

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Siti Nur Hana

NIM : 3320190229

Prodi : Bimbingan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Penerapan *Mutual Storytelling Technique* dengan Konseling Individu Berbasis *Cognitive Behavior Therapy* untuk Mereduksi Perilaku *Bullying* Siswa di MBS PP. Daruth Thalibin Bangilan Tuban” benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bebas plagiat, dan apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.

Bojonegoro, 19 Agustus 2023



Siti Nur Hana
NIM. 3320190229

UNUGIRI

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Siti Nur Hana
NIM : 3320190229
Judul : Penerapan *Mutual Storytelling Technique* dengan Konseling Individu Berbasis *Cognitive Behavior Therapy* untuk Mereduksi Perilaku *Bullying* Siswa di MBS PP. Daruth Thalibin Bangilan Tuban

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam ujian sidang skripsi.

Bojonegoro, 19 Agustus 2023

Rembimbing I

Zeti Novitasari, M.Pd.

NIDN. 0711118702

Pembimbing II

Riski Putra Ayu Distifa, M.Pd.

NIDN. 0702019301

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Siti Nur Hana
NIM : 3320190229
Judul : Penerapan *Mutual Storytelling Technique* dengan Konseling Individu Berbasis *Cognitive Behavior Therapy* untuk Mereduksi Perilaku *Bullying* Siswa di MBS PP. Daruth Thalibin Bangilan Tuban

Telah dipertahankan di hadapan penguji pada tanggal 31 Agustus 2023.

Dewan Penguji

Penguji I



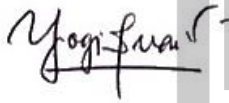
Dr. Yunita Dwi Setyoningsih, S.Psi., M.Pd.
NIDN. 0710068404

Penguji III



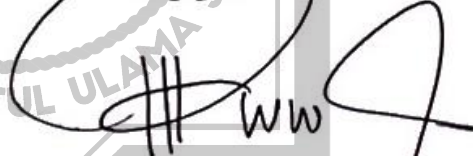
Zeti Novitasari, M.Pd.
NIDN. 0711118702

Penguji II



Dr. H. Yogi Prana Izza, Lc., M.A.
NIDN. 0731127601

Penguji IV



Riski Putra Ayu Distira, M.Pd.
NIDN. 0702019301

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan
dan Ilmu Pendidikan



Astrid Chandra Sari, M.Pd.
NIDN. 0721059101

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd.
NIDN. 0715049401

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Habis Gelap Terbitlah Terang.

(R.A Kartini)

Betapapun lelahnya saya, tetap tidak akan lebih lelah dari yang memperjuangkan saya, yaitu orang tua

(Penulis)

Hendak nyerah, tapi keyakinan menguatkan bahwa gelap akan berganti cerah.

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Rangkaian sederhana ini penulis persembahkan untuk diri sendiri, kemudian untuk orang tua yaitu Emak Siti Aminingsih dan Bapak Ramin yang sudah memperjuangkan, menyayangi, mendo' akan, dan menjadi motivasi terbesar penulis, terima kasih sudah menjadi orang tua yang sangat luar biasa untuk anak-anaknya. Dan juga adik-adikku yaitu M. Yudi Ruswanto dan Umar Ma'ruf yang sudah membantu disaat penulis membutuhkan bantuan. Terima kasih, semoga senantiasa dalam lindungannya dan diberi mampu menjalani kehidupan serta selalu diberi keberuntungan dalam mewujudkan harapan. Panjang umur dan sehat selalu keluargaku. *Aamiin.*

UNUGIRI

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, atas limpahan rahmat, taufiq, hidayah, serta inayahNya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Penerapan *Mutual Storytelling Technique* dengan Konseling Individu Berbasis *Cognitive Behavior Therapy* untuk Mereduksi Perilaku *Bullying* Siswa di MBS PP. Daruth Thalibin Bangilan Tuban”, sesuai waktu yang ditentukan. Dan tak lupa sholawat serta salam penulis haturkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang telah memberi risalah Islam yakni ilmu pengetahuan, khususnya pada ilmu Islam yang dapat menjadi bekal hidup kita di dunia maupun di akhirat kelak.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi dengan lancar. Baik berupa bimbingan, motivasi, petunjuk, kritik, saran, maupun keterangan-keterangan serta data-data secara lisan maupun tulisan. Oleh karena itu, dengan sepuh hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. K. M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I., selaku rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
2. Astrid Chandra Sari, M.Pd., selaku dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
3. Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd., selaku ketua Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
4. Zeti Novitasari, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing 1, atas bimbingan, arahan, saran, dan motivasi yang diberikan.
5. Riski Putra Ayu Distira, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing 2, atas bimbingan, arahan, saran, dan motivasi yang diberikan.
6. Ulvina Rachmawati, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan motivasi dan bekal ilmu.
7. Bapak Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro, yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.

8. Seluruh Staff dan Tata Usaha Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro yang telah membantu saya dari awal perkuliahan hingga ujian skripsi.
9. Kedua orang tua serta keluarga yang selalu ada, memberi semangat, motivasi, dan memberikan do'a serta dukungan baik moril maupun materiil.
10. Mukhlisul Amal yang sering mempertanyakan progres, memberikan semangat, motivasi, sering mengirim *post a picture* sebagai salah satu bentuk dorongan agar penulis bergerak hati untuk menyelesaikan revisi, dan menawarkan sekaligus memberi berbagai macam bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.
11. Sahabat atas nama Izza Irsyadia yang sering menemani dan bertukar pikiran dalam proses penyelesaian skripsi.
12. Nimas Ayu Salsabila dan Muhammad Lutfi Hakim yang telah membantu memberikan pencerahan kepada penulis dalam proses penyelesaian skripsi.
13. Teman-teman seperjuangan, khususnya teman-teman BK B 2019 atas segala bentuk kerjasamanya.
14. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis tuliskan satu persatu namanya yang membantu hingga selesainya skripsi ini. Semoga Allah membalas semua yang telah diberikan bapak/ibu serta saudara/i, kiranya kita semua tetap dalam lindunganNya.

Penulis menyadari masih banyak kelemahan dan kekurangan baik dari segi isi maupun tata bahasa dalam skripsi ini. Hal ini dikarenakan keterbatasan pengetahuan dan pengalaman penulis. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan dan perbaikan sehingga akhirnya laporan skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut. *Aamiin.*

Bojonegoro, 7 Agustus 2023

Siti Nur Hana
NIM. 3320190229

ABSTRACT

Hana, S. N. 2023. Implementation of Mutual Storytelling Technique with Individual Counseling based on Cognitive Behavior Therapy to Reduce Bullying Behavior among Students at MBS PP. Daruth Thalibin. Thesis, Departement of Guidance and Counseling, Faculty of Teaching Education, Nahdhlatul Ulama Sunan Giri University. Primary Supervisor Zeti Novitasari, M.Pd. and Assistant Supervisor Riski Putra Ayu Distira, M.Pd.

Keywords : Mutual Storytelling Technique, Individual Counseling, Cognitive Behavior Therapy, Bullying.

Bullying behavior is an act carried out by an individual or a group of people using words or actions intensely and repeatedly towards another individu or group of people, resulting in pressure. Bullying behavior with in the school environment can create an unsupportive atmosphere for students development and comfort, affecting both academic and social aspects. Bullying behavior can have adverse effects on various student activities at school. Consequently, the objective of this research is to determine the impact of Mutual Storytelling Technique with Individual Counseling based on Cognitive Behavior Therapy in reducing bullying behavior among students. The subject of this research are students of MBS PP. Daruth Thalibin Bangilan Tuban, totaling 75 individuals. Sample selection utilized purposive sampling technique, resulting in 63 samples. The research method uses a pre-experimental one group pretest-posttest design. Data collection using a bullying scales, observations, and interviews. Data were analyzed using the Shapiro-Wilk normality test, Cronbachs alpha reability test, and paired sample T-test, with the assistance of SPSS 2.6. The research findings indicate a significant difference between the pretest and posttest results, with an average pretest score of 75% and an average posttest score of 61%, the comparison between the result the percentage of students before and after receiving treatment was an average of 14%. Consequently, it can be concluded that a significant difference with the application of Mutual Storytelling Technique with Individual Counseling based on Cognitive Behavior Therapy in Reduce Bullying Behavior among Students MBS PP. Daruth Thalibin Bangilan Tuban.

ABSTRAK

Hana, S. N. 2023. *Penerapan Mutual Storytelling Technique dengan Konseling Individu Berbasis Cognitive Behavior Therapy untuk Mereduksi Perilaku Bullying Siswa di MBS PP. Daruth Thalibin*. Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdhatul Ulama Sunan Giri. Pembimbing Utama Zeti Novitasari, M.Pd. dan Pembimbing Pendamping Riski Putra Ayu Distira, M.Pd.

Kata Kunci : *Mutual Storytelling Technique*, Konseling Individu, *Cognitive Behavior Therapy*, *Bullying*.

Perilaku *bullying* adalah hal yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok orang menggunakan perkataan atau perbuatan secara intens dan berulang pada seseorang atau sekelompok orang lainnya, sehingga menimbulkan tekanan. Perilaku *bullying* di lingkungan sekolah dapat menciptakan suasana lingkungan yang kurang mendukung terhadap perkembangan dan kenyamanan siswa, baik dalam bidang akademik maupun bidang sosial. Perilaku *bullying* dapat membawa efek terhadap berbagai kegiatan siswa di sekolah. Berdasarkan hal tersebut tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah pengaruh *Mutual Storytelling Technique* dengan Konseling Individu berbasis *Cognitive Behavior Therapy* untuk Mereduksi Perilaku *Bullying* Siswa. Subjek penelitian ini adalah siswa di MBS PP. Daruth Thalibin Bangilan Tuban dengan jumlah populasi 75, penentuan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan hasil 63 sampel. Metode penelitian menggunakan *Pre-eksperimen* desain *one group pretest-posttest*. Pengumpulan data menggunakan skala *bullying*, observasi dan wawancara. Data dianalisis menggunakan uji normalitas *Shapiro Wilk* dan uji reliabilitas menggunakan nilai *alpha cronbach*, uji *paired sample T-test* dengan bantuan SPSS 2.6. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan hasil *posttest*, dengan rata-rata *pretest* 75% dan hasil rata-rata *posttest* 61%, perbandingan antara hasil persentase siswa sebelum dan sesudah mendapatkan *treatment* sebanyak rata-rata 14%. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ditemukan perbedaan signifikan dengan adanya penerapan *Mutual Storytelling Technique* dengan Konseling Individu berbasis *Cognitive Behavior Therapy* untuk Mereduksi Perilaku *Bullying* Siswa di MBS PP. Daruth Thalibin Bangilan Tuban.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRACT	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.5 Batasan Masalah	8
1.6 Asumsi	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN DASAR TEORI	9
2.1 Kajian Teoritis	9
2.1.1 <i>Bullying</i>	9
2.1.1.1 <i>Pengertian Bullying</i>	9
2.1.1.2 <i>Karakteristik Bullying</i>	10
2.1.1.3 <i>Jenis-jenis Bullying</i>	11
2.1.1.4 <i>Peran Bullying</i>	13
2.1.1.5 <i>Faktor-faktor Penyebab Bullying</i>	13

2.1.1.6	<i>Dampak Perilaku Bullying</i>	16
2.1.2	<i>Mutual Storytelling Technique</i>	17
2.1.2.1	<i>Pengertian Mutual Storytelling Technique</i>	17
2.1.2.2	<i>Variasi-variasi Teknik Mutual Storytelling</i>	18
2.1.2.3	<i>Kegunaan Teknik Mutual Storytelling</i>	20
2.1.2.4	<i>Langkah-langkah Teknik Mutual Storytelling</i>	21
2.1.3	Konseling Individu Berbasis <i>Cognitive Behavior Therapy (CBT)</i>	21
2.1.3.1	<i>Pengertian Konseling Individu Berbasis CBT</i>	21
2.1.3.2	<i>Tahap-tahap Konseling Individu</i>	23
2.1.3.3	<i>Tujuan Konseling Individu</i>	27
2.1.3.4	<i>Teknik-teknik Konseling Individu</i>	29
2.2	Pengaruh <i>Mutual Storytelling Technique</i> dengan Konseling Individu CBT.	34
2.3	Penelitian Relevan Terdahulu	36
2.4	Kerangka Berfikir	38
2.5	Hipotesis	40
BAB III METODE PENELITIAN		41
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian	41
3.2	Lokasi Penelitian	42
3.3	Populasi dan Sampel atau Sasaran Penelitian	42
3.3.1	Populasi.....	42
3.3.2	Sampel.....	43
3.4	Variabel dan Definisi Operasional	43
3.4.1	Variabel.....	43
3.4.1.1	<i>Variabel Bebas (Independent Variable)</i>	43
3.4.1.2	<i>Variabel Terikat (Dependent Variable)</i>	43
3.4.2	Definisi Operasional	44
3.4.2.1	<i>Bullying</i>	44
3.4.2.2	<i>Mutual Storytelling Technique</i>	44
3.4.2.3	<i>Konseling Individu berbasis CBT</i>	44
3.5	Instrumen Penelitian.....	44

3.6	Teknik Pengumpulan Data	48
3.7	Teknik Analisis Data	50
3.7.1	Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	50
3.7.2	Pengolahan Data	50
3.7.3	Uji Efektivitas dan Analisis Data.....	50
3.7.3.1	<i>Uji Normalitas</i>	50
3.7.3.2	<i>Uji Homogenitas</i>	51
3.7.3.3	<i>Uji Sampel T-test</i>	51
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		52
4.1	Hasil Penelitian.....	52
4.1.1	Persiapan Penelitian	52
4.1.1.1	<i>Gambaran Umum MBS PP. Daruth Thalibin Bangilan Tuban</i>	52
4.1.1.2	<i>Layanan Konseling Individu di MBS PP. Daruth Thalibin</i>	53
4.1.1.3	<i>Penyusunan Alat Ukur</i>	53
4.1.1.4	<i>Pelaksanaan Uji Coba Skala</i>	54
4.1.2	Kondisi Perilaku <i>Bullying</i> Siswa di MBS PP. Daruth Thalibin.....	57
4.1.3	Pelaksanaan Penelitian.....	61
4.1.4	Hasil <i>Posttest</i>	63
4.1.5	Perbandingan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	64
4.1.6	Uji Efektivitas	65
4.1.6.1	<i>Uji Normalitas</i>	65
4.1.6.2	<i>Uji Homogenitas</i>	66
4.1.6.3	<i>Uji Sample T-test</i>	67
4.2	Pembahasan.....	68
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		74
5.1	Kesimpulan.....	74
5.2	Saran	75
DAFTAR PUSTAKA		76
LAMPIRAN.....		79

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Kisi-kisi Instrumen Skala <i>Bullying</i>	35
3.2 Penyekoran <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i> Skala <i>Bullying</i>	49
4.1 Rata-rata hasil uji validitas.....	55
4.2 Penggolongan kategori skala <i>bullying</i>	57
4.3 Kategori dan jumlah responden perilaku <i>bullying</i>	58
4.4 Kategori dan jumlah responden berdasarkan aspek <i>bullying</i>	59
4.5 Hasil pretest 3 subjek	60
4.6 Perilaku <i>bullying</i> pada subjek konseling individu	61
4.7 Hasil posttest 3 subjek.....	63
4.8 Perbandingan hasil <i>pretest - posttest</i>	64
4.9 Rata-rata Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	64
4.10 Hasil <i>pretest - posttest</i>	71
4.11 Skor <i>pretest - posttest</i> skala <i>bullying</i>	72

UNUGIRI

DAFTAR BAGAN

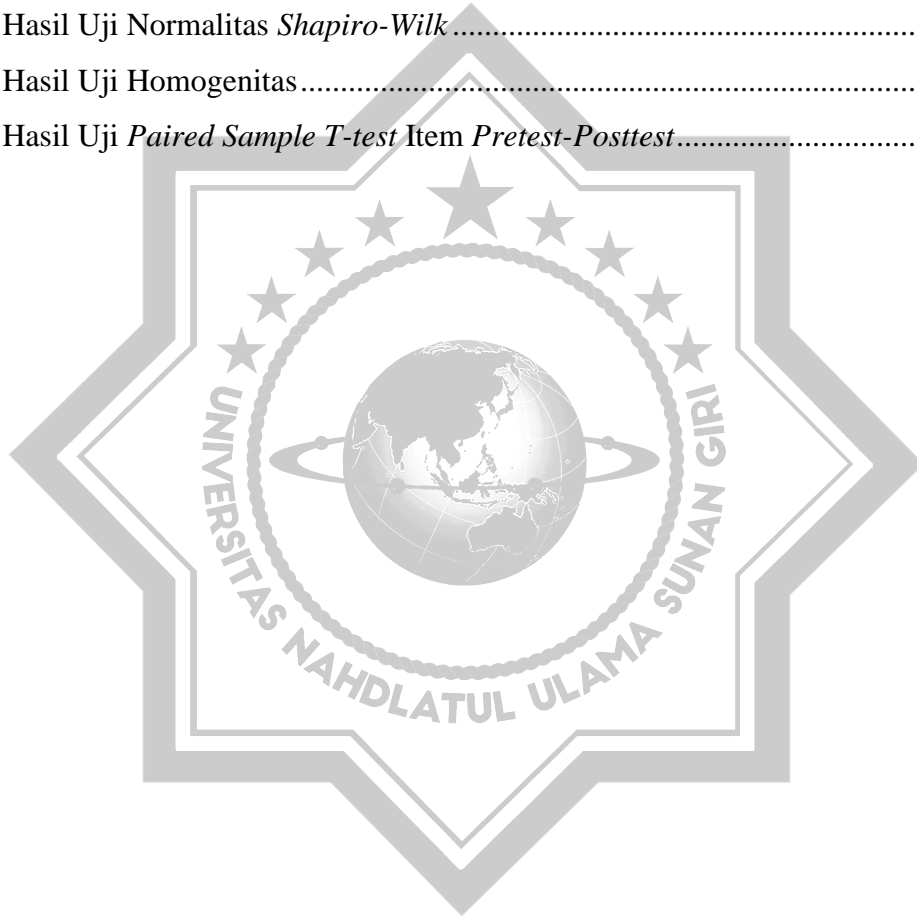
Bagan	Halaman
2.1 Kerangka Berfikir.....	39
4.1 Kategori hasil skala <i>bullying</i> siswa MBS PP. Daruth Thalibin	58
4.2 Klasifikasi tingkatan <i>bullying</i> berdasarkan aspek	59
4.3 Perbandingan hasil <i>pretest-posttest</i>	64



UNUGIRI

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
3.1 Desain <i>one-group pretest-posttest</i>	41
4.1 Hasil Uji reliabilitas	56
4.2 Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro-Wilk</i>	66
4.3 Hasil Uji Homogenitas.....	66
4.4 Hasil Uji <i>Paired Sample T-test</i> Item <i>Pretest-Posttest</i>	67



UNUGIRI

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Surat Izin ke Sekolah	80
2 Uji Ahli (Dosen) Instrumen	81
3 Uji Coba Instrumen	85
4 Instrumen Penelitian (<i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>)	89
5 Input Data <i>Pretest</i>	92
6 Hasil Uji Validitas	93
7 Hasil Uji Reliabilitas	96
8 Pedoman Wawancara	99
9 Surat Kesediaan Mengikuti <i>Treatment</i> Konseling Individu	100
10 Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) Konseling Individu	103
11 Laporan Hasil Layanan	119
12 Daftar Hadir Konseling dalam Konseling Individu	125
13 Input Data <i>Posttest</i>	127
14 Refleksi Layanan Konseling Individu	128
15 Hasil Uji <i>Paired Sample T-test</i>	131
16 Bukti Telah Melakukan Penelitian	132
17 Dokumentasi	133
18 Rumus Interval	134
19 Plagiasi	135

UNUGIRI