

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN TEKNIK *SELF CONTROL* UNTUK MENGATASI
PERILAKU *BULLYING* PADA PESERTA DIDIK KELAS XI DI
SMK NEGERI 1 KELAPA**



SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)**

Oleh :

LISA TIARA

NIM : 1915040

Fakultas: Tarbiyah

Program Studi: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Kepada:

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

2023



SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI
Nomor : B-03/BKPI/5.5/PP.00.9/08/2023

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama : Lisa Tiara
NIM : 1915040
Program : Strata I
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi : Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Self Control Untuk Mengatasi Perilaku Bullying Pada Peserta Didik Kelas XI di SMKN 1 Kelapa.

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25% pada skripsi yang disusunnya.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 16 Agustus 2023
Ka.Program Studi BKPI

Dr. Nikmarijal, M.Pd

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lisa Tiara

NIM : 1915040

Fakultas : Tarbiyah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul "**Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Control* Untuk Mengatasi Perilaku *Bullying* Pada Peserta Didik Kelas XI Di SMK Negeri 1 Kelapa**" ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 03 Agustus 2023

Yang menyatakan



Lisa Tiara

NIM. 1915040



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIIYAH

Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: stainbangkabelitung@kemenag.go.id, stain32_sashabel@yahoo.co.id
BANGKA 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal: Skripsi
Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di-

tempat

Axsalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa dibawah ini :

Nama : Lisa Tiara
NIM : 1915040
Fakultas : Tarbiyah
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Self Control* Untuk Mengatasi Perilaku *Bullying* Pada Peserta Didik Kelas XI Di SMK Negeri 1 Kelapa.

Telah dapat diajukan kepada Jurusan Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). Harapan kami, semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat di munaqasyahkan.

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bangka, 2023

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Wahyudin Noor, M.S.I
NIP. 197909292009121002

Komariah, S.Psi., M.Pd
NIP. 199101212020122025



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: stainbangkabelitung@kemenag.go.id, stain32_aashabel@yahoo.co.id
BANGKA 33173

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal: Skripsi
Lisa Tiara
Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di-

tempat

Axsalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa dibawah ini :

Nama : Lisa Tiara
NIM : 1915040
Fakultas : Tarbiyah
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Control* Untuk Mengatasi Perilaku *Bullying* Pada Peserta Didik Kelas XI Di SMK Negeri 1 Kelapa.

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bangka, 06 September 2023

Konsultan I

Wahyudi, M.A
NIDN. 2005089101

Konsultan II

Nurul Faqih Isro'I, M.Pd
NIDN. 2021029003



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasabel.ac.id, Website: www.iainsasabel.ac.id
BANGKA 33173

PENGESAHAN

Nomor: 255.B9/FT/PP.00.9/09/2023

Skipri dengan judul: Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Control* Untuk Mengatasi Perilaku *Bullying* pada Peserta Didik Kelas XI di SMK Negeri 1 Kelapa

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Lisa Tiara

NIM : 1915040

Fakultas : Tarbiyah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

telah dimunaqasyahkan pada hari: Selasa, tanggal 05 September 2023 dengan nilai B (85.40), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.

DEWAN SIDANG MUNAQASYAH

Pembimbing I,

Dr. Wahyudin Noor, M.S.I
NIP. 19790929 200912 1 002

Pembimbing II,

Komariah, S.Psi. M.Pd
NIP. 19910521 202012 2 026

Penguji I,

Wahyudi, S.Pd.I., M.A.
NIDN. 2005089101

Penguji II,

Nurul Faqih Isro'i, M.Pd
NIDN. 2021029003

Ketua Panitia

Dwi Haryanti, M.Pd.I
NIP. 19900519 201503 2 009



Bangka, 26 September 2023

Dekan Fakultas Tarbiyah,

Dwi Haryanti, M.A.
NIP. 19900519 201503 2 009

HALAMAN MOTTO

Berlelah-lelahlah, manisnya hidup baru seteah lelah berjuang. Aku melihat air menjadi keruh karena diam bertahan. Jika mengalir menjadi jernih, jika tidak, akan keruh mengenang. Singa, jika tak tinggalkan sarang tak akan dapat mangsa.

Anak pahah, jika tak tinggalkan busur tak akan kena sasaran.

(Imam Asy Syafi'i)

“Barang siapa menempuh jalan untuk menuntut ilmu niscaya Allah akan memudahkan baginya menuju surge.”

(HR. Bukhori & Muslim)

“TIDAK ADA PENGORBANAN YANG SIA-SIA SELAGI MAU BERJUANG”

“Impian Kita Memang Mahal, Itu Sebabnya Kita Perlu Berkorban. Pengorbanan Waktu, Tenaga, Pikiran, Modal. Semua Itu Adalah Harga Yang Memang Harus Dibayar. Selagi Menyerah, Engkau Kalah.”

(Lisa Tiara)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Semua yang telah ku raih tak lepas dari segala rasa syukur kepada Allah SWT. Telah kuselesaikan sebuah karya, yang merupakan wujud tanggung jawab dan perjuangan diri dalam setiap titik kehidupan ini, yang meyakinkanku bahwa semua yang kuraih adalah bagian dari do'a tulus orang-orang terkasih yang selalu menyayangi dan mencintaiku. Dengan segala kerendahan hati, serta penuh cinta dan kasih sayang, karya sederhana ini ku persembahkan untuk :

Pertama almamaterku tercinta IAIN SAS BABEL. Kedua orang tua tercinta Ibu Rapih dan Bapak Alm Ruan, semua yang kulakukan hanya untuk membuat bapak dan ibu tersenyum, terimakasih untuk semua do'a, kepercayaan dan limpahan cinta kasih yang telah menjadi nafas kehidupanku serta mengiringi setiap langkahku.

Ketiga Kakak Kandungku yang bernama Iryanto yang telah menyekolahkanku sampai keperguruna tinggi, mengorbankan segala nya, kepercayaan dan mengiring setiap langkah ku dan menantikanku untuk segera menyelesaikan studiku, karena ingin segera melihatku mengenakan seperangkat toga, atas segala dukungan dan do'anya ucapkan terimakasih banyak.

Keempat Keluarga Besar yang telah menantikanku untuk segera menyelesaikan studiku, karena ingin segera melihatku mengenakan seperangkat toga, atas segala dukungan dan do'anya ucapkan terimakasih banyak.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT, Sang penguasa Segala, karena hanya dengan Rahmat dan Hidayah-Nya jualah Skripsi ini bisa diselesaikan. Demikian pula shalawat dan salam teruntuk Junjungan Besar Nabi Muhammad SWT, beserta para sahabatnya, yang telah membuka tabir jahiliyah sehingga terbentang jalan kebenaran yang terang, sebagai jalan keselamatan bagi umat manusia Semoga Nur yang terpancarkan tidak redup diterpa perkembangan zaman.

Penulis skripsi ini merupakan kajian singkat tentang nilai-nilai pendidikan, Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Irawan, M.S.I, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Ibu Dr. Soleha, M.A, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
3. Bapak Dr. Nikmarijal, M.Pd, selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
4. Bapak Dr. Wahyudin Noor, M.S.I, selaku Pembimbing I, yang dengan penuh kesabaran membimbing saya hingga skripsi ini selesai.
5. Ibu Komariah, S.Psi., M.Pd, selaku Pembimbing II, yang dengan penuh kesabaran membimbing saya hingga skripsi ini selesai.
6. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
7. Ibu Zaryati, selaku Kepala Sekolah SMK Negeri 1 Kelapa.
8. Bapak Rino, selaku Guru BK SMK Negeri 1 Kelapa.

9. Terkhusus kepada orang tua dan keluarga saya tercinta yang sangat berjasa dan telah banyak memberikan bantuan dalam motivasi serta pengorbanan yang begitu besar, sehingga peneliti dapat menyelesaikan dengan baik.
10. Rekan-rekan seperjuangan, dan para sahabat-sahabat saya Reka Nova, Linda Sari, Lisa Alpina, Puja Septia dwi, dan khususnya sahabat dunia akhirat saya almarhum Nurul Fadillah, semoga alm. Selalu ditempatkan disisi terbaik menurut- Nya. Alfatihah yang telah membantu proses Penyelesaian Skripsi ini.
11. Terkhusus untuk yang terakhir yaitu Muhali yang tidak henti-hentinya memberi motivasi, semangat dan menemani saat duka maupun suka.

Ibarat pepatah “ Tak Ada Gading yang tak Retak”, demikianlah skripsi ini adanya, banyak kekurangan di sana-sini. Namun demikian, terlepas dari berbagai kelemahan dan kekurangan, besar harapan penulis, skripsi ini bisa bermanfaat. Akhirnya, saran dan kritik yang membangun penulis harapkan demi perbaikan dan pengembangan Skripsi ini. Demikianlah kata pengantar ini dibuat penulis.

Bangka, 01 Agustus 2023



Lisa Tiara
1915040

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iii
NOTA DINAS KONSULTASI.....	iiiv
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO.....	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B.Rumusan Masalah.....	10
C.Tujuan Penelitian.....	10
D.Kegunaan Penelitian.....	10
E.Telaah Pustaka	11
F. Sistematika Pembahasan	16
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Bimbingan Kelompok	18
1. Pengertian Bimbingan Kelompok	18

2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok	19
3. Asas Bimbingan Kelompok.....	20
4. Tahapan Layanan Bimbingan Kelompok.....	21
B. Teknik <i>Self Control</i>	22
1. Pengertian <i>Self Control</i>	22
2. Jenis dan Aspek <i>Self Control</i>	24
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Teknik <i>Self Control</i>	25
C. Perilaku <i>Bullying</i>	26
1. Pengertian Perilaku <i>Bullying</i>	26
2. Karakteristik Perilaku <i>Bullying</i>	28
3. Aspek Perilaku <i>Bullying</i>	29
5. Dampak Perilaku <i>Bullying</i>	32
6. Faktor-Faktor Penyebab Perilaku <i>Bullying</i>	33
D. Kerangka Teori.....	36
E. Hipotesis	39

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Pendekatan Penelitian.....	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	42
C. Variabel Penelitian	43
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian	44
E. Populasi dan Sampel.....	46
F. Teknik Pengumpul Data.....	49
G. Pengembangan Instrumen Penelitian	52
H. Teknik Keabsahan Instrumen.....	53

I. Teknik Analisis Data.....	60
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Pelaksanaan Penelitian	65
1. Pelaksanaan <i>Pretest</i>	65
2. Pelaksanaan <i>Eksperiment</i>	69
3. Pelaksanaan <i>Posttest</i>	73
B. Hasil Uji Prasyarat.....	74
1. Hasil Uji Prasyarat Data	74
2. Hasil Uji Hipotesis	75
C. Pembahasan	79
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	84
B. Saran	85
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel III.1 Daftar Jadwal Penelitian	42
Tabel III.2 Jumlah peserta didik kelas XI SMK Negeri 1 Kelapa	46
Tabel III.3 Sampel Penelitian.....	49
Tabel III.4 Kisi-Kisi Pedoman Observasi	51
Tabel III.5 Daftar <i>Checklist</i> Dokumen.....	53
Tabel III.6 Skor Alternatif Jawaban.....	54
Tabel III.7 Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen	56
Tabel III.8 Sebaran Item Sebelum diuji Validitas.....	59
Tabel III.9 Validitas Item skala Perilaku <i>Bullying</i>	60
Tabel III.10 Sebaran <i>Item</i> setelah di Uji Validitas	61
Tabel III.11 Uji Reliabilitas Instrumen	62
Tabel III.12 Kategorisasi Penilaian.....	63
Tabel IV.1 Kategori skor <i>Pre-Test</i> Perilaku <i>Bullying</i>	69
Tabel IV.2 Skor <i>Pre-Test</i> Perilaku <i>Bullying</i> peserta didik.....	70
Tabel IV.3 Kategori skor <i>Post-Test</i> Perilaku <i>Bullying</i>	76
Tabel IV.4 Skor <i>Post-Test</i> Perilaku <i>Bullying</i> peserta didik	76
Tabel IV.5 Hasil Uji Normalitas	78
Tabel IV.6 Hasil Uji Hipotesis (<i>Pre-test</i> dan <i>Posttest</i>)	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1 Kerangka Berpikir	38
Gambar III.1 <i>Desain Eksperiment One Group Pretest- Posttest</i>	41
Gambar III.2 Variabel Penelitian	43

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)
- Lampiran 2. Angket Intensitas Perilaku *Bullying*
- Lampiran 3. *Output* SPSS Validitas
- Lampiran 4. Tabulasi *Pretest* Dan *Posttest*
- Lampiran 5. *Output* SPSS *Realibilitas*
- Lampiran 6. Hasil Uji Normalitas
- Lampiran 7. Hasil Uji Hipotesis
- Lampiran 8. SK Pembimbing
- Lampiran 9. Surat Keterangan Izin Penelitian Skripsi IAIN SAS BABEL
- Lampiran 10. Surat Balasan Penelitian Skripsi SMK Negeri 1 Kelapa
- Lampiran 11. Kartu Bimbingan Skripsi
- Lampiran 12. Jadwal Penelitian
- Lampiran 13. Profil Dan Visi Misi Sekolah
- Lampiran 14. Dokumentasi
- Lampiran 15. Daftar Riwayat Hidup

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *SELF CONTROL* UNTUK MENGATASI PERILAKU *BULLYING*
PADA PESERTA DIDIK KELAS XI DI SMK NEGERI 1 KELAPA**

Lisa Tiara

1915040

Fakultas Tarbiyah

Institut Agama Islam Negeri

Syaikh Abdurrahman Siddik

Bangka Belitung

Abstract

Bullying merupakan perilaku agresi berulang dimana satu atau lebih orang sengaja menyakiti atau mengganggu individu lain yang lemah secara fisik, verbal, atau psikologis. Dalam perilaku *bullying*, pelaku merupakan kunci utama yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Pelaku *bullying* pada umumnya memiliki ciri yaitu agresivitas yang tinggi dan kurang memiliki rasa empati. Sehingga perlu upaya untuk mengurangi perilaku *bullying* dengan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-control*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah bimbingan kelompok dengan teknik *self-control* efektif dalam mengurangi perilaku *bullying* pada peserta didik di SMK Negeri 1 Kelapa.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan bentuk desain *quasi esperiment design*, dengan tipe *one group pretest- posttest*. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan observasi dan angket. Subjek penelitian yaitu peserta didik kelas XI di SMK Negeri 1 Kelapa. Sampel penelitian terdiri atas 12 peserta didik yang mengisi angket *pretest* untuk mengetahui keadaan awal perilaku *bullying*, selanjutannya diberikannya perlakuan/*treatment* layanan bimbingan kelompok teknik *self-control*, setelah itu hasil peningkatan perilaku *bullying* diketahui melalui pengisian angket *posttest*. Teknik analisis yang digunakan untuk melihat hasil penelitian berupa uji prayarat analisis normalitas dan uji hipotesis melalui bantuan program SPSS versi 25.

Adapun hasil penelitian yaitu pada tahap *pretest* menggunakan angket perilaku *bullying*, 12 peserta didik memperoleh kategori skor tinggi, dengan skor tertinggi sebesar 123 dan setelah diberikan *posttest* perlakuan maka dikategorikan sedang dengan 89. Berdasarkan pengolahan analisis data dan setelah dilakukan uji hipotesis didapatkan nilai thitung yaitu 13,756, sehingga thitung 13,756 > ttabel 10,010 dan sig 0,00 < 0,05 yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Self Control* Efektif Untuk Mengatasi Perilaku *Bullying* Peserta Didik Kelas XI di SMK Negeri 1 Kelapa.

Kata-kata Kunci: *Bimbingan Kelompok, Teknik Self Control, Perilaku Bullying*