

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* DALAM
MENGURANGI PERILAKU *BULLYING* PESERTA DIDIK KELAS VIII
SMP NEGERI 1 AIR GEGAS KECAMATAN AIR GEGAS**



SKRIPSI

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

**Oleh:
Ardian
(2015040)
Fakultas tarbiyah
Program Studi Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK
BANGKA BELITUNG
TAHUN 2026**

HALAMAN PLAGIASI



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
Jalan Raya Petaling, Km. 13 Kec. Mendo Harat Kab. Bangka Prov. Kep. Bangka Belitung
E-mail: humas@iainsasabel.ac.id Website: www.iainsasabel.ac.id Kode Pos: 33173

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI

Nomor : B-116/BKPI/5.5/PP.00.9/06/2026

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 : Ardian
NIM : 2015040
Program : Strata I
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan
Teknik CBT (*Cognitive Behavior Therapy*) Dalam
mengurangi Perilaku Bullying Peserta Didik Kelas VII
SMP Negeri 1 Air Gegas.

Hasil cek plagiasi sebesar 18%, dan dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal

Bangka, 26 Agustus 2026
Kep. Program Studi BKPI



Komarjah, S.Psi.M.Pd
NIP. 199105212020122026

HALAMAN PERNYATAAN

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ardian
NIM : 2015040
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini menyatakan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **“Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Cbt (*Cognitive Behavior Therapy*) Dalam Mengurangi Perilaku *Bullying* Peserta Didik Kelas Viii Smp Negeri 1 Air Gegas”**. ini adalah hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan atau kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 29 April 2026

Yang menyatakan



NIM.2015040

NOTA DINAS PEMBIMBING



**KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH**

Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Provinsi Kep. Bangka Belitung 33173

E-mail : humas@iainsababel.ac.id, Website: www.iainsababel.ac.id

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi
Ardian

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di-
Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

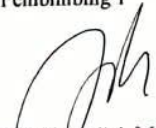
Setelah membaca, meneliti, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa didik tersebut di bawah ini

Nama	: Ardian
NIM	: 2015040
Fakultas	: Tarbiyah
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul	: Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Cbt (<i>Cognitive Behavior Therapy</i>) Dalam Mengurangi Perilaku <i>Bullying</i> Peserta Didik Kelas Viii Smp Negeri 1 Air Gegas

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 Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Pembimbing 1


Dr. Nikmatul Huda, M.P.
NIP.198611282018011001

Bangka, 29 April 2026
Pembimbing 2


Komariah, S.Psi M.Pd.
NIP.199105212020122026

NOTA DINAS KONSULTAN



**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 BANGKA 33173

E-mail: humas@iainsasbabel.ac.id Website: www.iainsasbabel.ac.id

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi
Ardian

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
Di Bangka

Assalamu'alaikum wr. wb.

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan mencermati hasil perbaikan, maka kami selaku penguji berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

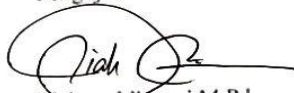
Nama : Ardian
NIM : 2015040
Fakultas : Tarbiyah
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Proposal : Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan (cognitive Behavior Therapy) dalam mengurangi perilaku bullying peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Air Gegas kecamatan air gegas

Telah layak diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S. Pd).

Demikian Nota Dinas Konsultan ini dibuat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum, Wr, Wb.

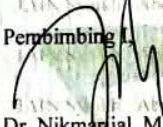
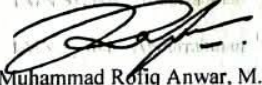
Penguji I


Diah meitikasari.M.Pd

Bangka, 29 Juli 2026
Penguji II


Sabarrudin, M.Pd.
NIP. 199709062025051003

HALAMAN PENGESAHAN

 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@iainsasbabel.ac.id , Website: www.iainsasbabel.ac.id BANGKA 33173	
PENGESAHAN Nomor: 254.B9/FT/PP.00.9/08/2026	
Skripsi dengan judul: Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> dalam Mengurangi Perilaku <i>Bullying</i> Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Air Gegas Kecamatan Air Gegas	
Yang dipersiapkan dan disusun oleh:	
Nama	: Ardian
NIM	: 2015040
Fakultas	: Tarbiyah
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
telah dimunaqasyahkan pada hari: Rabu, tanggal 22 Juli 2026 dengan nilai B (85.80), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.	
DEWAN SIDANG MUNAQASYAH	
Pembimbing I,  Dr. Nikmajjal, M.Pd NIP. 19861128 201801 1 001	Pembimbing II,  Komariah, S.Psi. M.Pd NIP. 19910521 202012 2 026
Penguji I,  Djah Meitikasari, M.Si NIP. 19900529 201903 2 008	Penguji II,  Sabarrudin, M.Pd NIP. 19970906 202505 1 003
Ketua Panitia  Muhammad Rofiq Anwar, M.Pd NIP. 19890621 201903 1 014	 Bangka, 20 Agustus 2026 Dekan Fakultas Tarbiyah, Dr. Subri, S.Pd.I, M.S.I NIP. 19740302 200604 1 001

HALAMAN MOTTO

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka
mengubah keadaan diri mereka sendiri.”

(Q.S. Ar-Ra’d: 11)

“Barang siapa yang tidak mampu menahan lisannya, maka ia akan mendapatkan
banyak penyesalan.”

(Ali bin Abi Thalib)

“Pikiranmu akan menentukan tindakanmu, dan tindakanmu akan menentukan
masa depanmu.”

(Ardian)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'ālamīn, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia menuju zaman yang penuh ilmu pengetahuan.

Karya sederhana ini penulis persembahkan kepada Ibunda tercinta, Meri, yang selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan, dan pengorbanan tanpa henti. Penulis juga mempersembahkan karya ini kepada Ayahanda tercinta, Almarhum Ading, atas kasih sayang, didikan, dan semangat yang telah diberikan semasa hidupnya. Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan menempatkan beliau di tempat terbaik di sisi-Nya.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada dosen pembimbing, keluarga besar, sahabat, dan teman-teman yang telah memberikan dukungan, doa, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.

Terima kasih juga penulis sampaikan kepada almamater tercinta, IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, yang telah menjadi tempat penulis menimba ilmu dan pengalaman. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan menjadi langkah awal menuju masa depan yang lebih baik.

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* DALAM MENGURANGI
PERILAKU *BULLYING* PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 1
AIR GEGAS KECAMATAN AIR GEGAS**

Ardian
2015040

Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Institut Agama Islam Negeri
Syaiikh Abdurrahman Siddik
Bangka Belitung

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih adanya perilaku *bullying* pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Air Gegas yang berdampak negatif terhadap perkembangan sosial dan psikologis peserta didik. Oleh karena itu, diperlukan layanan konseling kelompok dengan teknik *Cognitive Behavior Therapy* sebagai upaya untuk mengurangi perilaku *bullying*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *quasi experimental design* menggunakan desain *Non-Equivalent Control Group Design*. Data dikumpulkan melalui angket perilaku *bullying* yang diberikan pada saat pretest dan posttest, kemudian dianalisis menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, *Independent Samples t-Test*, dan N-Gain Score untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *Cognitive Behavior Therapy*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *Cognitive Behavior Therapy* efektif dalam mengurangi perilaku *bullying* peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Air Gegas Kecamatan Air Gegas. Hal ini ditunjukkan dengan adanya penurunan skor perilaku *bullying* pada kelompok eksperimen setelah diberikan layanan. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai t hitung sebesar 4,21 lebih besar daripada t tabel sebesar 2,03 pada taraf signifikansi 0,05 sehingga hipotesis penelitian diterima. Selain itu, hasil analisis N-Gain Score sebesar 0,56 berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *Cognitive Behavior Therapy* cukup efektif dalam mengurangi perilaku *bullying* peserta didik.

Kata-Kata Kunci : *Bullying*, Konseling Kelompok, *Cognitive Behavior Therapy*, Perilaku Peserta Didik

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'aalamin, segala puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah Swt. tuhan sekalian alam yang senantiasa melimpahkan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, serta yang memberikan kekuatan fisik dan mental sehingga peneliti mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat serta salam senantiasa tetap tersenandungkan di antar do'a-do'a para hamba-Nya. Semoga Allah melimpahkan kepada beliau Nabi kita Nabi Muhammad Saw, sebagai rahmatanlilaalamiin.

Penelitian skripsi ini dimaksudkan untuk melengkapi syarat dalam rangka menyelesaikan studi pada fakultas tarbiyah prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung. Peneliti menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, dorongan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan terimakasih:

1. Bapak Dr. Irwan. M.S.I, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
2. Ibu Dr. Hj. Soleha, M.A, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
3. Bapak Dr. Nikmarijal,M. Pd, selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam sekaligus sebagai pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan mengarahkan penulisan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Komariah,S.Psi,M.Pd selaku Penasehat Akademik sekaligus pembimbing ke II yang telah memberikan masukan dan arahnya untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu persatu.

6. Kepada Bagian Akademik IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung yang telah membantu dalam proses administrasi izin penelitian dalam penyelesaian skripsi.
7. Kepada Sahabat-sahabat seperjuangan serta rekan-rekan yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
8. Seluruh Civitas Akademika IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.

Dengan demikian, terlepas dari berbagai kelemahan dan kekurangan, besar harapan peneliti, skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Kritik dan saran yang membangun peneliti harapkan demi perbaikan dan pengembangan lebih lanjut.

Bangka, 7 Mei 2026

A handwritten signature in black ink, featuring a large, stylized 'A' followed by a series of loops and a horizontal stroke. Below the signature, the name 'ARDIAN' is written in a small, bold, sans-serif font.

Ardian

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PLAGIASI	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
NOTA DINAS KONSULTAN	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Kegunaan Peneitian	8
E. Sistematika Pembahasan	8
F. Telaah Pustaka.....	10
BAB II KERANGKA TEORITIS	
A. Perilaku <i>Bullying</i> 13	
1. Pengertian <i>Bullying</i>	13
2. Aspek-Aspek <i>Bullying</i>	15
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku <i>Bullying</i>	15
4. Dampak Perilaku <i>Bullying</i>	19

B. Layanan Konseling Kelompok <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	20
C. Pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	26
D. Hipotesis	35
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan Penelitian	37
B. Jenis Penelitian	38
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	40
D. Populasi dan Sampel Penelitian	41
E. Subjek dan Objek Penelitian	43
F. Waktu dan Tempat Penelitian	44
G. PendekatanPengumpulan Data	44
H. Instrument Penelitian	50
I. PendekatanPengeolaan dan Analisis Data	55
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	60
1. Pelaksanaan Eksperimen	63
2. Tingkat Perilaku <i>Bullying</i> Peserta Didik	74
3. Hasil Uji Hipotesis	75
4. Perbandingan <i>Pretest, Posttest</i> dan <i>N-Gain Score</i> 79	
B. Pembahasan	81
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	88
B. Saran	89
DAFTAR PUSTAKA	91
DAFTAR LAMPIRAN	95

DAFTAR TABEL

Tabel III.1 Desain Penelitian	39
Tabel III.2 Data Populasi Penelitian	42
Tabel III.3 Data Sampel Penelitian	43
Tabel III.5 Kategori Skor Jawaban Kuesioner	47
Tabel III.6 Kisi-Kisi Angket Perilaku <i>Bullying</i> Sebelum Validasi	49
Tabel III.7 Hasil Uji Validitas	54
Tabel III.8 Hasil Uji Reliabilitas	56
Tabel III.9 Pembagian N-Gain Score	60
Tabel III.10 Kategorisasi Tafsiran Efektivitas N-Gain Score	60
Tabel IV.1 Rumusan Kategori Data	62
Tabel IV.2 Keterangan Data	62
Tabel IV.3 Acuan Interval 3 Kategorisasi Data	62
Tabel IV.4 Hasil Pretest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol ...	63
Tabel IV.5 Hasil Posttest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol ..	73
Tabel IV.6 Kategorisasi Skor Pretest Perilaku <i>Bullying</i>	74
Tabel IV.7 Hasil Uji Normalitas	75
Tabel IV.8 Hasil Uji Homogenitas	76
Tabel IV.9 Independent Samples Test	78
Tabel IV.10 Hasil Uji Independent Samples Test	78
Tabel IV.11 Pembagian N-Gain Score	79
Tabel IV.12 Kategorisasi Tafsiran Efektivitas N-Gain Score	79
Tabel IV.13 Nilai N-Gain Score Kelompok Kontrol	80
Tabel IV.14 Nilai N-Gain Score Kelompok Eksperimen	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar III.1 Proses Penelitian	40
Gambar III.2 Hubungan Variabel X dan Y	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 RPL Penelitian	95
Lampiran 2 Kisi-Kisi, Pedoman Angket, dan Angket Uji Coba Penelitian.	106
Lampiran 3 Rekapitulasi Uji Validitas Kuesioner Perilaku <i>Bullying</i>	112
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian Skripsi (IAIN SAS Babel).....	113
Lampiran 5 Surat Balasan Izin Penelitian	114
Lampiran 6 Skor Jawaban Kuesioner (Hasil Pretest dan Posttest)	115
Lampiran 7 SK Pembimbing Skripsi	117
Lampiran 8 Kartu Bimbingan Skripsi	122
Lampiran 9 Nota Persetujuan Penyeminar	127
Lampiran 10 Dokumentasi	128
Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup	131