

EFEKTIVITAS KONSELING *COGNITIF BEHAVIOR* TEKNIK *SELF-TALK* UNTUK PENURUNAN PERILAKU PERUNDUNGAN SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI 3 SAWAN

Oleh:

Gusti Ayu Made Cintya Hendriyanti, NIM. 2011011030

Program Studi Bimbingan Konseling

Jurusan Ilmu Pendidikan Psikologi dan Bimbingan

Email: ayu.cintya.hendriyanti@undiksha.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling *cognitif behavior* teknik *self-talk* untuk penurunan perilaku perundungan siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Sawan. Penelitian ini menggunakan metode *single subject design (SSD)* dengan *design Baseline 1 (A1)*, B (Intervensi), *Baseline 2 (A2)*. Subjek dalam penelitian ini adalah tiga orang siswa kelas VII SMP Negeri 3 Sawan. Lembar pengamatan perilaku berfungsi sebagai instrumen. Wawancara, observasi, ceklist, dokumentasi, dan pencatatan pikiran negatif siswa sebelum melakukan perundungan adalah semua metode yang digunakan dalam memperoleh data. Data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan grafik dan statistik deskriptif. Pelaksanaan layanan konseling *cognitif behavior* teknik *self-talk* untuk penurunan perilaku perundungan siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Sawan efektif dalam penurunan perilaku perundungan siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Sawan.

Kata kunci: *Behavior, Cognitif, Konseling, Perilaku Perundungan, Self-Talk.*

THE EFFECTIVENESS OF COGNITIVE BEHAVIORAL COUNSELING USING SELF-TALK TECHNIQUES FOR REDUCING BULLYING BEHAVIOR AMONG SEVENTH-GRADE STUDENTS AT SMP NEGERI 3 SAWAN

Oleh:

Gusti Ayu Made Cintya Hendriyanti, NIM. 2011011030

Program Studi Bimbingan Konseling

Jurusan Ilmu Pendidikan Psikologi dan Bimbingan

Email: ayu.cintya.hendriyanti@undiksha.ac.id

Abstrak

This study aims to determine the effectiveness of cognitive behavioral counseling using self-talk techniques to reduce bullying behavior in grade VII students at SMP Negeri 3 Sawan. This study uses a single subject design (SSD) method with design *Baseline 1* (A1), B (Intervensi), *Baseline 2* (A2). The subjects in this study were three grade VII students of SMP Negeri 3 Sawan. The behavioral observation sheet functions as an instrument. Interviews, observations, checklists, documentation, and recording students' negative thoughts before bullying are all methods used in obtaining data. The data obtained will be analyzed using graphs and descriptive statistics. The implementation of cognitive behavioral counseling services using self-talk techniques to reduce bullying behavior in grade VII students at SMP Negeri 3 Sawan effective in reducing bullying behavior in grade VII students at SMP Negeri 3 Sawan.

Keywords: *Behavior, Cognitif, Konseling, Perilaku Perundungan, Self-Talk.*