

**PENGEMBANGAN *E-MODUL* BERBASIS  
KONSELING *COGNITIVE BEHAVIORAL* UNTUK  
MENGURANGI PERILAKU *SELF-INJURY* PADA  
SISWA KORBAN *BULLYING* DI SEKOLAH  
MENENGAH PERTAMA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Untuk Memenuhi Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan  
Program Sarjana Bimbingan dan Konseling**

**OLEH  
Ni Wayan Septiari  
NIM 2211011013**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN, PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

**SINGARAJA**

**2026**

# SKRIPSI

## DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI GELAR SARJANA PENDIDIKAN



Pembimbing I	Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd. NIP.198501232008122004
Pembimbing II	Kade Sathya Gita Rismawan, M.Pd NIP.199012042022031006

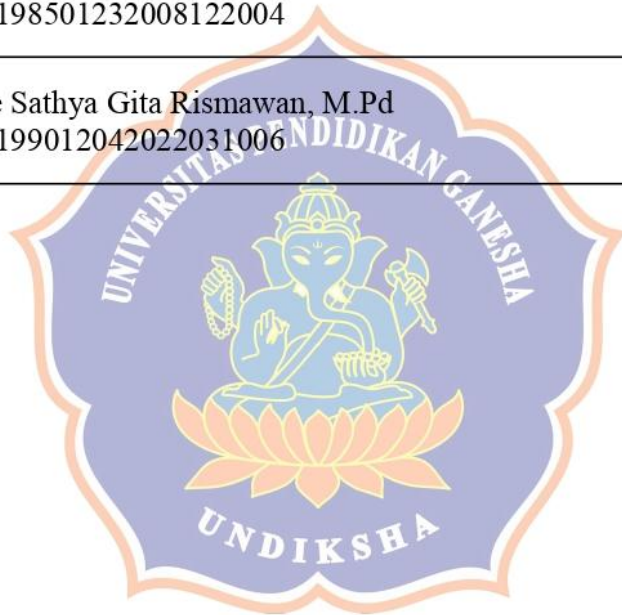


- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSR - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSR
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

Skripsi oleh Ni Wayan Septiari ini  
telah dipertahankan di depan dewan penguji  
Pada tanggal 05 Juni 2026

### Dewan Penguji

Ketua	Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons. NIP.198208162008121002
Anggota	Dr. Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S.Psi., M.A., M.Psi., Psikolog NIP.198008012006042001
Anggota	Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd. NIP.198501232008122004
Anggota	Kade Sathya Gita Rismawan, M.Pd NIP.199012042022031006

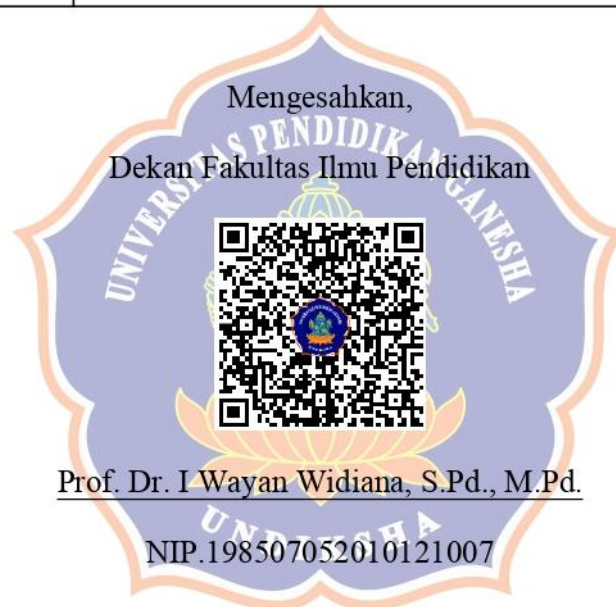


- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSR E - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSR E
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Ganesha  
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

**Menyetujui**

Ketua Ujian	Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons. NIP.198208162008121002
Sekretaris Ujian	Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd. NIP.198501232008122004



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* pada Siswa Korban *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 05 Juni 2026

Yang membuat pernyataan,



(Ni Wayan Septiari)

## PRAKATA

Puji syukur dipanjatkan dihadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa/Tuhan Yang Maha Esa, karena atas asung kerta waranugraha-Nya, skripsi yang berjudul **“Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* pada Siswa Korban *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama”** dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan studi untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha. Selama proses penyusunan skripsi ini penulis mendapat banyak bimbingan, motivasi, arahan, serta saran dari berbagai pihak. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini disampaikan terima kasih kepada pihak-pihak berikut.

1. Prof. Dr. I Wayan Widiana, S.Pd., M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Ganesha atas berbagai kebijakan yang telah diberikan sehingga proses pembuatan skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.
2. Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Psikologi Dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Ganesha.
3. Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Bimbingan Dan Konseling, sebagai pembimbing akademik dan pembimbing I yang dengan sabar memberikan koreksi, saran, dukungan dan motivasi dari awal sampai terselesaikannya skripsi ini. Penulis sangat menghargai dedikasi dan perhatian Ibu selama proses pembimbingan dan yang telah memberikan

berbagai kebijakan yang mendukung selama menempuh pendidikan di prodi BK.

4. Kade Sathya Gita Rismawa, M.Pd. selaku pembimbing II yang penuh kesabaran, kecermatan, dan telah banyak memberikan bimbingan, arahan dan petunjuk dari awal sampai terselesaikannya skripsi ini.
5. Bapak/Ibu Dosen di lingkungan Fakultas Ilmu Pendidikan yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang telah banyak dalam memberikan masukan menyusun skripsi ini.
6. Kepala sekolah, guru dan tenaga kependidikan di SMP Negeri 3 Singaraja yang telah memberikan bantuan dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di sekolah yang dipimpin.
7. Guru wali kelas dan Guru BK VIII G dan H atas segala bantuan dan kerjasamanya selama melaksanakan penelitian di sekolah.
8. Siswa siswi SMP Negeri 3 Singaraja yang telah berpartisipasi dan terlibat secara langsung dalam penelitian.
9. Terima kasih yang mendalam kepada Bapak I Ketut Suka dan Ibu Ni Ketut Jepun selaku kedua orang tua penulis yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, pengorbanan, dukungan secara moral dan materil, serta menjadi sumber kekuatan dan semangat bagi penulis dalam proses hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
10. I Nengah Yudi Saputra dan I Komang Gana Saputra selaku adik penulis yang telah memberikan banyak dukungan, semangat, serta motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.

11. Kepada seseorang yang tidak dapat disebutkan namanya. Terima kasih atas setiap dukungan, semangat, perhatian, dan pelajaran berharga yang pernah diberikan selama proses perjalanan penulis. Kehadirannya telah menjadi bagian dari proses pembelajaran, pendewasaan, dan penguatan diri yang turut mengantarkan penulis hingga berada pada tahap ini. Walaupun pada akhirnya kebersamaan tersebut tidak lagi berjalan hingga titik akhir yang sama, namun segala kebaikan, pengalaman, serta pelajaran yang pernah diberikan akan selalu penulis syukuri dan kenang sebagai bagian dari proses yang turut membentuk penulis hingga saat ini.
12. Rekan-rekan BK Angkatan 22, dan Ni Komang Tria Padmasari yang selalu setia membantu dalam setiap proses penyusunan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas waktu, tenaga, perhatian, serta dukungan yang tidak pernah berhenti diberikan. Kehadiran dan bantuan yang selalu ada menjadi salah satu penguat bagi penulis untuk tetap bertahan dan menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
13. Terima kasih kepada seluruh pihak yang berada di ruang Laboratorium Bimbingan dan Konseling serta UPA Layanan Bimbingan dan Konseling, ruang Jurusan Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan telah memberikan tempat dan ruang bagi penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas suasana yang nyaman, dukungan, dan kebersamaan yang tercipta sehingga penulis dapat menjalani proses penyelesaian skripsi dengan lebih baik. Tidak hanya menyediakan tempat untuk belajar dan bekerja, tetapi juga memberikan dukungan emosional dan motivasi yang sangat berarti bagi

penulis dalam menghadapi berbagai tantangan selama proses penelitian dan penyusunan skripsi.

14. Kepada diri sendiri Ni Wayan Septiari, terima kasih karena telah mampu bertahan, berusaha, dan terus menyelesaikan setiap proses selama penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah belajar menghadapi berbagai tantangan, rasa lelah, dan keraguan dengan tetap berusaha memberikan yang terbaik. Semua proses yang dilalui menjadi pengalaman berharga untuk terus berkembang dan menjadi pribadi yang lebih kuat.
15. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis sangat menyadari bahwa karya ini masih banyak kekurangan dan belum mencapai kesempurnaan karena batasan kemampuan penulis. Oleh karena itu, untuk memperbaiki karya ini, penulis berharap mendapatkan masukan dan kritik dari berbagai pihak. Penulis berharap karya ini dapat memberikan manfaat dan dukungan bagi kita semua, terutama untuk kemajuan dunia pendidikan.

Singaraja, 10 Mei 2026

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN LOGO .....	ii
HALAMAN JUDUL.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI .....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PENGUJI.....	v
LEMBAR PENGESAHAN PANITIA UJIAN/SIDANG SKRIPSI.....	vi
ABSTRAK .....	vii
LEMBAR PERNYATAAN.....	ix
PRAKATA.....	x
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah Penelitian.....	12
1.3 Pembatasan Masalah.....	12
1.4 Rumusan Masalah.....	13
1.5 Tujuan Pengembangan.....	13
1.6 Spesifikasi Produk yang Diharapkan.....	14
1.7 Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan .....	16
1.8 Definisi Istilah.....	17
<b>BAB II KAJIAN TEORI.....</b>	<b>19</b>
2.1 Kajian Teori .....	19
2.2 Kajian Hasil Penelitian yang Relevan .....	50
2.3 Kerangka Pengembangan .....	57
2.4 Kerangka Berfikir .....	59

2.5 Perumusan Hipotesis.....	61
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>62</b>
3.1 Model Penelitian Pengembangan.....	62
3.2 Prosedur dan Deskripsi Pengembangan.....	63
3.3 Subjek Penelitian .....	78
3.4 Metode Pengumpulan Data dan Instrumen.....	82
3.5 Analisis Data.....	106
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>112</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	112
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian .....	135
4.3 Implikasi Penelitian .....	149
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>151</b>
5.1 Kesimpulan .....	151
5.2 Saran .....	152
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>154</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>165</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Alur kegiatan layanan .....	71
Tabel 3. 2 Kisi-kisi Lembar Instrumen Ahli Materi .....	85
Tabel 3. 3 Lembar Pernyataan Instrumen Ahli Materi .....	86
Tabel 3. 4 Kisi-kisi Lembar Instrumen Ahli Media .....	88
Tabel 3. 5 Lembar Pernyataan Uji Ahli Media .....	89
Tabel 3. 6 Kisi-kisi Lembar Instrumen Respon Guru .....	91
Tabel 3. 7 Lembar Pernyataan Respon Guru .....	92
Tabel 3. 8 Kisi-kisi Lembar Instrumen Respon Siswa.....	93
Tabel 3. 9 Lembar Pernyataan Respon Siswa.....	94
Tabel 3. 10 Kisi-kisi Lembar Instrumen <i>Self-Injury</i> .....	96
Tabel 3. 11 Lembar Pernyataan Kuesioner <i>Self-Injury</i> .....	97
Tabel 3. 12 Hasil Uji <i>Judges</i> .....	101
Tabel 3. 13 Hasil Hitung Uji <i>Judges</i> .....	102
Tabel 3. 14 Kriteria Hasil Uji Gregory .....	102
Tabel 3. 15 Hasil Uji Validitas.....	103
Tabel 3. 16 Hasil Uji Reliabilitas.....	105
Tabel 3. 17 Kriteria Reliabilitas Tes .....	106
Tabel 3. 18 Kriteria Validitas Aiken.....	106
Tabel 3. 19 Konversi Tingkat Pencapaian dengan Skala 5.....	107
Tabel 3. 20 Kriteria Uji Effect Size .....	110
Tabel 4. 1 Visual E-modul Khusus Guru.....	117
Tabel 4. 2 Visual E-modul Khusus Siswa.....	119
Tabel 4. 3 Aplikasi pendukung pengembangan produk.....	121
Tabel 4. 4 Hasil Uji Ahli Media.....	122
Tabel 4. 5 Hasil Uji Ahli Materi .....	124
Tabel 4. 6 Perkembangan Kemampuan Siswa pada Aspek-Aspek Pendukung Penurunan Perilaku <i>Self-Injury</i> .....	127
Tabel 4. 7 Respon Guru .....	130
Tabel 4. 8 Respon Siswa .....	130
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas .....	133
Tabel 4. 10 Hasil Uji Hipotesis.....	134

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berfikir.....	61
Gambar 3. 1 Alur Pengembangan Model ADDIE .....	63
Gambar 3. 2 <i>Flowchart</i> Media <i>E-modul</i> .....	66
Gambar 3. 3 Desain <i>Pre-eksperiment</i> dengan <i>One Group Pre Test-Post Test</i> .....	68
Gambar 4. 1 Grafik Perkembangan Kemampuan Siswa pada Aspek-Aspek Pendukung Penurunan Perilaku <i>Self-Injury</i> .....	128



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Observasi Awal .....	166
Lampiran 2. Kuesioner Data Awal.....	167
Lampiran 3. Rekap Siswa yang Terindikasi Pernah Melakukan <i>Self-Injury</i> .....	168
Lampiran 4. Lembar Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling....	169
Lampiran 5. Lembar Pedoman Wawancara Siswa .....	171
Lampiran 6. Lembar Pedoman Observasi Siswa .....	173
Lampiran 7. Surat Uji <i>Judges</i> .....	174
Lampiran 8. Hasil Uji <i>Judges</i> .....	175
Lampiran 9. Surat Uji Instrumen .....	178
Lampiran 10. Kuesioner Uji Instrumen .....	179
Lampiran 11. Surat Uji Ahli Media .....	180
Lampiran 12. Uji Ahli Media.....	181
Lampiran 13. Uji Ahli Materi .....	187
Lampiran 14. Surat Izin Penelitian Skripsi .....	193
Lampiran 15. Rancangan Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok.....	194
Lampiran 16. Akses Media .....	197
Lampiran 17. Lembar Kesiapan Mengikuti Konseling Kelompok .....	198
Lampiran 18. Lembar <i>Pretest</i> .....	199
Lampiran 19. Lembar <i>Post Test</i> .....	200
Lampiran 20. Catatan Harian Siswa.....	201
Lampiran 21. Hasil LKPD .....	201
Lampiran 22. Lembar Evaluasi Proses.....	202
Lampiran 23. Lembar Evaluasi Hasil.....	204
Lampiran 24. Lembar Observasi Perkembangan Kemampuan Siswa pada Aspek-Aspek Pendukung Penurunan Perilaku <i>Self-Injury</i> .....	205
Lampiran 25. Hasil Perkembangan Kemampuan Siswa pada Aspek-Aspek Pendukung Penurunan Perilaku <i>Self-Injury</i> .....	206
Lampiran 26. Dokumentasi Penelitian.....	209
Lampiran 27. Riwayat Hidup.....	210