



## **Efektivitas Konseling *Cognitive Behavior Therapy* untuk Meningkatkan *Self Efficacy* pada Siswa Korban *Bullying***

**B. Anggun Karismawati<sup>1</sup>, M. Zuhdi Zainul Majdi<sup>2</sup>, Muhammad Syamsul Hadi<sup>2</sup>**  
<sup>1,2,2</sup>Prodi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Institut Agama Islam Hamzanwadi Pancor, Indonesia.  
[baiqanggunkarismawati@gmail.com](mailto:baiqanggunkarismawati@gmail.com)

### **Abstrak**

*Bullying* bukan masalah asing bagi siswa, dampak perilaku *bullying* dapat di rasakan oleh diri sendiri dan berimbas kepada orang lain, seperti sering menyendiri, tidak suka bergaul, dan merasa takut. Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya *bullying* adalah *self efficacy* rendah, *self efficacy* adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan atau pe ngharapan sejauh mana seseorang memperkirakan kemampuan dirin ya dalam melaksanakan tindakan tertentu untuk mencapai hasil yang diinginkan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen dengan jenis *Pretest multiple postest design*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 30 orang siswa kelas VIII di MTsS NWDI Sakra, Sampel yang digunakan adalah 7 orang dari jumlah populasi 30 siswa. Adapun tehnik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan 2 angket, angker *bullying* dengan realitas (0,96) dan angket *self efficacy* dengan reabilitas (0,80). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan *Repeated Measures anava*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *cognitive behavior therapy* efektif digunakan dalam meningkatkan *self efficacy* kelas VIII MTsS NWDI Sakra, hal ini dapat dilihat dari  $F = 205.38$  dengan signifikansi  $< 0.05$ .

**Kata Kunci:** *Bullying, Self Efficacy, Cognitive Behavior Therapy*

### **Abstract**

*Bullying is not an alien matter to students, the impact of bullying behavior can be felt by themselves and scanning to others, such as being often alone, dislike socializing, and feel scared. One of the factors that influence the occurrence of bullying is low self efficacy, self effecacy is the result of cognitive processes such as decisions, beliefs or expectations to the extent to which a person estimates his ability to perform certain actions to the desired result. This research uses experimental research methods with the type Pretest multiple postest design. The population in this study amounted to 30 students of*

*class VIII at MTsS NWDI Sakra, The sample used was 7 people out of the total population of 30 students. As for the data analysis techniques used in this study are using 2 angket, angker bullying with reality (0.96) and angket self efficacy with rehabilitation (0.80). Data analysis in the study uses Repeated Measures anava. Based on the results of research showing that cognitive behavior therapy is effective in improving self efficacy grade VIII MTsS NWDI Sacra, it can be seen from  $F=205.38$  with a significance  $< 0.05$ .*

**Keywords:** *Bullying, Self Efficacy, Cognitive Behavior Therapy*

## **Pendahuluan**

Masa sekolah adalah masa dimana anak-anak mulai mengembangkan keterampilan, timbul rasa bersaing, senang berteman dengan teman sebaya, menyelesaikan masalah secara mandiri dan ingin mendapatkan penghargaan atas pencapaiannya dalam menyelesaikan tugas yang diberikan. Interaksi sosial seorang siswa dengan siswa lainnya dapat menjadi tolak ukur keberhasilan tugas perkembangan, interaksi yang terjadi pada fase ini dapat dikategorikan menjadi suatu perilaku yang bersifat positif atau negatif, salah satu perilaku negatif yang dilakukan oleh siswa di lingkungan sekolah adalah *bullying*. *Bullying* merupakan tindakan penggunaan kekuasaan untuk menyakiti seseorang atau kelompok baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tidak berdaya. Anak yang menjadi korban *bullying* akan lebih beresiko mengalami masalah kesehatan, baik secara fisik maupun mentalnya. Masalah yang lebih sering diderita oleh anak yang mengalami *bullying* antara lain munculnya berbagai masalah mental dan fisik seperti depresi, gelisah, rasa tidak aman berada di lingkungan sekolah, penurunan semangat belajar, sakit kepala, sakit perut, ketegangan otot dan lain sebagainya. Dalam kasus yang agak langka, anak-anak korban *bullying* akan menunjukkan sifat kekerasan dan brutal (Zakiah dalam Rujian: 2018).

Sebuah studi menunjukkan bahwa 84% anak-anak Indonesia pernah menjadi korban *bullying*. Data ini sangat mengejutkan karena menempatkan Indonesia sebagai Negara dengan tingkat *bullying* tertinggi diantara Negara-negara Asia lainnya. Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional dan *Unicef* memaparkan hasil *survey* yang dilakukan pada tahun 2015 oleh *The Global School-Based Health Survey* yang menunjukkan bahwa 32% siswa-siswi telah mengalami kekerasan fisik dan 20% siswa-siswi menjadi korban *bullying* di Sekolah. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada periode 2011-2017 menerima 26.000 kasus perlindungan anak, dimana 34% dari kasus tersebut adalah kasus *bullying*, pada tahun 2018 KPAI menerima 161 laporan kasus perlindungan anak, dimana 36 kasus (22,4%) adalah kasus korban *bullying* dan 41 kasus (22,5%) adalah kasus pelaku *bullying*. Pemaparan

data frekuensi *bullying* ini tidak dalam tujuan untuk menunjukkan Kota atau Kabupaten yang lebih baik atau lebih buruk dalam hal angka kejadian *bullying*. Pemaparan ini ditujukan agar menjadi perhatian serius bahwa di setiap Kota atau Kabupaten, terjadi *bullying* baik di rumah maupun di sekolah, berdasarkan data yang dilaporkan oleh anak-anak yang menjadi korban.

Wang, Iannotti, dan Nansel (2009) membagi *bullying* dalam empat kategori, yaitu *bullying* fisik yang dimana *bullying* fisik ini merujuk pada serangan fisik terhadap korban melalui tindakan seperti memukul. *Bullying* verbal yaitu penggunaan bahasa untuk melukai orang lain melalui penghinaan dan penghinaan verbal. *Bullying* relasional mencakup perilaku seperti menyebar gosip, menyebar rumor dan sebagainya. Dalam tindakan *bullying* ini terdapat beberapa peran yang mengisi tindakan *bullying* tersebut, setidaknya ada lima peran di dalamnya, yaitu peran pertama *bully*, yang dimana peran ini dimainkan oleh ketua kelompok dari siswa yang akan melakukan *bullying*, peran kedua yaitu *asistend bully*, peran ini dilakukan oleh seseorang atau kelompok yang melakukan *bully*, *asistend* lebih ketergantungan kepada si pemeran *bully* atau biasa disebut ketua kelompok, yang ketiga yaitu siswa yang terlibat dalam *bullying* tersebut tetapi mereka tidak langsung sebagai pelaku *bullying* dengan kata lain mereka hanya sebagai penonton, peran keempat sebagai *defender* yaitu sebagian kecil dari seorang siswa yang membela korban *bullying*, yang terakhir adalah *outsider* yaitu siswa yang mengetahui terjadinya *bullying* di sekolah tetapi mereka acuh tak acuh atau tidak peduli.

Temuan data awal ini senada dengan Riset Putri, dkk (2021) yang menemukan bahwa bentuk dan faktor verbal *bullying* yang terjadi ada dua macam yaitu bentuk verbal *bullying* berdasarkan nama panggilan dan bentuk verbal *bullying* berdasarkan fisik sehingga menyebabkan korban kurang percaya diri terhadap dirinya, menjadi pendiam dan minder terhadap dirinya sendiri saat sedang bermain bersama. Purbasari (2014) menyebut bahwa *bullying* sesama peserta berlangsung secara kelompok atau istilah tersebut biasanya disebut *school bullying*.

Dampak yang ditimbulkan ketika seseorang atau lebih melakukan perilaku *bullying* yaitu cenderung berperilaku agresif lalu terlibat di sebuah kelompok dan aktivitas kenakalan yang lain. Sebaliknya dampak yang dapat dirasakan oleh korban *bullying* yakni memiliki masalah emosi atau perasaan, harga diri rendah, tertekan, suka menyendiri dan merasa tidak aman (Pusdatin Kemenkes RI, 2018). Saranga, Jdkk (2021) menyatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *bullying* adalah self efficacy.

Efikasi diri ialah perasaan atau keyakinan dari seseorang atau individu terhadap kemampuannya dalam mengerjakan suatu tugas, mengatur serta melaksanakan suatu tindakan. Ketika efikasi diri yang rendah dan berkombinasi dengan lingkungan yang responsif maka seseorang akan mengalami stres ataupun

depresi disebabkan karena individu melihat bahwa orang lain dapat menyelesaikan persoalan dengan baik, kemudian saat efikasi diri seseorang rendah berkombinasi dengan lingkungan yang tidak responsive hingga orang-orang akan merasa segan, apatis dan tidak berdaya (Feist & Feist, 2014)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Amawidyati, dkk (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku *bullying* dengan *self efficacy* pada remaja, semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah perilaku *bullying*. *Self efficacy* yang tinggi dimiliki remaja yang mengalami perilaku *bullying*, artinya remaja tersebut dapat mengatasi perilaku *bullying* yang dihadapinya. Implikasi pada temuan ini adalah mengenai *self efficacy* yang baik dapat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi perilaku *bullying*. Maka penting untuk kita meningkatkan *self efficacy* untuk menurunkan perilaku *bullying*.

Berdasarkan hasil wawancara di MTsS NWDI Sakra kasus yang paling banyak terjadi adalah *bullying* verbal (penggunaan bahasa untuk melukai orang lain melalui penghinaan). “kasus *bullying* yang sering terjadi adalah sebatas membully dengan cara mengolok dan saling mengolok orang tua, tidak pernah sampai terjadi pembullyan secara fisik apalagi sampai berakibat mengisolir diri dan sebagainya. Selanjutnya tingkat *self efficacy* siswa rendah akibat *bullying*, karena sering di olok-olok oleh siswa-siswi yang lain, setiap mereka (korban *bullying*) ini ingin tampil untuk menunjukkan bakat mereka, mereka selalu tidak percaya diri, akibat olokan tersebut tertanam di dalam bawah sadar mereka, bahwa mereka sudah mengatakan tidak bisa sebelum mencoba, padahal anak-anak tersebut mempunyai potensi untuk bisa mengembangkan bakat yang mereka punya”.

*Self efficacy* rendah akibat *bullying* di sekolah dapat di cegah dengan salah satu alternatif yaitu menggunakan konseling *cognitive behavioral therapy*. *Cognitive behavioral therapy* ini didasarkan pada teori kepribadian, yang berpandangan bahwa bagaimana seseorang berfikir, menentukan bagaimana seseorang merasa dan berperilaku. Tujuan dari terapi ini adalah memproses informasi yang salah dan membantu klien untuk memperbaiki prasangka-prasangka yang mempertahankan perilaku dan emosi maladaptif. Terapi ini berasumsi bahwa kebanyakan orang dapat menyadari pikiran, perilaku, dan kemampuan dan kemudian membuat perubahan positif pada hal-hal tersebut. Pikiran seseorang dibentuk oleh pengalaman dan perilaku seringkali dipengaruhi oleh pikiran tersebut. Intervensi Cognitive Behavioral Therapy ini tidak hanya berdampak positif terhadap self-efficacy dan prestasi akademis siswa SMA korban bullying relasional, tetapi juga mengurangi stress, kecemasan, dan kesepian mereka (Brigman & Campbell, 2003).

Hasil penelitian Utomo (2019) tentang efektivitas konseling *cognitive behavioral therapy* untuk Meningkatkan *self-efficacy* akademis pada siswa sma korban *bullying relasional* mengungkapkan bahwa perilaku bullying ini dapat dikurangi dengan teknik cognitive behavior therapy, karena teknik cognitive behavior therapy mampu

mengurangi perilaku bullying siswa, cognitive behavior therapy memfokuskan pada proses berfikir yang dikaitkan dengan emosi, perilaku dan psikologi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *cognitive behavioral therapy* cukup efektif untuk meningkatkan self-efficacy dan prestasi akademis (Kumar & Sebastian, 2011).

Berdasarkan konteks diatas bahwa maka penting untuk mengurangi perilaku *bullying* dengan meningkatkan *self efficacy*, penelitian sebelumnya hanya meneliti *cognitive behavior therapy* untuk mengurangi perilaku *bullying*, maka penelitian ini difokuskan untuk mengurangi perilaku *bullying* dengan meningkatkan *self efficacy* menggunakan pendekatan *cognitive behavioral therapy*.

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif eksperimen, dengan jenis *Pretest multiple posttest design*. Penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.(Sugiyono, 2011). Tehnik pengumpulan data menggunakan 2 angket, angket *bullying* dengan reabilitas (0,96), dan angket *self efficacy* dengan reabilitas (0, 80). Tehnik analisis data menggunakan *Repeated Measures anava* dengan berbantuan SPSS versi 22.

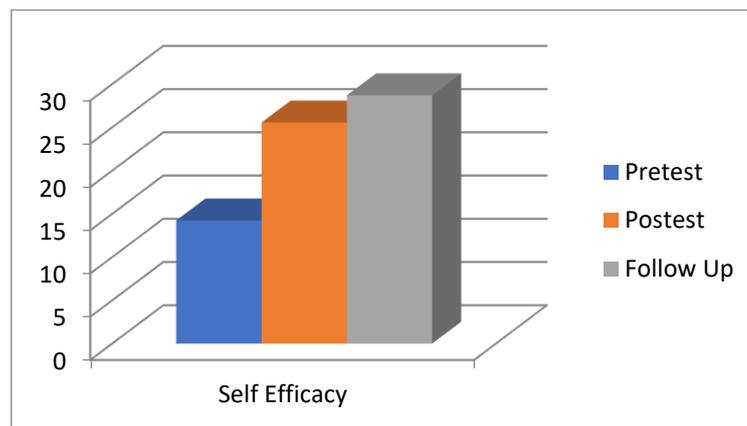
### Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling *cognitive behavior therapy* untuk meningkatkan *self efficacy* dengan kecendrungan *bullying* pada siswa di MTsS NWDI Sakra. Berdasarkan hasil penyebaran instrument penelitian *self efficacy* pada 30 siswa kelas VIII A dan B MTsS NWDI Sakra tahun pelajaran 2023/2024, maka diperoleh persentase *self efficacy* disajikan pada tabel 1

**Tabel 1 Hasil *Pretest, Posttest, Dan Folliw-Up Self Efficacy***

No	Klien	<i>Pretest</i>	Kategori	<i>Posttest</i>	Kategori	<i>Follow-up</i>	Kategori
1	BAN	12	Sedang	21	Tinggi	22	Tinggi
2	DS	16	Sedang	22	Tinggi	23	Tinggi
3	MS	15	Sedang	25	Tinggi	26	Tinggi
4	RRI	15	Sedang	24	Tinggi	25	Tinggi
5	R	16	Sedang	22	Tinggi	23	Tinggi
6	RA	15	Sedang	24	Tinggi	25	Tinggi
7	SA	12	Sedang	22	Tinggi	23	Tinggi
		M=14.42, Sd=1.71		M=25.57, Sd=0.97		M=28.71, Sd=0.75	

Berdasarkan tabel 1.1 dapat dilihat bahwa hasil *pretest self efficacy* berada pada kategori sedang dengan  $m=14.42$ ,  $sd= 1.71$ , *posttest* berada pada kategori tinggi dengan  $m=25.57$ ,  $sd=0.97$  dan *follow up* berada pada kategori tinggi dengan  $m= 28.71$   $sd=0.75$ , dari kategori tersebut terdapat perubahan sebelum dan setelah layanan konseling kelompok dengan tehnik *cognitive behavior therapy* untuk meningkatkan *self efficacy* pada korban *bullying* kelas VIII di MTss NWDI Sakra. Untuk lebih jelasnya peningkatan *self efficacy* dapat dilihat pada grafik 1



**Grafik 1. Kategori peningkatan *self efficacy***

Berdasarkan grafik 1 bahwa terdapat peningkatan anatara sebelum, sesudah dan *follow-up* terkait efektivitas konseling *cognitive behavior therapy* untuk meningkatkan *self efficacy* pada korban *bullying*.

**Tabel 2. Hasil Uji *Tests Of Within Subject***

M	F	Sig.	Partial Eta Squared
476.62	205.38	.000	.97

Berdasarkan tabel 2 diperoleh nilai rata-rata ( $m=476.62$ ), nilai hitung ( $F=205.38$ ) dengan signifikansi ( $p < 0.05$ ) dan sumbangan *partial eta squared* = 0.97, maka dapat disimpulkan perlakuan *cognitive behavior therapy* efektif digunakan dalam meningkatkan *self efficacy* dengan kecenderungan *bullying*.

**Tabel 3. Hasil Uji *Pairwise Comparisons***

<i>Self Efficacy</i>		<i>Mean</i>	<i>Sig</i>
		<i>different</i>	
<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	11.14	< 0.05
<i>Pretest</i>	<i>Follow Up</i>	14.28	< 0.05
<i>Posttest</i>	<i>Follow Up</i>	3.14	< 0.05

Berdasarkan tabel 3 diperoleh hasil perbandingan nilai rata-rata dari setiap pengukuran. *Pretest* menuju *posttest* terdapat MD = 11.14,  $p < 0.05$ . *pretest* menuju *follow up* terdapat MD = 14.28 dan *posttest* menuju *follow up* terdapat MD = 3.14,  $p < 0,05$ , maka setiap pengukuran mengalami peningkatan pada *variable self efficacy*. Artinya perlakuan *cognitive behavior therapy* efektif dalam meningkatkan *self efficacy* pada setiap pengukuran.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris mengenai efektivitas konseling *cognitive behavior therapy* untuk meningkatkan *self efficacy* dengan kecenderungan *bullying*. Berdasarkan hasil penelitian tingkat *self efficacy* pada siswa berada pada kategori rendah sebelum diberikan *treatment*. *self efficacy* pada kategori sedang diakibatkan oleh kekuatan keyakinan atau *strength*. *Strength* adalah tidak kuatnya usaha seseorang dalam menahan permasalahan yang dihadapi. Berdasarkan penelitian ditemukan bahwa *self efficacy* sebelum diberikan perlakuan *cognitive behavior therapy* berada pada kategori sedang. *self efficacy* pada kategori sedang disebabkan karena kekuatan keyakinan atau *strength* lemah. *Strength* diantaranya siswa tidak mampu untuk menghadapi masalah yang dialaminya. Hal ini sesuai dengan pendapatnya Munir (2018) bahwa keyakinan dan persepsi negatif tentang keyakinan diri di rekonstruksi kembali, yaitu dengan mengubah persepsi dan keyakinan dengan cara meyakinkan siswa atas kemampuannya. Setelah diberikan perlakuan berupa konseling *cognitive behavior therapy* tingkat *self efficacy* meningkat, hal ini sesuai dengan pendapat Sopiya, dkk (2020) meneliti tentang efektivitas tehnik konseling *cognitive behavior* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa pada pelajaran matematika, menyatakan bahwa merubah *self efficacy* berarti merubah pola pikir, hal tersebut dapat dilakukan melalui *cognitive behavior therapy*. Penelitian ini didukung oleh penelitian Tumon (2021) menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara perilaku *bullying* dengan *self efficacy* pada remaja, semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah perilaku *bullying*.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka *cognitive behavior therapy* efektif dalam meningkatkan *self efficacy* dengan kecenderungan *bullying*. Semakin tinggi *self efficacy* siswa maka semakin rendah perilaku *bullying*. *Self efficacy* adalah suatu keyakinan diri seseorang untuk melakukan pencapaian suatu tujuan, menghasilkan

sesuatu dan melaksanakan tindakan untuk mencapai sesuatu kecakapan tertentu. *Self efficacy* yang tinggi dimiliki remaja yang mengalami perilaku *bullying*, artinya remaja tersebut dapat mengatasi perilaku *bullying* yang dihadapinya, karena adanya kemampuan adaptasi dari dalam diri seseorang yang sehat terhadap lingkungannya, serta didukung sosial dan adanya suatu perhatian dan bantuan yang dirasakan oleh seseorang dari orang-orang terdekat atau keluarga serta mekanisme koping yang baik akan mempengaruhi bagaimana remaja tersebut dapat mengatasi masalah yang sedang dihadapinya, implikasi pada temuan ini adalah mengenai *self efficacy* yang baik dapat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi perilaku *bullying*.

## Penutup

Berdasarkan hasil analisis data, dari pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling *cognitive behavior therapy* efektif untuk meningkatkan *self efficacy* pada siswa korban *bullying* dikatakan efektif. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji *Repeted Measures anava* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 22, uji ini dilakukan untuk menghitung perbedaan sebelum, sesudah, dan *follow up* perlakuan konseling *cognitive behavior therapy* untuk meningkatkan *self efficacy* pada siswa korban *bullying*, maka dapat disimpulkan perlakuan *cognitive behavior therapy* efektif digunakan dalam meningkatkan *self efficacy* dengan kecenderungan *bullying*, dan hasil uji *Pairewise comparisons* diperoleh hasil perbandingan nilai rata-rata dari setiap pengukuran, maka setiap pengukuran mengalami peningkatan pada *variable self efficacy*.

## Daftar Pustaka

- Amawidyati, S. A. G., Muhammad, A., & Purwanto, E. (2017). Program psikoedukasi bullying untuk meningkatkan efikasi diri guru dalam menangani bullying di sekolah dasar. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 9(3), 258-266.
- Ariska. R. (2019). Pengaruh *Cognitive Behavior Therapy* Terhadap Kecemasan Pada Penderita Strokedi Ruang Flamboyan RSUD Jombang”, *Skripsi*, (Jombang: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang,).
- Aswin. (2018). “Pengaruh Efikasi Diri, Kecerdasan Emosional, dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa SMA kelas XI IPA”, *Skripsi*, (Makasar: fakultas matematika dan ilmu pengetahuan alam universitas negeri makasar,).

- Anggraini, D. S. dkk. (2020). Efikasi Diri dalam Menghadapi *Bullying* Disekolah: *Jurnal Kesehatan*, 14,2
- Baskoro. D. Mengenal 5 Jenis Bullying yang Sering Dialami Anak dan Remaja, <https://lifestyle.kompas.com/read/2022/09/13/095851820/mengenal-5-jenis-bullying-yang-sering-dialami-anakdanremaja?page=all>, diakses 13 September 2022.
- Borualogo. I. S. ddk. (2019) “Kasus Perundangan Anak di Jawa Barat: Temuan Awal *Children’s Worlds Survey* di Indonesia”: *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6,1.
- Brigman, G., & Campbell, C. (2003). Helping students improve academic achievement and school success behavior. *Professional School Counseling*, 7, 91-98.
- Cahyono. T. N. E. (2019). Pengaruh *Bullying* Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang, *Skripsi*, (Malang: Fakultas Psikologi, Universitas islam negeri maulana malik Ibrahim malang,).
- Feist, J., & Feist, G. J. (2014). Teori Kepribadian(7th ed.). Jakarta: Salemba Humanika
- Hardianti. L. (2019). Efektivitas Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT)denganTeknik *Self Management* untuk MeningkatkanDisiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII di SMP Muhammadiyah 3 Bandar Lampung, *Skripsi*, (Lampung:Fakultas Tarbiyah dan KeguruanUniversitas Islam NegeriRaden Intan Lampung,).
- Kumar, V., & Sebastian, L. (2011). Impact of CBT on self-efficacy and academic achievement in adolescent students, *Journal of Indian Academy of Applied Psychology*, 37, 134-139
- Mustikawati. (2021). Efektivitas Metode Pembelajaran ACM (Aku Cepat Membaca) dalam Meningkatkan Kemampuan Literasi Siswa Kelas I MI NW Mengkuru Tahun Pelajaran 2021/2022,*Skripsi*, (Pancor: IAI Hamzanwadi NW Pancor,).
- Maulany. L. E. (2022). Dampak Perundangan (*Bullying*) Verbal Terhadap Empati Korbanpada Siswa SMPN 7 Mauro Jambi,*Jurnal ilmiah dikedaya*, 12,1
- Muliawati. S. (2019). Keefektifan Konseling Kelompok Teknik *Cognitive Restructuring* untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Purworejo, *Skripsi*, (Semarang: Fakultas Ilmu PendidikanUniversitas Negeri Semarang).

- Mazidah. Y. dkk. (2022). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Tehnik *CognitiveBehavior Therapy* (CBT) Untuk Meminimalisir Perilaku *Bullying* di SMP Negeri 2 Kecamatan Guguak: *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4,4
- Nur. Y. (2021). Pengaruh Efikasi Diri dan Kemandirian Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 28 Bulukumba, Skripsi, (Makasar: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Makasar).
- Pangesti. R. D. (2021). Konseling Individu dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Akibat *Bullying* Verbal di SMP Negeri 2 Ngemplak Sleman Yogyakarta, *Skripsi*, (Yogyakarta, Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta,).
- Pramoko. R. (2019). “Pengaruh Penerimaan Diri Remaja Terhadap Perilaku *Bullying* Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Turi”, *Skripsi*, (Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta,).
- Purbasari, Imaniar. (2014). Fenomena GANG Anak Dalam Perkembangan Proses Sosialisasi Di Lingkungan Belajar. Prosiding Seminar Nasional Menyiapkan Pendidik Yang Melek Hukum Terhadap Perlindungan Anak 27 Agustus 2014, 80- 84.
- Pusdatin Kemenkes RI. (2018). Data KPAI Tentang Kekerasan Pada Anak.pdf
- Putri, S. R. A., Ismaya, Erik Aditia., and Fardani, Much. Arsyad. (2021). Phenomenon Of Verbal Bullying In The Pedawang Society. *NATURALISTIC : Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5 (2): 792-796.
- Ratnasari. H. (2018 ). “Hubungan Efikasi Diri (*Self Efficacy*) Dengan Kinerja Karyawan Pada PT Metraplaza”, *Skripsi*, (Bogor: Fakultas Ekonomi Universitas Pakuan Bogor,)
- Rujiani. (2018). Pendidikan Karakter untuk Meminimalisir *Bullying* Verbal pada Generasi Milenial. *Jurnal pendidikan dasar : Jurnal tunas nusantara*, 1,1
- Santosa. S. B. (2014). Pengaruh Efikasi Diri (Self-Efficacy) dan Prestasi Belajar Kewirausahaan Terhadap Motivasi Berwirausaha Berbasis Teknologi (Tecnopreneurship) Siswa Program Keahlian Tehnik Pemesinan Kelas XI SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta, Skripsi, (Yogyakarta: Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta,).
- Saptariaji. N. H. (2021). “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Resiliensi Siswa Korban *Bullying* Pada SMA Negeri Kota Semarang”, Skripsi, (Semarang:

Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang).

- Saranga, J. L., Abdu, S., Marampa, A. L., & Mangalla, A. (2021). Hubungan Antara Perilaku Bullying Dengan Efikasi Diri Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 4(2), 83-88.
- Sopiyah. dkk. (2020). Efektivitas Tehnik Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Siswa pada Pelajaran Matematika: *Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP) STKIP Kusuma Negara*, 11, 2.
- Saptariaji. N. H. (2021). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Resiliensi Siswa Korban Bullying pada SMA Negeri Kota Semarang, *Skripsi*, (Semarang: Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang).
- Saranga. J. L. dkk. (2021). Hubungan Antara Perilaku *Bullying* dengan Efikasi Diri pada Remaja: *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale (JKFN)*, 4, 2
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Utomo, K. D. M. (2019). Cognitive Behavioral Therapy untuk Meningkatkan Self-Efficacy Akademis pada Siswa SMA Korban Bullying Relasional. *Solution: Journal of Counselling and Personal Development*, 1(1), 40-50.
- Ulya. U. (2022). Bimbingan dan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* dengan Pendekatan Dzikir dalam Penanganan Kenakalan Remaja (Studi Kasus Beberapa Remaja di Desa Jatijero Kecamatan Lekok Kabupaten Pasuruan), *Skripsi*, (Jember: Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember).
- Wardani. T. K. dkk. (2021). Prilaku Bullying dan Dampak Pada Korban, *Karya Tulis*, (Jakarta:Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta,).
- Yuliani. M. (2017). Dampak Perilaku *Bullying* pada 2 Siswa di SMP Pangudi Luhur 1 Klaten Tahun Ajaran 2017/2018, *Skripsi*, (Yogyakarta: Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta,).
- Yasni. R. (2021). Efektivitas Konseling CBT Untuk Meningkatkan *Adjustment* Siswa MAN 1 Banda Aceh, *Skripsi*, (Aceh: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh,).

- Yulianti. A. (2023). Perbedaan Perilaku Bullying ditinjau dari Jenis Kelamin Siswa di SMP Negeri 14 Kota Jambi, *Skripsi*. (Jambi: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi,).
- Wang, J., Iannotti, R.J., & Nansel, T.R. (2009). School bullying among adolescents in the United States: Physical, verbal, relational, and cyber. *Journal of Adolescent Health*, 45, 368-375
- Wicaksana. A. I. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Perilaku Bullying di Sekolah, *Skripsi*, (Yogyakarta: Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta,).
- Zakiah. E. Z. dkk. (2017). Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan *Bullying*; *Jurnal Penelitian & PPM*, 4, 2