

LAMPIRAN



INSTRUMEN KECENDERUNGAN PERILAKU *BULLYING*



OLEH

JOHNI HOTLAN SARAGIH

NIM 2111011034

JURUSAN ILMU PENDIDIKAN PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

2025

Instrumen Penelitian

Definisi Operasional

Bullying (dalam bahasa Indonesia dikenal sebagai “penindasan/risak”) merupakan segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus. *Bullying* adalah sebuah tindakan atau perilaku yang membuat seseorang terluka atau merasa tidak nyaman yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang memiliki kekuatan lebih serta dilakukan secara terus menerus. Pelaku *bullying* terkadang memiliki kuasa yang lebih dari korban serta dapat dilakukan oleh satu atau lebih pelaku *bullying*, sehingga dengan memiliki kuasa yang lebih tinggi dari korban pelaku lebih leluasa bertindak sesuai dengan kehendaknya membuat korban merasa tidak berdaya, (Zakiyah & Santoso, 2020).

Perilaku *Bullying* dalam penelitian ini adalah suatu bentuk perilaku agresif yang dilakukan oleh siswa kelas X Perhotelan SMK N 2 Singaraja yang dilakukan secara sadar dan berulang, yang memiliki tujuan tertentu untuk memuaskan hasrat pelaku *bullying*. Jika dibiarkan berlarut-larut tentu akan membuat korban *bullying* merasa dihantui oleh kejadian traumatis dan menyakitkan. Terdapat dua jenis *bullying* yaitu yang pertama *bullying* fisik, perilaku *bullying* fisik yang mencolok di sekolah tersebut adalah memukul, menendang, mencakar, serta meludahi. Kedua yaitu *bullying* verbal, kekerasan verbal yang dilakukan siswa di SMK tersebut berupa julukan nama, mencela/menghina, memfitnah, dan pelecehan seksual. Hubungan antar siswa juga terlihat kurang sehat yaitu ada kelompok siswa yang dikucilkan oleh kelompok lainnya. Berdasarkan hasil wawancara penulis mendapatkan keterangan tentang kasus *bullying* yang sering dilakukan oleh siswa seperti memotret temannya yang sedang tertidur atau menghina dan memanggil nama julukan. Hal ini tentunya berdampak terhadap perkembangan pembelajaran dan proses akademik korban di SMK N 2 Singaraja.

Lokasi yang sering digunakan pelaku untuk melakukan *bullying* pada korban secara umum adalah semua tempat di sekolah yang tidak dalam pengawasan guru ataupun staf sekolah yang lain. Lokasi yang dijadikan pelaku dalam melakukan

bullying adalah tempat-tempat kurang mendapat pengawasan guru seperti ruang kelas saat istirahat, lorong sekolah, kantin, pekarangan, toilet dan jalan sekitar sekolah. Maka dari itu untuk mencegah atau setidaknya mengurangi praktik *bullying* di sekolah perlu adanya sinergi antara sekolah dalam hal ini guru dan juga keluarga atau orangtua siswa.

Kisi-kisi instrumen penelitian

Variabel	Dimensi	Indikator	Favorable (+)	Unfavorable (-)	Jumlah
Perilaku <i>Bullying</i>	Fisik	Memukul	1, 3	2	3
		Menjambak	4, 26	27	3
		Menarik baju	5	6	2
		Merusak barang dengan sengaja	7	31	2
		Membuat orang lain tersandung	10	8	2
		Berkelahi fisik	17, 13	9, 11	4
	Verbal	Mengeluarkan kata-kata yang menyakitkan	12, 14, 15	16	4
		Menyoraki dengan sengaja untuk mempermalukan	22, 34	23, 35	4
		Membicarakan kejelekan orang lain dengan sengaja	18, 21, 25	24, 29	5
		Mempermalukan didepan umum	19, 30, 33	20, 28, 32	6
Jumlah			20	15	35

Butir-butir Instrumen Penelitian

Instrumen identifikasi perilaku *bullying* dibuat dengan tujuan untuk mengetahui profil perilaku *bullying* peserta didik di bangku Sekolah Menengah Kejuruan (SMK N 2 Singaraja) kelas X Perhotelan. Lima alternative jawaban yang disediakan yaitu SS: Sangat Sering, S: Sering, KK: Kadang-kadang, P: Pernah, TP: Tidak Pernah.

No	Pernyataan	SS	S	KK	P	TP
1.	Saya memukul teman ketika marah kepadanya.					
2.	Saya suka mengelus pundak teman saya yang sedang menangis					
3.	Saya ikut memukul atau mendorong orang lain, ketika seseorang melakukannya					
4.	Saya menjambak rambut teman ketika kesal kepadanya					
5.	Saya menarik baju teman dengan niat memberikan ancaman					
6.	Saya mampu melawan ketika teman menarik baju saya sebagai ancaman					
7.	Saya sengaja merusak barang teman karena tidak suka kepadanya					
8.	Saya senang mengajak teman baru masuk ke kelompok belajar dikelas					
9.	Saya senang berjabat berjabat tangan kepada semua teman yang ada di sekolah					
10.	Saya membuat siswa lain tersandung dengan sengaja					

11.	Saya membela teman yang sedang dilabrak oleh orang lain					
12.	Saya bertengkar dengan teman menggunakan kata-kata yang menyakitkan					
13.	Saya sering dengan sengaja mendorong teman yang sedang duduk diam					
14.	Saya mengolok-olok teman yang melakukan kesalahan					
15.	Saya ikut mengolok-olok orang lain karena melakukan kesalahan, ketika seseorang melakukannya					
16.	Saya senang berbicara dengan sopan kepada orang lain					
17.	Saya suka mengajak geng saya untuk mengeroyoki teman yang tidak saya sukai					
18.	Saya mengejek orang lain dengan sebutan nama orang tua nya					
19.	Saya malas pergi ke sekolah karena diejek oleh teman					
20.	Saya membela teman yang dipermalukan di depan umum					
21.	Saya sering menyebutkan nama jelek dari teman dari teman saya secara terus-menerus					
22.	Saya menuduh teman sebagai penyebar berita bohong					
23.	Saya selalu menghormati semua orang tanpa memandang Suku, Ras dan Agama					

24.	Saya tetap fokus belajar meskipun teman saya mengganggu saya dengan ejekan					
25.	Seseorang menyebarkan berita bohong tentang saya					
26.	Saya dijamak oleh teman karena dia kesal					
27.	Saya sering membelai teman dalam bentuk rasa kasih sayang					
28.	Saya selalu menghargai teman yang sedang beribadah					
29.	Saya selalu mengakui kesalahan yang sudah saya perbuat					
30.	Saya memermalukan teman di depan umum karena tidak suka kepadanya					
31.	Saya suka memperbaiki barang teman saya yang sudah rusak					
32.	Saya selalu memberikan senyuman dan tatapan baik kepada semua orang					
33.	Saya dipermalukan didepan umum					
34.	Saya merasa senang jika teman saya sedang dihukum oleh guru					
35.	Saya selalu menghargai guru yang sedang menjelaskan materi di kelas					

LEMBAR PENILAIAN PAKAR (UJI *JUDGES*)

Instrumen : Kecenderungan Perilaku *bullying*

Nama Pakar : Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd.,M.Pd

NIP : 198605192008122003

No	Penilaian Pakar		Keterangan
	Relevan	Tidak Relevan	
1	✓		
2	✓		
3	✓		
4	✓		
5	✓		
6	✓		
7	✓		
8	✓		
9	✓		
10	✓		
11	✓		
12	✓		
13	✓		
14	✓		
15	✓		
16	✓		
17	✓		
18	✓		
19	✓		
20	✓		
21	✓		
22	✓		
23	✓		
24	✓		
25	✓		

26	✓		
27	✓		
28	✓		
29	✓		
30	✓		
31	✓		
32	✓		
33	✓		
34	✓		
35	✓		

Singaraja, 9 April 2025

Judges I



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

NIP: 198605192008122003

LEMBAR PENILAIAN PAKAR (UJI *JUDGES*)

Instrumen : Kecenderungan Perilaku *bullying*

Nama Pakar : Wayan Eka Paramartha, S.Pd., M.Pd

NIP : 199307012022031005

No	Penilaian Pakar		Keterangan
	Relevan	Tidak Relevan	
1	✓		
2	✓		
3	✓		
4	✓		
5	✓		
6	✓		
7	✓		
8	✓		
9	✓		
10	✓		
11	✓		
12	✓		
13	✓		
14	✓		
15	✓		
16	✓		
17	✓		
18	✓		
19	✓		
20	✓		
21	✓		
22	✓		
23	✓		
24	✓		

25	✓		
26	✓		
27	✓		
28	✓		
29	✓		
30	✓		
31	✓		
32	✓		
33	✓		
34	✓		
35	✓		

Singaraja, 9 April 2025

Judges II



Wayan Eka Paramartha, S.Pd., M.Pd

NIP: 199307012022031005

LEMBAR PENILAIAN PAKAR (UJI JUDGES)

Instrumen : Kecenderungan Perilaku *bullying*

Nama Pakar : Kadek Ari Dwiarwati, S.Pd., M.Pd.

NIP : 199202162019032021

No	Penilaian Pakar		Keterangan
	Relevan	Tidak Relevan	
1	✓		
2	✓		
3	✓		
4	✓		
5	✓		
6	✓		
7	✓		
8	✓		
9	✓		
10	✓		
11	✓		
12	✓		
13	✓		
14	✓		
15	✓		
16	✓		
17	✓		
18	✓		
19	✓		
20	✓		
21	✓		
22	✓		
23	✓		
24	✓		
25	✓		

26	✓		
27	✓		
28	✓		
29	✓		
30	✓		
31	✓		
32	✓		
33	✓		
34	✓		
35	✓		

Singaraja, 9 April 2025

Judges III



Kadek Ari Dwiawati, S.Pd., M.Pd.

NIP: 199202162019032021

Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian



Nomor : 4983/UN48.10.1/LT/2025
Lampiran : -
Hal : Ijin Penelitian (Skripsi)

Singaraja, 9 April 2025

Yth. **SMK Negeri 2 Singaraja**
di tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat perkuliahan Mata Kuliah Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha, mohon agar mahasiswa kami dapat diterima dan diberikan keterangan guna pengumpulan data di instansi Bapak/Ibu pimpin. Adapun nama mahasiswa tersebut:

Nama : Johni Hotlan Saragih
NIM : 2111011034
Program Studi : Bimbingan Konseling

Demikian surat ini disampaikan atas kesediaan dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wakil Dekan I



Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons.
NIP. NIP. 198208162008121002

Lampiran 3. Rencana Pelaksanaan Layanan

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

KONSELING KE LOMPOK

“Bullying”

A	Komponen Layanan	Layanan Responsif
B	Bidang Layanan	Sosial
C	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pencegahan
D	Tujuan Layanan	1. Tujuan umum • Peserta didik mampu mengingat pengetahuan tentang <i>bullying</i> (C1) 2. Tujuan khusus • Peserta didik mampu mencegah terjadi <i>bullying</i> di lingkungan sekolah (C4) • Peserta didik mampu mengatasi permasalahan <i>bullying</i> pada diri sendiri dan lingkungan sekitar (P5)
E	Topik	Mengenal <i>Bullying</i> di lingkungan Sekolah
F	Sasaran layanan	X Perhotelan 2
G	Alokasi waktu	1 x pertemuan (45 menit)
H	Pertemuan	1
I	Metode dan teknik	<i>Cognitive Restructuring</i>
J	Media/alat	Buku, Pulpen dan HandPhone
K	Bulan pelaksanaan	April
L	Sumber bacaan	I Kurnia. (2020). <i>Bullying</i> – Yogyakarta: Relasi Inti Media,
M	Uraian kegiatan	
	1. Tahap awal	
	a. Pernyataan tujuan	a. Guru Bimbingan Konseling atau konselor memberikan salam. b. Guru Bimbingan Konseling atau konselor menyapa siswa. Siang anak-anak, apa kabar? dan kegiatan diawali dengan Doa. c. Guru Bimbingan Konseling atau konselor menyampaikan tentang tujuan yang akan dicapai. d. Guru Bimbingan Konseling atau konselor menjelaskan asas-asas bimbingan konseling.
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik.

	c. Mengarahkan kegiatan	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan penjelasan tentang topik tentang <i>Bullying</i> dan membagikan peran masing-masing siswa.
	d. Tahap peralihan	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menanyakan kesiapan peserta didik untuk melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti.
	2. Tahap inti	
	a. Kegiatan peserta didik	Pada pertemuan pertama peserta didik akan menjelaskan masing-masing pengalaman yang pernah terjadi terkait <i>bullying</i> serta menentukan permasalahan yang akan dibahas.
	3. Tahap penutup	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan penguatan serta kesimpulan terhadap permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik
	4. Evaluasi	
	a. Evaluasi proses	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi dan mengisi lembar proses.
	b. Evaluasi hasil	Memberikan lembaran evaluasi hasil

Singaraja, Mei 2025

Guru BK/ Konselor

.....

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

KONSELING KELOMPOK

“Bullying Fisik”

A	Komponen Layanan	Layanan Responsif
B	Bidang Layanan	Sosial
C	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pencegahan
D	Tujuan Layanan	1. Tujuan umum • Peserta didik mampu mengingat pengetahuan tentang <i>bullying</i> fisik (C1) 2. Tujuan khusus • Peserta didik mampu mencegah terjadi <i>bullying</i> fisik yang ada pada diri sendiri (C4) • Peserta didik mampu mengatasi permasalahan <i>bullying</i> fisik pada diri sendiri dan lingkungan sekitar (P5)
E	Topik	<i>Bullying Fisik</i>
F	Sasaran layanan	X Perhotelan 2
G	Alokasi waktu	1 x pertemuan (45 menit)
H	Pertemuan	2
I	Metode dan teknik	Metode : Diskusi Teknik : <i>Cognitive Restructuring</i>
J	Media/alat	Buku, Pulpen dan HandPhone
K	Bulan pelaksanaan	Mei
L	Sumber bacaan	I Kurnia. (2020). <i>Bullying</i> – Yogyakarta: Relasi Inti Media,
M	Uraian kegiatan	
	1. Tahap awal	
	a. Pernyataan tujuan	1. Guru Bimbingan Konseling atau konselor memberikan salam. 2. Guru Bimbingan Konseling atau konselor menyapa siswa. Siang anak-anak, apa kabar? dan kegiatan diawali dengan Doa. 3. Guru Bimbingan Konseling atau konselor menyampaikan tentang tujuan yang akan dicapai. 4. Guru Bimbingan Konseling atau konselor menjelaskan asas-asas bimbingan konseling.

	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik.
	c. Mengarahkan kegiatan	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan penjelasan tentang topik tentang <i>Bullying</i> dan membagikan peran masing-masing siswa.
	d. Tahap peralihan	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menanyakan kesiapan peserta didik untuk melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti.
	2. Tahap inti	
	a. Kegiatan guru BK	Guru Bimbingan dan konseling atau konselor menjelaskan tentang <i>Bullying</i> fisik
	b. Kegiatan peserta didik	Pada pertemuan pertama peserta didik akan memerankan peran sesuai dengan skenario yang telah disusun.
	3. Tahap penutup	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan penguatan serta kesimpulan terhadap permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik
	4. Evaluasi	
	a. Evaluasi proses	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi dan mengisi lembar proses.
	b. Evaluasi hasil	Memberikan lembaran evaluasi hasil

Singaraja, Mei 2025

Guru BK/ Konselor

.....

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

KONSELING KELOMPOK

“Bullying Verbal”

A	Komponen Layanan	Layanan Responsif
B	Bidang Layanan	Sosial
C	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pencegahan
D	Tujuan Layanan	1. Tujuan umum • Peserta didik mampu mengingat pengetahuan tentang <i>bullying</i> Verbal (C1) 2. Tujuan khusus • Peserta didik mampu mencegah terjadi <i>bullying</i> verbal yang ada pada diri sendiri (C4) • Peserta didik mampu mengatasi permasalahan <i>bullying</i> verbal pada diri sendiri dan lingkungan sekitar (P5)
E	Topik	<i>Bullying</i> Verbal
F	Sasaran layanan	X Perhotelan 2
G	Alokasi waktu	1 x pertemuan (45 menit)
H	Pertemuan	2
I	Metode dan teknik	Metode : Diskusi Teknik : <i>Cognitive Restructuring</i>
J	Media/alat	Buku, Pulpen dan HandPhone
K	Bulan pelaksanaan	Mei
L	Sumber bacaan	I Kurnia. (2020). <i>Bullying</i> – Yogyakarta: Relasi Inti Media,
M	Uraian kegiatan	
	1. Tahap awal	
	a. Pernyataan tujuan	1. Guru Bimbingan Konseling atau konselor memberikan salam. 2. Guru Bimbingan Konseling atau konselor menyapa siswa. Siang anak-anak, apa kabar? dan kegiatan diawali dengan Doa. 3. Guru Bimbingan Konseling atau konselor menyampaikan tentang tujuan yang akan dicapai. 4. Guru Bimbingan Konseling atau konselor menjelaskan asas-asas bimbingan konseling.

	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik.
	c. Mengarahkan kegiatan	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan penjelasan tentang topik tentang <i>Bullying</i> dan membagikan peran masing-masing siswa.
	2. Tahap peralihan	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menanyakan kesiapan peserta didik untuk melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti.
	3. Tahap inti	
	a. Kegiatan guru BK	Guru Bimbingan dan konseling atau konselor menjelaskan tentang <i>Bullying</i> fisik
	b. Kegiatan peserta didik	Pada pertemuan pertama peserta didik akan memerankan peran sesuai dengan skenario yang telah disusun.
	4. Tahap penutup	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan penguatan serta kesimpulan terhadap permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik
	5. Evaluasi	
	a. Evaluasi proses	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi dan mengisi lembar proses.
	b. Evaluasi hasil	Memberikan lembaran evaluasi hasil

Singaraja, Mei 2025

Guru BK/ Konselor

.....

Lampiran 4. Hasil *Pretest* Kelompok Eksperimen

Data <i>Pre-Test</i> Kelompok Eksperimen																																					
No.	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	Jumlah
1	Putu Rendi Revaldi	4	3	4	4	4	3	4	3	2	3	2	4	3	4	5	2	4	3	4	2	4	4	2	2	3	4	2	4	3	4	4	2	4	3	4	116
2	Kadek Arian Wirldi	4	3	4	4	4	3	4	3	5	4	3	4	4	5	4	4	3	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	4	3	4	5	4	3	4	4	134
3	Putu Bagas Putra Sena	4	2	4	4	3	3	4	2	3	3	2	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	2	3	4	4	2	2	3	4	2	3	4	3	4	114
4	Gede Manik Mertha	5	3	4	4	4	3	4	3	2	4	3	4	4	5	5	3	4	3	4	3	4	5	2	2	4	4	2	4	3	5	4	3	4	4	128	
5	Gede Made Rivky	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	4	4	2	2	3	4	2	3	4	3	102	
6	Kadek Doni Kusuma	2	3	2	2	1	2	2	3	3	2	4	3	2	3	2	2	4	3	2	2	4	4	2	3	4	4	2	3	3	5	3	2	4	3	98	
7	Putu Agus Nesya	4	2	3	3	4	3	4	2	3	4	2	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	3	4	2	3	2	3	4	3	2	4	107	
8	Gede Billy Raditya	4	3	4	4	4	3	4	3	2	3	2	4	3	4	3	2	4	3	4	3	4	4	2	2	3	4	2	3	2	4	3	2	4	3	4	112

Lampiran 5. Hasil *Posttest* Kelompok Eksperimen

		Data Post-Test Kelompok Eksperimen																																			
No.	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	Jumlah
1	Putu Rendi Revaldi	1	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	3	2	1	3	3	2	2	2	3	3	1	1	3	2	1	3	76
2	Kadek Arian Wiridi	2	3	2	2	2	4	3	3	3	2	4	2	5	2	2	4	4	1	2	4	2	2	4	5	2	2	3	4	3	1	3	3	1	2	5	98
3	Putu Bagas Putra Sena	1	3	1	1	1	4	2	3	4	1	3	3	2	1	2	4	1	1	1	3	1	4	3	2	1	1	3	4	1	1	1	3	2	1	5	75
4	Gede Manik Mertha	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	2	3	2	2	1	3	2	2	4	3	2	2	2	5	3	2	3	3	2	2	3	94
5	Gede Made Rivky	1	3	1	2	1	4	1	3	4	1	3	1	3	1	1	4	2	1	1	3	1	1	3	3	1	1	1	4	3	1	1	4	1	1	4	71
6	Kadek Doni Kusuma	1	3	1	1	1	3	1	3	3	1	3	1	1	1	1	3	4	1	1	2	1	1	3	3	1	1	1	4	3	2	1	3	1	1	3	65
7	Putu Agus Nesya	1	2	2	1	3	3	1	3	3	2	3	1	2	2	2	3	1	1	1	3	1	1	3	3	2	1	2	3	3	1	3	3	1	1	3	71
8	Gede Billy Raditya	1	2	2	2	3	2	1	3	3	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	1	1	3	3	2	2	1	3	3	1	1	3	2	1	3	72

Lampiran 6. Prosedur penelitian di SMK N 2 Singaraja

No.	Hari/Tanggal	Kegiatan
1.	Senin, 18 November 2024	c. Membawa surat izin observasi ke sekolah SMK N 2 Singaraja dengan menemui Waka kurikulum d. Melakukan koordinasi dengan guru BK terkait kelas dan siswa yang akan digunakan selama penelitian
2.	Rabu, 16 April 2025	c. Membawa surat izin penelitian ke sekolah SMK N 2 Singaraja d. Memberikan kuesioner dikelas X Perhotelan 2 untuk keperluan dalam Uji Validitas dan Realibitas
3.	Senin, 5 Mei 2025	c. Memberikan pemahaman tentang prosedur pelaksanaan penelitian d. Memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibahas yaitu perilaku <i>bullying</i> pada kelompok eksperimen
4.	Selasa, 6 Mei 2025	Menyebarkan kuesioner (<i>pre-test</i>) tentang perilaku kecenderungan <i>bullying</i> kepada seluruh kelompok eksperimen
5.	Rabu, 7 Mei 2025	Peneliti menyebarkan angket atau kuesioner perilaku <i>bullying</i> kepada siswa kelas X Perhotelan untuk mengetahui kondisi awal dan mengidentifikasi siswa yang memiliki kecenderungan perilaku <i>bullying</i> yang tinggi. Berdasarkan hasil kuesioner, peneliti mengidentifikasi sejumlah siswa yang menunjukkan skor tinggi pada kecenderungan perilaku <i>bullying</i>. Kemudian dibentuk

		kelompok eksperimen yang terdiri dari 7 siswa terpilih sebagai peserta konseling. Sebelum konseling dimulai, dilakukan kontrak atau kesepakatan bersama dengan anggota kelompok eksperimen. Tujuannya agar para peserta bersedia dan berkomitmen mengikuti seluruh sesi konseling secara aktif dari awal hingga akhir. Pada pertemuan awal, konselor melakukan kegiatan <i>ice breaking</i> agar para anggota merasa nyaman dan aman secara emosional. Kegiatan konseling kelompok dilakukan menggunakan pendekatan Kegiatan konseling kelompok dilakukan menggunakan pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> dengan teknik <i>Cognitive Restructuring</i>.
6.	Kamis, 8 Mei 2025	Dalam kegiatan konseling kelompok, para anggota akan diberi penjelasan tentang pengertian dan tahapan dari konseling kelompok. Para anggota juga di minta untuk membawa catatan agar bisa mencatat hal penting dalam proses konseling berlangsung. Dalam proses konseling, konselor berperan dalam membantu para anggota kelompok untuk mengubah pemikiran mereka yang sebelumnya negatif atau mengalami disfungsi menjadi pemikiran yang positif dan rasional. Para anggota akan di minta untuk menyampaikan pikiran-pikiran negatif mereka kepada konselor. Kemudian masing-masing orang di minta untuk saling memberikan pendapat terkait permasalahan yang di hadapin. Setelahnya konselor akan membantu

		para anggota untuk menyadarkan pemikiran negatif mereka dengan meminta para anggota untuk intropeksi diri.
7.	Jum'at, 9 Mei 2025	Di tahap selanjutnya, konselor memberi waktu para anggota untuk menceritakan kembali pemikiran negatif mereka, konselor meminta masing-masing orang untuk memberikan pendapat tentang masalah yang merekan hadapi, hal ini agar para anggota dapat intropeksi diri dan mengetahui kesalahan yang mereka lakukan. Setelahnya konselor akan membantu para anggota dengan menyampaikan beberapa saran agar para anggota dapat berpikir ke arah yang lebih positif setelahnya menyadari kesalahannya.
8.	Rabu, 14 Mei 2025	Pada pertemuan berikutnya, tetap diawali dengan konselor memberi waktu para anggota untuk menceritakan kembali pemikiran negatif mereka masing-masing. Proses ini dilakukan berulang kali agar para anggota bisa terhindar dari pemikiran negatif mereka dan lebih berpikir positif. Pada tahapan konseling dengan teknik <i>Cognitive Restructuring</i> konselor memberikan cara atau tips untuk penguatan diri yang mana nantinya dapat menjadi bekal untuk para anggota. Kemudian menanyakan kembali pikiran negatif yang masih di alami oleh para anggota, kemudian meminta para anggota untuk menyampaikan solusi dari permasalahan mereka. Dalam hal ini konselor harus dapat memberikan penguatan positif dan masukan agar para

		anggota dapat mengubah cara berpikir mereka lebih ke rasional.
9.	Kamis, 15 Mei 2025	Pada kegiatan akhir, para anggota diminta untuk memberikan pendapat mengenai proses kegiatan konseling yang sudah mereka jalani selama beberapa hari, masing-masing anggota juga akan ditanyakan perubahan apa yang mereka alami atau rasakan setelah mengikuti kegiatan konseling ini. Setelahnya para anggota kelompok eksperimen juga akan dimintai saran kritik mereka untuk kegiatan konseling. Di akhir sebelum membubarkan kegiatan, konselor akan meminta untuk para anggota agar berjanji pada diri sendiri untuk lebih berpikir positif lagi dan bisa saling menguatkan satu sama lain.
10.	Jum'at 16 Mei 2025	Setelah selesai melakukan kegiatan konseling kelompok, dilakukan penyebaran angket kuesioner (<i>Post-Test</i>) kepada kelompok eksperimen. Hal ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar perubahan yang dialami oleh kelompok eksperimen.

Lampiran 7. Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

Nama Peserta Didik : _____

Kelas : _____

Waktu : 30 Menit

Topik : Mengenal Pikiran Negatif yang Mendorong Perilaku Bullying

Tujuan Kegiatan:

Peserta didik mampu mengenali pikiran-pikiran negatif yang mendorong munculnya perilaku bullying dan menyadari pengaruhnya terhadap diri sendiri maupun orang lain.

A. Pertanyaan Ice Breaking

1. Menurutmu, apa alasan seseorang melakukan *bullying*?
2. Apakah kamu pernah berpikir ingin menyakiti orang lain? Jelaskan alasannya.

B. Pertanyaan Inti

Petunjuk: Bacalah situasi di bawah ini. Kemudian, isilah kolom berikut berdasarkan pengalaman atau perasaanmu.

Situasi 1:

Seorang teman melakukan kesalahan saat kerja kelompok. Kamu merasa terganggu dan akhirnya mengejeknya.

Pikiran Otomatis (Negatif)	Perasaan yang Muncul	Tindakan yang Dilakukan	Dampak dari Tindakanmu

Situasi 2:

Kamu merasa tidak diperhatikan di kelas. Untuk menarik perhatian, kamu mengejek atau menjatuhkan orang lain.

Pikiran Negatif yang Muncul	Apakah Pikiran Ini Benar?	Pikiran Alternatif yang Lebih rasional

C. Refleksi Diri

Jawablah pertanyaan berikut ini berdasarkan pemahaman dan pengalaman dirimu sendiri.

No	Pertanyaan	Jawabanmu
1.	Pikiran negatif apa saja yang sering muncul dalam dirimu?	
2.	Bagaimana pikiran itu mempengaruhi perilakumu terhadap orang lain?	
3.	Apa yang bisa kamu ubah dari cara berpikirmu mulai hari ini?	

Penutup:

Diskusikan jawabanmu bersama konselor atau guru BK dan teman kelompok. Dengarkan umpan baliknya, lalu tuliskan satu kalimat komitmenmu untuk berubah:

Komitmen

Saya:

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian



Lampiran 9. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian


PEMERINTAH PROVINSI BALI
KABUPATEN BULELENG
DINAS PENDIDIKAN, KEMAHARAHAN DAN OLAHRAGA
SMK NEGERI 2 SINGARAJA
Jalan Srihandi No. 08 Singaraja, Bali 81181
E-Mail: smkn2singaraja@gmail.com | Website: www.smkn2singaraja.sch.id

SURAT KETERANGAN
No. B.10.000/420/SMKN2SGR/DIKPORA

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 2 Singaraja Kabupaten Buleleng menerangkan :

N A M A : Johni Hotlan Saragih
N I M : 2111011034
PROGRAM STUDI : Bimbingan Konseling
UNIVERSITAS : Pendidikan Ganesha

Memang benar yang tersebut diatas telah melaksanakan Penelitian dengan judul "Efektivitas Konseling Cognitive Behavior Therapy dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk menurunkan kecendrungan perilaku Bullying pada peserta didik kelas X Perhotelan", di SMK Negeri 2 Singaraja, pada tanggal 15 April 2025.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bali 16 Mei 2025


Kepala Sekolah
Ni Ketut Wulan, S.Pd., M.Si.
NIP. 19680609 199003 2 005


Balai Besar Sertifikasi Elektronik
Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSE


Balai Besar Sertifikasi Elektronik


Balai Besar Sertifikasi Elektronik

RIWAYAT HIDUP



Johni Hotlan Saragih lahir di Bahpasunsang pada tanggal 15 Agustus 2001. Penulis lahir dari pasangan suami istri Bapak Mardison Saragih dan Ibu Rosanni Sinaga. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Kristen Protestan. Kini penulis beralamat di Jalan. Bisma, Gang Wijaya Kusuma, Kelurahan Banjar Tegal, Kecamatan Buleleng, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali. Penulis menyelesaikan pendidikan dasar di SD 091329 Negeri Bahpasunsang dan lulus pada tahun 2014. Kemudian penulis melanjutkan di SMP Negeri 1 Pematang Raya dan lulus pada tahun 2017. Pada tahun 2020, penulis lulus dari SMA Negeri 1 Panombeian Panei jurusan Ilmu Sosial, dan melanjutkan ke S1 Jurusan Bimbingan Konseling di Universitas Pendidikan Ganesha. Mulai tahun 2021 sampai dengan penulisan skripsi ini, penulis masih terdaftar sebagai mahasiswa Program S1 Bimbingan Konseling di Universitas Pendidikan Ganesha.