

### **Group Counseling Services in Handling Bullying Behavior in Student**

**Abram Ega Atmaja, Dita Cahyaningtyas, Nashry Annasifah, Yulia Kurniasari Putri Yantona, Ulya Makhmudah**

Universitas Sebelas Maret  
abram123@student.uns.ac.id

---

#### **Article History**

received 20/9/2021

revised 20/10/2021

accepted 20/11/2021

---

#### **Abstract**

*The main discussion this time is about Group Counseling Services in Efforts to Overcome Bullying Behaviour in Students. Bullying is an act that is done intentionally, cases of bullying often occur in the realm of education in Indonesian and are classified as actions and behaviors that are not commendable and can cause various serious impacts if carried out continuously and not handled, as for the impact of this behavior. Bullying is the physical and psychological impact of victims who have been treated as victims of bullying. Group counseling can be used as an effort to overcome the problem of bullying behavior that occurs in students, group counseling can be applied to elementary, middle, and high school students. To overcome bullying behavior in students, counselors can applied Cognitive-Behavioral Therapy techniques in the process of implementing group counseling, Cognitive-Behavioral Therapy counseling can be applied as a means to carry out the process of providing group counseling services for students in schools.*

**Keywords:** *bullying, group counseling, cognitive-behavior therapy*

#### **Abstrak**

Layanan Konseling Kelompok Dalam Upaya Mengatasi Perilaku *Bullying* Pada Peserta Didik. *Bullying* merupakan suatu perbuatan yang dilakukan secara sengaja, kasus bullying sering kali terjadi dalam ranah pendidikan di Indonesia dan tergolong ke dalam tindakan dan perilaku yang tidak terpuji serta dapat menimbulkan berbagai dampak serius jika dilakukan secara terus menerus dan tidak ditangani, adapun dampak yang ditimbulkan dari perilaku bullying yaitu dampak bagi fisik maupun psikis korban yang telah mendapat perlakuan sebagai korban *bullying*. Konseling kelompok dapat digunakan sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan perilaku bullying yang terjadi pada peserta didik, konseling kelompok dapat diterapkan bagi siswa jenjang sekolah SD, SMP, SMA. Untuk mengatasi perilaku bullying pada peserta didik, konselor dapat menerapkan teknik *Cognitive-Behavior Therapy* dalam proses pelaksanaan konseling kelompok, konseling *Cognitive- Behavior Therapy* dapat diterapkan sebagai sarana untuk melakukan proses pemberian layanan konseling kelompok bagi peserta didik di sekolah.

**Kata kunci:** *bullying, konseling kelompok, cognitive-behavior therapy*



## PENDAHULUAN

Saat ini, semakin maraknya kasus kekerasan yang terjadi pada anak usia sekolah hingga sangat mengkhawatirkan. Ketika berada di sekolah siswa seharusnya mendapatkan tempat yang aman selain di rumah. Namun pada kenyataannya, masih saja ditemukan gangguan kekerasan di sekolah yang mempengaruhi siswa hingga muncul perasaan tidak aman dan tidak nyaman ketika berada di sekolah. Salah satu permasalahan yang cukup serius yakni *bullying*. *Bullying* merupakan salah satu tindakan yang sering kali terjadi di ranah pendidikan Indonesia, dimana masih rendahnya tingkat pengawasan terhadap peserta didik membuat sejumlah permasalahan kenakalan peserta didik bermunculan, terlebih yaitu *bullying*. Rigby (Saraswati & Sawitri, 2015) memberikan pengertian kepada *bullying*, yaitu suatu bentuk perlakuan dengan arah menyakiti dan menyebabkan orang lain menderita, yang dilakukan oleh individu maupun kelompok dengan kekuatan yang lebih besar dan dilakukan tanpa adanya rasa bertanggung jawab, dilakukan secara berulang, dan dilakukan dengan perasaan senang. *Bullying* merupakan salah satu bentuk perilaku agresi yang dapat menyebabkan efek hingga sangat serius, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Perilaku *bullying* yang didapat seseorang dapat menimbulkan perasaan tidak aman, takut pergi ke sekolah, merasa terisolasi, perasaan harga diri yang rendah, depresi atau stres hingga dapat diakhiri dengan bunuh diri (Kurniawan & Pranowo, 2018).

*Bullying* sepertinya sudah menjamur di kalangan anak sekolah, perilaku tersebut dapat diamati secara kasat mata baik secara langsung dan tidak langsung. *Bullying* dapat terjadi baik antar teman, kakak kelas dan adik kelas, bahkan guru dan dilingkungan masyarakat sekalipun tidak terlepas dari perilaku *bullying*. Seperti pada tersebarnya video perundungan seorang siswi yang dilakukan oleh gurunya akibat tidak bisa menjawab soal, lalu membuat siswa lain yang berada di kelas ikut melakukan *bullying* hingga sang korban sempat tidak mau pergi ke sekolah (Detiknews, 01 November 2021). Bukan hanya terjadi pada peserta didik jenjang SMP dan SMA yang notabene dianggap sebagai tindakan yang sering menjadi sasaran perilaku *bullying*, namun secara perkembangan moral dan etika, *bullying* juga sudah merambah pada peserta didik jenjang SD. Seperti kasus penganiayaan siswa SD oleh teman sekolahnya yang masih berusia dini, mengakibatkan korban harus dirawat intensif di rumah sakit (Kompas TV, 24 Oktober 2021).

Dalam perilaku *bullying* terdapat keterlibatan kekuatan dan kekuasaan yang tidak seimbang, yang membuat korban menjadi tidak berdaya untuk mempertahankan dirinya melawan tindakan negatif yang diterimanya (Janitra & Prasanti, 2017). Perilaku tersebut juga tidak terbatas dengan usia atau jenis kelamin, namun pada umumnya korban merupakan anak yang lemah, pemalu, pendiam, cacat, tertutup, pandai, cantik, atau mempunyai ciri tubuh tertentu yang dijadikan bahan ejekan (Mujiyati, 2015). *Bullying* juga dapat dilakukan dengan menggunakan fisik maupun melalui psikologis secara verbal langsung atau melalui media sosial.

Dengan hal tersebut menjadikan peran utuh dan aktif guru sebagai orang tua siswa di sekolah untuk turut ikut serta dalam mengatasi perilaku *bullying*. Di sekolah dapat dilakukan pengatasan dengan layanan konseling kelompok untuk dapat memberikan pengetahuan terkait apa itu *bullying* dan yang harus dilakukan apabila perilaku *bullying* terjadi terhadap diri sendiri atau di lingkungan sekitar. Konseling kelompok merupakan salah satu bagian dalam pelayanan bimbingan dan konseling, yang dilakukan bersama konselor pada konseli dalam situasi kelompok (Wahyuningtyas, dkk., 2021). Menurut Corey (2016) Konseling kelompok dilakukan

dengan menekankan komunikasi interpersonal dari pikiran sadar, perasaan saat ini, serta memiliki tujuan yaitu pencegahan dan perbaikan.

Untuk itu diperlukannya pengatasan dari perilaku bullying, supaya tidak semakin banyak pihak yang dirugikan hingga memakan banyak korban. Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, peneliti bertujuan untuk mengatasi perilaku bullying pada peserta didik dengan menggunakan layanan konseling kelompok. Hipotesis yang akan diajukan di dalam penelitian adalah layanan konseling kelompok efektif untuk mengatasi perilaku bullying pada peserta didik.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti ada beberapa hal yang akan diuraikan yang meliputi; Pertama, hasil analisis deskriptif kualitatif tentang tingkat bullying pada siswa sebelum layanan konseling kelompok dilakukan. Kedua, tentang tingkat *bullying* pada siswa setelah dilakukan layanan konseling kelompok. Ketiga, hasil analisis studi dokumentasi, yaitu untuk membuktikan layanan konseling kelompok efektif untuk mengatasi *bullying* pada siswa.

Tingkat *bullying* yang terjadi pada siswa sebelum dilakukannya layanan konseling kelompok terbilang cukup tinggi. Masih banyak ditemukan siswa yang mendapatkan perilaku *bullying* dan masih banyak yang menyaksikannya tanpa tau harus berbuat apa. Untuk itu dilakukannya konseling kelompok dengan tujuan agar dapat mengatasi perilaku *bullying* yang terjadi pada peserta didik. Layanan konseling kelompok dilakukan dengan beberapa anggota sekitar 5-7 orang yaitu siswa sebagai konseli atau anggota kelompok beserta konselor sebagai pemimpin kelompok. Layanan ini mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang bermakna sebagai pemecahan masalah siswa yang menjadi peserta layanan konseling kelompok (Afriana, Yusmansyah, & Utaminingsih, 2014).

Layanan konseling kelompok yang dilakukan sebagai usaha untuk mengatasi perilaku *bullying* diterapkan pada anggota kelompok dengan pengalaman yang berbeda. Konseling kelompok dilakukan bersama dengan anggota-anggota dalam keadaan yang pernah menjadi seorang korban, pengganggu/pelaku dan orang yang menyaksikan peristiwa *bullying*. Masing-masing anggota kelompok telah merasakan pengalaman pribadinya atau penyesalan terhadap korban dalam ingatan sebelumnya, sehingga semua anggota kelompok memahami potensi apa yang akan terjadi dari perilaku *bullying* (Gillespie, et al 2015).

Dengan melakukan layanan konseling kelompok pada siswa dapat menurunkan tingkat *bullying*. Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Sukarti, Kurniawan & Mulawarman (2018) menunjukkan bahwa tingkat *bullying* secara verbal setelah diberikan konseling kelompok mengalami penurunan dan berada dalam kategori rendah. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Afriana, Yusmansyah & Utaminingsih (2014) juga menunjukkan hasil penurunan perilaku *bullying* siswa di sekolah setelah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok.

Dari studi yang kami temukan diatas, dapat disimpulkan bahwa layanan Konseling kelompok secara signifikan dapat efektif dalam mengatasi perilaku *bullying* pada siswa. Sebagaimana penjelasan terkait pelaksanaan konseling kelompok, yang kami fokuskan pada pendekatan *Cognitive-Behavior Therapy (CBT)* sebagai berikut.

**1. Efektivitas penggunaan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan CBT sebagai upaya mengatasi perilaku Bullying pada peserta didik**

Bullying merupakan perilaku tindak perundungan yang dilakukan oleh peserta didik satu ke peserta didik lainnya, dalam hal ini, perilaku bullying dapat dilakukan secara individual maupun berkelompok. Dimana hal tersebut diperkuat oleh pendapat dari Ciri khas pelaku bullying menurut Olweus adalah adanya agresi mereka terhadap teman sebayanya dan juga sering melakukan tindakan agresi terhadap orang dewasa, baik guru maupun orang tua. Dalam mengatasi perilaku bullying dapat diatasi dengan menggunakan teknik konseling kelompok *Cognitive-Behavior Therapy* atau biasa disebut dengan teknik konseling CBT. Teknik konseling CBT merupakan salah satu teknik konseling yang dapat diterapkan secara efektif oleh konselor dalam memberikan layanan konseling kepada peserta didik dalam upaya mengatasi perilaku bullying. Pelaksanaan konseling kelompok menggunakan teknik CBT memiliki intensitas pelaksanaan konseling dalam waktu yang singkat dengan berfokus pada orientasi pemecahan masalah bullying pada peserta didik. Menurut Mennuti, Christner & Freeman mengemukakan bahwa struktur dan kerangka kerja dari teknik konseling CBT bersifat paralel dengan layanan pendidikan, sehingga membuatnya lebih mudah untuk diterima di kalangan pendidik sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan pada peserta didik di sekolah.

Teknik konseling CBT dapat diterapkan efektif bagi peserta didik khususnya pada peserta jenjang SD, SMP, SMA/SMK, hal ini sejalan dengan Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok CBT dapat diberikan kepada peserta didik usia 8-18 tahun, hal ini sejalan dengan pendapat (Corey, 2016) bahwa konseling kelompok dapat dilakukan pada siswa SD-SMA. Konseling CBT dikatakan sebagai teknik konseling kelompok yang efektif hal ini sejalan dengan pendapat dari Nelson, Finch & Ghee yang menyatakan bahwa teknik CBT memiliki strategi pengendalian diri yang dalam menghambat perilaku agresif kepada orang lain melalui penggunaan proses kognitif, dimana intensitasnya akan berkurang sehingga perilaku bullying dapat dihambat dan dikurangi dari segi perubahan perilaku dalam diri. Pendapat tersebut diperkuat dalam hasil penelitian Beck & Fernandez menunjukkan dalam pelaksanaan menguji keefektifan pendekatan CBT dalam menurunkan tingkat kemarahan seseorang dengan metode meta-analisis. Dari hasil analisisnya dapat diketahui bahwa 50 penelitian yang melibatkan 1.640 subjek, ditemukan bahwa CBT dapat menurunkan tingkat kemarahan sebesar 76%. Isrofin melakukan eksperimen terhadap 5 siswa SMA yang memiliki perilaku agresif yang tinggi dengan memberikan pelatihan pengelolaan marah menggunakan pendekatan CBT. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik konseling kelompok CBT dapat efektif untuk dilakukan sebagai upaya mengatasi permasalahan perilaku bullying yang terjadi pada peserta didik.

**2. Durasi pelaksanaan konseling kelompok menggunakan teknik CBT sebagai upaya mengatasi perilaku Bullying pada peserta didik.**

*Cognitive- Behavior Therapy* merupakan salah satu teknik konseling kelompok yang dapat diterapkan dalam lingkup layanan pendidikan karena memiliki intensitas keterbatasan ruang dan waktu, sehingga teknik CBT sering digunakan khususnya berorientasi dalam membantu peserta didik dalam menganalisis masalah berupa *problem solving*. Konseling kelompok menggunakan teknik CBT

dirancang dengan terstruktur dan dilakukan dalam jangka waktu singkat, sehingga orientasi peserta didik dalam menganalisis problem solving dalam dirinya dapat dilakukan secara intensif sebagai bentuk upaya mengatasi perilaku bullying. Dengan begitu konselor dapat membantu peserta didik dalam memodifikasi pemikiran serta perilaku yang disfungsional, hal tersebut nantinya dapat ditingkatkan dengan upaya penguatan sebagai upaya mengurangi perilaku negatif dalam diri. Dari hal inilah ditentukan butuhnya ketepatan dalam proses pemberian layanan konseling kelompok menggunakan teknik CBT.

Durasi pelaksanaan konseling kelompok menggunakan teknik CBT sebagai upaya mengatasi perilaku bullying dapat dilakukan sesuai dengan kebutuhan dari peserta didik sendiri. Namun dalam proses pelaksanaannya dapat dilakukan dengan proses pemberian informasi mengenai kegiatan konseling yang akan dilakukan, berkaitan dengan lokasi pertemuan, waktu, serta struktur kelompok. Dalam konseling kelompok menggunakan teknik konseling CBT dapat dilakukan dalam 12 kali pertemuan dengan kurun waktu 60 hari dengan durasi waktu 1,5-2 jam pertemuan.

### **3. Prosedur Pelaksanaan Konseling Kelompok CBT sebagai upaya mengatasi perilaku Bullying pada peserta didik.**

Pada pelaksanaan konseling kelompok CBT terdapat 12 (dua belas) kali pertemuan. Gibson & Mitchell (Utomo, 2019) menyatakan jika pada pelaksanaan konseling CBT di hari pertama memiliki maksud tertentu harapannya agar dapat diterima oleh peserta didik. Pada hari pertama peserta didik dibekali materi tentang konseling kelompok, cara melakukan konseling kelompok, kesopanan dalam berbicara pada saat melakukan konseling kelompok, tidak menyebarkan semua permasalahan yang sedang dialami. Hal pertama yang dilakukan adalah pengenalan diri agar satu sama lain mengenal tidak terjadi kecanggungan satu sama lain. Corey (Utomo, 2019) menyatakan jika dilaksanakannya pertemuan lanjutan yaitu pertemuan hari kedua, hari ketiga dan hari keempat. Disini peserta didik diberikan pengajaran materi *bullying*. mencakup seperti pengertian, dampak, efek, dan lain sebagainya. Diharapkan peserta didik dalam mengikuti setiap pertemuan dapat menjalankan dengan santai tanpa tekanan. Pada saat proses konseling peserta didik diwajibkan untuk bersikap aktif, seperti mengajukan berbagai pertanyaan yang tidak dipahami, berani mengajukan pendapat, saling memberikan timbal balik antara teman lainnya. Selanjutnya peserta didik pada pertemuan hari kelima dan keenam diberikan pembekalan berupa materi yang memiliki tujuan agar peserta didik tersebut sadar akan keyakinannya. Peserta didik diberikan tugas yaitu untuk menceritakan bagaimana perasaannya jika mengalami *bullying*. Tujuannya diberikan tugas tersebut adalah agar kita sebagai guru BK dapat mengetahui apa yang sedang dirasakan oleh peserta didik. Guru BK memberikan tugas yang dapat dikerjakan di rumah, tujuannya agar peserta didik dapat menjabarkan pemikirannya. Pada pertemuan selanjutnya yaitu pertemuan hari ketujuh dan hari kedelapan peserta didik diminta untuk menuliskan apa yang dirasakan ketika sebelum terjadinya pembullying, ketika terjadi pembullying dan setelah pembullying. Lalu pada pertemuan hari kesembilan guru mengajak peserta didik untuk berfikir terhadap pemikiran irrasionalnya.

Dilanjutkan pada pertemuan berikutnya yaitu pada pertemuan hari kesepuluh dan hari kesebelas, guru BK memberikan bantuan kepada peserta didik agar dapat menyelesaikan permasalahan tersebut dengan kemampuan yang dimilikinya. Dalam menyelesaikan permasalahan tersebut terdapat 3 langkah yang

harus dilaksanakan oleh peserta didik. Langkah pertama yaitu peserta didik dapat menentukan masalahnya, langkah kedua yaitu peserta didik mengetahui sudut pandang yang memiliki hubungan terhadap hal yang menjadi ketertarikan tersendiri. Langkah ketiga yaitu bagaimana cara yang diambil oleh peserta didik untuk menyelesaikan permasalahan tersebut yang dikerjakan bersama kelompok. Pertemuan di hari kedua belas guru BK atau Konselor melakukan penilaian dan membuat ringkasan terhadap dua belas hari saat melakukan layanan konseling bersama peserta didik. Peserta didik yang pernah menjadi korban bullying mempunyai kepercayaan dan kecakapan terhadap keadaan yang sulit bisa mengendalikan dengan tidak gelisah. Peserta didik yang tidak memiliki rasa percaya diri terhadap kemampuannya dalam mengambil sikap akan merasakan ketakutan dan khawatir sehingga berpengaruh pada cara kerjanya dan menurunkan keyakinan yang ada dalam dirinya (Bandura, 1977).

### SIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mendapatkan bahwa tingkat *bullying* yang terjadi pada siswa sebelum dilakukannya layanan konseling kelompok terbilang cukup tinggi. Untuk itu dilakukannya konseling kelompok dengan tujuan agar dapat mengatasi perilaku bullying yang terjadi pada peserta didik. Layanan konseling kelompok yang dilakukan sebagai usaha untuk mengatasi perilaku bullying diterapkan pada anggota kelompok dengan pengalaman yang berbeda. Dengan melakukan layanan konseling kelompok pada siswa dapat menurunkan tingkat bullying. Layanan Konseling kelompok secara signifikan dapat efektif dalam mengatasi perilaku bullying pada siswa. Teknik konseling CBT merupakan salah satu teknik konseling yang dapat diterapkan secara efektif oleh konselor dalam memberikan layanan konseling kepada peserta didik dalam upaya mengatasi perilaku bullying. Pelaksanaan konseling kelompok menggunakan teknik CBT memiliki intensitas pelaksanaan konseling dalam waktu yang singkat dengan berfokus pada orientasi pemecahan masalah bullying pada peserta didik. Teknik konseling kelompok CBT dapat efektif untuk dilakukan sebagai upaya mengatasi permasalahan perilaku *bullying* yang terjadi pada peserta didik. *Cognitive-Behavior Therapy* merupakan salah satu teknik konseling kelompok yang dapat diterapkan dalam lingkup layanan pendidikan. Durasi pelaksanaan konseling kelompok menggunakan teknik CBT sebagai upaya mengatasi perilaku *bullying* dapat dilakukan sesuai dengan kebutuhan dari peserta didik sendiri dan untuk melaksanakan konseling kelompok CBT dilakukan paling tidak dalam sepuluh sampai sebelas kali pertemuan. Hingga pertemuan akhir guru BK dapat membantu peserta didik agar dapat menyelesaikan permasalahan tersebut dengan kemampuan yang dimilikinya.

### DAFTAR PUSTAKA

- Abdulkader, W. F. A. K. (2017). The effectiveness of a cognitive behavioral therapy program in reducing school bullying among a sample of adolescents with learning disabilities. *International Journal of Educational Sciences*, 18(1-3), 16-28.
- Afriana, D., Yusmansyah, Y., & Utaminingsih, D. (2014). Upaya mengurangi perilaku bullying di sekolah dengan menggunakan layanan konseling kelompok. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 3(2).
- Asro, M., Sugiharto, D. Y. P., & Awalya, A. (2021). Mengatasi Perilaku Bullying Siswa Melalui Konseling Kelompok Teknik Role Playing. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 5(2), 35-41.
- Azhari, A. (2019). Implementasi Konseling Kelompok Untuk Mengatasi Praktik Bullying. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 1(1), 19-29.

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Group Counseling*, (9th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Erismon, E., & Karneli, Y. (2021). Efektivitas pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy untuk mengatasi perilaku bullying siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 7(1), 1-13.
- Gillespie, G. L., Brown, K., Grubb, P., Shay, A., & Montoya, K. (2015). Qualitative evaluation of a role play bullying simulation. *Journal of Nursing Education and Practice*, 5(7), 73-80.
- Janitra, P. A., & Prasanti, D. (2017). Komunikasi Keluarga Dalam Pencegahan Perilaku Bullying Bagi Anak. *Jurnal Ilmu Sosial Mamangan*, 6(1), 23.
- Kurniawan, D. E., & Pranowo, T. A. (2018). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Bullying di Sekolah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 2(1).
- Kusuma, L. A. (2018). *Penurunan Perilaku Bullying Verbal Pada Anak Jalanan Melalui Konseling Cognitive Behaviour Dengan Media Dongeng*. S1 thesis, Fakultas Ilmu Pendidikan.
- Mujiyati, M. (2015). Peningkatan Self Esteem Siswa Korban Bullying Melalui Teknik Assertive Training. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(1).
- Nasir, A. (2018). Konseling Behavioral: Solusi Alternatif Mengatasi Bullying Anak Di Sekolah. *Journal of Guidance and Counseling*, 72.
- Salgado, F. S., Senra, L. X., & Lourenço, L. M. (2014). Effectiveness indicators of bullying intervention programs: A systematic review of the international literature. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 31(2), 179-190.
- Saraswati, M. A., & Sawitri, D. R. (2015). Konsep Diri Dengan Kecenderungan Bullying Pada Siswa Kelas XI SMK. *Jurnal Empati*, 4(4), 60-65.
- Selvianti, T. A. (2019). *Konseling Kognitif Behavior Bernuansa Islam Terhadap Perilaku Bullying Siswa* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Makassar).
- Shafie, A. A. H. B., Miskam, N. A. B. A., Rozubi, N. B. C., & Anuar, A. A. B. (2018). Enhancing the self-efficacy and assertiveness level among the bullied victim school students by using cognitive behaviour therapy (cbt) in group counselling approach. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 8(1), 300-313.
- Sugiyono. (2005). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sukarti, S., Kurniawan, K., & Mulawarman, M. (2018). Mengurangi bullying verbal melalui konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(1).
- 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.
- Wahyuningtyas, I., Ayu, L. F., & Rafidah, N. (2021). Pelayanan Konseling Kelompok Dalam Menangani Kasus Bullying. *Counseling As-syamil*, 1(1), 34-47.