

## **BAB IV**

### **PAPARAN DATA, TEMUAN PENELITIAN, DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Paparan Data dan Temuan Penelitian**

##### **1. Paparan Data**

###### **a. Sejarah Singkat SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan**

Berdasarkan observasi yang telah kami lakukan, SMA Muhammadiyah merupakan sekolah swasta tertua di Pamekasan yang berdiri sejak tahun 1982, dibawah naungan MPK Muhammadiyah Wilayah Jawa Timur dengan No.SK Pendirian yayasan No.23628/mpk/74 Tanggal 24 Juli 1974. SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan sudah berpengalaman di dunia pendidikan dan didukung guru-guru profesional yang berpendidikan S1 dan S2 serta 95 persen guru-guru telah bersertifikasi.

##### **1. Profil Sekolah**

Status	: Swasta
No. Telp	: (0324) 238839
Alamat Sekolah	: Jln. Trunojoyo No. 253 Patemon
Kecamatan	: Pamekasan
Kabupaten/Kota	: Pamekasan
Provinsi	: Jawa Timur

##### **2. Identitas Sekolah**

Nama Sekolah	: SMA Muhammadiyah 1
--------------	----------------------

Provinsi : Jawa Timur

Kode Pos : 69317

Tahun Berdiri : 1982

### **3. Visi dan Misi**

#### **VISI :**

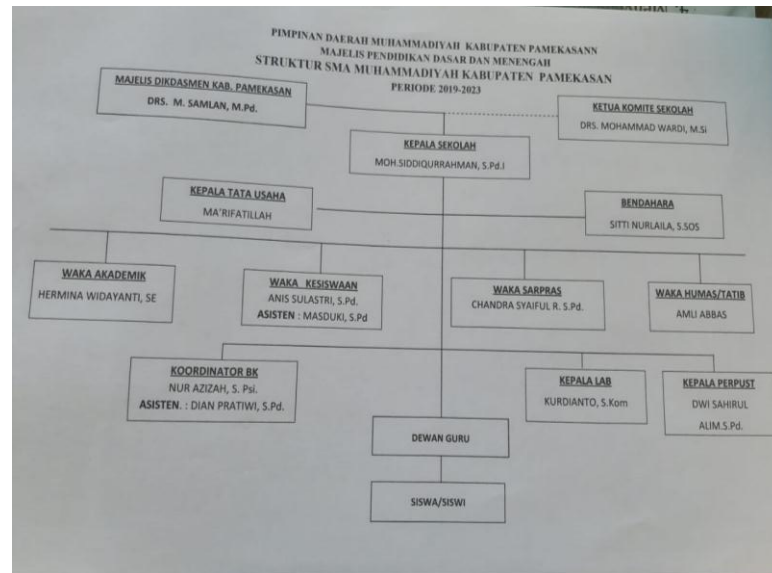
Memajukan pikir dan dzikir

Serta menciptakan generasi mandiri

#### **MISI :**

1. Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan sehingga memacu perkembangan daya pikir siswa secara optimal sesuai dengan potensi yang dimiliki.
2. Menumbuhkan semangat kemajuan dan keunggulan secara intensif kepada seluruh warga sekolah.
3. Menumbuhkan pemahaman dan pengalaman ajaran Islam sehingga menjadi acuan dalam bertindak.
4. Menumbuhkan prestasi non akademik dalam olah raga silat, futsal, tari, dan karawitan.
5. Menerapkan manajemen partisipatif dengan melibatkan seluruh warga sekolah.

#### 4. Struktur Organisasi



Sumber : SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan  
Gambar 4.1 Struktur Organisasi

##### a. Kepala dan Wakil Kepala Sekolah

No	Jabatan	Nama	Jenis Kelamin		Pend. Akhir
			L	P	
1.	Kepala Sekolah	Moh. Siddiqurrahman, S.Pd. I	V		S-1
2.	Waka Akademik	Hermina Widayanti, SE		V	S-1
3.	Waka Sarpras	Chandra Syaiful R, S.Pd	V		S-1
4.	Waka Kesiswaan	Anis Sulastri, S.Pd		V	S-1

## b. Guru

## 1) Kualifikasi Pendidikan, Status, Jenis Kelamin, dan Jumlah.

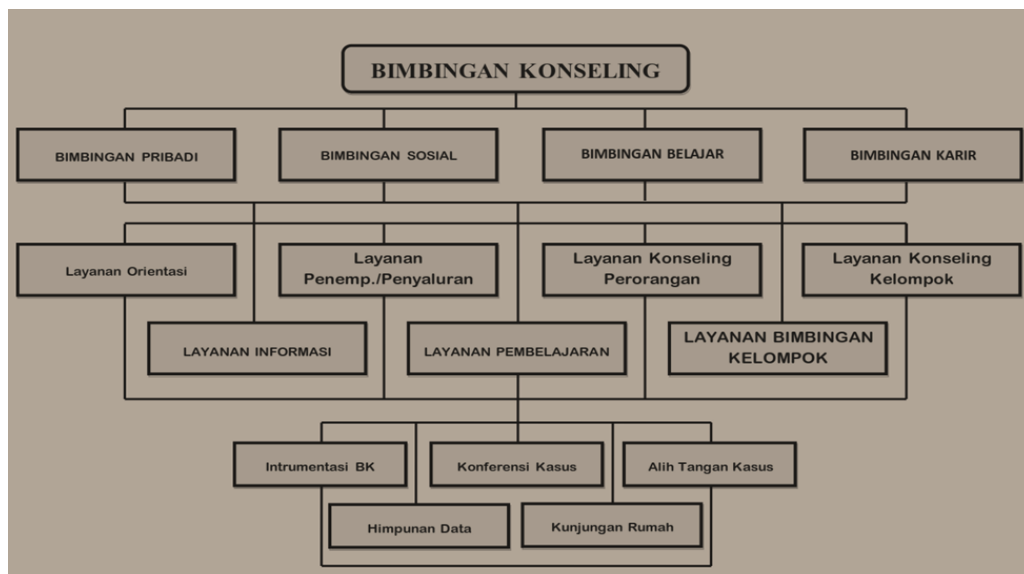
No	Tingkat Pendidikan	Jumlah dan Status Guru				Jumlah
		GTY/PNS		GTT/Guru Bantu		
		L	P	L	P	
1.	S3/S2	7				7
2.	S1	8	12			20
3.	D-4					
4.	D3/Sarmud					
5.	D2	1				1
6.	D1					
7.	≤ SMA/ sederajat					
Jumlah		16	12			28

## c. Jumlah Siswa

<b>Siswa kelas IPA</b>		
<b>X</b>	<b>Laki-laki</b>	<b>15</b>
	<b>Perempuan</b>	<b>7</b>
<b>XI</b>	<b>Laki-laki</b>	<b>10</b>
	<b>Perempuan</b>	<b>10</b>
<b>XII</b>	<b>Laki-laki</b>	<b>7</b>
	<b>Perempuan</b>	<b>11</b>

<b>Siswa kelas IPS</b>		
<b>X</b>	<b>Laki-laki</b>	<b>10</b>
	<b>Perempuan</b>	<b>10</b>
<b>XI</b>	<b>Laki-laki</b>	<b>13</b>
	<b>Perempuan</b>	<b>7</b>
<b>XII</b>	<b>Laki-laki</b>	<b>10</b>
	<b>Perempuan</b>	<b>10</b>

**Struktur Bimbingan Konseling**  
**SMA Muhammdiyah 1 pamekasan**  
**Tahun ajaran 2020/2021**



**b. Prilaku *Bullying* di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan**

Pada dasarnya sasaran layanan bimbingan dan konseling disekolah adalah untuk pribadi siswa secara perorangan, bukan berarti bahwa pelayanan bimbingan dan konseling bersifat individual, akan tetapi bimbingan dan konseling memiliki sasaran mengembangkan tiap-tiap individu secara optimal agar masing-masing individu dapat sebesar-besarnya berguna bagi dirinya sendiri, serta lingkungannya. Sehingga siswa dapat memahami permasalahan terkait pribadi, sosial, belajar dan karir yang mereka alami.

Setelah penelitian selesai mengadakan penelitian di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, peneliti akan memaparkan terkait gambaran secara umum tentang *bullying* dimana pemaparan ini agar peneliti dapat

mengetahui informasi-informasi terkait mengenai *bullying*. Cara memperoleh informasi-informasi *bullying* tersebut peneliti melakukan wawancara kepada guru BK dan guru kelas, sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan ibu azizah selaku guru BK di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan tersebut berkenaan dengan *bullying* siswa, beliau mengungkapkan:

“Menurut saya *bullying* itu melakukan suatu tindakan menindas atau menyakiti seseorang atau sekelompok orang baik secara verbal, fisik maupun psikologis sehingga membuat korban merasa tersakiti, tertekan bahkan samai trauma tak berdaya. Nah karena adek disini menanyakan perilaku *bullynig* maka itu sangat diperlukan sekali untuk diperhatikan, karena apa yang hendak mereka lakukan akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan psikologi anak. Terdapat beberapa siswa yang melakukan perilaku *bullying* seperti: mengejek, menyindir, merendahkan, menyinggol, memukul, memalak, melempari sesuatu dengan barang dll.”<sup>43</sup>

Hal ini senada dengan yang disampaikan oleh ibu Dian selaku wali kelas, beliau menuturkan bahwa:

“menurut saya *bullying* itu tindakan menindas orang. Dimana yang di tindas itu adalah orang lemah dan orang yang tidak disukai. Pelaku melakukan *bullying* ingin membuat korban tak berdaya, sehingga korban merasa tertekan, tertindas dan bahkan mengganggu psikologisnya.”<sup>44</sup>

Dari pernyataan-pernyataan di atas dapat di simpulkan bahwa *bullying* sangat berpengaruh terhadap psikologi anak. Selain itu, *bullying* juga berdampak negatif pada pelaku dan korban. Selanjutnya guru BK menjelaskan terkait *bullying* siswa bahwa:

---

<sup>43</sup> Nur Azizah, Guru BK SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung di Ruang BK (Tanggal 8 Februari 2021).

<sup>44</sup> Diana Sari, Wali Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung Ruang Guru (Tanggal 8 Februari 2021).

“Untuk perilaku *bullying* pada siswa mungkin yang lebih banyak tahu itu yaitu wali kelas mereka, sedangkan saya sebagai guru BK hanya 1 kali dalam 1 minggu masuk kelas. Dan biasanya guru BK hanya menangani perilaku *bullying* yang berat seperti memukul atau bertindak kekerasan.”<sup>45</sup>

Dalam hal ini ibu Dian juga menuturkan tentang perilaku *bullying* siswa, beliau menjelaskan bahwa:

”Sepengetahuan atau pengalaman saya mengajar disini, perilaku *bullying* menurut saya ada beberapa siswa yang memang bermasalah. Disini kan ada anak asrama atau anak panti dan ada juga anak dari pesisir, kota dan lainnya. Kebanyakan anak yang sering dapat *bullying* adalah anak asrama. Meskipun mereka tidak melakukan *bullying* secara fisik tetapi mereka melakukan *bullying* dengan ejekan, ledekan, menindas, menjewer, menginjak kaki, menjegal, mempermalukan terhadap mereka. Tapi itu kan tidak baik karena pasti akan berdampak pada psikologis pada anak. Kalau mereka di tegur pasti jawabannya cuma bercanda dan itu hal biasa tuturnya. Pola pikir mereka itu salah sehingga perlu arahan atau perlu konseling mengenai perilaku mereka ini”<sup>46</sup>

Dari pernyataan guru BK dan wali kelas bahwa perilaku *bullying* ini memang perlu konseling khusus untuk mengubah pola pikir mereka dari negatif ke positif. Hal ini juga di temukan oleh peneliti pada saat melakukan observasi pada hari senin 8 februari 2021 pada pukul 09:00WIB-selesai. Pada proses konseling individu seorang siswa mengungkapkan secara enteng bahwa tindakannya hanya sebuah lelucon dan candaan antar temannya, sehingga ia biasa saja melakukan

---

<sup>45</sup> Nur Azizah, Guru BK SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung di Ruang BK (Tanggal 8 Februari 2021).

<sup>46</sup> Diana Sari, Wali Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung Ruang Guru (Tanggal 8 Februari 2021).



tindakan tersebut.<sup>47</sup> Hal ini sesuai dengan hasil dokumentasi kegiatan konseling individu siswa di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan.<sup>48</sup>



Gambar 4.3. siswa yang mendapat konseling  
Sumber: SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan.

Dalam studi dokumen berupa foto di atas bahwa ada salah satu siswa yang mendapatkan konseling individu karena sering berperilaku *bullying* di kelas. Siswa tersebut mempunyai pola pikir yang keliru terhadap tindakan yang ia lakukan. Siswa tersebut beranggapan bahwa yang ia lakukan adalah sebuah tindakan lelucon antar teman.<sup>49</sup>

Dalam menurunkan perilaku *bullying* tentunya guru BK dan wali kelas memiliki cara tersendiri, dalam hal ini guru BK mengatakan bahwa:

“mengenai tindakan yang saya lakukan yakni menegur secara lisan dan menasehati siswa yang melakukan perilaku *bullying*. Sedangkan terhadap korban *bullying* saya memberikan motivasi-motivasi supaya lebih tenang”<sup>50</sup>

<sup>47</sup> Observasi langsung pada proses konseling individu

<sup>48</sup> Dokumentasi Proses Wawancara Langsung Konseling Individu Pada Konseli

<sup>49</sup> Dokumentasi, ruang BK (Tanggal 8 Februari 2021).

<sup>50</sup> Nur Azizah, Guru BK SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung di Ruang BK (Tanggal 8 Februari 2021).

Dari wawancara diatas dapat di simpulkan guru BK dan wali kelas yakni memberi teguran secara lisan terhadap pelaku *bullying* supaya pelaku bisa menurunkan atau mengubah prilaku *bullying*. Namun, hal tersebut kurang maksimal karena pola pikir siswa yang salah terhadap apa yang ia pikirkan mengenai prilakunya atau kemungkinan ada fator lain mengenai prilaku yang di lakukan siswa. Sebagaimana yakni sesuai dengan wawancara yang telah di kemukakan oleh guru BK sebagai berikut:

“menurut saya selain dari pola fikir mereka melakukan hal tersebut, mereka juga karena ada faktor kebiasaan dari lingkungan atau keluarga, apalagi yang daerah pesisir yang emang nada suara dan sifat bercandanya yang terlalu. Namun jika kebiasaan tersebut di bawa ke lingkungan luar jadi kan terkesan kasar cara mereka bercanda, dan terkesannya mengejek atau menghina”.<sup>51</sup>

Hal ini juga di sampaikan oleh wali kelas ibu Dian sebagai berikut:

“Biasanya faktor yang menyebabkan mereka melakukan prilaku tersebut karena mereka beranggapan bahwa yang mereka lakukan hanya bercanda dan membuat mereka merasa terhibur terhadap apa yang ia lakukan.”<sup>52</sup>

Dari pernyataan wali kelas dan guru BK menunjukkan bahwa prilaku *bullying* di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan perlu penanganan khusus untuk mengubah pola fikir mereka yang keliru mengenai prilaku mereka. Hal ini juga di temukan oleh peneliti pada saat melakukan kegiatan wawancara pada hari rabu tanggal 10 february 2021 pada puul 09:00-09:30 Wib. Pada waktu tu peneliti menemui 3 siswa di antaranya

---

<sup>51</sup> Nur Azzah, Guru BK SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung Ruang Guru (Tanggal 8 Februari 2021).

<sup>52</sup> Diana Sari, Wali Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung Ruang Guru (Tanggal 8 Februari 2021).

Lisa, Mila, dan Raihan peneliti mencoba seikit wawancara dengan ketiga siswa tersebut untuk menanyakan mengenai perilaku *bullying*. Yang pertama peneliti menanyakan hal ini kepada siswa yang bernama lisa, lisa menuturkan:

“*bullying* itu kan yang melakukan kekerasan kak, seperti menyakiti seseorang seperti memukul dan menendang, kadang di lempari batu atau menindas yang lemah kak. Kalau hanya sekedar megejek menurut saya tu bukan *bullying* kak, kan itu cuman ke isengan buat bercanda kak”<sup>53</sup>

Dan hal yang tidak jauh berbeda di sampaikan siswa yang bernama

Mila:

“prilaku *bullying* itu kak menindas yang lemah seperti memukul, menendang, merampas barang milik korban bahkan malak korban. Kalau mengejek dengan candaan menurut saya itu bukan *bullying* kak itu cuman ya guyonan, tapi kadang ada teman yang marah sih ketika terlalu di ejek.”

Dan raihan juga menuturkan mengenai rilaku *bullying* ini. Raihan menuturkan:

“kalau menurut saya *bullying* itu melakukan sesuatu yang agresif terhadap orang lain. Ya seperti menampar, menendang, mengatakan hal-hal kasar dan mengajak berkelahi kak. Kalau hanya sebatas bercanda itu bukan *bullying* seperti bilang hey gendut, hey anak buangan, kan cuman bercanda kak. Lagian kak bercanda di rumah itu biasa kak ngomong apa adanya terutama tentang fisik. Kan apa yang kita sampaikan mengenai kenyataan kak”

Dari wawancara di atas dengan ketiga siswa dapat di simpulkan bahwa mereka masih mempunyai pola pikir yang salah dan keliru terhadap pandangannya terhadap perbuatan *bullying*. Dan hal ini perlu di

---

<sup>53</sup> Lisa, Siswa SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung (Tanggal 10 Februari 2021).

perhatikan dan harus adanya tindak lanjut untuk mengubah pola fikir mereka yang salah atau keliru supaya dapat menurunkan perilaku *bullying*.

**c. Penerapan Strategi *Cognitive Restructuring* (CR) dengan Menggunakan Konseling Individu Untuk Menurunkan Prilaku *Bullying* di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan**

Dalam fokus kedua ini peneliti akan mengkaji tentang Penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu untuk menurunkan perilaku *bullying*. Berikut hasil dari wawancara dengan guru BK di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan yaitu:

“Awalnya itu kita harus ngobrol atau berbincang-bincang terlebih dahulu dengan anak, supaya anak merasa srek atau merasa nyaman terlebih dahulu, nah kalau sudah gitu kan nanti biar gampang ditanyai permasalahannya, Setelah tahap pertama selesai langsung ke tahap dua mas, kemudian saya mengulas kembali permasalahan anak yang menyebabkan perilaku *bullying* itu terjadi disini dan disini saya bisa mengetahui masalah anak. Kemudian tahap kerja kali ini menggunakan pendekatan konseling yang didalamnya terdapat strategi *cognitive restructuring*, Penggunaan strategi CR ini ada 6 tahap yang akan dilalui yaitu, pertama rasional, kedua mengidentifikasi, ketiga pengenalan dan pelatihan *coping thought* (CT), keempat dimana pindah dari pikiran-pikiran negatif ke *coping thought* (CT), kelima pengenalan dan pelatihan penguatan positif, dan keenam yaitu tindak lanjut atau tugas rumah”<sup>54</sup>.

Hal ini juga di sampaikan oleh wali kelas yaitu ibu dian:

“Penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu untuk menurunkan perilaku *bullying* ini. Biasanya saya kan kalau ngajar pasti setiap permasalahan anak saya laporkan ke guru BK. Nah mengenai perilaku *bullying* ini guru BK menggunakan konseling individu untuk menanganinya. Biasanya siswa di panggil ke ruang BK dan di lakukan layanan strategi *cognitive*

---

<sup>54</sup> Nur Azizah, Guru BK SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung di Ruang BK (Tanggal 8 Februari 2021).

*restructuring* oleh guru BK. Sedangkan saya sendiri kurang paham mengenai tahapan-tahapannya yang di lakukan guru BK jadi saya pasrahkan ke guru BK.”<sup>55</sup>

Penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling inividu untuk menurunkan perilaku *bullying* juga di sampaikan oleh raihan selaku siswa sebagai konseli melalui wawancara sebagai berikut:

“Penerapan strategi *cognitive restructuring* oleh guru BK itu kak, saya di panggil ke ruang guru. Awalnya degdekan kak, tapi ternyata bu Azizah cuman sekedar bincang-bincang dan menanyakan kenapa saya mengejek anak yang dari panti dan sering melakukan perilaku *bullying*. Kemudian, bu Azizah mengajarkan tahapan-tahapannya serta menjelaskan langkah-langkahnya seperti pertama itu rasional, dimana didalam tahap ini saya di berikan gambaran-gambaran tentang strategi yang akan digunakan dalam menagai masalah yang saya hadapi. kedua ini mengidentefikasi pikiran-pikiran, bu Azizah menanyakan mengapa saya melakukan hal tersebut. Ke tiga bu Azizah menyuruh saya untuk memindahkan fokus dari fikiran-fikiran yang merusak diri saya menuju kebentuk pikiran yang mau menanggulangnya. Ke empat pindah dari pikiran-pikiran negatif ke *coping thought* (CT) seperti bu Azizah menyuruh untuk mengatakan persepsi negatif saya seperti “mengejek teman itu cuma candaan biasa, hanya sebatas lelucon dan itu menyenangkan bagi saya serta tidak ada masalahnya kalau sekedar candaan” itu persepsi negatifnya dan saya meminta utuk mengilangkan persepsi negatif tersebut dengan membingkai ulang. Ke lima pengenalan dan pelatihan penguatan positif. Disini bu Azizah mengajari saya tentang cara-cara memberikan penguatan positif. Ke enam bu Azizah meminta kepada saya untuk merenungkan tentang yang sudah kita lakukan tadi, agar benar-benar bermanfaat dan berpengaruh positif bagi saya sendiri.

---

<sup>55</sup> Diana Sari, Wali Kelas SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung di Ruang Guru (Tanggal 8 Februari 2021).



Gambar 4.4. foto wawancara dengan konseli  
Sumber : SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan

Setelah selesai melakukan wawancara peneliti langsung melakukan observasi di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan mengenai Penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu untuk menurunkan perilaku *bullying*. Terlihat bahwa guru BK sedang memberikan pemahaman mengenai perilaku *bullying* dengan harapan siswa bisa mengubah perilaku *bullying* yang ia lakukan.<sup>56</sup>



Gambar: 4.5 konseling individu pada konseli  
Sumber : SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan

<sup>56</sup> Observasi, (10 Februari 2021 jam 09.00 wib di ruang BK)

Sebelum Penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu dilakukan, guru BK sudah menyusun rencana Penerapan layanan (RPL). Di dalam RPL tersebut semua proses dalam Penerapan di jelaskan di antaranya seperti: komponen layanan, bidang, fungsi layanan, tujuan layanan, metode/sumber/bahan, tahap-tahap pelaksanaan, penutup dan evaluasi. Komponen dalam RPL tersebut adalah layanan dasar, bidang layanannya adalah *bullying*, fungsi layanan adalah pemahaman, tujuan layanan adalah menurunkan perilaku *bullying*, metode yaitu curah pendapat dan tanya jawab, sumber yaitu buku dan internet, bahan yaitu kursi, meja dan kertas. Tahap-tahap penerapan yaitu pertama rasional, kedua mengidentifikasi, ketiga pengenalan dan pelatihan *coping thought* (CT), keempat dimana pindah dari pikiran-pikiran negatif ke *coping thought* (CT), kelima pengenalan dan pelatihan penguatan positif, dan keenam yaitu tindak lanjut atau tugas rumah. Setelah tahap ini selesai selanjutnya tahap penutup, dalam tahap penutup guru BK meminta siswa untuk menyimpulkan hasil kegiatan dan manfaat dari kegiatan tersebut dan yang terakhir evaluasi proses dan evaluasi hasil.<sup>57</sup>

Dan selanjutnya untuk mengetahui hasil dari proses penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu peneliti melakukan wawancara dengan guru BK yaitu bu Azizah, berikut hasil wawancara dengan beliau:

---

<sup>57</sup> Observasi (Tanggal 10 Februari 2021)

“hasil dari penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu sangat bagus untuk menangani perilaku *bullying* untuk menurunkan perilaku *bullying* siswa. Dan setelah mendapatkan layanan ini alhamdulillah anak yang bernama Raihan sekarang sudah tidak mengejek atau menghina anak-anak yang dari asrama lagi. Serta dalam bercanda berucap sudah lebih baik.”<sup>58</sup>

Hal ini juga di perkuat dari hasil wawancara dengan konseli yaitu

Raihan mengatakan:

“Alhamduillah kak setelah mendapatkan konseling, aku sekarang kalau bercanda sudah mikir takut teman saya sakit hati dengan ucapan perbuatan aku, kadang kalau lihat teman yang sering aku gangguin merasa gimana gitu kak. Seandainya aku ada di posisi dia di remehkan dan di hina ataupun kadang ucapan yang sering aku lontarkan sangat merendhakkannya pasti sakit hati. Kayak merasa berdosa kak. aku di arahkan buat hal-hal yang positif kak, kita juga di ajarin bagaimana cara menjadi yang lebih baik lagi dan bagaimana caranya agar jadi orang yang bermanfaat bagi orang dan masih banyak lagi kak.”<sup>59</sup>

Setelah peneliti selesai melakukan wawancara dan observasi peneliti menyimpulkan bahwa guru BK dalam melaksanakan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu dilakukan dengan beberapa tahapan yaitu: pertama rasional, kedua mengidentifikasi, ketiga pengenalan dan pelatihan *coping thought* (CT), keempat dimana pindah dari pikiran-pikiran negatif ke *coping thought* (CT), kelima pengenalan dan pelatihan penguatan positif, dan keenam yaitu tindak lanjut atau tugas rumah. Setelah tahap ini selesai selanjutnya tahap penutup, dalam tahap penutup guru BK meminta siswa untuk

---

<sup>58</sup> Nur Azizah, Guru BK SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung di Ruang BK (Tanggal 10 Februari 2021).

<sup>59</sup> Raihan Saputra, siswa Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung di Ruang BK (Tanggal 10 Februari 2021).



menyimpulkan hasil kegiatan dan manfaat dari kegiatan tersebut dan yang terakhir evaluasi proses dan evaluasi hasil.

Penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu ini dapat membantu siswa megubah pola fikir yang negatif ke hal yang positif serta dapat membantu siswa mengubah prilaku yag keliru ke hal yang lebih baik lagi. Terdapat konseli yag bernama raihan yang sering medapatkan teguran karena selalu menghina dan mengejek teman-temanya terutama terhadap anak yang ABK dan anak asrama (panti) sudah mulai mengubah prilaku buruknya ke lebih baik lagi. Hal tersebut dapat di ketahui dari hasil wawancara dan observasi yang di lakukan peneliti.

#### **d. Faktor Pendukung dan Penghambat Penerapan Strategi *Cognitive Restructuring* ( CR) Dengan Menggunakan Koseling Individu.**

Setelah melakukan penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu, maka dalam hal ini peneliti dapat mengetahui apa saja faktor penghambat dan pendukung dalam melaksanakan strategi *cognitive restructuring* ini peneliti melakukan wawancara dengan guru BK beliau mengatakan:

“Faktor pendukung penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan yaitu adanya kerja sama antara guru BK, kepala sekolah, guru kelas, guru mata pelajaran, siswa. Kerja sama disini dilakukan oleh kepala sekolah yaitu menyiapkan sarana dan prasarana untuk mendukung penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu. Adapun kerja sama yang dilakukan guru wali kelas dan guru mata pelajaran dalam mendukung keberhasilan konseling ini yaitu, memberikan informasi kepada guru BK tentang siswa yang perlu mendapatkan perhatian khusus,

membantu memberikan kesempatan dan kemudahan bagi siswa khususnya di kelas yang menjadi tanggung jawabnya untuk mengikuti layanan konseling individu. Sedangkan faktor penghambat penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu yaitu ada pada siswa, siswa tidak mau secara terbuka menceritakan permasalahannya dan juga kurang kesadaran diri siswa untuk mau menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Adapun faktor penghambat lainnya yaitu orang tua siswa yang tidak mau datang ke sekolah ketika di panggil sama guru BK.<sup>60</sup>

Hal ini juga senada di sampaikan oleh wali kelas ibu Diana Sari beliau mengatakan:

“dalam penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu ini faktor pendukungnya yaitu fasilitas ada seperti ruang khusus konseli, ruang BK dan adanya kerja sama antara guru BK, kepala sekolah, guru kelas, guru mata pelajaran, siswa. Namun faktor penghambatnya itu biasanya kalau ada panggilan orang tua itu tidak pernah hadir. Itu sudah dari dulu orang tua/wali selalu pasrah ke sekolah untuk hal apapun.”<sup>61</sup>

Hal ini juga senada di sampaikan oleh raihan yang merupakan siswa konseli yang mengikuti kegiatan konseling:

“Ya kan kalau guru BK nanya saya malu kak, apalagi awalnya saya agak sedikit takut sama guru BK dan ternyata ngobrol sama guru BK itu asyik. Apalagi ada ruangan yang nyaman buat curhat.”

Setelah selesai melakukan proses wawancara peneliti melanjutkan untuk observasi di lapangan mengenai faktor apa saja yang menjadi pendukung dan penghambat dari proses penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu yang sudah dilakukan tidak jauh berbeda dengan apa yang di sampaikan oleh beberapa informan yang sudah melakukan wawancara di atas sehingga dapat di

---

<sup>60</sup> Nur Azizah, Guru BK SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung di Ruang BK (Tanggal 10 Februari 2021).

<sup>61</sup> Diana Sari, wali kelas Muhammadiyah 1 Pamekasan, Wawancara Langsung di Ruang Guru (Tanggal 10 Februari 2021).

uraikan bahwa faktor pendukung dari penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu untuk menurunkan perilaku *bullying* yang dilakukan yaitu: 1) Adanya fasilitas seperti ruang khusus konseli, ruang BK. 2) Adanya kerja sama antara guru BK, kepala sekolah, guru kelas, guru mata pelajaran dan siswa. Untuk faktor penghambat yaitu: 1) siswa kurang keterbukaan dalam mengungkapkan masalah yang di hadapinya. 2) kurangnya partisipasi orang tua dari siswa.

## **2. Temuan Penelitian**

### **1. Prilaku *Bullying* di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan.**

Temuan peneliti berkaitan untuk menurunkan perilaku *bullying* di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan dapat di ketahui dari hasil observasi sekaligus wawancara dengan beberapa informan mendapatkan hasil bahwa mengenai perilaku yang dilakukan siswa sebagaimana di sampaikan oleh guru BK dan wali kelas yaitu:

- a) Siswa mengejek temannya sendiri seperti: Gendut lo, dasar anak buangan, cupu lo, cungring lo, jayus lo, goblok lo Dll.)
- b) Siswa bersikap agresif seperti melakukan memalak, menginjak kaki, menjegal, melempar dengan barang.
- c) Siswa melakukan perkataan buruk seperti menyoraki di depan siswa lain, meneriaki, mengucilkan dan mempermalukan di depan umum.

## **2. Penerapan Strategi *Cognitive Restructuring* (CR) untuk menurunkan perilaku *bullying* dengan Menggunakan Konseling Individu.**

Penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan yaitu:

- a. Observasi dan tanya jawab (tahap konseling awal)
- b. *Assesment* (tahap pertengahan)
- c. Tindak lanjut (tahap konseling akhir)

Kemudian, dari proses konseling individu untuk menurunkan perilaku *bullying* di SMA Muhammadiyah 1 Pameksan dengan menggunakan strategi *cognitive restructuring* ada beberapa tahapan yang harus dihadapi anak untuk menyelesaikan masalah yang dialaminya dengan bantuan konselor yang ada di SMA Muhammadiyah 1 Pameksan supaya masalah yang ada dapat tergambarkan dengan jelas dan segera terpecahkan dengan 6 tahapan yaitu:

1. Tahap pertama rasional
2. Tahap kedua ini yaitu mengidentifikasi.
3. Tahap ketiga yaitu pengenalan dan pelatihan *coping thought* (CT).
4. Tahap keempat dimana pindah dari pikiran-pikiran negatif ke *coping thought* (CT).
5. Tahap kelima yaitu pengenalan dan pelatihan penguatan positif.
6. Tahap keenam yaitu tindak lanjut atau tugas rumah.

### **3. Faktor Pendukung dan Penghambat Penerapan Strategi *Cognitive Restructuring* (CR) Dengan Menggunakan Koseling Individu.**

Temuan yang di lakukan oleh peneliti mengenai faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu di antaranya yaitu: : 1) Adanya fasilitas seperti ruang khusus konseli, ruang BK. 2) Adanya kerja sama antara guru BK, kepala sekolah, guru kelas, guru mata pelajaran dan siswa. Untuk faktor penghambat yaitu: 1) siswa kurang keterbukaan dalam megungkapkan masalah yang di hadapinya. 2) kurangnya partisipasi orang tua dari siswa. Hal ini di ketahui dalam hasil proses observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti.

## **B. Pembahasan**

### **1. Prilaku *bullying* di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan.**

Berdasarkan hasil wawancara pada penelitian yang telah di lakukan oleh peneliti bersama guru BK dan wali kelas menunjukkan bahwa terdapat beberapa siswa yang melakukan pilaku *bullying* seperti: a) Siswa mengejek temannya seperti: Gendut lo, dasar anak buangan, cupu lo, cungring lo, jayus lo, goblok lo Dll). b) Siswa bersikap agresif seperti melakukan memalak, menginjak kaki, menjegal, melempar dengan barang. c) Siswa melakukan perkataan buruk seperti menyoraki di depan siswa lain,

Dalam menurunkan prilaku *bullying* di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan, peneliti ini menggunakan konseling individu dengan strategi

*cognitive restructuring* sehingga dapat menguah pola fikir yang negatif ke hal yang positif serta dapat menambah pemahaman siswa mengenai prilaku *bullying* untuk berperilaku lebih baik lagi ke depannya baik dalam lingkungan sekolah atau lingkungan lainnya. Saat *bullying* tak segera diatasi dan si pelaku merasa terus mendapat kesenangan dari caranya terhadap korban, maka prilaku *bullying* akan semakin berkembang menjadi sebuah intimidasi dan teror yang semakin membuat si korban merasa tidak nyaman.<sup>62</sup>

Prilaku *bullying* adalah sebuah situasi dimana terjadinya penyalahgunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang/sekelompok. Pihak yang kuat disini tidak hanya berarti kuat dalam ukuran fisik, tapi bisa juga kuat secara mental.<sup>63</sup> Oleh sebab itu yang perlu dan sangat penting kita perhatikan adalah bukan sekedar tindakan yang dilakukan tetapi dampak dari tindakan tersebut bagi si korban.

*Bullying* memiliki pengaruh secara jangka panjang dan jangka pendek terhadap korban *bullying* sendiri. Pengaruh jangka pendek yang di timbulkan akibat perilaku bullying adalah depresi karena mengalami penindasan, menurunnya minat untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah yang di berikan oleh guru, menurunnya minat untuk mengikuti kegiatan sekolah. Sedangkan akibat yang di timbulkan dalam jangka panjang dari peninasan ini seperti mengalami kesulitan dalam menjalani hubungan

---

<sup>62</sup> Afin Murtie, *Cegah dan Stop Bullying Pada Anak Berkebutuhan Khusus* (Jogjakarta: Redaksi Maxima,2014), Hlm.22.

<sup>63</sup>Suryatmini, *Bullying Mengatas Kekerasan Di Sekolah Dan Lingkungan anak* (jakarta : grasindo 2008). Hlm.2

baik terhadap lawan jenis, selalu memiliki kecemasan akan mendapatkan perlakuan yang kurang menyenangkan dari teman-teman sebayanya.

Saat *bullying* tak segera diatasi dan si pelaku merasa terus mendapat kesenangan dari caranya terhadap korban, maka perilaku *bullying* akan semakin berkembang menjadi sebuah intimidasi dan teror yang semakin membuat si korban merasa tidak nyaman.<sup>64</sup>

Maka dari itu guru BK dan guru kelas memberikan teguran dan arahan untuk mengatasi *bullying* dan mengurangi perilaku *bullying*. Dalam hal ini peneliti membuat perencanaan untuk mengetahui lebih dalam mengenai perilaku *bullying* siswa yang terjadi di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan tersebut.

Dalam pelaksanaan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu hal ini bertujuan agar mereka bisa menurunkan atau mengubah perilaku *bullying* mereka untuk menjadi lebih baik lagi dalam bersikap. Saat melakukan kegiatan mengumpulkan data dan mencari informasi mengenai siswa yang melakukan *bullying* ada siswa yang sering melakukan *bullying* terhadap anak asrama/panti karena pola pikir yang salah, oleh sebab itu peneliti merencanakan untuk memberikan layanan konseling individu supaya konseling yang diberikan lebih efektif.

---

<sup>64</sup> Afin Murtie, *Cegah dan Stop Bullying Pada Anak Berkebutuhan Khusus* (Jogjakarta:Redaksi Maxima,2014), Hlm.22.

Layanan konseling individu adalah salah satu pemberian bantuan secara perorangan dan secara langsung.<sup>65</sup> Dengan cara konseling individu ini, pemberian bantuan dilakukan secara hubungan tatap muka atau hubungan empat mata antara konselor dengan konseli.

Karena banyak anak muda yang biasanya enggan membicarakan masalah pribadi atau urusan-urusan pribadi mereka dalam diskusi kelas dengan guru. Karena beberapa dari mereka merasa ragu untuk berbicara di depan kelompok-kelompok kecil. Oleh karena itu, konseling individu sangat pas di gunakan untuk mengatasi masalah mengenai perilaku *bullying*.

## **2. Penerapan Strategi *Cognitive Restructuring* (CR) untuk menurunkan perilaku *bullying* dengan Menggunakan Konseling Individu.**

Penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu yang di lakukan di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan yaitu 1. Observasi dan tanya jawab (tahap konseling awal). 2. *Assesment* (tahap pertengahan) 3. Tindak lanjut (tahap konseling akhir). Setelah itu barulah masuk ke tahap inti strategi *cognitive restructuring* yaitu: Langkah pertama, konselor memberikan suatu gambaran kepada konseli mengenai strategi atau konseling yang akan dilakukan. Supaya anak benar-benar mempunyai gambaran tentang strategi tersebut, yang dimana didalamnya mencakup penjelasan-penjelasan tentang tujuan, prosedur-prosedur yang akan dilaksanakan

---

<sup>65</sup> Sulistriyani dan Muhammad Jauhar. *Dasar-Dasar Konseling* (Jakarta: Prestasi Pustaka, 2014). Hlm.227.



dan membahas tentang pikiran-pikiran yang negatif ke positif. Misalnya, seperti anak yang mempunyai fikran untuk menghasut teman lainnya untuk menghina, mengajak utuk berkelahi dan lain-lainnya.

Langkah kedua, mengidentifikasi fikran konseli dalam situasi problem. Dimana pada tahap ini konselor melakukan analisis terhadap pikiran-pikiran konseli dalam permasalahan melakukannya perbuatan perilaku *bullying*.

Langkah ketiga, pengenalan dan pelatihan *coping thought* (CT). Pada langkah ini, terjadi perpindahan fokus dari pikiran-pikiran konseli yang merusak diri menuju bentuk pikiran yang akan menanggulangi. Semua pikiran itu ditujukan untuk konseli, karena masalah pengenalan dan pelatihan *coping thought* (CT) sangat penting untuk keberhasilan dari strategi *cognitive restructuring* ini.

Langkah keempat, pindah dari pikiran-pikiran negatif ke *coping thought* (CT), pada langkah ini konseli dilatih untuk pindah dari pikiran-pikiran yang menyebabkan pilaku *bullying* ke pikiran yang menanggulangi.

Langkah kelima, yaitu pengenalan dan pelatihan penguatan positif. Pada langkah ini mengajarkan konseli tentang cara-cara memberikan penguatan bagi dirinya sendiri. Cara ini bisa dilakukan dengan cara konselor mempraktekkan pernyataan-pernyataan positif tersebut. Maksudnya untuk membantu konseli agar merubah perilakunya menjadi lebih baik dari yang sebelum-sebelumnya.

Langkah keenam, tindak lanjut atau tugas rumah. Di sini konseli dapat menerapkan keterampilan yang diperoleh dalam kehidupan yang sebenarnya agar mampu merubah kebiasaan-kebiasaan yang buruk menjadi lebih baik.

Maka dari itu tujuan dari strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu yakni konseli perlu menjadi sadar akan pikiran-pikiannya yang keliru ke hal yang benar. Sehingga kegiatan ini mampu di katakan berhasil menurunkan prilaku *bullying* karena ada perubahan prilaku dari konseli yang awalnya menganggap prilaku *bullying* adalah tindakan hal yang biasa dan lelucon serta tidak ada dampak pengaruh terhadap psikologis korban. Konseli menunjukkan perubahan cara berbicara terhadap teman yang lainnya. Sehingga strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu dapat dikatakan bisa menurunkan prilaku *bullying* di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan.

Dalam pemberian Penerapan Strategi *Cognitive Restucturing* (CR) dengan Menggunakan Konseling Individu khususnya untuk anak-anak yang belatar belakang daerah pesisir seperti raihan di SMA Muhammadiyah 1 pamekasan, dapat dinyatakan megalami keberhasilan. Hal ini dapat dibuktikan dengan beberapa perubahan pada anak (konseli) yang sering melakukan *bullying* pada korban.

Penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu hal ini bertujuan agar mereka bisa menurunkan atau

mengubah perilaku *bullying* mereka untuk menjadi lebih baik lagi dalam bersikap. Saat melakukan kegiatan mengumpulkan data dan mencari informasi mengenai siswa yang melakukan *bullying* ada siswa yang sering melakukan *bullying* terhadap anak asrama/panti karena pola pikir yang salah, oleh sebab itu peneliti merencanakan untuk memberikan layanan konseling individu supaya konseling yang di berikan lebih efektif.

Layanan konseling individu adalah salah satu pemberian bantuan secara perorangan dan secara langsung.<sup>66</sup> Dengan cara konseling individu ini, pemberian bantuan dilakukan secara hubungan tatap muka atau hubungan empat mata antara konselor dengan konseli. Melalui metode tatap muka ini maka akan terlanakan interaksi langsung yang akan membahas berbagai hal tentang permasalahan yang sedang di hadapi konseli tersebut. Pemahaman tersebut bersifat mendalam, menyentuh hal-hal penting yang berhubungan dengan diri konseli (bahkan tidak menutup kemungkinan menyangkut rahasia pribadi diri konseli), bersifat meluas melalui berbagai sisi yang menyangkut permasalahan konseli, namun juga bersifat spesifik menuju ke arah penyelesaian masalah. Berkaitan dengan hal tersebut masalah konseli harus di cermati dan di upayakan penyelesaiannya sedapat-dapatnya dengan kekuatan diri konseli sendiri.

Karena banyak anak muda yang biasanya enggan membicarakan masalah pribadi atau urusan-urusan pribadi mereka dalam diskusi kelas

---

<sup>66</sup> Sulistriyani dan Muhammad Jauhar. *Dasar-Dasar Konseling* (Jakarta: Prestasi Pustaka, 2014). Hlm.227.

dengan guru. Karena beberapa dari mereka merasa ragu untuk berbicara di depan kelompok-kelompok kecil. Oleh karena itu, konseling individu sangat pas di gunakan untuk mengatasi masalah mengenai perilaku *bullying*.

### **3. Faktor Pendukung dan Penghambat Penerapan Strategi *Cognitive Restructuring* (CR) Dengan Menggunakan Koseling Individu.**

Dalam penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu yang di lakukan di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan merupakan kegiatan pemahaman kepada siswa untuk membantu mereka mengubah pola fikir yang keliru atau mengubah pola fikir yang negatif ke hal positif untuk menjadi lebih baik lagi di dalam berperilaku.<sup>67</sup> Adapun beberapa faktor pendukung dari penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu untuk menurunkan perilaku *bullying* yang di lakukan yaitu: 1) Adanya fasilitas seperti ruang khusus konseli, ruang BK. 2) Adanya kerja sama antara guru BK, kepala sekolah, guru kelas, guru mata pelajaran dan siswa.

Kerja sama disini dilakukan oleh kepala sekolah yaitu menyiapkan sarana dan prasarana untuk mendukung penerapan strategi *cognitive restructuring* dengan menggunakan konseling individu. Adapun kerja sama yang dilakukan guru wali kelas dan guru mata pelajaran dalam

---

<sup>67</sup> Akhmad Muhaimin Azzet, *Bimbingan Dan Konseling di Sekolah* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011) hlm. 50.

mendukung keberhasilan konseling ini yaitu, memberikan informasi kepada guru BK tentang siswa yang perlu mendapatkan perhatian khusus, membantu memberikan kesempatan dan kemudahan bagi siswa khususnya di kelas yang menjadi tanggung jawabnya untuk mengikuti layanan konseling individu.

Untuk faktor penghambat yaitu: 1) siswa kurang keterbukaan dalam mengungkapkan masalah yang di hadapinya. 2) kurangnya partisipasi orang tua dari siswa dimana orang tua beranggapan bahwa menganggap bullying sebagai peristiwa lazim dan sarana ujian mental. Hal ini dapat di ketahui dari hasil wawancara dan observasi yang di lakukan oleh peneliti di SMA Muhammadiyah 1 Pamekasan.