

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK  
DENGAN TEKNIK *REFRAMING* UNTUK MENGURANGI  
PERILAKUCYBER *BULLYING* DI SMP NEGERI 6  
BOJONEGORO**

**SKIRPSI**

disusun sebagai salah satu syarat  
untuk memperoleh gelar sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Bimbingan Konseling



Oleh  
Sirri Rohmania  
3320200385

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI**

**2024**

# SURAT PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Sirri Rohmania

NIM : 3320200385

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Alamat : Dsn. Nglingsi Ds. Bareng Kec. Ngasem Kab. Bojonegoro

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Reframing* Untuk Mengurangi Perilaku *Cyberbullying* Di SMP Negeri 6 Bojonegoro” adalah hasil karya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari ringkasan yang semuanya telah saya jelaskan berdasarkan sumbernya. Apabila dikemudian hari terdapat plagiat dalam skripsi ini maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan.

Bojonegoro, 26 Juni 2024



**Sirri Rohmania**  
**NIM:3320200385**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Usulan Penelitian Oleh : Sirri Rohmania  
NIM : 3320200385  
Judul : Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan  
Teknik *Reframing* Untuk Mengurangi Perilaku  
*Cyberbullying* di SMP Negeri 6 Bojonegoro.

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

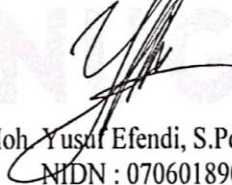
Bojonegoro, 26 Juni 2024

Pembimbing I



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

Pembimbing II



Moh. Yusuf Efendi, S.Pd.I, M.A  
NIDN : 0706018902

## HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Sirri Rohmania  
Nim : 3320200385  
Judul : Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik  
*Reframing* Untuk Mengurangi Perilaku *Cyberbullying* Di SMP  
Negeri 6 Bojonegoro.

Telah dipertahankan dihadapan penguji pada tanggal 11 Juli 2024.

Dewan penguji

Penguji I



Yanuari Srianturi, M.Pd.  
NIDN. 0717019401

Penguji III



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

Penguji II



Dr. H. M. Ridlwan Hambali, Lc., MA  
NIDN. 2117056803

Penguji IV



Moh. Yusuf Efendi, S.Pd.I., M.A  
NIDN. 0706018902

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu  
Pendidikan



Astrid Chandra Sari, M.Pd.  
NIDN. 0721059101

Ketua Program Studi  
Bimbingan Konseling



Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd.  
NIDN. 0715049401

## MOTTO

“Setiap langkah kecil menuju mimpi besar adalah bukti dari tekad dan usaha yang tak kenal lelah. Semoga setiap halaman ini menjadi saksi dari perjalanan panjang yang penuh dengan perjuangan dan harapan.”

(Sirri Rohmania)

## PERSEMBAHAN

Tiada kata terindah selain ucapan Syukur kepada Allah SWT dan Alhamdulillah serta ucapan terimakasih :

1. Untuk panutanku, cinta pertamaku Bapak Darso, beliau memang tidak sampai akhir mengenyam pendidikan di bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memberikan memotivasi penulis serta dukungan yang luar biasa, sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya.
2. Pintu surgaku Ibu Siti Umaiyyah, beliau sangat berperan penting dalam menyelesaikan study penulis, beliau juga tidak pernah merasakan bangku perkuliahan, namun pemberian semangat, rasa kasih sayangnya, serta sujudnya selalu menjadi do'a untuk kesuksesan anak-anaknya
3. Terimakasih juga untuk saudaraku tercinta, Nurfatimatul Mursyidah, S.Pd, Alfim Maratul Khoiroh, S.Pd dan M. Syuhabuddin Ahsanul Hafidz yang telah memberikan semangat, motivasi dan dukungan serta telah meluangkan waktunya untuk menjadi tempat dan pendengar terbaik penulis sampai akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

## KATA PENGANTAR

*Assalamualikum Wr. Wb.*

Dengan mengucapkan Alhamdulillah sebagai ungkapan rasa sebagai ungkapan rasa syukur atas kehadiran Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul “EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *REFRAMING* UNTUK MENGURANGI PRILAKU *CYBERBULLYING* DI SMP SMP NEGERI 6 BOJONEGORO” Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk untuk mendapatkan gelar sarjana pada program Sastra satu di program studi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.

Penulis menyadari dalam penyusunan proposal Skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini kami ingin mengucapkan terima kasih kepada:

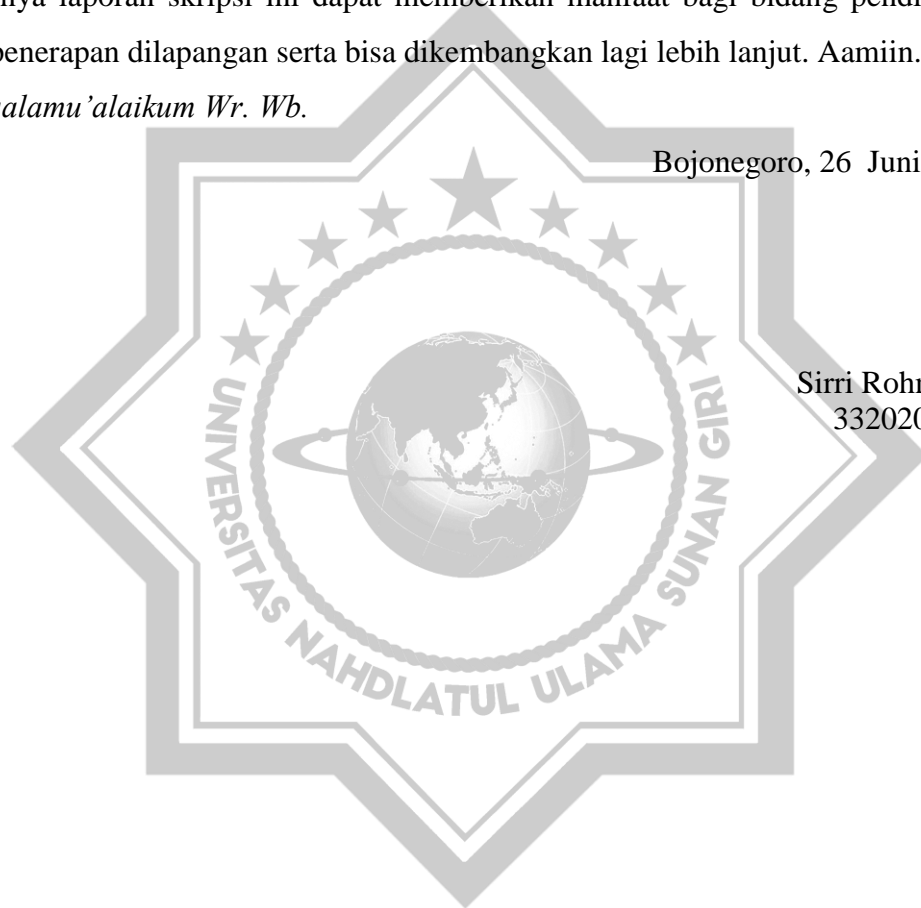
1. Yogi Prana Izza, Lc.,M.A Selaku Plt. Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
2. Astrid Chandra Sari, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
3. Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
4. Rizki Putra Ayudistira, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu memberikan saran dan motivasi yang diberikan bekal ilmu.
5. Dr. Yunita Dwi Setyoningsih, S.Psi., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing 1 atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
6. Moh.Yusuf Efendi, S.Pd.I.,M.A., selaku Dosen Pembimbing 2 atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
7. Bapak Ibu Dosen Program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
8. Seluruh Staff Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri yang telah membantu saya dari awal perkuliahan hingga ujian proposal skripsi.

9. Teman-teman seperjuangan Program Studi Bimbingan Konseling Angkatan 2020 atas semua dukungan, semangat, serta kerjasaknya.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuan, nasehat, dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya laporan skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan dilapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut. Aamiin.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Bojonegoro, 26 Juni 2024



Sirri Rohmania  
3320200385

**UNUGIRI**

## **ABSTRACT**

*Rohmania, Sirri. 2024. Effectiveness of Group Counseling Services Using Reframing Techniques to reduce cyberbullying behavior at SMP Negeri 6 Bojonegoro. Thesis, Counseling Guidance Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Nahdlatul Ulama Sunan Giri University. Supervisor (1) Dr. Yunita Dwi S., S.Psi, M.Pd., (2) Moh. Yusuf Efendi, S.Pd.I, M.A.*

*Keywords: Counseling Group, Reframing, Cyberbullying*

*Cyberbullying is cryptography that is carried out by someone by sending messages or uploading photos and videos to someone with the aim of embarrassing, making fun of, or making threats. Cyberbullying has 8 aspects, namely: (1) Flaming, (2) Harassment (3) Denigration (4) Impersonation (5) Outing and Trickery (6) Exclusion, (7) Cyberstalking, (8) Happy Slapping. This research was conducted on class VIII students at SMP Negeri 6 Bojonegoro with the aim of finding out the effectiveness of group counseling using reframing techniques to reduce students' cyberbullying behavior. This type of research is pre-experimental with a one-group pretest-posttest design. Data collection used cyberbullying instruments, observation and interviews, purposive sampling techniques to select 8 samples from 222 respondents who would be provided with group counseling services. Data analysis in this study used the Shapirrow-Wilk normality test, and paired sample t test. Based on the results, it is known that the paired sample t test has a sig value. (2 tabiled) is  $0.000 < 0.05$ , then  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted, which means there is a significant difference. Group counseling research on reframing techniques has proven to be effective in reducing students' cyberbullying behavior.*

**UNUGIRI**



## ABSTRAK

Rohmania, Sirri . 2024. Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Reframing* untuk menurunkan perilaku *cyberbullying* di SMP Negeri 6 Bojonegoro. Skripsi, Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri. Pembimbing (1) Dr. Yunita Dwi S., S.Psi, M.Pd.,(2) Moh. Yusuf Efendi, S.Pd.I, M.A.

Kata kunci: Konseling Kelompok, *Reframing*, *Cyberbullying*

*Cyberbullying* merupakan penyalahgunaan teknologi yang dilakukan seseorang dengan cara memberi pesan ataupun mengunggah foto gambar dan video untuk seseorang bertujuan agar seseorang tersebut dapat dipermalukan, diolok-olok, ataupun memberikan ancaman. *Cyberbullying* memiliki 8 aspek yaitu: (1) *Flaming*, (2) *Harasament* (3) *Denigration* (4) *Impersonation* (5) *Outing and Trickery* (6) *Exlucion*, (7) *Cyberstalking*, (8) *Happy Slapping*. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Bojonegoro dengan tujuan untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok dengan teknik *reframing* untuk mengurangi perilaku *cyberbullying* siswa. Jenis penelitian ini adalah *pre-eksperimen* dengan desain *one-group pretest-posttest design*. Pengumpulan data menggunakan instrumen *cyberbullying*, observasi dan wawancara, teknik purposif sampling untuk memilih 8 sampel dari 222 responden yang akan di beri layanan konseling kelompok. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas Shapirrow-Wilk, dan uji paired sampel t test. Berdasarkan hasil uji paired sampel t-test diketahui nilai sig. (2 tabiled) sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  di terima yang berarti terdapat perbedaan signifikan. Penelitian konseling kelompok teknik *reframing* terbukti efektif untuk mengurangi perilaku *cyberbullying* siswa.

UNUGIRI

# DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN SAMPUL DALAM</b> .....	ii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	v
<b>MOTTO</b> .....	vi
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>ABSTRACT</b> .....	ix
<b>ABSTRAK</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	xiv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xvi
<b>DAFTAR LAMIRAN</b> .....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	7
1.3 Tujuan Penelitian .....	7
1.4 Manfaat Penelitian .....	7
1.5 Batasan Masalah.....	8
1.6 Asumsi .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN DASAR TEORI</b> .....	9
2.1 <i>Cyberbullying</i> .....	9
2.1.1 Pengertian <i>Cyberbullying</i> .....	9
2.1.2 Aspek-aspek <i>Cyberbullying</i> .....	10
2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>cyberbullying</i> .....	13
2.1.4 Dampak perilaku <i>Cyberbullying</i> .....	14
2.2 <i>Cognitive Behavior Therapy</i> .....	17
2.2.1 Pengertian <i>Cognitive Behavior Therapy</i> .....	17

2.2.2 Tujuan Pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> .....	18
2.2.3 Tahapan Pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> .....	19
2.3 Konseling kelompok .....	21
2.3.1 Pengertian Konseling Kelompok.....	21
2.3.2 Tujuan Konseling Kelompok.....	22
2.3.3 Tahapan Konseling Kelompok .....	23
2.4 Teknik <i>Reframing</i> .....	25
2.4.1 Pengertian Teknik <i>Reframing</i> .....	26
2.4.2 Tahapan Teknik <i>Reframing</i> .....	26
2.5 Keterkaitan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan <i>Cognitif Behavior Therapy (CBT)</i> dengan Teknik <i>Reframing</i> untuk mengurangi perilaku <i>cyberbullying</i> .....	28
2.6 Hasil Penelitian Yang Relevan.....	29
2.7 Kerangka Konseptual .....	32
2.8 Hipotesis Penelitian.....	35
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	36
3.1 Rancangan Penelitian .....	36
3.2 Lokasi Penelitian.....	37
3.3. Populasi dan Sampel .....	37
3.3.1 Populasi .....	37
3.3.2 Sampel .....	37
3.4 Variabel dan Definisi Operasional .....	38
3.4.1 Variabel Penelitian .....	38
3.4.2 Definisi Operasional.....	39
3.5 Instrumen Penelitian.....	40
3.6 Teknik Pengumpulan Data .....	44
3.6.1 Observasi .....	44
3.6.2 Wawancara .....	44
3.6.3 Metode Angket Atau Kuisisioner .....	45
3.7 Teknik Analisis Data.....	45
3.7.1 Uji Validitas .....	45
3.7.2 Uji Reliabilitas .....	46

3.7.3 Uji Efektivitas.....	46
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>48</b>
4.1 Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	48
4.1.1 Gambaran umum Tempat Penelitian .....	48
4.1.2 Penyusunan Umum Tempat Penelitian.....	49
4.1.3 Analisis Butir Hasil Uji Coba Intrumen Tes.....	49
4.1.4 Pelaksanaan Penelitian.....	51
4.2 Uji Efektivitas .....	56
4.2.2 Hasil Pre-Test .....	56
4.2.2 Hasil Post-Test.....	57
4.2.3 Uji Normalitas .....	58
4.2.4 Uji Paired Sampel T Test.....	59
4.3 Pembahasan.....	60
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>67</b>
5.1 Kesimpulan .....	67
5.2 Saran.....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>75</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>76</b>



**UNUGIRI**

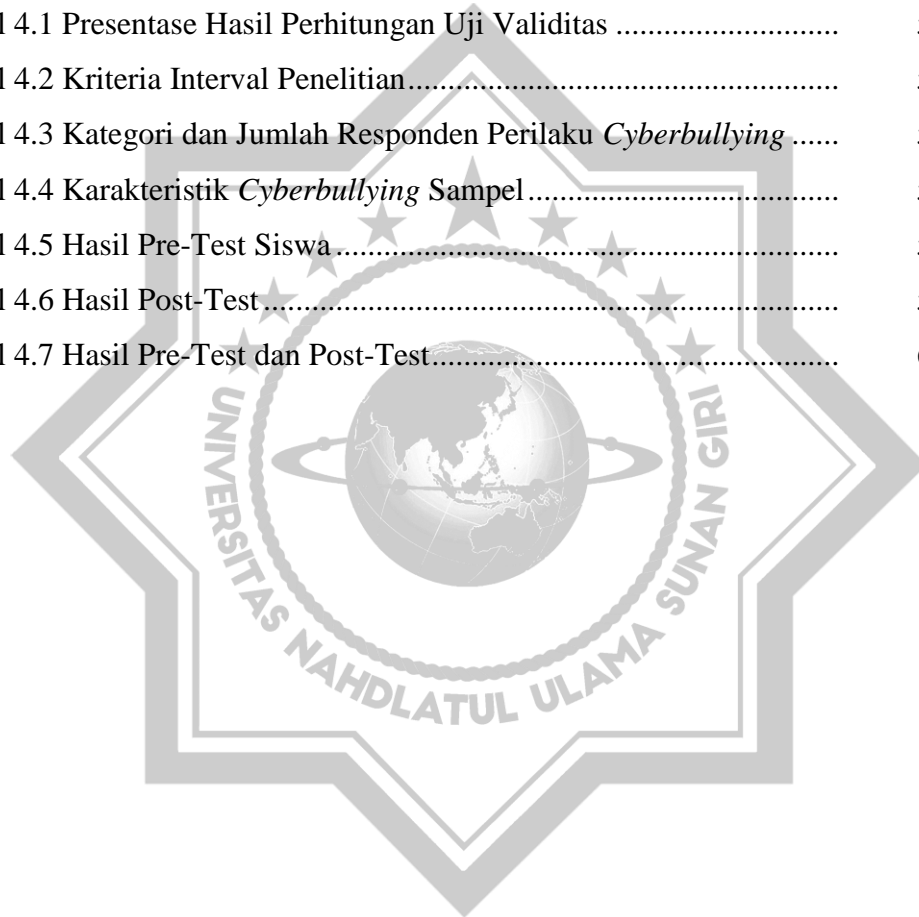
## DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
Bagan 2.1 Kerangka Konseptual .....	34



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian .....	36
Tabel 3.2 Skala Likert .....	41
Tabel 3.3 Kisi-Kisi <i>Cyberbullying</i> .....	42
Tabel 3.4 Rumus Tiga Kategori .....	47
Tabel 4.1 Presentase Hasil Perhitungan Uji Validitas .....	50
Tabel 4.2 Kriteria Interval Penelitian .....	52
Tabel 4.3 Kategori dan Jumlah Responden Perilaku <i>Cyberbullying</i> .....	53
Tabel 4.4 Karakteristik <i>Cyberbullying</i> Sampel .....	54
Tabel 4.5 Hasil Pre-Test Siswa .....	57
Tabel 4.6 Hasil Post-Test .....	58
Tabel 4.7 Hasil Pre-Test dan Post-Test .....	64



# UNUGIRI

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 4.1 Hasil Uji Realibilitas .....	51
Gambar 4.2 Kriteria Penilaian dari <i>Cyberbullying</i> .....	53
Gambar 4.3 Hasil Uji Normalitas.....	59
Gambar 4.4 Hasil Uji Paired Sampel T Test.....	60
Gambar 4.5 Grafik hasil nilai <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> .....	65



# UNUGIRI

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat keterangan izin observasi.....	76
2. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	78
3. Uji Validasi ahli.....	79
4. Skala <i>cyberbullying</i> Sebelum valid.....	87
5. Uji Validitas.....	92
6. Hasil Uraian Uji Validitas.....	95
7. Uji Reabilitas.....	98
8. Skala <i>cyberbullying</i> valid.....	101
9. RPL,Laporan,dan Contoh <i>feed back</i> konseli.....	105
10. Dokumentasi Penelitian.....	142



UNUGIRI