

**EFEKTIVITAS KONSELING KOGNITIF
BEHAVIOR DENGAN TEKNIK REFRAMING
UNTUK MEMINIMALISIR PERILAKU BULLYING
DI SMP NEGERI 2 SINGARAJA**

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING (BK) (S1)
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN, PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**



- 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.



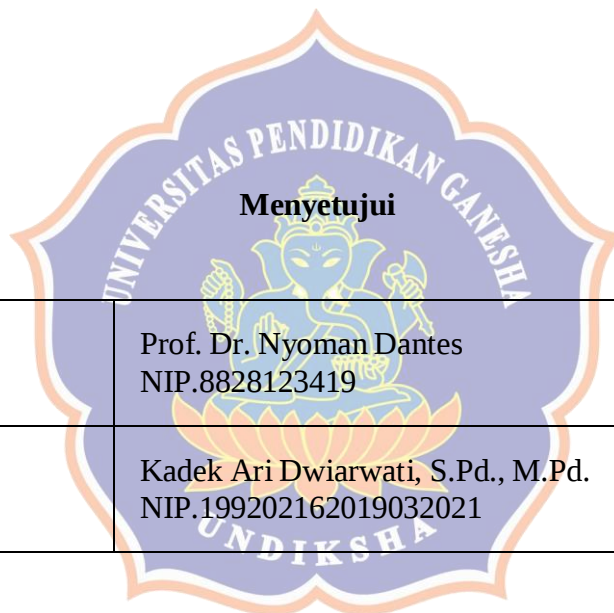
- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSR - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi 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.



**Balai Besar
Sertifikasi
Elektronik**

SKRIPSI

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



Menyetujui

Pembimbing I	Prof. Dr. Nyoman Dantes NIP.8828123419
Pembimbing II	Kadek Ari Dwiawati, S.Pd., M.Pd. NIP.199202162019032021

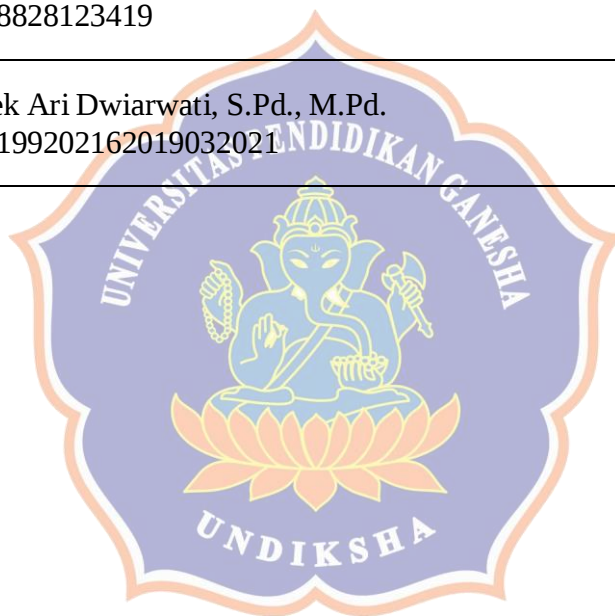


- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi 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.

Skripsi oleh Ni Komang Dian Maheri ini
telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 21 Juli 2026

Dewan Penguji

Ketua	Dr. Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S.Psi., M.A., M.Psi., Psikolog NIP.198008012006042001
Anggota	Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd. NIP.198605192008122003
Anggota	Prof. Dr. Nyoman Dantes NIP.8828123419
Anggota	Kadek Ari Dwiarwati, S.Pd., M.Pd. NIP.199202162019032021



- 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.



Balai Besar
Sertifikasi
Elektronik

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 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.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan karya tulis berjudul <Efektivitas Konseling Kognitif Behavior dengan Teknik Reframing untuk Meminimalisir Perilaku Bullying Di SMP Negeri 2 Singaraja,= adalah sepenuhnya asli tanpa adanya plagiat atau kutipan yang menyimpang dari standar penulisan akademik yang diterima sebagai karya ilmiah. Dengan ini saya menerima segala akibat dan resiko yang mungkin ditimbulkan kepada saya jika karya ini ditemukan melanggar etika akademik atau adanya tuduhan atas orisinalitasnya.



Singaraja, 28 Juli 2026

Yang membuat pernyataan,



Ni Komang Dian Maheri

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi yang berjudul <Efektivitas Konseling *Kognitif Behavior* dengan Teknik *Reframing* untuk Meminimalisir Perilaku *Bullying* di SMP Negeri 2 Singaraja= dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam pelaksanaan Program Studi Bimbingan dan Konseling.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa keberhasilan penyelesaiannya tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, motivasi, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ida Sang Hyang Widhi Wasa/Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat, kasih sayang, tutunan, kesehatan, kekuatan, kesabaran, serta kesempatan kepada penulis sehingga mampu melalui setiap tahapan penyusunan penelitian dengan penuh semangat dan tanggung jawab.
2. I Wayan Lasmawan, selaku Rektor Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha serta menyediakan berbagai fasilitas dan dukungan akademik sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. I Wayan Widiana, selaku Dekan Fakultas, yang telah memberikan pelayanan serta fasilitas administrasi akademik, khususnya dalam penerbitan surat-surat dan pemberian persetujuan melalui tanda tangan maupun tanda tangan elektronik (TTE), sehingga mendukung kelancaran proses penyusunan skripsi ini.
4. Putu Ari Dharmayanti, selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan pelayanan akademik, memfasilitasi berbagai keperluan administrasi perkuliahan dan penelitian, serta membantu kelancaran proses penyusunan dan penyelesaian skripsi ini.
5. Nyoman Dantes, selaku Dosen Pembimbing I, yang telah dengan penuh kesabaran meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan, serta motivasi kepada penulis dalam setiap tahapan penyusunan penelitian. Berkat bimbingan dan saran yang diberikan, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Kadek Ari Dwiawati, selaku Dosen Pembimbing II, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, saran, serta masukan yang membangun kepada penulis selama proses penyusunan penelitian. Berkat ketelitian dan

- perhatiannya dalam membimbing, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, selaku Dosen Penguji I, yang telah memberikan masukan, kritik, dan saran yang membangun sebagai bahan evaluasi dan penyempurnaan penelitian, sehingga skripsi ini dapat disusun dengan lebih sistematis dan berkualitas.
 8. Luh Putu Sri Lestari, selaku Dosen Penguji II, yang telah memberikan masukan, kritik, dan saran yang membangun demi penyempurnaan penelitian serta meningkatkan kualitas skripsi ini. Segala Arah yang diberikan menjadi bekal yang sangat berarti bagi penulis dalam menyelesaikan penelitian dengan lebih baik.
 9. Kepala SMP Negeri 2 Singaraja beserta seluruh guru Bimbingan dan Konseling, yang telah memberikan izin, kesempatan, serta berbagai bantuan dan kemudahan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di lingkungan sekolah. Dukungan, kerja sama, serta fasilitasi yang diberikan selama proses pengumpulan data dan pelaksanaan layanan penelitian sangat membantu penulis sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar dan sesuai dengan tujuan yang telah direncanakan.
 10. Seluruh peserta didik yang telah bersedia menjadi responden dan berpartisipasi dalam penelitian ini, atas kesediaan dan kerja sama yang diberikan selama pelaksanaan penelitian, mulai dari mengikuti kegiatan konseling, mengisi instrumen penelitian, hingga memberikan respons yang diperlukan dalam proses pengumpulan data. Partisipasi mereka aktif menjadi salah satu faktor penting yang mendukung lancarnya penelitian dan penyusunan skripsi ini.
 11. Kedua orang tua, keluarga, serta seluruh pihak yang selalu memberikan doa, dukungan moral, maupun materi kepada penulis, yang selalu menjadi sumber semangat, motivasi, dan kekuatan dalam setiap proses penyusunan penelitian ini. Kasih sayang, perhatian, pengorbanan, serta dukungan yang tiada henti, baik dalam bentuk doa, nasihat, maupun bantuan materiil, telah memberikan dorongan yang sangat berarti sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
 12. Teman-teman dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan, dukungan, motivasi, serta semangat kepada penulis selama proses penyusunan penelitian dan laporan Seminar Hasil ini. Baik secara langsung maupun tidak langsung, kontribusi, kerja sama, dan perhatian yang diberikan sangat berarti dalam membantu penulis mengatasi berbagai kendala sehingga seluruh rangkaian penelitian dapat diselesaikan dengan baik dan lancar.
 13. Program Kartu Indonesia Pintar (KIP) Kuliah, yang telah memberikan dukungan

berupa bantuan pembiayaan pendidikan sehingga penulis dapat menempuh pendidikan tinggi dengan lebih baik. Bantuan tersebut menjadi salah satu faktor yang mendukung lancarnya proses perkuliahan dan penyelesaian penelitian hingga tersusunnya skripsi ini.

14. Terima kasih kepada diri sendiri, Ni Komang Dian Maheri, yang telah memilih untuk tetap bertahan dan terus melangkah meskipun perjalanan ini tidak selalu mudah. Terima kasih karena tidak menyerah ketika menghadapi berbagai tantangan, rasa lelah, keraguan, serta tekanan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas setiap usaha, doa, air mata, kesabaran, dan kerja keras yang telah diberikan. Setiap proses yang telah dilalui menjadi pembelajaran berharga untuk terus berkembang menjadi pribadi yang lebih kuat, mandiri, dan bertanggung jawab. Semoga pencapaian ini menjadi awal dari perjalanan yang lebih baik, membawa manfaat bagi diri sendiri, keluarga, masyarakat, serta dunia pendidikan. Tetaplah rendah hati, terus belajar, dan jangan pernah berhenti bermimpi serta berjuang untuk mewujudkan cita-cita.

Penulis menyadari bahwa laporan Seminar Hasil ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi penyempurnaan karya ini di masa mendatang. Penulis berharap semoga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang Bimbingan dan Konseling, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai upaya meminimalisir perilaku *bullying* melalui konseling *kognitif behavior* dengan teknik *reframing*.

Singaraja, 15 Juni 2026

Penulis



Ni Komang Dian Maheri

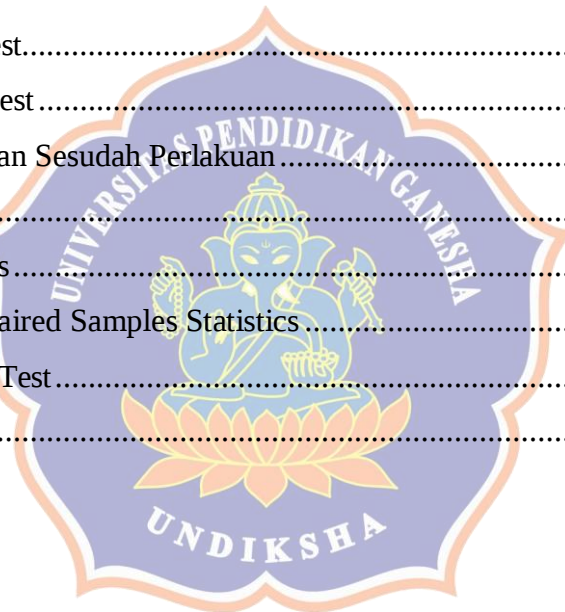
DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	1
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
ABSTRAK.....	iii
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	5
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Perumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian	6
1.6 Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORI.....	8
2.1 Perilaku Bullying	8
2.1.1 Definisi Perilaku <i>Bullying</i>	8
2.1.2 Aspek-Aspek Perilaku <i>Bullying</i>	9
2.1.3 Indikator Perilaku <i>Bullying</i>	10
2.1.4 Faktor Penyebab Perilaku <i>Bullying</i>	10
2.1.5 Dampak Perilaku <i>Bullying</i>	11
2.2 Konseling <i>Kognitif Behavior</i>	12
2.2.1 Definisi <i>Kognitif Behavior</i>	12
2.2.2 Konsep Dasar Konseling <i>Kognitif Behavior</i>	13
2.2.3 Tujuan pendekatan Konseling <i>Kognitif Behavior</i>	14
2.2.4 Tahapan Pendekatan Konseling <i>Kognitif Behavior</i>	15
2.3 Teknik <i>Reframing</i>	16
2.3.1 Definisi Teknik <i>Reframing</i>	16
2.3.2 Tujuan Teknik <i>Reframing</i>	18
2.3.3 Kelebihan dan kurang Teknik <i>Reframing</i>	18
2.3.4 Manfaat Teknik <i>Reframing</i>	19
2.3.5 Strategi Teknik <i>Reframing</i>	20
2.3.6 Tahapan Teknik <i>Reframing</i>	21

2.5 Kerangka Berfikir.....	29
2.6 Hipotesis Penelitian.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
3.1.1 Jadwal Penelitian	31
3.2 Rancangan Penelitian.....	32
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	34
3.3.1 Populasi.....	34
3.3.2 Sampel Penelitian	34
3.4 Kontrol Validasi Internal dan Eksternal.....	35
3.4.1 Kontrol Validasi Internal	35
3.4.2 Kontrol Validasi Eksternal.....	36
3.5 Variabel Penelitian.....	37
3.5.1 Identifikasi variabel	37
3.5.2 Definisi variabel	38
3.6 Metode Pengumpulan Data	39
3.6.1 Instrumen Variabel Terikat	39
3.7 Metode Analisis Data	57
3.7.1 Metode Deskripsi Data	57
3.7.2 Metode Uji Asumsi Analisis.....	58
3.7.3 Uji Hipotesis	58
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	59
4.1 Hasil Penelitian	59
4.1.1 Deskripsi Data.....	59
4.1.2 Hasil Uji Hipotesis	66
BAB V LUARAN PENELITIAN	72
5.1 Luaran HKI.....	72
5.2 Luaran Artikel Penelitian.....	73
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Hasil Penelitian Relevan	20
Tabel 3.1 Jadwal Penelitian	27
Tabel 3.2 Metode Rancangan	28
Tabel 3.3 Jumlah Populasi Penelitian.....	29
Tabel 3.4 Sampel Penelitian	30
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	40
Tabel 3.6 Butir-Butir Pernyataan	42
Tabel 3.7 Hasil Perhitungan Validitas Butir	49
Tabel 3.8 Uji Reabilitas Cronbach's Alpha.....	52
Tabel 4.1 Deskripsi Analisis	54
Tabel 4.2 Data Hasil Pretest.....	55
Tabel 4.3 Data Hasil Posttest	57
Tabel 4.4 Data Sebelum dan Sesudah Perlakuan	59
Tabel 4.5 Uji Normalitas	61
Tabel 4.6 Uji Homogenitas	62
Tabel 4.7 Hasil Analisis Paired Samples Statistics	63
Tabel 4.8 Paired Samples Test.....	63
Tabel 4.9 N Gain Score	63



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	25
Gambar 4.1 Grafik Skor Pretest.....	56
Gambar 4.2 Grafik Skor Posttest	58
Gambar 4.3 Grafik Perbandingan Pretest dan Posttest.....	60
Gambar 5.1 Luaran HKI	66



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Observasi Awal	74
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian	75
Lampiran 3. Surat Ijin Uji Judges	77
Lampiran 4. Surat Ijin Uji Instrumen	79
Lampiran 5. Surat Keterangan Hasil Penelitian	81
Lampiran 6. Lembar Uji Judges.....	82
Lampiran 7. Hasil Uji Instrumen Pretest	95
Lampiran 8. Hasil Uji Instrumen Posttest.....	97
Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan.....	99
Lampiran 10. Rencana Pemberian Layanan /RPL	103

