

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

ABSTRAK

Pramesti Ayu, Kadek Sinta (2024), Pengembangan Panduan Konseling *Cognitive Behavior* Teknik *Assertive Training* Untuk Menurunkan Perundungan Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Seririt. Tesis Bimbingan dan Konseling, Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha.

Tesis ini sudah disetujui dan diperiksa oleh Pembimbing I: Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S., Kons, dan Pembimbing II: Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd.

Kata-kata kunci: perundungan, teknik *assertive training*, konseling *cognitive behavior*

Perundungan telah dikenal sebagai masalah sosial dalam kalangan siswa di sekolah. Perundungan yang terjadi pastinya akan berdampak pada setiap yang terlibat baik itu pelaku, korban, maupun *bystander*. Perundungan merupakan masalah yang kompleks dan tidak hanya memiliki solusi tunggal yang efektif untuk menanggulunginya. Salah satu solusi yang dapat dilakukan adalah melalui pendidikan khususnya layanan konseling. Pengembangan produk panduan konseling *cognitive behavior* teknik *assertive training* untuk menurunkan kecenderungan perilaku perundungan siswa menggunakan desain 4D, yaitu 1) *define* (pendefinisian), 2) *design* (perancangan), 3) *develop* (pengembangan), 4) *disseminate* (penyebaran). Penilaian kepraktisan panduan konseling *kognitive behavior* teknik *assertive training* untuk menurunkan kecenderungan perilaku perundungan siswa oleh guru BK dengan rata-rata presentase 88,80% yang berarti panduan praktis digunakan oleh guru BK. Penilai kepraktisan oleh siswa dengan rata-rata presentase 90% yang berarti sangat praktis digunakan oleh siswa. Pemberian layanan bimbingan konseling dan media yang tepat berupa layanan konseling *cognitive behavior* teknik *assertive training* yang dikemas dalam buku panduan. Penilaian keefektifan dengan melakukan *one group design pre-test post-test* pada satu kelompok siswa diperoleh hasil nilai Sig=0,001 yang berarti lebih kecil dari 0,05. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa panduan konseling *kognitive behavior* teknik *assertive training* untuk menurunkan kecenderungan perilaku perundungan siswa efektif digunakan.

**DEVELOPMENT OF COGNITIVE BEHAVIOR COUNSELING
GUIDELINES WITH ASSERTIVE TRAINING TECHNIQUES TO REDUCE
BULLYING IN IX CLASS STUDENT OF SMP NEGERI 1 SERIRIT**

ABSTRACT

Pramesti Ayu, Kadek Sinta (2024), *Development of Cognitive Behavior Counseling Guidelines Assertive Training Techniques to Reduce Bullying in Class IX Students of SMP Negeri 1 Seririt*. Thesis Guidance and Counseling Thesis, Graduate Program, Ganesha University of Education.

This thesis has been approved and examined by Supervisor I: Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S., Kons, and Supervisor II: Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd.

Keywords: *bullying, assertive training techniques, cognitive behavior counseling*

Bullying has become known as a social problem among students at school. The bullying that occurs will definitely have an impact on everyone involved, be it the perpetrator, the victim or the bystander. Bullying is a complex problem and does not have a single, effective solution to overcome it. One solution that can be done is through education, especially counseling services. The development of cognitive counseling guidance products, behavior and assistive training techniques to reduce students' bullying behavior using 4D design, namely 1) define, 2) design, 3) develop, 4) disseminate. Assessment of the practicality of the cognitive counseling guide, behavioral guidance, assistive training techniques to reduce student bullying behavior by guidance and counseling teachers with an average assessment of 88.80%, which means practical guidance is used by guidance and counseling teachers. Practical assessment by students with an average assessment of 90%, which means it is very practical for students to use. The proper delivery of counseling guidance services and media is in the form of cognitive counseling services and behavioral and assistive training techniques packaged in a guidebook. Effectiveness assessment by conducting a one-group design pre-test post-test on one group of students resulted in a value of Sig = 0.001, which means it is smaller than 0.05. Therefore, it can be concluded that the cognitive counseling guide, behavior and assistive training techniques to reduce student bullying behavior can be used effectively.