	Aktifitas siswa saat bermain dengan juniornya di sekolah	
5	Aktifitas siswa saat bermain dengan seniornya di sekolah	
6	Penyebab kebiasaan perilaku membully siswa	
7	Bentuk bully yang dilakukan siswa tersebut	

8	Layanan yang diberikan kepada siswa	
9	Pemberian arahan dan pendekatan yang tepat kepada siswa	
10	Penerapan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) untuk mengentaskan perilaku membully (mencaci, menghina) siswa	

2. Wawancara

Wawancara atau kuesioner lisan adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara untuk memperoleh informasi dari terwawancara. Wawancara digunakan oleh peneliti untuk menilai keadaan seseorang, misalnya untuk mencari data variabel latar belakang murid, orang tua, pendidikan, perhatian, sikap terhadap sesuatu (Arikunto : 198).

Secara garis besar ada dua macam pedoman wawancara, menurut Arikunto (2010 : 270) :

a. Pedoman wawancara tidak terstruktur, yaitu pedoman wawancara yang hanya memuat garis besar yang akan ditanyakan. Tentu saja kreativitas pewawancara sangat diperlukan, bahkan hasil wawancara dengan jenis pedoman

ini lebih banyak tergantung dari pewawancara. Pewawancara lah sebagai pengemudi jawaban responden. Jenis wawancara ini cocok untuk penelitian kasus.

b. Pedoman wawancara terstruktur, yaitu pedoman wawancara yang disusun secara terperinci sehingga menyerupai check- list. Pewawancara tinggal menumbuhkan tanda check-list pada nomor yang sesuai.

Tabel 3.5

Pedoman Wawancara dengan Konselor

No	Pertanyaan	Deskripsi Jawaban
1.	Bagaimana perkembangan membully (mencaci,menghina) antara siswa yang terjadi selama ini di sekolah?	
2.	Bagaimana tindakan bully (mencaci,menghina) yang biasa dilakukan siswa tersebut?	
3.	Apakah yang mendasari siswa tersebut untuk membully (mencaci,menghina)?	
4.	Siapa yang biasanya menjadi korban bully (mencaci,menghina) tersebut?	
5.	Apakah masih ada tradisi atau tren, sehingga siswa masih saja terus membully (mencaci,menghina) sesama siswa yang lainnya?	

6.	Hal apa saja yang sudah dilakukan untuk mencegah terjadinya bully (mencaci,menghina) kembali?	
7.	Adakah peran orang tua yang dilibatkan dalam masalah bully (mencaci, menghina) ini, agar masalah bully (mencaci,menghina) ini bisa diatasi?	
8.	Bantuan yang bagaimana yang diberikan kepada guru wali kelas agar dapat membantu konselor dalam mengatasi masalah bully (mencaci,menghina) ini?	
9.	Sudah maksimalkah pemberian Cognitive Behaviour Therapy (CBT) terhadap siswa di sekolah ini?	

Tabel 3.6
Pedoman Wawancara Dengan Klien Yang Telah Diberikan Konseling
Individual Oleh Konselor Sekolah

No	Pertanyaan	Deskripsi Jawaban
1.	Bagaimana tanggapan kamu tentang membully (mencaci,menghina) tersebut?	

2	Bagaimana perasaan kamu ketika kamu membully (mencaci ,menghina) temanmu?	
3	Apa yang kamu lakukan jika kamu yang menjadi korban bully (caci,hina) tersebut?	
4	Bagaimana keadaan teman yang kamu bully (caci,hina) itu?	
5	Bagaimana awalnya kamu membully (mencaci,menghina) temanmu?	
6	Perlakuan seperti apa yang biasa kamu lakukan kepada temanmu, saat kamu membully (mencaci,menghina)?	
7	Siapa yang sering kamu bully (caci,hina), dan mengapa?	
8	Bagaimana kamu mengajak temanmu untuk membully (mencaci,menghina) bersamamu?	
9	Apa yang kamu ketahui tentang dampak dari membully (mencaci, menghina) mu tersebut bagi orang yang kamu bully (caci,hina)?	
10	Apakah membully (mencaci,menghina)	

	ini kamu anggap ssebagai tren saat ini, atau sebuah hal yang wajar?	
11	Menurut kamu, bagaimana penerapan cognitive behavior therapy (CBT) yang telah dilakukan oleh konselor sekolahmu, dan apa yang kamu ketahui?	
12	Apakah selama ini kamu sudah dilatih oleh konselor sekolahmu untuk berfikir dahulu sebelum bertindak mengenai perilaku membully (mencaci,menghina) kamu?	
13	Bagaimana konselor sekolah mengkonseling kamu agar berfikir tentang dampak membully (mencaci,menghina)?	
14	Setelah kamu mengikuti konseling individual dalam penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) apakah kamu masih ingin melakukan bully (caci,hina)?	

F. Langkah – Langkah Penelitian

Dalam melakukan kegiatan penelitian ini, dibutuhkan langkah-langkah dalam menjalankan kegiatan penelitian. Adapun langkah-langkah dalam penelitian ini, yaitu :

1. Melakukan Observasi

Untuk mendapatkan sumber data yang akurat dalam penelitian, dilakukan observasi lapangan terlebih dahulu. Peneliti dapat mengobservasi sekolah, guru bimbingan konseling dan juga siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Batang Kuis Tahun Pembelajaran 2015-2016.

2. Pemberian Layanan Bimbingan dan Konseling

Peneliti dapat memberikan berbagai layanan dengan menggunakan pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy (CBT)*. Melalui peranan CBT (Cognitive Behaviour Therapy) ini, dapat diketahui sejauh mana perkembangan atau perubahan perilaku membully siswa tersebut.

3. Melakukan Wawancara

Wawancara dapat membantu peneliti untuk mendapatkan data dan jawaban penelitian, yang mana dalam penelitian ini akan melihat Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy (CBT) Untuk Mengentaskan Perilaku Membully Siswa SMP Negeri 1 Batang Kuis T.P 2015 – 2016*.

4. Menyimpulkan Hasil

Melalui observasi dan wawancara dan juga pemberian layanan dengan menggunakan pendekatan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) yang telah dilakukan, diharapkan siswa dapat mengetahui dan memahami bahwa perilaku membully merupakan perilaku negative, dan dengan adanya pendekatan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) ini dapat mengentaskan perilaku membully siswa.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian dalam penelitian kualitatif. Analisis data yang telah dilaksanakan secara intensif sejak awal pengumpulan data lapangan sampai akhir data terkumpul semua. Analisis data dipakai untuk memberikan arti dari data-data yang telah terkumpul semua. Analisis data dipakai untuk memberikan arti dari data-data yang telah dikumpulkan.

Analisis data merupakan proses mengatur urutan data, mengorganisasikan dalam suatu pola dan ukuran untuk dijadikan suatu kesimpulan. Jadi, analisis berdasar pada data yang telah diperoleh dari penelitian yang sifatnya terbuka. Penelitian kualitatif data yang terkumpul sangat banyak dan dapat terdiri dari jenis data, baik berupa catatan lapangan dan komentar peneliti.

Berdasarkan uraian diatas, maka prosedur analisis data yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Mereduksi Data

Data yang terdapat dalam penelitian ini akan direduksi, agar tidak bertumpuk-tumpuk guna untuk memudahkan pengelompokan data serta memudahkan dalam menyimpulkannya.

Mereduksi data artinya sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan yang tertulis dari lapangan. Mereduksi data berlangsung terus – menerus selama penelitian berlangsung.

2. Penyajian Data

Data yang disajikan dapat berupa uraian singkat, bagan, hubungan antara kategori, flow chart dan sejenisnya. Adapun dalam penelitian ini data disajikan dalam bentuk teks deskriptif atau naratif yang berisikan data-data terkait masalah penelitian, untuk selanjutnya dianalisis demi kepentingan pengambilan kesimpulan.

3. Mengambil Kesimpulan

Muara dari kesimpulan analisis data kualitatif terletak pada penulisan atau penuturan tentang apa saja yang dihasilkan, dapat dimengerti berkenaan dengan suatu masalah yang diteliti. Dari sinilah lahir kesimpulan atau permasalahan yang bobotnya tergolong komperhensif dan mendalam.

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Sekolah

1. Identitas Sekolah

- 1) Nama Sekolah : SMP Negeri 1 Batang Kuis
- 2) a. NSS : 20.1.07.01.13.171
b. NPSN : 10213870
c. Alamat : Jl. Desa Baru – Batang Kuis Kec.
Batang Kuis Kabupaten Deli Serdang
Sumatera Utara
- 3) Telepon / HP /Fax : (061) 7381959
- 4) Email : smpnegeribatangkuis@gmail.com
- 5) Status Sekolah : Negeri
- 6) Nilai Akreditasi Sekolah : B (baik)
- 7) a. Nama Kepala Sekolah : Drs. MUSIMIN
b. NIP : 19680928 199702 1 003
c. Tempat/Tgl Lahir : 28 September

2. Visi dan Misi

a. Visi Sekolah

B3 (BERSIH, BERPRESTASI, BERKARAKTER)

b. Misi Sekolah

1. Menumbuhkan pribadi yang taqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
2. Menjadikan siswa baerpikir cerdas dalam berprestasi dan berwawasan lingkungan.
3. Menumbuhkan pribadi berkarakter, jujur, disiplin, beretika, dan berakhlak mulia.
4. Menciptakan lingkungan bersih, sehat, sejuk, dan menyenangkan.
5. Mengembangkan sikap kreatif, berdedikasi, bermartabat, dan peduli lingkungan.

3. Sarana dan Prasarana

A. Luas dan Status Areal Lingkungan Sekolah

Tabel 4.1

Luas dan Status Areal Lingkungan Sekolah

No.	Jenis Lahan	M2	Status Kepemilikan Lahan	
			Pemerinta/ Yayasan	Lainnya
1.	Luas lahan/tanah	13.528 m2	Pemerintah	
2.	Luas tanah terbangun	2.387 m2	Pemerintah	
3.	Luas tanah siap bangun	11.141 m2	Pemerintah	
4.	Luas lantai atas siap bangun	0 m2	Pemerintah	

B. Profil Pengurus Sekolah dan Profil Tenaga Guru

Tabel 4.2

Profil Pengurus Sekolah

	Jabatan	Nama	Jenis Kelamin		Usia	Pendidikan Terakhir	Masa Kerja
			L	P			
1	Kepala sekolah	Drs. MUSIMIN	✓		56	S1/AIV	30
2	Wakasek kurikulum	RAIHANI, S.Pd		✓	54	S1/AIV	32
3	Wakasek Sarana Prasarana	TAGOR SIHOMBING, S.Pd	✓		56	S1/AIV	27
4	Wakasek Kesiswaan	SYAEB EFENDI SIREGAR, S.Pd	✓		50	S1/AIV	29

Tabel 4.3

Profil Tenaga Guru

No.	Guru	Jumlah guru dengan latar belakang sesuai dengan tugas mengajar				Jumlah guru dengan latar belakang pendidikan yang TIDAK sesuai dengan tugas mengajar				Jumlah
		D1/D2	D3/	S1/D4	S2/S3	D1/D2	D3/	S1/D4	S2/S3	
			Sarmud				Sarmud			
1	IPA	3	0	7	0	0	0	0	0	10
2	Matematika	3	0	6	0	0	0	0	0	9
3	Bahasa	0	0	12	0	0	0	0	0	12

	Indonesia									
4	Bahasa Ingris	0	0	5	0	0	0	1	0	6
5	Pendidikan Agama	0	0	5	0	0	0	0	0	5
6	IPS	0	0	11	0	0	0	0	0	11
7	Penjasorkes	2	0	1	0	0	0	0	0	3
8	Seni Budaya	1	0	0	0	0	0	2	0	3
9	PKN	0	0	4	0	0	0	1	0	5
10	Keterampilan	0	0	0	0	0	0	5	0	5
11	Bk	0	0	5	0	0	0	2	0	7
12	Lainnya: mulok	0	0	0	0	0	0	2	0	2
	JUMLAH	9	0	56	0	0	0	13	0	78

C. Data Siswa

Tabel 4.4

Data Siswa

T.P	Jumlah Pendaftar (Calon Siswa Baru)	Kelas VII		Kelas VIII		Kelas IX		Jumlah (VII+VIII+IX)	
		Siswa	Rombel	Siswa	Rombel	Siswa	Rombel	Siswa	Rombel
2012/2013	452	400	10	318	7	318	8	1036	25
2013/2014	501	356	8	397	10	297	7	1050	25
2014/2015	520	389	9	356	8	364	10	1109	27
2015/2016	480	281	7	374	9	334	8	1068	27

B. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Tabel Pedoman Wawancara dengan Konselor

Tabel 4.5

Pedoman Wawancara dengan Konselor

No	Pertanyaan	Deskripsi Jawaban
1.	Bagaimana perkembangan membully (mencaci,menghina) antara siswa yang terjadi selama ini di sekolah?	Membully (mencaci,menghina) dikalangan siswa saat ini sudah seperti hal yang biasa dan sudah tradisi, perilaku membully

		<p>(mencaci,menghina) juga masih terjadi di sekolah sampai saat ini. Minimnya pengawasan orang tua serta lingkungan yang menjadi salah satu faktor masih adanya perilaku membully (mencaci,menghina) di sekolah.</p>
2.	<p>Bagaimana tindakan bully (mencaci,menghina) yang biasa dilakukan siswa tersebut?</p>	<p>Perlakuan bully (mencaci,menghina) yang di lakukan siswa terhadap temannya memang berbeda-beda. Ada siswa yang membully dengan cara hanya menghina penampilannya saja atau mengejek fisiknya, seperti mengejek dengan kata gendut, kurus dan lainnya. Namun terkadang perlakuan siswa tersebut tidak sampai disitu saja. Tindakan memukul juga biasanya dilakukan terhadap temannya sendiri yang dianggap lemah.</p>
3.	<p>Apakah yang mendasari siswa tersebut untuk membully (mencaci,menghina)?</p>	<p>Hal yang mendasari siswa tersebut untuk membully bermacam-macam. Ada yang hanya sekedar ikut-ikutan</p>

		teman yang lainnya, ada juga karena dirinya pernah di bully sebelumnya, ada juga karena dirinya merasa berkuasa di kelas ataupun di sekolah tersebut. Namun kebanyakan dari mereka yang membully biasanya hanya sekedar untuk bahan tertawaan saja.
4.	Siapa yang biasanya menjadi korban bully (mencaci,menghina) tersebut?	Siswa yang menjadi korban bully (mencaci, menghina) ini memang banyak. Baik dari kaum laki-laki maupun perempuan. Bagi siswa yang membully (mencaci,menghina) laki-laki maupun perempuan sama saja. Korban bully ini biasanya adalah siswa yang berbeda dengan siswa lainnya. Maksudnya siswa yang menjadi korban bully ini adalah siswa yang memiliki bentuk fisik yang berbeda dengan orang normal, ataupun bentuk pakaian yang tidak modern.
5.	Apakah masih ada tradisi atau tren,	Memang masih ada siswa yang

	<p>sehingga siswa masih saja terus membully (mencaci,menghina) sesama siswa yang lainnya?</p>	<p>membully sampai saat ini. Membully ini memang sudah seperti tren saat ini. Selain tayangan televisi dan video game, bentuk pengospekan atau peloncoan seperti salah satu faktor masih adanya bully. Istilah senior dan junior, dan siswa junior harus takut dengan siswa senior, terkadang membuat siswa senior menjadi merasa punya kekuasaan. Sehingga siswa junior terus menjadi korban kekuasaan. Bahkan sampai munculnya tindakan membully (mencaci, menghina) ini.</p>
6.	<p>Hal apa saja yang sudah dilakukan untuk mencegah terjadinya bully (mencaci,menghina) kembali?</p>	<p>Penanganan awal seperti memberikan informasi-infomasi sampai menangani langsung kasus bully (cacian, hinaan) tersebut. Lewat layanan individual inilah konselor sekolah memberikan pengertian bahayanya membully (mencaci, menghina) itu bagi korban bully (cacian, hinaan) itu sendiri.</p>

		Serta pemberian penerapan Cognitive Behaviour Therapy (CBT).
7.	Adakah peran orang tua yang dilibatkan dalam masalah bully (mencaci, menghina) ini, agar masalah bully (mencaci,menghina) ini bisa dientaskan?	Peran orang tua juga di butuhkan dalam mengentaskan perilaku membully (mencaci, menghina) siswa di sekolah. Pelibatan orang tua dalam hal ini di harapkan dapat mengawasi tontonan dan mengawasi ketika di lingkungan rumahnya. Hal ini dilakukan agar dapat mencegah siswa tersebut meniru perilaku yang mungkin tidak baik untuknya.
8.	Bantuan yang bagaimana yang diberikan kepada guru wali kelas agar dapat membantu konselor dalam mengatasi masalah bully (mencaci,menghina) ini?	Bentuk bantuan yang diberikan guru wali kelas yaitu melaporkan jika ada siswa yang suka membully (mencaci, menghina) temannya, selanjutnya siswa tersebut akan di panggil ke ruang BK untuk dikonseling.
9.	Sudah maksimalkah pemberian Cognitive Behaviour Therapy (CBT) terhadap siswa di sekolah ini?	Cognitive Behaviour Therapy (CBT) ini sudah diterapkan. Dan sudah maksimal dalam pemberiannya

		<p>kepada siswa-siswi di sekolah itu. Terlihat dari kurangnya perilaku membully, meskipun harus tetap diberikan pengawasan lagi mengenai bully di sekolah ini. Pengawasan yang diberikan oleh konselor sekolah hanya untuk mencegah perilaku membully itu lagi. Karena siswa masih menganggap bully ini sebagai tren atau tradisi, sehingga memang harus membutuhkan pengawasan dan pengarahan terus.</p>
--	--	---

1. Hasil Wawancara dan kajian dokumen dengan konselor sekolah SMP Negeri 1 Batang Kuis

1. Melalui wawancara dan kajian dokumen yang telah peneliti lakukan. Maka peneliti mendapatkan hasil yang telah dikumpulkan. Selama penelitian berlangsung dapat disimpulkan bahwa tindakan membully seperti ejek mengejek, cacian, hinaan masih ada terjadi di sekolah tersebut. Tidak hanya itu, bahwa sebagian kasus yang pernah ditangani konselor sekolah, bahkan sampai terjadi kekerasan fisik seperti memukul temannya sendiri.

Perlakuan seperti mengejek ataupun menghina bahkan sampai memukul yang dilakukan siswa terhadap temannya sendiri itu, bukanlah hal yang wajar.

Tindakan seperti ini jelas dapat mengakibatkan hal yang buruk bagi korban bully itu sendiri. Trauma yang mendalam bahkan sampai ada siswa yang enggan ke sekolah, karena takut dengan temannya. Sebab bully (mencaci, menghina) yang dilakukan kerap kali membuat ia merasa terhina.

Konselor sekolah sebenarnya telah melakukan berbagai upaya agar siswa-siswa tidak lagi membully (mencaci, menghina) temannya sendiri. Namun konselor sekolah tidaklah bisa bekerja sendiri. Konselor juga membutuhkan bantuan wali kelas, serta guru-guru bidang studi lainnya untuk membantu mengentaskan masalah membully (mencaci, menghina) yang sudah seperti menjadi tren dikalangan siswa tersebut.

Konselor sekolah tersebut juga menjelaskan bahwa lingkungan sekolah dan tempat tinggal siswa yang terletak di pingiran kota, sangat mempengaruhi pola pikir dan tingkah laku siswa tersebut. Terlebih lagi pengawasan orang tua yang sangat kurang, karena kebanyakan orang tua siswa tidak peduli terhadap perkembangan tingkah laku anaknya. Orang tua siswa tersebut masih menganggap pihak sekolahlah yang dituntut untuk memperbaiki moral siswa tersebut, selain tempat untuk menuntut ilmu, sehingga seperti orang tua lepas tangan terhadap perkembangan perilaku siswa- siswi tersebut.

Padahal konselor sekolah juga membutuhkan peran orang tua dalam masalah ini. Sebab konselor tidaklah mungkin bisa bekerja sendiri untuk membina semua siswa di sekolah tersebut. Selain peran wali kelas dan guru-guru di sekolah, peran orang tua haruslah terlibat, untuk mengawasi anaknya dirumah.

2. *Bullying* adalah situasi dimana seseorang menekan, memojokkan, melecehkan, menyakiti seseorang yang lemah dengan sengaja dan berulang-ulang. Dalam hal ini sang korban tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya sendiri karena lemah secara fisik atau mental. Tindakan seperti ini jelas saja berbahaya bagi korban bully itu sendiri, jika terus-menerus di bully (dicaci, dihina).

Perlakuan bully (mencaci, menghina) yang dilakukan siswa terhadap temannya memang berbeda-beda. Ada siswa yang membully (mencaci, menghina) dengan cara hanya menghina penampilannya saja atau mengejek fisiknya, seperti mengejek dengan kata gendut, kurus dan lainnya. Namun terkadang perlakuan siswa tersebut tidak sampai disitu saja. Tindakan memukul juga biasanya dilakukan terhadap temannya sendiri yang dianggap lemah.

Mengejek dan menghina teman sendiri inilah yang dilakukan oleh siswa yang suka membully (mencaci, menghina), atau siswa yang dianggap bos di kelas, ataupun di sekolahnya. Siswa yang suka membully (mencaci, menghina) ini menganggap mengejek ataupun menghina adalah hal yang biasa. Mereka anggap hal tersebut sudah seperti tradisi atau tren di sekolah.

3. Konselor di sekolah sering menangani laporan adanya tindakan membully (mencaci, menghina) dan siswa yang membully (mencaci, menghina) tersebut biasanya dipanggil ke ruang konseling. Tindakan ini dilakukan oleh konselor sekolah untuk mengurangi bully (mencaci, menghina) tersebut. Siswa yang

dipanggil ke ruang konseling ditanya dan diberikan pengarahan lewat konseling individual.

Konselor sekolah mengatakan hal yang mendasari siswa tersebut untuk membully (mencaci,menghina) bermacam-macam. Ada yang hanya sekedar ikut-ikutan teman yang lainnya, ada juga karena dirinya pernah dibully (mencaci,menghina) sebelumnya, ada juga karena dirinya merasa berkuasa di kelas ataupun di sekolah tersebut. Namun kebanyakan dari mereka yang membully biasanya hanya sekedar untuk bahan tertawaan saja.

Siswa yang membully (mencaci,menghina) hanya untuk karena ikut-ikutan temannya itu biasanya siswa yang hanya takut menjadi korban bully teman satu kelompoknya. Ia takut jika ia tidak ikut-ikutan membully di anggap lemah. Persepsi seperti ini jelaslah salah besar.

Masih adanya tradisi nge-bos, atau senioritas. Kerap kali menjadi awal siswa itu untuk membully (mencaci,menghina) juniornya (adik kelas). Siswa senior ini membully (mencaci,menghina) hanya ingin menunjukkan bahwa junior (adik kelas) itu harus takut dengan seniornya.

Selain itu, mungkin faktor kurang perhatian di rumah, menjadi sebab awal mereka ingin mendapatkan perhatian teman-temannya dengan membully (mencaci,menghina) temannya sendiri. Meskipun tindakan untuk mendapat perhatiannya itu jelas saja salah, dan dapat merugikan orang lain. Maka dari itu konselor sekolah senantiasa terus mencegah terjadinya tindakan bully (mencaci,menghina) selanjutnya.

4. Siswa yang menjadi korban bully ini memang banyak. Baik dari kaum laki-laki maupun perempuan. Bagi siswa yang membully laki-laki maupun perempuan sama saja.

Siswa yang menjadi korban bully (mencaci,menghina) seperti siswa pilihan. Artinya siswa yang di anggap lemah,dan tidak melawan. Siswa seperti ini sering kali mendapat bully an (cacian, hinaan) dari teman sebayanya ataupun seniornya.

Korban bully ini biasanya adalah siswa yang berbeda dengan siswa lainnya. Maksudnya siswa yang menjadi korban bully ini adalah siswa yang memiliki bentuk fisik yang berbeda dengan orang normal, ataupun bentuk pakaian yang tidak modern.

Bentuk fisik yang berbeda dengan kebanyakan siswa lainnya adalah korban bully mereka. Bentuk fisik yang gendut, hitam, pendek dan lainnya inilah yang biasa dibuat sebagai bahan ejekan, ataupun olok-olokan siswa yang suka membully itu.

5. Tradisi membully (mencaci,menghina) memang sudah menjadi seperti sebuah hal yang wajar terjadi disekolah. Sikap membully (mencaci,menghina) teman sendiri ini sebenarnya tidaklah bagus untuk dicontoh ataupun dilestarikan. Namun nyatanya membully masih terjadi sampai saat ini.

Tayangan televisi di rumah, video game yang menayangkan kekerasan. Masih sering ditonton dan dimainkan. Sebab itulah budaya bully masih ada sampai sekarang ini, baik disekolah, maupun lingkungan rumah siswa tersebut.

Pengawasan yang kurang dari orang tua terhadap anaknya yang masih di bawah umur, ataupun yang belum mengerti akan bahaya tontonan televisi dan video game itu. Siswa yang tidak memahami tontonan televisi dan video game membuat siswa itu meniru atau mengikuti hal yang ada di televisi dan video game tersebut. Hal ini dapat memicu timbulnya bully tersebut.

Konselor menegaskan memang masih ada siswa yang membully (mencaci, menghina) sampai saat ini. Membully (mencaci, menghina) ini memang sudah seperti tren saat ini. Selain tayangan televisi dan video game, bentuk pengospekan atau peloncoan seperti salah satu faktor masih adanya bully (mencaci, menghina).

Istilah senior dan junior, dan siswa junior harus takut dengan siswa senior, terkadang membuat siswa senior menjadi merasa punya kekuasaan. Sehingga siswa junior terus menjadi korban kekuasaan. Bahkan sampai munculnya tindakan membully (mencaci, menghina).

6. Berbagai tindakan membully (mencaci, menghina) dan pencegahannya sudah dilakukan oleh konselor sekolah. Mulai dari penanganan awal seperti memberikan informasi-informasi sampai menangani langsung kasus bully (cacian, hinaan) tersebut. Lewat layanan individual inilah konselor sekolah memberikan pengertian bahayanya membully (mencaci, menghina) itu bagi korban bully (cacian, hinaan) itu sendiri.

Selain itu, dalam pencegahan bully (mencaci, menghina) itu terjadi lagi, konselor sekolah juga memberikan arahan kepada klien yang sering membully (mencaci, menghina). Lewat penerapan cognitive behavior therapy (CBT), siswa

dilatih untuk berfikir dahulu sebelum bertindak. Dengan berfikir dahulu sebelum bertindak, klien di harapkan dapat mengerti bahwa perilaku yang akan dia lakukan itu baik atau tidak.

Setelah diberikan layanan, klien tetap dipantau kembali. Agar ia tidak melakukan perilaku membully lagi. Konselor sekolah juga meminta bantuan kepada guru wali kelas dan guru bidang studi untuk bersama-sama memantau siswa lainnya agar tidak membully (mencaci,menghina).

Apabila klien yang telah diberikan arahan masih mengulangi perilaku membully (mencaci,menghina). Maka konselor sekolah akan memberikan surat panggilan orang tua. Surat panggilan orang tua ini diharapkan agar orang tua klien juga ikut serta dalam pembinaan pribadi anaknya di sekolah.

Dengan pemberian layanan langsung terhadap siswa yang bermasalah. Diharapkan siswa tersebut dapat berubah. Dan tidak akan lagi membully (mencaci,menghina) teman di sekolahnya.

7. Konselor sekolah memang sudah berusaha untuk mencegah terjadinya bully (mencaci,menghina) ini. Baik dengan memberikan arahan, maupun bimbingan langsung dengan klien yang bermasalah. Sampai pemanggilan orang tua ke sekolah.

Konselor sekolah tidak bisa bekerja sendirian mengatasi masalah membully ini. Konselor butuh bantuan dari pihak-pihak lainnya. Dalam hal ini konselor juga melibatkan orang tua siswa.

Selain konselor sekolah yang mengawasi siswa di sekolah. Konselor juga mengajak orang tua siswa untuk ikut serta memberikan pengawasan di luar lingkup sekolah.

Orang tua di rumah diharapkan dapat mengawasi tontonan dan mengawasi ketika di lingkungan sekitarnya. Hal ini dilakukan agar dapat mencegah siswa tersebut meniru perilaku yang mungkin tidak baik untuknya. Orang tua siswa juga harus bisa mengingatkan bahwa perilaku yang tidak baik seperti membully (mencaci,menghina) akan merugikan orang lain dan diri sendiri.

8. Bantuan wali kelas dalam hal pencegahan membully (mencaci,menghina) di sekolah sangatlah di butuhkan. Selain pengawasan terhadap siswa lebih mendalam, karena hanya satu kelas saja yang diamati. Wali kelas juga seperti ibu kedua bagi siswa, sehingga siswa juga akan mendengarkan arahan yang diberikan oleh wali kelasnya.

Wali kelas juga bisa bekerja sama dengan konselor. Wali kelas dapat melaporkan kepada konselor sekolah tentang siswa yang masih suka membully (mencaci,menghina). Dengan melaporkan kepada konselor sekolah, konselor dapat memanggil siswa tersebut untuk dibawa ke ruang konseling.

Setelah siswa yang bermasalah dipanggil. Disitu siswa akan ditanyain mengenai laporan dari wali kelas tersebut. Laporan mengenai perilaku bully (mencaci,menghina) yang ia lakukan.

9. Pemberian Cognitive Behaviour Therapy (CBT) sudah dilakukan oleh konselor sekolah. Pemberian penerapan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) ini sangat baik diberikan kepada siswa yang berperilaku tidak baik. Sebab Cognitive

Behaviour Therapy (CBT) sendiri ialah sebuah penerapan yang memokuskan pada tindakan berfikir dahulu sebelum melakukan sesuatu hal.

Dengan berfikir dahulu sebelum bertindak, di harapkan siswa dapat mencegah ketika ia ingin membully temannya. Dipikirkan dahulu apakah hal yang akan dia lakukan baik atau tidak untuknya. Sehingga di harapkan tidak akan ada korban bully lagi setelah siswa memahami Cognitive Behaviour Therapy (CBT) itu sendiri, baik untuknya dan orang lain.

Konselor sekolah mengatakan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) ini sudah di terapkan. Dan sudah maksimal dalam pemberiannya kepada siswa-siswi di sekolah itu. Terlihat dari kurangnya perilaku membully, meskipun harus tetap di berikan pengawasan lagi mengenai bully (mencaci,menghina) di sekolah ini.

Pengawasan yang di berikan oleh konselor sekolah hanya untuk mencegah perilaku membully (mencaci,menghina) itu lagi. Karena siswa masih menganggap bully (mencaci,menghina) ini sebagai tren atau tradisi, sehingga memang harus membutuhkan pengawasan dan pengarahan terhadap siswa-siswi tersebut.

b. Tabel Pedoman Wawancara dengan Klien

Tabel 4.6

Pedoman Wawancara dengan Klien yang telah Diberikan Konseling

Individual Oleh Konselor Sekolah

No	Pertanyaan	Deskripsi Jawaban
1.	Bagaimana tanggapan kamu tentang membully (mencaci,menghina) tersebut?	Membully (mencaci, menghina) adalah perbuatan yang tidak baik, dan berdampak buruk bagi korban

		bully (mencaci, menghina) itu sendiri.
2	Bagaimana perasaan kamu ketika kamu membully (mencaci ,menghina) temanmu?	Merasa senang ketika membully teman. Karena dengan membully lebih banyak teman. Dan tidak akan dikucilkan atau dijauhi.
3	Apa yang kamu lakukan jika kamu yang menjadi korban bully (caci,hina) tersebut?	Membalas membully (mencaci, menghina) kepada orang yang membully (mencaci, menghina) itu.
4	Bagaimana keadaan teman yang kamu bully (caci,hina) itu?	Biasanya korban yang di bully (caci, hina) akan diam saja tidak melawan dan menangis.
5	Bagaimana awalnya kamu membully (mencaci,menghina) temanmu?	Awalnya hanya melihat teman yang lain membully (mencaci, menghina) lalu klien juga ikut-ikutan membully, dan ada juga klien yang ingin balas dendam karena pernah dibully (dicaci, dihina) sebelumnya.
6	Perlakuan seperti apa yang biasa kamu lakukan kepada temanmu, saat kamu membully (mencaci,menghina)?	Membully dengan mengejek bentuk fisik yang memiliki ukuran tubuh yang tidak normal pada siswa yang

		lainnya. Menghina gaya pakaian yang rapi yang terkesan culun. Bahkan sampai memukul juga.
7	Siapa yang sering kamu bully (caci,hina), dan mengapa?	Yang menjadi korban bully (cacian, hinaan) adalah teman sekelas, karena sering bertemu.
8	Bagaimana kamu mengajak temanmu untuk membully (mencaci,menghina) bersamamu?	Klien tidak pernah mengajak teman yang lainnya untuk membully (mencaci, menghina) bersama, namun teman yang ikut dalam membully (mencaci, menghina) itu adalah inisiatif diri mereka sendiri.
9	Apa yang kamu ketahui tentang dampak dari membully (mencaci,menghina) mu tersebut bagi orang yang kamu bully (caci,hina)?	Dampak yang di timbulkan dari klien yang membully siswa lainnya yaitu siswa enggan berteman dengan klien, dan ingin menjauhi si klien agar ia tidak menjadi korban bully-nya lagi. Dan korban bully yang lainnya bahkan sampai ada yang menangis.
10	Apakah membully (mencaci,menghina) ini kamu anggap ssebagai tren saat ini, atau sebuah hal yang wajar?	Klien sudah menganggap bully sebagai hal yang biasa. Meskipun mereka sendiri sudah mengetahui

		<p>dampak dari bully itu apa-apa saja.</p> <p>Namun masih saja membully (mencaci,menghina) karena bully sudah dianggap sebagai tradisi.</p>
11	<p>Menurut kamu, bagaimana penerapan cognitive behavior therapy (CBT) yang telah dilakukan oleh konselor sekolahmu, dan apa yang kamu ketahui?</p>	<p>Penerapan Cognitive Behavior Therapy Cognitive Behaviour Therapy (CBT) telah dilakukan konselor sekolah dengan baik, dan Cognitive Behavior Therapy (CBT) ini adalah suatu penerapan yang menekankan untuk mengajak individu untuk belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat.</p>
12	<p>Apakah selama ini kamu sudah dilatih oleh konselor sekolahmu untuk berfikir dahulu sebelum bertindak mengenai perilaku membully (mencaci,menghina) kamu?</p>	<p>Klien sudah mendapatkan latihan langsung oleh konselor sekolah mengenai untuk kita selalu berfikir dahulu sebelum bertindak. Agar yang akan dilakukan nantinya akan menghasilkan sesuatu yang baik untuk diri sendiri maupun orang</p>

		lain.
13	<p>Bagaimana konselor sekolah mengkonseling kamu agar berfikir tentang dampak membully (mencaci,menghina)?</p>	<p>Konselor sekolah dalam hal ini melatih klien dengan cara memberikan pengibaratan. Artinya ketika klien ingin melakukan suatu tindakan, iya harus berfikir dahulu, dan bertanya kepada dirinya sendiri bahwa tindakan yang akan dilakukannya ini baik tidak ya, dan bila itu terjadi kepada diriku sendiri apakah diriku bisa menerimanya tidak ya, jika diri kita sendiri saja tidak ingin diperlakukan seperti itu, maka janganlah engkau lakukan kepada orang lain.</p>
14	<p>Setelah kamu mengikuti konseling individual dalam penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) apakah kamu masih ingin melakukan bully (caci,hina)?</p>	<p>Dan setelah mendapatkan pelatihan tentang Cognitive Behaviour Therapy (CBT), klien berjanji tidak akan melakukan perilaku membully lagi kepada teman sebayanya maupun adik kelasnya.</p> <p>Klien juga merasa bahwa hal yang selama ini ia lakukan sangatlah</p>

		merugikan bagi korban bully (cacian, hinaan) itu sendiri.
--	--	---

2. Hasil Wawancara dan kajian dokumen dengan klien yang sudah mendapatkan konseling individual dan penerapan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) di SMP Negeri 1 Batang Kuis

1. Melalui wawancara dan kajian dokumen yang telah penelitian lakukan maka penelitian mendapatkan hasil yang telah dikumpulkan selama penelitian berlangsung. Dapat disimpulkan dari hasil wawancara dengan klien bahwa klien tersebut sebenarnya sudah mengetahui apa itu membully (mencaci, menghina). Serta dampaknya bagi si korban itu sendiri.

Klien yang suka membully (mencaci, menghina) itu paham akan bahayanya membully (mencaci, menghina). Namun nyatanya mereka masih saja tetap membully (mencaci, menghina). Membully (mencaci, menghina) bagi mereka adalah hal yang menyenangkan.

Tindakan membully (mencaci, menghina) di anggap suatu kebiasaan yang harus di lakukan. Karena ketika seseorang itu melakukan bully (cacian, hinaan), orang lain akan tertawa. Sehingga pembully itu akan merasa hal yang ia lakukan adalah hal yang biasa, dan ia pun seperti mendapat dukungan dari temannya.

Perilaku membully (mencaci, menghina) jelas saja tidak di anjurkan dan sudah pasti tidak baik. Karena ketika seseorang melakukan bully (mencaci, menghina) pasti ada korban bully (mencaci, menghina) yang tersakiti psikis maupun fisiknya. Hal ini jelaas perilaku yang salah dan perlu diluruskan kembali.

Pardikma yang masih salah diantara pola pikir klien di SMP Negeri 1 Batang Kuis perlu menjadi cacatan. Sebab jika pola pikir klien itu masih saja salah. Maka akan timbul perilaku-perilaku negative yang di buat oleh siswa tersebut, salah satunya adalah perilaku membully (mencaci, menghina).

2. Klien yang suka membully (mencaci,menghina) cenderung memilih teman-teman yang punya kekuatan, sebab dengan begitu ia seperti memiliki kesamaan yang sama untuk membully (mencaci,menghina) teman yang lainnya. Klien yang membully (mencaci,menghina) akan merasa senang. Meskipun ada perasaan menyesal, karena korban bully itu akan terlihat sedih.

Siswa (klien) yang membully (mencaci, menghina) itu mengatakan, Merasa senang ketika membully temannya. Karena dengan membully (mencaci,menghina) ia merasa banyak teman. Dan ia merasa tidak di kucilkan atau dijauhi.

Perasaan senang yang dirasakan siswa saat membully (mencaci,menghina) itu juga gambaran ia ingin balas dendam. Sebab sebagian dari klien tersebut mengatakan bahwa ia juga pernah menjadi korban bully. Dan ketikasi klien memiliki kekuatan dan keberanian, maka ia pun ikut membully (mencaci, menghina).

Salah satu klien juga mengatakan bahwa perasaannya biasa saja ketika membully (mencaci,menghina). Ini mungkin karena klien itu sudah terbiasa untuk membully (mencaci,menghina). Sehingga tidak ada lagi perasaan menyesal dalam dirinya.

Kebiasaan menonton televisi yang menayangkan tindak kekerasan. Permainan video game yang dimainkan klien mengandung unsur-unsur kekerasan, penyebab klien tersebut sudah terbiasa untuk mengikuti adegan yang ada di televisi dan video game tersebut. Jika tidak adanya pengawasan serta pembinaan maka hal ini akan terus terjadi.

3. Ketika klien ditanya bagaimana tindakan ataupun perasaannya saat menjadi korban bully. Adapun jawaban dari klien ini muncul. Ada yang membalas terhadap orang yang membullynya, ada yang mengatakan diam saja, karena ia menganggap ini adalah hal yang biasa.

Memilih untuk membalas ketika menjadi korban bully adalah salah satu tindakan klien lakukan. Membalas dengan tindakan bully (mencaci, menghina) juga klien ini lakukan, hal ini klien lakukan karena ia tidak ingin ada yang boleh membully (mencaci, menghina)-nya. Karena ia merasa bahwa dirinya adalah yang berkuasa.

Melihat tindakan seperti itu, klien ini seharusnya dapat merasakan juga ketika ia menjadi korban bully perasaan sakit hati itu pasti ada. Sehingga klien itu harus lah bisa berfikir kembali jika ia ingin membully (mencaci, menghina) temannya. Karena perasaan yang di alami korban bully bisa menjadi trauma yang mendalam baginya.

Ada klien yang memilih untuk diam ketika ia menjadi korban bully. Hal ini yang dikhawatirkan. Sebab ketika klien sudah diam dan tidak membalas bully-an yang dilakukan oleh temannya, berarti ini sudah menjadi kebiasaan lamanya.

Karena ia sudah menganggap hal bully-an (mencaci,menghina) ini sudah biasa, dan seperti sudah trend an tradisi di dalam pergaulan.

4. Sedikit berbeda dengan sikap klien ketika ia menjadi korban bully. Siswa yang menjadi korban bully si klien biasany tidak melakukan perlawanan. Para korban bully itu hanya diam saja ketika di bully (dicaci,dihina).

Siswa yang menjadi korban bully bahkan ada yang menangis. Dan ia pun seperti memiliki trauma ketika berjumpa dengan klien, karena korban bully ini takut akan menjadi bully-bully an klien ini. Para korban bully tidak memiliki kekuatan untuk membalas.

Klien ini juga mengatakan ketika korban bully itu melawan, maka biasanya akan terjadi kekerasan fisik yang dilakukan klie terhadap korban bully tersebut. Maka dari itu kebanyakan korban bully hanya akan diam saja, dan sebisa mungkin untuk tetap menghindari siswa yang suka membully.

5. Klien yang biasanya membully (mencaci,menghina) ini biasanya memilih korban yang akan dibullynya. Seperti ada kriteria khusus memilih korban yang akan mereka bully. Siswa yang menjadi korban bully ini biasanya siswa yang lebih muda dari mereka, lebih pendek dan lainnya.

Klien mengatakan awalnya ia membully (mencaci,menghina) hanyalah karena melihat teman lain yang membully. Dan ia melihat ketika siswa lain melakukan tindakan bully terhadap korban bully, siswa yang melihat di sekitarnya hanya ikut tertawa bahagia. Mulai dari situlah ia ikut-ikutan membully (mencaci,menghina).

Klien yang lain mengatakan awal ia membully (mencaci,menghina) karena ingin balas dendam, karena ketika ia masih menjadi siswa junior, ia selalu mendapatkan perlakuan kasar oleh siswa seniornya. Sehingga, pada saat ia menjadi siswa senior. Ia pun gantian ingin membully (mencaci,menghina) siswa juniornya, iya menirukan tindakan siswa seniornya dulu.

6. Perlakuan yang dilakukan oleh klien kepada siswa yang menjadi korban bully ini beragam. Dan semua perlakuan yang dilakukan dapat merugikan korban bully itu sendiri. Perlakuan ini sedikit banyaknya aka membawa dampak bagi si korban.

Klien yang melakukan bully ini mengatakan bahwa ia biasany membully (mencaci,menghina) dengan mengejek bentuk fisik si korban yang miliki ukuran tubuh yang tidak normal pada siswa yang lainnya. Menghina gaya pakaian yang rapi yang terkesan culun. Gaya yang berbeda ini biasany menjadi bahan ejekan atau olok-olokan klien itu.

Selain itu, perlakuan yang dapat mencederai korban ini juga pernah di lakukan oleh klien. Perilaku memukul, mendorong dan lainnya adalah tindakan yang klien itu buat. Klien itu juga mengatakan biasanya siswa yang menjadi korban bully seperti ini akan takut kepadanya.

7. Mulai dari hanya mengikut teman yang membully (mencaci,menghina) hingga sudah sampai tingkat biasa membully. Siswa yang biasanya menjadi korban bully adalah teman sebaya dan siswa juniornya (adik kelas). Dan yang sering mendapatkan bully an oleh klien adalah teman sekelasnya.

Karena keseringan berjumpa dalam satu kelas, klien yang suka membully (mencaci,menghina) ini pun sudah mengetahui karakter siswa yang menjadi korban bully. Dan ia akan memilih siswa yang terlihat tidak akan melawan jika di bully. Teman terdekat biasanya menjadi korban bullynya itu.

Klien mengatakan bahwa teman satu kelompoklah yang paling sering mendapatkan perlakuan bully. Ia membully karna klien menganggap temannya itu berbeda bentuk fisiknya, seperti memiliki kulit yang hitam, berbadan kecil dan kurus. Bermacam-macam bentuk bully an yang dilakukan.

8. Membully (mencaci,menghina) sudah menjadi seperti keseharian jika di lingkungan sekolah, khususnya di kelas. Meskipun di luar itu masih saja ada bentuk perilaku membully antar siswa. Namun di kelas seperti tempat yang cocok bagi mereka untuk membully (mencaci,menghina).

Tindakan membully (mencaci,menghina) ini sudahlah hal yang wajar dan biasa. Sehingga para pelaku bully tidak perlu ngajak teman-teman yang lainnya untuk ikut membully (mencaci,menghina). Sebab tanpa ada diajak pun, teman-teman yang lain biasanya akan ikut membully (mencaci,menghina) ketika melihat ada siswa yang di bully.

Dari yang di ungkapkan oleh klien bahwa ia tidak pernah ngajak teman yang lain untuk ikut langsung membully (mencaci,menghina). Sebab, bully ini dilakukan seperti tidak direncanakan. Namun bisa datang dengan sendirinya. Ini akibat dari sudah menjadi tradisi di sekolah ada perilaku membully (mencaci,menghina).

Teman yang hanya ikut-ikutan membully (mencaci,menghina) itulah yang menjadi teman klien dalam membully (mencaci,menghina). Klien tidak pernah mengajak secara spesifik untuk membully seseorang siswa. Tetapi perilaku bully (mencaci,menghina) yang dilakukan hanya berlangsung saat itu juga tanpa ada perencanaan terlebih dahulu.

9. Berbagai macam dampak bully (mencaci,menghina) bagi korban bully itu sendiri. Mulai dari psikisnya yang tersakiti sampai kepada fisiknya juga. Dan itu dapat menyebabkan anak menjadi trauma.

Dampak yang ditimbulkan dari klien yang membully (mencaci,menghina) siswa lain bermacam-macam. Salah satunya korban bully itu enggan berteman, dan ingin menjauhi si klien agar ia tidak menjadi korban bully-nya lagi. Karena ia merasa malu jika harus di bully terus.

Siswa yang menjadi korban bully dan tidak punya kekuatan untuk melawan ketika di bully hanya bisa diam, bahkan sampai ada yang menangis. Perlakuan bully terhadap korban bully ini jelas berdampak buruk bagi emosional korban. Siswa yang menjadi korban bully juga merasa terasingkan.

10. Membully (mencaci,menghina) ini sudah lama terjadi, dan jika dilihat memang seperti sudah hal yang wajar. Ditambah lagi latar belakang keluarga dan lingkungan yang mengajarkan mereka untuk masih saja membully (mencaci,menghina). Pengawasan orang tua dan lingkungan yang tidak baik, membuat siswa tersebut berperilaku negative.

Klien ini sudah menganggap bully (mencaci,menghina) sebagai hal yang biasa. Meskipun mereka sendiri sudah mengetahui dampak dari bully

(mencaci,menghina) itu apa-apa saja. Namun karena bully sudah dianggap sebagai tradisi. Sepertinya siswa tersebut masih saja membully (mencaci,menghina).

Pengalaman melihat korban bully dan pernah menjadi korban bully menyebabkan siswa itu ingin melakukan bully (mencaci,menghina) terhadap orang lain. Sebagai bentuk sakit hati yang pernah ia rasakan saat menjadi korban bully. Masalah seperti inilah yang membuat bully itu masih ada saat ini.

11. Peran konselor sekolah dalam masalah bully (mencaci,menghina) yang ada di sekolah ini sangatlah dibutuhkan. Mengingat kasus yang ada, bully menjadi masalah yang serius dan harus dilakukan pencegahan. Salah satu cara konselor sekolah ialah dengan memberikan layanan individual langsung terhadap siswa yang melakukan bully terhadap temannya.

Pemberian penerapan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) yang diberikan kepada siswa yang sering melakukan bully (mencaci,menghina) ini dilakukan oleh konselor sekolah. Cognitive Behaviour Therapy (CBT) didasarkan pada konsep mengubah pikiran dan perilaku negatif yang sangat mempengaruhi emosi. Melalui Cognitive Behaviour Therapy (CBT), klien terlibat aktivitas dan berpartisipasi dalam training untuk diri dengan cara membuat keputusan, penguatan dirinya.

Klien yang telah mendapatkan penerapan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) ini mengerti bahwa di dalam pengambilan suatu tindakan, haruslah dipikirkan dahulu sebelum bertindak. Dengan begitu kita bisa menyeleksi apakah tindakan ataupun perilaku yang akan kita lakukan baik untuk diri kita maupun untuk orang lain.

Cognitive Behaviour Therapy (CBT) lebih menekankan untuk mengajak individu untuk belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat. Hingga pada akhirnya dengan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) diharapkan dapat membantu konseli dalam menyetarakan berpikir, merasa dan bertindak. Dengan begitu ketika kita akan melakukan perilaku yang bersifat negative kita dapat berpikir ulang kembali untuk tidak melakukannya.

12. Berbagai upaya yang dilakukan oleh konselor sekolah untuk mengentaskan perilaku membully (mencaci,menghina) siswa di sekolah ini. Pemberian arahan mengenai apa itu bully (mencaci,menghina) dan dampak dari bully (mencaci,menghina) itu sendiri. Pemberian penerapan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) yang dilakukan konselor sekolah terhadap siswa yang bermasalah dengan tujuan untuk mengurangi perilaku membully (mencaci,menghina)di sekolah.

Konselor sekolah juga memberikan pemahaman tentang Cognitive Behaviour Therapy (CBT) ini langsung kepada siswa yang suka melakukan bully tersebut. Dengan dipanggil keruang konseling, klien di arahkan agar tidak melakukan bully (mencaci,menghina) lagi. Memberikan pengertian bahwa kita sebagai manusia harus senantiasa berbuat baik dengan sesamanya.

Pemberian langsung kepada klien oleh konselor sekolah dengan melatih untuk selalu berpikir dahulu sebelum melakukan suatu tindakan. Dengan meemikirkan kembali sebelum melakukan suatu tindakan, itu seperti kita telah

menyaring perilaku yang negative yang tidak perlu dilakukan. Dengan melatih seperti itu, diharapkan segala tindakan yang akan kita lakukan adalah perilaku yang baik, dan tidak merugikan diri kita sendiri maupun orang lain.

13. Konselor sekolah sangat membantu klien dalam melatih agar klien ketika ingin melakukan sesuatu tindakan haruslah difikirkan terlebih dahulu sebelum melakukan tindakan. Melatih diri untuk selalu berfikir dahulu ataupun menyaring ulang tindakan yang akan kita lakukan lewat fikiran adalah salah satu cara agar tindakan yang akan kita lakukan nantinya itu baik. Sehingga tidak ada yang di rugikan.

Melatih diri untuk selalu berfikir dahulu sebelum bertindak bukanlah hal yang sulit, namun memang harus membutuhkan keseriusan dalam menjalaninya. Konselor sekolah dalam hal ini melatih klien dengan cara memberikan pengibaratan. Artinya ketika klien ingin melakukan suatu tindakan, iya harus berfikir dahulu, dan bertanya kepada dirinya sendiri bahwa tindakan yang akan dilakukannya ini baik tidak ya, dan bila itu terjadi kepada diriku sendiri apakah diriku bisa menerimanya tidak ya, jika diri kita sendiri saja tidak ingin diperlakukan seperti itu, maka janganlah engkau lakukan kepada orang lain.

Dengan melatih diri seperti itu diharapkan klien tidak akan melakukan tindakan yang sifatnya negative. Sebab lewat pelatihan seperti inilah ketika klien ingin membully, ia akan berfikir ulang perasaan korban bully itu terlebih dahulu. Sehingga tindakan membully siswa di sekolah dapat terentaskan.

14. Memberikan informasi mengenai pengertian membully (mencaci,menghina), dampak membully (mencaci,menghina) bagi korban,

memberikan layanan individual terhadap siswa yang sering membully (mencaci,menghina), serta memberikan pelatihan tentang bagaimana siswa harus berfikir dahulu sebelum bertindak lewat penerapan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) telah dilakukan oleh konselor sekolah terhadap klien yang bermasalah. Dari semua yang telah diberikan oleh konselor sekolah terhadap klien, membuat klien mengerti mulai dari apa itu membully (mencaci,menghina) serta dampak membully (mencaci,menghina) bagi korbannya. Dan setelah mendapatkan pelatihan tentang Cognitive Behaviour Therapy (CBT), klien berjanji tidak akan melakukan perilaku membully lagi kepada teman sebayanya maupun adik kelasnya.

Klien juga merasa bahwa hal yang selama ini ia lakukan sangatlah merugikan bagi korban bully itu sendiri. Karena bisa saja korban bully itu menjadi trauma dan takut untuk bersosialisasi dengan orang lain. Hal ini tentu akan menghambat perkembangan korban bully itu sendiri.

Klien juga mengatakan bila ia melihat ada seorang teman yang membully temannya, ia akan menegur temannya tersebut, dan mengatakan bahwa tindakan yang ia lakukan itu tidak baik dan akan berdampak buruk bagi siswa yang di bully-nya. Pemahaman yang diperoleh oleh klien sangat baik bagi kehidupnya. Dengan begitu masalah membully (mencaci,menghina) di sekolah ini akan terentaskan.

c. Tabel Pedoman Observasi

Tabel 4.7

Pedoman Observasi

No	Perilaku yang diamati	Hasil
1	Perilaku siswa di luar kelas saat jam istirahat	Ketika siswa berada di luar kelas saat jam istirahat, siswa lebih banyak berkumpul di kantin sekolah bersama teman-teman sebayanya yang lain.
2	Perilaku siswa di dalam kelas	Pada saat siswa berada di dalam kelas, siswa aktif di dalam proses belajar mengajar
3	Aktifitas siswa saat bermain dengan teman sebaya	Ketika siswa bersama dengan teman sebayanya, siswa berkumpul dan bercanda di kantin sekolah ataupun di depan kelas pada saat jam istirahat.
4	Aktifitas siswa saat bermain dengan juniornya di sekolah	Aktifitas siswa terhadap juniornya di sekolah seperti layaknya teman biasa, sekedar tegur sapa, dan tidak terlalu memiliki hubungan yang dekat.
5	Aktifitas siswa saat bermain	Pada saat siswa bermain dengan

	dengan seniorinya di sekolah	seniorinya siswa tersebut berteman seperti teman sebaya, bermain bersama, namun tetap ada jarak terhadap seniorinya tersebut.
6	Penyebab kebiasaan perilaku membully siswa	Penyebab siswa terbiasa untuk membully (mencaci,menghina) adalah karena membully (mencaci,menghina) sudah terbiasa dikalangan siswa ketika berada di lingkungan sekolah.
7	Bentuk bully yang dilakukan siswa tersebut	Bermacam-macam bentuk bully (mencaci,menghina) yang dilakukan siswa tersebut salah satu diantaranya adalah, mengejek atau menghina bentuk fisik teman sebayanya yang lain.
8	Layanan yang diberikan kepada siswa	Layanan yang diberikan kepada siswa adalah layanan individual. Dengan memberikan layanan individual diharapkan dapat mengenal siswa lebih dalam.
9	Pemberian arahan dan	Pemberian arahan kepada siswa,

	pendekatan yang tepat kepada siswa	terkait dengan mengentaskan masalah perilaku membully (mencaci,menghina) oleh siswa di sekolah. Berupa pengertian membully (mencaci,menghina), dampak membully bagi korban bully serta pelaksanaan layanan individual dengan melatih siswa di dalam perilaku membully-nya (mencaci,menghina) lewat penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT)
10	Penerapan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) untuk mengentaskan perilaku membully (mencaci,menghina) siswa	Lewat penerapan Cognitive Behaviour Therapy (CBT), siswa dilatih untuk berfikir ulang tentang tindakan yang akan ia lakukan. Memikirkan kembali apakah tindakan yang akan ia lakukan ini baik atau buruk, dengan melatih siswa untuk memikirkan kembali sebelum mengambil tindakan, diharapkan masalah perilaku

		siswa yang suka membully (mencaci, menghina) dapat terentaaskan, karena siswa dilatih untuk melakukan tindakan yang positif dan tidak merugikan dirinya sendiri terutama orang lain.
--	--	--

3. Hasil Observasi

Setelah peneliti melakukan penelitian ke SMP Negeri 1 Batang Kuis dengan melakukan observasi menyatakan bahwa penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) juga dilakukan di SMP Negeri 1 dalam hal ini menerapkan penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) kepada siswa.

Ketika siswa berada di luar kelas saat jam istirahat, siswa lebih banyak berkumpul di kantin sekolah bersama teman-teman sebayanya yang lain. Pada saat siswa berada di dalam kelas, siswa aktif di dalam proses belajar mengajar. Ketika siswa bersama dengan teman sebayanya, siswa berkumpul dan bercanda di kantin sekolah ataupun di depan kelas pada saat jam istirahat. Aktifitas siswa terhadap juniornya di sekolah seperti layaknya teman biasa, sekedar tegur sapa, dan tidak terlalu memiliki hubungan yang dekat. Pada saat siswa bermain dengan seniornya siswa tersebut berteman seperti teman sebaya, bermain bersama, namun tetap ada jarak terhadap seniornya tersebut.

Penyebab siswa terbiasa untuk membully (mencaci,menghina) adalah karena membully (mencaci,menghina) sudah terbiasa dikalangan siswa ketika berada di lingkungan sekolah. Berbagai-bentuk bully (mencaci,menghina) yang dilakukan siswa tersebut salah satu diantaranya adalah, mengejek atau menghina bentuk fisik teman sebayanya yang lain.

Layanan yang diberikan kepada siswa adalah layanan individual. Dengan memberikan layanan individual diharapkan dapat mengenal siswa lebih dalam. Pemberian arahan kepada siswa, terkait dengan mengentaskan masalah perilaku membully (mencaci,menghina) oleh siswa di sekolah. Berupa pengertian membully (mencaci,menghina), dampak membully bagi korban bully serta pelaksanaan layanan individual dengan melatih siswa di dalam perilaku membully-nya (mencaci,menghina) lewat penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT).

Lewat penerapan Cognitive Behaviour Therapy (CBT), siswa dilatih untuk berfikir ulang tentang tindakan yang akan ia lakukan. Memikirkan kembali apakah tindakan yang akan ia lakukan ini baik atau buruk, dengan melatih siswa untuk memikirkan kembali sebelum mengambil tindakan, diharapkan masalah perilaku siswa yang suka membully (mencaci, menghina) dapat terentaskan, karena siswa dilatih untuk melakukan tindakan yang positif dan tidak merugikan dirinya sendiri terutama orang lain.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil penelitian terhadap 7 orang responden siswa-siswi SMP Negeri 1 Batang Kuis telah dikemukakan beberapa temuan penelitian yang berkaitan

dengan penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk mengentaskan perilaku membully (mencaci,menghina) siswa kelas VIII sebagai berikut :

1. Guru bimbingan konseling haruslah lebih memperhatikan perilaku siswa yang suka membully (mencaci,menghina) baik di dalam kelas maupun di luar kelas saat jam istirahat agar dapat melihat seberapa efesiennya penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) terkait masalah perilaku siswa-siswi yang suka membully (mencaci,menghina) tersebut.
2. Guru bimbingan konseling harus saling kerjasama dengan wali kelas, guru bidang study maupun orang tua dalam melaksanakan penerapan cognitive behavior therapy (CBT) agar mencegah siswa-siswi tersebut untuk membully (mencaci,menghina) kembali.
3. Guru bimbingan konseling harus memperbanyak memberi penerapan cognitive behavior therapy (CBT), lewat layanan individual kepada konseli secara efektif dan efesien.

D. Keterbatasan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini telah dilakukan secermat mungkin yaitu dengan mengupayakan kondisi-kondisi yang mendukung dalam proses penelitian. Namun, penulisan skripsi ini dapat dikatakn belum sempurna, masih ada kekurangan dan keterbatasan dalam melakukan penelitian dan penganalisaan data hasil penelitian serta hal-hal lain yang tidak dapat dihindari sehingga mempengaruhi hasil penelitian. Adapun keterbatasan yang penulis hadapi disebabkan oleh beberapa factor antara lain:

1. Dalam proses pengambilan data berdasarkan sampel sumber data menuntut peneliti untuk memiliki ketekunan dan pengamatan yang lebih objektif .
2. Pada saat melakukan wawancara oleh peneliti kepada guru bimbingan konseling suasana wawancara kurang kondusif karena ruangan BK yang bentuknya seperti ruang kelas, dan tidak ada pembatas kaca, sehingga sewaktu proses wawancara sedikit terganggu karena guru BK yang lain juga sedang menyelesaikan masalah siswa yang lain.
3. Saat melakukan observasi keadaan kelas kurang kondusif. Sehingga menghambat proses observasi.
4. Saat melakukan wawancara oleh penelitian kepada siswa, siswa kurang terbuka kepada peneliti.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) sebagai bentuk bantuan konselor untuk menangani masalah klien/siswa yang suka mengejek mencaci, menghina, ataupun memukul (membully).

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang dikemukakan sebelumnya dapat ditarik kesimpulan bahwa dengan Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk mengentaskan masalah membully siswa di SMP Negeri 1 Batang Kuis Tahun Pembelajaran 2015-2016. Dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru bimbingan konseling dan siswa dapat disimpulkan bahwa pemberian bantuan melalui Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) harus sering dilakukan terhadap siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Batang Kuis agar masalah perilaku membully (mencaci, menghina) di sekolah dapat terentaskan.

B. Saran

1. Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah disarankan untuk menyediakan jam kepada guru bimbingan konseling untuk masuk kedalam kelas dan melihat bagaimana keadaan siswa di dalam kelas.

2. Bagi Guru Bimbingan Konseling (BK)

Guru bimbingan konseling disarankan agar mampu mengarsipkan seluruh data yang berkaitan dengan laporan guru wali kelas tentang perilaku siswa yang masih suka membully.

3. Bagi Guru Wali Kelas

Diharapkan kepada guru wali kelas dapat bekerja sama dengan guru bimbingan konseling dapat menjalin kerja sama yang memiliki kehangatan yang baik agar tercapainya Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) yang baik sesuai yang diinginkan dalam kegiatan bimbingan konseling.

4. Bagi Siswa

Siswa disarankan agar memiliki kemampuan yang baik dan turut mendengarkan apa yang disampaikan oleh guru wali kelas ,guru bidang studi dan guru bimbingan konseling agar dapat merubah perilakunya menjadi lebih baik.

5. Bagi Orang Tua

Sudah diketahui bahwa waktu siswa akan lebih banyak berada di rumah jika dibandingkan dengan waktu siswa berada di sekolah. Maka dari itu orang tua juga berperan terhadap perilaku siswa tersebut. Orang tua harus sesering mungkin memperhatikan pola perilaku anaknya, tegur bila terjadi kelalaian dan kesalahan akibat perilakunya yang tidak baik itu.

DAFTAR PUSTAKA

- Anesty. 2009. *Pendidikan Tanpa Kekerasan*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Anonymous. 2013. *Buku Saku Terapi Spesialis Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*.
Jakarta. Rineka Cipta.
- Astuti, T.R. 2008. *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Mengatasi Kekerasan Pada Anak*. Jakarta: Grasindo.
- Beck, Judith S. 2011. *Cognitive-Behavior Therapy: Basic and Beyond* (2nd ed).
Jakarta: Rineka Cipta.
- Harper. 2008. *Stop Bullying*. Jakarta: Serambi.
- Krahe, B. 2005. *Buku Panduan Psikologi Sosial: Prilaku Agresif*. Yogyakarta:
Puataka Pelajar.
- Matson, dkk. 2000. *Pendekatan Konseling*. Yogyakarta: Kanisius.
- McLeod, John. 2006. *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus (Alih Bahasa oleh A.K. Anwar)*. Jakarta: Kencana.
- Milne, A. 2013. *Cognitive Behavioural Therapy*. Jakarta: Indeks.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta:
Rineka Cipta.
- Oemarjoedi, A. Kasandra. 2003. *Pendekatan Cognitive Behavior dalam Psikoterapi*. Jakarta: Kreatif Media.
- Priytna, A. 2010. *Memahami, Mencegah dan Mengatasi Bullying*. Jakarta: Elex
Media komputinde.
- Rakhmat, Jalaluddin. 2003. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Stallard. 2004. *Cognitive Behavior*. Jakarta: Adikarya.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D Cetakan ke-17*. Bandung: Alfabeta.
- Sunaryo. 2004. *Konsep Perilaku*. Jakarta: EGC.
- Walgito,Bimo. 2005. *Pengantar Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*. Bandung:Remaja Rosdakarya.
- westbrook, dkk. 2007. *An Introduction To Cognitive Behaviour Therapy Skills And Applications*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Widiharto, Rachmadi. 2009. *Diagnosis Kesulitan Belajar Siswa*. Yogyakarta: Indeks.
- Wiyani,N.A. 2012. *Save Our Children From School Bullying*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas

- Nama : Edward Sasri Dwyantana
- Tempat .Tgl Lahir : Sei Rotan 11 Oktober 1992
- Jenis Kelamin : Laki-laki
- Kewarganegaraan : Indonesia
- Status : Belum Menikah
- Agama : Islam
- Alamat : Jl. Beringin Dusun IX Desa Sei Rotan
- Nama Orang Tua
 - 1. Ayah : Satino
 - 2. Ibu : Sri Sudaryani S.Pd
- Pekerjaan
 - 1. Ayah : PNS
 - 2. Ibu : PNS

B. Pendidikan

- SD : SD Negeri 104607 (Lulus Tahun 2005)
- SMP : SMP Negeri 1 Tembung (Lulus Tahun 2008)
- SMA : SMA Negeri 1 Batang Kuis (Lulus Tahun 2011)
- PT : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
(Insyallah Lulus Tahun 2016)