

**PENGEMBANGAN PANDUAN KONSELING  
*COGNITIVE BEHAVIOR* TEKNIK *ASSERTIVE*  
*TRAINING* UNTUK MENURUNKAN PERUNDUNGAN  
PADA SISWA KELAS IX SMP NEGERI 1 SERIRIT**

**TESIS**



Oleh

**Kadek Sinta Ayu Pramesti**

**NIM 22291110008**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
2024**



**PENGEMBANGAN PANDUAN KONSELING *COGNITIVE  
BEHAVIOR* TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK  
MENURUNKAN PERUNDUNGAN PADA SISWA KELAS IX SMP  
NEGERI 1 SERIRIT**

**TESIS**

**Diajukan kepada  
Univeritas Pendidikan Ganesha  
Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan  
Memperoleh Gelar Magister Pendidikan  
Program Studi Bimbingan Konseling**



**Oleh  
Kadek Sinta Ayu Pramesti  
NIM 22291110008**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tesis oleh Kadek Sinta Ayu Pramesti ini telah diperiksa dan disetujui untuk mengikuti Ujian Tesis.

Singaraja, 5 Februari 2024

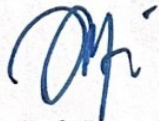
Pembimbing I



Prof.Dr. Ni Ketut Suarni, M.S., Kons

NIP. 195703031983032001

Pembimbing II



Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd

NIP. 198605192008122003



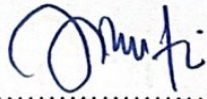

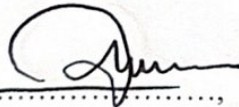
## LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI

Tesis oleh Kadek Sinta Ayu Pramesti ini telah berhasil dipertahankan di depan tim penguji dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan di Program Studi Bimbingan dan Konseling, Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha.

Disetujui pada tanggal: 15 Februari 2024

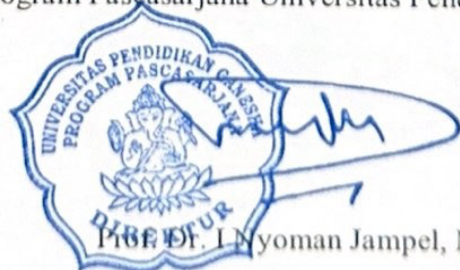
Oleh

Tim Penguji

 .....	Ketua	(Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S.,Kons ) NIP. 19570303 198303 2 001
 .....	Anggota	(Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S.,Kons ) NIP. 19570303 198303 2 001
 .....	Anggota	(Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd) NIP. 19860519 200812 2 003
 .....	Anggota	(Prof. Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons) NIP. 19820816 200812 1 002
 .....	Anggota	(Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons) NIP. 19570801 198303 1 003

Mengetahui Direktur

Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha

  
DIREKTUR  
DR. I Nyoman Jampel, M.Pd

NIP. 19591010 198603 1 003

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan dari Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri. Bagian-bagian tertentu dalam penulisan tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas dan sesuai dengan norma, kaidah, serta etika akademis.

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku di wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia.

Singaraja, 5 Februari 2024

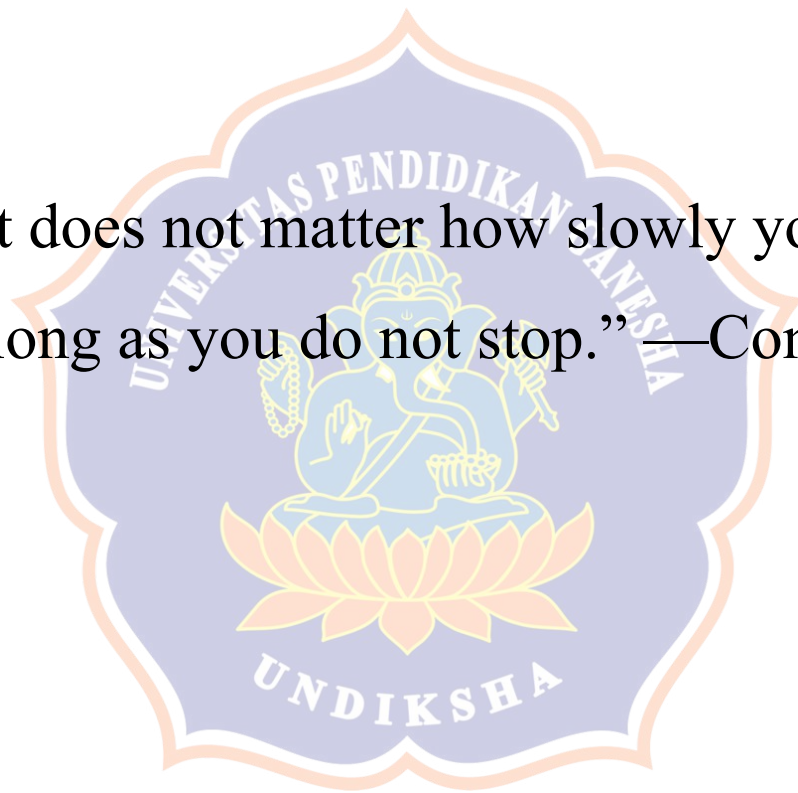
Yang memberi pernyataan,



(Kadek Sinta Ayu Pramesti)

## MOTO

“It does not matter how slowly you go,  
as long as you do not stop.”—Confucius



## PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas anugrah-Nya, sehingga tesis yang berjudul: “Pengembangan Panduan Konseling *Cognitive Behavior* Teknik *Assertive Training* Untuk Menurunkan Perundungan Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Seririt” dapat diselesaikan sesuai dengan yang direncanakan.

Tesis ini ditulis untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha pada Program Studi Bimbingan dan Konseling. terselesaikannya tesis ini telah banyak memperoleh uluran tangan dari berbagai pihak Untuk itu, ijinkan penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan kepada pihak- pihak berikut.

1. Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.Si, Kons, selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Koseling serta pembimbing 1 yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan memberikan motivasi yang demikian bermakna, sehingga penulis mampu melewati berbagai hambatan dalam perjalanan studi dan. penyelesaian tesis ini,
2. Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd. , sebagai pembimbing II, yang memberikan pengarahan penulis selama penelitian dan penulisan naskah laporan tesis ini, sehingga tesis ini dapat terwujud dengan baik sesuai harapan;
3. Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons) sebagai penguji 1 yang telah banyak memberikan masukan yang bermanfaat dan motivasi untuk menyelesaikan tesis ini dengan baik.

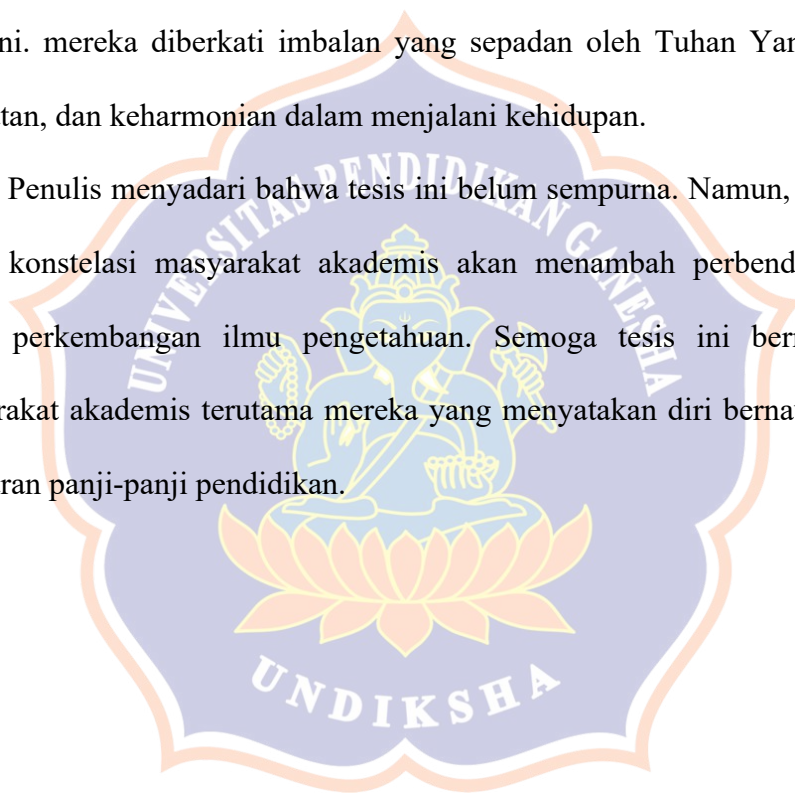


4. Prof. Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons sebagai penguji 2 yang telah banyak memberikan masukan-masukan yang bermanfaat untuk penyempurnaan tesis ini;
5. Rekan sejawat di SMP Negeri 1 Seririt , selaku mitra penelitian di tempat mlakukan penelitian yang telah banyak membantu penulis dalam melakukan penelitian;
6. Para siswa kelas 9 di SMP Negeri 1 Seririt yang telah terlibat banyak sebagai subyek penelitian;
7. Kepala SMP Negeri 1 Seririt yang telah memberikan izin dan bantuan administratif sehingga penulis memperoleh kesempatan melanjutkan studi dan menyelesaikan tesis ini;
8. Dosen pengajar dan staf yang telah banyak membantu dan memotivasi penulis selama penyusunan tesis ini;
9. Direktur Pascasarjana Undiksha dan staf, yang telah banyak membantu selama penulis menyelesaikan tesis ini;
10. Rektor Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan bantuan secara moral dan memfasilitasi berbagai kepentingan penulis dalam menyelesaikan tesis ini;
11. Rekan-rekan seangkatan di Program Studi Pasca Sarjana Bimbingan dan Konseling yang dengan karakternya masing- masing telah banyak berkontribusi membentuk kedirian penulis selama menjalani studi dan penyelesaian tesis ini;

12. Bapak Made Pariawan, Ibu Ida Ayu Putu Madri,S.Pd, Bapak Ida Bagus Suartana, Ibu Luh Leliani, S.Pd, selaku orangtua penulis, yang telah banyak membantu secara material dan moral selama penyelesaian tesis ini;
13. Ida Bagus Putu Pradhitya selaku pasangan yang selalu memberikan support dari segala jenis hal yang diperlukan penulis.

Semoga semua bantuan yang telah mereka berikan dalam menyelesaikan studi ini. mereka diberkati imbalan yang sepadan oleh Tuhan Yang Maha Esa, kesehatan, dan keharmonian dalam menjalani kehidupan.

Penulis menyadari bahwa tesis ini belum sempurna. Namun, kehadirannya dalam konstelasi masyarakat akademis akan menambah perbendaharaan ilmu dalam perkembangan ilmu pengetahuan. Semoga tesis ini bermanfaat bagi masyarakat akademis terutama mereka yang menyatakan diri bernaung di bawah kebesaran panji-panji pendidikan.



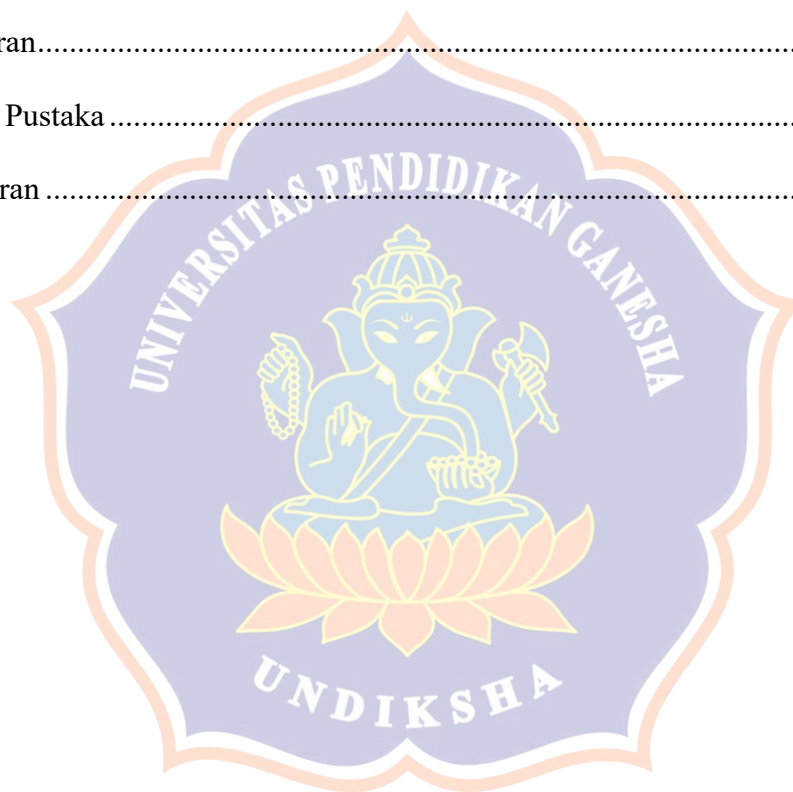
## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LOGO UNDIKSHA .....	ii
SAMPUL DALAM.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI.....	v
LEMBAR PERNYATAAN .....	vi
MOTO .....	vii
PRAKATA .....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
ABSTRAK .....	xix
ABSTRACT .....	xx
BAB I PENDAHULUAN.....	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	15
1.3 Pembatasan Masalah .....	16
1.4 Rumusan Masalah .....	16
1.5 Tujuan Penelitian .....	17
1.6 Manfaat Hasil Penelitian.....	17
1.6.1 Manfaat Teoritis .....	17

1.6.2 Manfaat Praktis .....	17
1.7 Produk Penelitian .....	18
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	
2.1 Perundungan.....	19
2.1.1 Pengertian Perundungan .....	19
2.1.2 Indikator Perundungan.....	20
2.1.3 Unsur Dalam Perundungan.....	24
2.1.4 Dampak Perundungan.....	26
2.2 Konseling <i>Cognitive Behavior Teknik Assertive Training</i> .....	27
2.2.1 Pengertian Konseling <i>Cognitive Behavior Teknik Assertive Training</i> .....	27
2.2.2 Tujuan Konseling <i>Cognitive Behavior Teknik Assertive Training</i> .....	29
2.2.3 Karakteristik Konseling <i>Cognitive Behavior Teknik Assertive Training</i> .....	30
2.2.4 Tahap Konseling <i>Cognitive Behavior Teknik Assertive Training</i> .....	33
2.3 Penulisan Panduan .....	38
2.3.1 Syarat-Syarat Penulisan Panduan.....	38
2.3.2 Rancang Bangun Buku Panduan.....	41
2.4 Kajian Hasil Penelitian Relevan .....	42
2.5 Kerangka Konsep Pengembangan .....	46
2.6 Hipotesis Penelitian.....	49
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	
3.1 Jenis Penelitian.....	50
3.2 Populasi Penelitian.....	51
3.3 Prosedur Penelitian Pengembangan.....	53

3.3.1 <i>Define</i> (Pendefinisian).....	53
3.3.2 <i>Design</i> (Perancangan) .....	54
3.3.3 <i>Develop</i> (Pengembangan) .....	55
3.3.4 <i>Dessimation</i> (Penyebarluasan).....	57
3.4 Variabel Penelitian .....	58
3.4.1 Identifikasi Variabel .....	58
3.4.2 Definisi Operasional Variabel .....	58
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	60
3.6 Instrumen Pengumpulan Data .....	61
3.6.1 Kuesioner Isi Panduan .....	61
3.6.2 Kuesioner Kepraktisan Panduan .....	63
3.6.3 Kuesioner Perundungan .....	68
3.6.4 Kuesioner Perundungan .....	72
3.7 Analisis Data .....	90
3.7.1 Analisis Data Rancang Bangun Panduan .....	90
3.7.2 Analisis Data Kepraktisan Panduan Guru BK .....	91
3.7.3 Analisis Data Kepraktisan Panduan Siswa.....	93
3.7.4 Analisis Data Efektivitas Panduan .....	94
3.7.5 Analisis Data Instrumen Perundungan.....	96
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....</b>	
4.1 Hasil Penelitian .....	105
4.1.1 Rancang Bangun Panduan .....	105
4.1.2 Validitas Isi Panduan .....	107

4.1.3 Kepraktisan Panduan.....	109
4.1.4 Keefektifan Panduan .....	113
4.2 Pembahasan Penelitian.....	116
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	
5.1 Kesimpulan .....	123
5.2 Implikasi.....	124
5.3 Saran.....	126
Daftar Pustaka .....	127
Lampiran .....	130



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Sesi Konseling <i>Cognitive Behavior</i> .....	31
Tabel 2.2 Struktur dan Isi Panduan .....	41
Tabel 2.3 Kajian Hasil Penelitian Relevan .....	42
Tabel 3.1 Subjek Penelitian Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Seririt .....	52
Tabel 3.2 Struktur Rancangan Isi Panduan .....	55
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Validitas Isi Panduan.....	61
Tabel 3.4 Butir Pernyataan Panduan .....	62
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Penyusunan Kuesioner Kepraktisan Panduan .....	64
Tabel 3.6 Butir Kuesioner Kepraktisan Panduan.....	64
Tabel 3.7 Kisi-Kisi Kuesioner Perundungan .....	67
Tabel 3.8 Kuesioner Perundungan .....	68
Tabel 3.9 Skor Skala Likert .....	71
Tabel 3.10 Kriteria Skor Kepraktisan .....	92
Tabel 3.11 Penilaian Acuan Patokan .....	93
Tabel 3.12 Kriteria Skor Kepraktisan .....	93
Tabel 3.13 Penilaian Acuan Patokan .....	94
Tabel 3.14 Hasil Uji Pakar Kuesioner Perundungan .....	97
Tabel 3.15 Hasil Uji Validitas Empirik Kuesioner Perundungan .....	100
Tabel 3.16 Kuesioner Perundungan Hasil Uji Validitas Empirik.....	102
Tabel 4.1 Visualisasi Produk Panduan .....	106
Tabel 4.2 Uji Validitas Isi Panduan .....	108
Tabel 4.3 Uji Kepraktisan Panduan Pada Guru .....	109

Tabel 4.4 Hasil Kategorisasi Kepraktisan Panduan Pada Guru .....	111
Tabel 4.5 Hasil Uji Kepraktisan Panduan Pada Siswa .....	111
Tabel 4.6 Hasil Kategorisasi Kepraktisan Panduan Pada Siswa .....	113
Tabel 4.7 Uji Normalitas Instrumen Perundungan .....	114
Tabel 4.8 Uji Homogenitas Instrumen Perundungan.....	115
Tabel 4.9 Data Statistik Uji-T Perundungan .....	116
Tabel 4.10 Uji Analisis Uji-T Perundungan .....	116





## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Prosedur Model Pengembangan 4D.....	42
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Pengembangan .....	48
Gambar 3.1 Keterampilan Dasar Dalam Mikro Konseling .....	86
Gambar 3.2 <i>One Group Pre-test Post-test Design</i> .....	94



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian .....	130
Lampiran 2. Dokumentasi Kegiatan .....	131
Lampiran 3. Uji Pakar Validitas Isi Panduan.....	133
Lampiran 4. Uji Pakar Validitas Kuesioner .....	146
Lampiran 5. Tabulasi <i>Pre-test</i> .....	152
Lampiran 6. Tabulasi <i>Post-Test</i> .....	152

