

**PENANGANAN *BULLYING* FISIK DENGAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT* DI SMP NEGERI 3 SINDANG**



**Oleh:  
Mutiah, S.Kom.I.  
NIM: 17200010007**

**TESIS**

**Diajukan Kepada Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga  
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh  
Gelar Master of Art (M.A)  
Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi Bimbingan dan Koseling Islam**

**YOGYAKARTA  
2019**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mutiah, S.Kom.I  
NIM : 17200010007  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya. Jika di kemudian hari terbukti bahwa naskah tesis ini bukan karya saya sendiri, maka saya siap ditindak sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 07 Mei 2019

Saya yang menyatakan,



Mutiah, S.Kom.I

NIM: 17200010007

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mutiah, S.Kom.I  
NIM : 17200010007  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menvatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 07 Mei 2019

Saya yang menyatakan,



Mutiah, S.Kom.I

NIM: 17200010007



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-132/Un.02/DPPs/PP.00.9/05/2019

Tugas Akhir dengan judul : PENANGANAN BULLYING FISIK DENGAN TEKNIK BEHAVIOR  
CONTRACT DI SMP NEGERI 3 SINDANG

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MUTIAH, S.Kom.I  
Nomor Induk Mahasiswa : 17200010007  
Telah diujikan pada : Senin, 20 Mei 2019  
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Nina Mariani Noor, SS., MA.  
NIP. 19760611 000000 2 301

Penguji II

Dr. Hj. Sri Sumarni, M.Pd  
NIP. 19630705 199303 2 001

Penguji III

Dr. Hj. Nurjannah, M.Si.  
NIP. 19600310 198703 2 001

Yogyakarta, 20 Mei 2019



Prof. Noorhadi, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D.  
NIP. 19711207 199503 1 002

**NOTA DINAS PEMBIMBING**

Kepada Yth.,  
Direktur Pascasarjana  
UIN Sunan Kalijaga  
Yogyakarta

*Assalamu' alaikum Wr. Wb.*

Disampaikan dengan hormat, Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**PENANGANAN *BULLYING* FISIK DENGAN TEKNIK *BEHAVIOR*  
*CONTRACT* DI SMP NEGERI 3 SINDANG**

yang ditulis oleh:

Nama : Mutiah, S.Kom.I  
NIM : 17200010007  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Master of Art (M.A).

*Wassalamu' alaikum Wr. Wb.*

Yogyakarta, 07 Mei 2019

Pembimbing,



Dr. Hj. Sri Sumarni, M.Pd.

19630705 199303 2 001

## ABSTRAK

**Mutiah, “Penanganan *Bullying* Fisik Dengan Teknik *Behavior Contract* Di SMP Negeri 3 Sindnag”. Tesis. Yogyakarta: Konsentrasi Bimbingan Konseling Islam Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2019.**

Kasus *bullying* yang terjadi di Indonesia terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Jika tindakan kekerasan ini dibiarkan, maka pelaku akan belajar bahwa tindakan tersebut tidak memberikan resiko apapun bagi dirinya. Padahal tindakan *bullying* memiliki efek negatif bagi para pelaku yang melakukan tindakan kekerasan. Perilaku *bullying* fisik merupakan perilaku maladaptif yang perlu ditanangi dengan teknik *behavior contract*. Dengan *behavior contract* konseli belajar perilaku baru, mengeliminasi perilaku maladaptif, memperkuat dan mempertahankan perilaku baru, dengan memberikan *reward* segera setelah perilaku adaptif muncul. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah konseling *behavior contract* efektif untuk menurunkan perilaku *bullying* fisik siswa SMPN 3 Sindang.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *mix methode*. Penelitian kuantitatif dalam penelitian ini termasuk jenis penelitian eksperimen dengan desain *one group pretest and posttest design*, sedangkan penelitian kualitatif dalam penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif. Sampel dalam penelitian eksperimen ini terdiri dari 12 siswa kelas VIII yang dipilih melalui *purposive sampling* dengan kriteria yang telah ditentukan. Pengukuran dilakukan dengan alat ukur psikologi yaitu skala perilaku *bullying* fisik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *bullying* fisik siswa kelas VIII di SMPN 3 Sindang Indramayu yang termasuk dalam kategori sedang sebanyak 9 siswa dan kategori tinggi sebanyak 3 siswa. Perilaku *bullying* fisik terdiri dari lima indikator yaitu memukul, menendang, mendorong, memalak/memeras, dan merusak barang. Pada indikator memukul mengalami penurunan rata-rata sebesar 4,67, indikator mendorong mengalami penurunan rata-rata sebesar 2,25, indikator menendang mengalami penurunan rata-rata sebesar 3,5, indikator memeras atau memalak mengalami penurunan rata-rata sebesar 3,92, dan indikator merusak barang mengalami penurunan rata-rata sebesar 8,84.

Analisis data menggunakan uji beda *Wilcoxon signed ranks test* diperoleh hasil dengan nilai signifikan  $0,002 < 0,05$  dengan  $Z = -3,062$ . Ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penurunan skor perilaku *bullying* fisik siswa kelas VIII antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa konseling *behavior contract*. Sedangkan hasil *mean* sebesar 150,17 menjadi 128,25, ini juga menunjukkan selisih skor antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Melalui hasil tersebut dapat dikatakan bahwa teknik *behavior contract* dapat menurunkan perilaku *bullying* fisik siswa SMP Negeri 3 Sindang. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima atau terbukti.

Kata Kunci: *Behavior Contract*, *Bullying* Fisik

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah *subhanahu wata'ala* pemelihara seluruh alam raya, yang atas limpahan rahmat, taufik dan Hidayah-Nya, Shalawat beserta salam semoga senantiasa terlimpah curahkan kepada Nabi Muhammad *Shallallahu 'alaihi wasallam* yang telah menjadi suri tauladan serta membebaskan umat manusia dari zaman jahiliyah menuju alam yang terang benderang dengan taburan cahaya ilmu pengetahuan dan kebenaran. Puji syukur kehadiran Allah *subhanahu wata'ala* yang atas izin-Nya, penulis dapat menyelesaikan tesis ini yang berjudul **“Penanganan Bullying Fisik Dengan Menggunakan Teknik *Behavior Contract* Di SMP Negeri 3 Sindang”**.

Penulis menyadari bahwa, tesis ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Bantuan tersebut berupa dukungan, baik yang bersifat materil maupun moril. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati dan ketulusan hati penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada segenap civitas akademik Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penulis ucapkan terimakasih kepada Prof. Drs. KH. Yudian Wahyudi, M.A,Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Kemudian, ucapan terima kasih kepada Prof. Noorhaidi Hasan, M.A, M.Phil., Ph.D., selaku Direktur Pascasarjana, Ibu Rof'ah, BSW., M.A., Ph.D dan Dr. Roma Ulinuha, M.Hum sebagai ketua dan sekertaris prodi *Interdisciplinary Islamic Studies* Program Magister (S2) Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Terimah kasih kepada seluruh dosen pascasarjana yang memberikan curahan ilmu pengetahuan yang begitu bermanfaat yang tidak bisa

penulis sebutkan satu persatu. Tidak lupa juga penulis ucapkan terima kasih kepada semua karyawan TU, akademik, Pusat pengembangan bahasa, perpustakaan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta khususnya karyawan yang ada di Pascasarjana yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran dalam setiap urusan.

Sekali lagi saya ucapkan terima kasih, kepada Ibu Dr. Hj. Sri Sumarni, M.Pd., sebagai Dosen Pembimbing Tesis, yang telah banyak memberikan motivasi, arahan, pengalaman dan ilmu yang tentunya sangat bermanfaat bagi penulis. Terima kasih atas kesabaran serta ketulusan dalam membimbing penulis sehingga penyusunan tesis ini dapat terselesaikan. Terima kasih juga kepada Ibu Dr. Nina Mariana Noor, SS., M.A. selaku ketua siding, dan kepada Ibu Dr. Hj. Nurjannah, M.Si. selaku penguji tesis yang telah memberikan banyak masukan yang sangat bermanfaat dan sangat membantu dalam proses perbaikan tesis ini.

Terima kasih kepada seluruh informan di SMPN 3 Sindang, yang telah memberikan pengalaman, ilmu serta kontribusi yang luar biasa dalam penyelesaian tesis ini. Kemudian juga ucapan terima kasih kepada sahabat Bimbingan dan Konseling Islam angkatan 2017, Program *Interdisciplinary Islamic Studies*, terimakasih atas kebersamaan kita selama ini. Pahit manis telah kita lalui kurang lebih dua tahun, semoga silaturahmi kita tetap terjaga. Semoga konsentrasi ini semakin berkembang kedepannya serta melahirkan para magister-magister yang berkualitas nan bermanfaat bagi nusa, bangsa dan agama.

Terima kasih kepada seluruh keluarga besar yang tersayang dan tercinta Bapak Dasim dan Ibu Aan, Teteh Irna, Aa Adi, Aa Fuad, dan dede Naba yang telah



memberikan do'a, semangat dan dukungan. Doa merekalah yang telah meringankan langkah saya dalam menyelesaikan kuliah S2 di Yogyakarta. Terima kasih juga atas bantuan-bantuan dari keluarga besar, mimi, uwa, emih, om, tante, sodara sepupu yang telah diberikan kepada saya, baik secara moril dan materil, sehingga dapat memperoleh gelar Magister. Semoga mereka selalu diberikan kesehatan dan keberkahan dalam kehidupan.

Terima kasih sahabat seperjuangan, semakan, dan sepenanggungan, Nurul Qomaria U, S.Kom.I. sahabat satu kosan saya selama di jogja. Terima kasih untuk teman spesial tersayang, Fahriza Rizki, S.E., yang selalu menyemangati, memahami, mengerti, serta mendukung studi saya. Serta kepada semua pihak yang terlibat dan ikut berjasa secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan tesis ini, yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, semoga Allah *subhanahu wata'ala* membalas kebaikan kita semua.

Penulis berharap semoga tesis ini bermanfaat dan menjadi sumbangan pengetahuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam, baik bersifat teoritis maupun praktis. Penulis menyadari bahwa hasil penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang bersifat konstruktif sangat penulis harapkan dari pembaca demi perbaikan penelitian selanjutnya.

*Jazakumullohu akhsanal jaza'*

Yogyakarta, 20 Mei 2019  
Saya yang menyatakan,

Mutiah, S.Kom.I  
NIM: 17200010007

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

**Karya Tesis ini dipersembahkan kepada**

**Kedua orang tua ku, Bapak Dasim, S.Pd.I dan Ibu Aan Juanah, S.Pd.,**

**Kakak-Kakakku, Mirna Insani dan Adi Munadi.**

**Serta keluarga besar dan orang-orang tersayang.**

**Guru-Guru yang telah memberikan ilmu dan seluruh guru - guru tanpa  
pamrih**

**Yang membimbing serta mengarahkan agar menjadi pribadi yang berilmu**

**Almamater tercinta Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies***

**Kosentrasi Bimbingan dan Konseling Islam.**

## **MOTTO**

*Bismillahirrahmanirrahim...*

"Adakah sama orang-orang yang mengetahui dengan orang-orang yang tidak mengetahui? Sesungguhnya orang yang berakallah yang dapat menerima pelajaran" (QS. Az-Zumar: 9)

"Peperangan tidak dimenangkan dengan jumlah, akan tetapi dengan keberanian dan ilmu pengetahuan"

"Orang berilmu tentu memiliki kepribadian tangguh, yang bisa membawa diri, keluarga dan orang lain menuju kebahagiaan, serta bernilai manfaat bagi sesama"

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI .....	iii
PENGESAHAN DIREKTUR DAN DEWAN PENGUJI.....	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	v
ABSTRAK .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	x
MOTTO .....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi

### BAB I: PENDAHULUAN

A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan dan kegunaan Penelitian .....	9
D. Kajian Pustaka .....	9
E. Sistematika Pembahasan.....	15

### BAB II: LANDASAN TEORI

A. Perilaku <i>Bullying</i> .....	17
1. Pengertian Perilaku <i>Bullying</i> .....	17
2. Bentuk-Bentuk Perilaku <i>Bullying</i> .....	19
3. Karakteristik <i>Bullying</i> .....	20
4. Faktor-Faktor Penyebab Perilaku <i>Bullying</i> .....	23
5. Dampak Perilaku <i>Bullying</i> .....	25
6. Pandangan Islam Tentang <i>Bullying</i> .....	27
B. Pendekatan Behavior .....	34
1. Konsep Dasar .....	35
2. Pandangan Tentang Manusia .....	36
3. Asumsi Tingkah Laku Bermasalah .....	37
4. Tujuan Konseling <i>Behavior</i> .....	38
C. Teknik <i>Behavior Contract</i> .....	39
1. Prinsip Dasar <i>Behavior Contract</i> .....	40
2. Manfaat <i>Behavior Contract</i> .....	42
3. Langkah-Langkah Konseling <i>Behavior Contract</i> .....	42
D. <i>Behavior contract</i> Dan Perilaku <i>Bullying</i> Fisik.....	44
E. Kerangka Berpikir .....	45
F. Hipotesis .....	46

<b>BAB III: METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	48
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	50
C. Lokasi dan Subjek Penelitian .....	51
D. Prosedur Penelitian .....	52
E. Teknik Pengumpulan Data .....	54
F. Manipulasi Eksperimen .....	58
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	64
H. Teknik Analisis Data .....	65
<b>BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum Perilaku <i>Bullying</i> Fisik Pada Subjek Penelitian .....	67
B. Persiapan Penelitian.....	68
C. Pelaksanaan Penelitian .....	69
1. Pelaksanaan Uji Coba Skala.....	69
2. Pelaksanaan Uji Coba Modul <i>Behavior Contract</i> .....	73
3. Pelaksanaan Seleksi Subjek.....	74
4. Pelaksanaan Konseling <i>Behavior Contract</i> .....	77
D. Hasil Analisis Data.....	78
1. Analisis Data Kuantitatif .....	78
2. Analisis Data Kualitatif .....	83
E. Pembahasan .....	111
F. Keterbatasan Penelitian .....	118
<b>BAB V: PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	120
B. Saran .....	122
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>123</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>127</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>174</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Langkah-Langkah <i>Behavior Contract</i> .....	43
Tabel 2	Skoring Item <i>Bullying</i> Fisik Siswa.....	55
Tabel 3	<i>Blue Print</i> Skala Perilaku <i>Bullying</i> Fisik.....	55
Tabel 4	Hasil Uji Validitas Skala Perilaku <i>Bullying</i> Fisik .....	70
Tabel 5	<i>Blue Print</i> Skala Perilaku <i>Bullying</i> Fisik.....	72
Tabel 6	Hasil Uji Reliabilitas .....	73
Tabel 7	Interpensi Nilai R .....	73
Tabel 8	Data Hasil <i>Pretest</i> Perilaku <i>Bullying</i> Fisik.....	75
Tabel 9	Gambaran Perilaku <i>Bullying</i> Fisik Subjek .....	76
Tabel 10	Pelaksanaan Konseling <i>Behavior Contract</i> .....	77
Tabel 11	Skor Perilaku <i>Bullying</i> Fisik .....	79
Tabel 12	Hasil Olahan Data <i>Pretest</i> Dan <i>Posttest</i> .....	79
Tabel 13	<i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> .....	82
Tabel 14	Hasil Test Statistik .....	83

## DAFTAR GAMBAR

Grafik 1	Kecenderungan Skor Perilaku <i>Bullying</i> Fisik Siswa Sebelum Dan Sesudah Pemberian Konseling <i>Behavior Contract</i> .....	80
Grafik 2	Perubahan Perilaku <i>Bullying</i> Fisik Sebelum Dan Sesudah Mendapatkan Intervensi .....	110

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Skala Perilaku <i>Bullying</i> Fisik Sebelum Uji Coba .....	128
Lampiran 2	Tabulasi Data Hasil Uji Coba .....	133
Lampiran 3	Validitas & Reliabilitas.....	141
Lampiran 4	Skala Penelitian .....	143
Lampiran 5	Tabulasi Data Hasil <i>Pretest</i> Dan <i>Posttest</i> .....	147
Lampiran 6	Data Hasil <i>Pretest</i> Perilaku <i>Bullying</i> Fisik kelas VIII di SMP Negeri 3 Sindang .....	151
Lampiran 7	Hasil Uji Normalitas Dan Statistik Deskriptif.....	154
Lampiran 8	Hasil Uji Wilcoxon .....	155
Lampiran 9	Lembar Pedoman Wawancara .....	156
Lampiran 10	Modul Penelitian.....	158
Lampiran 11	Materi.....	169



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Remaja adalah individu yang sedang berada pada masa perkembangan transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa dengan berbagai perubahan yang dialami dari perubahan biologis yang nampak pada individu, serta perubahan yang tak nampak seperti emosi, kognitif, dan psikologis, hingga perubahan sosial yang mereka alami yang terjadi di masyarakat termasuk lingkup sekolah.<sup>1</sup> Fase ini merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan individu dan merupakan masa transisi yang dapat diarahkan kepada perkembangan fase dewasa yang sehat jika dalam prosesnya berhasil dilalui dengan baik.<sup>2</sup>

Remaja dalam proses perkembangan yang baik akan cenderung memperoleh perkembangan emosinya secara matang yang ditandai dengan; cinta kasih, simpati, senang menolong orang lain, sikap hormat atau menghargai orang lain dan ramah, mengendalikan emosi, tidak mudah tersinggung, tidak agresif, bersikap optimis dan dapat menghadapi situasi frustrasi secara wajar. Berbanding terbalik jika remaja tersebut kurang mampu mengendalikan emosi dan mudah bersikap agresif maka akan membentuk pribadi yang negatif pada dirinya.

Pada masa ini, remaja dihadapkan pada berbagai macam perubahan sosial dengan melalui proses yang cukup rumit dan berhubungan dengan tugas perkembangan masa remaja. Hurlock dalam Pandiangan, menyebutkan bahwa yang

---

<sup>1</sup> J.W Santrock, *Perkembangan Remaja*, Terjemahan Shinto B. Adler dan Sherly Saragih. (Jakarta: Erlangga, 2003).

<sup>2</sup> L. N Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2001), 71.

terpenting dan tersulit dalam perubahan sosial yang dialami remaja adalah penyesuaian diri dengan meningkatnya pengaruh kelompok teman sebaya, perubahan dalam perilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, nilai-nilai baru dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam penerimaan dan penolakan sosial, dan nilai-nilai baru dalam seleksi pemimpin.<sup>3</sup> Oleh sebab itu, di era sekarang ini remaja dituntut untuk lebih keras dalam beradaptasi agar mereka dapat diterima dalam lingkungan sosialnya. Pengalaman interaksi individu dengan lingkungannya tersebut yang dapat membentuk perilaku negatif atau positif tergantung situasi atau stimulus yang mereka dapatkan ketika berinteraksi.

Selain itu, Sistem senioritas yang terjadi pada lingkup sekolah dapat membentuk ketimpangan dalam hubungan dengan teman sebaya. Remaja mempunyai nilai baru dalam menerima atau tidak menerima anggota-anggota berbagai kelompok sebaya seperti kelompok besar atau geng. Nilai ini terutama didasarkan pada nilai kelompok sebaya yang digunakan untuk menilai anggota-anggota kelompok. Fenomena tersebut yang terjadi di sekolah-sekolah saat ini, dimana mereka membentuk kelompok-kelompok (geng) hanya untuk menunjukkan eksistensi dan kekuasaan kelompoknya kepada orang lain dan lingkungan sekitarnya dengan cara yang negatif.

Salah satu permasalahan yang sering dihadapi para remaja dalam hubungan dengan teman sebaya khususnya pada lingkup sekolah adalah munculnya perilaku *bullying*. Menurut Wiyani *bullying* adalah perilaku agresif dan negatif seseorang

---

<sup>3</sup> Pandiangan Arini Pinondang, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Depresi Pada Remaja Awal Korban *Bullying*" (Skripsi, Universitas Sumatra, 2011), 16.

atau sekelompok orang secara berulang kali yang menyalahgunakan ketidakseimbangan kekuatan dengan tujuan menyakiti targetnya (korban) secara mental atau secara fisik<sup>4</sup>. *Bullying* dapat dilakukan oleh remaja kepada teman sebayanya atau yang usianya lebih muda atau oleh orang dewasa pada orang yang lebih muda. Bentuk *bullying* yang biasanya terjadi adalah mengolok-olok, meminta uang (memalak), menyakiti secara fisik (menampar, memukul, mencubit, mendorong) atau mengancam dengan kata-kata baik secara verbal maupun nonverbal, selain itu terdapat juga *bullying* yang dilakukan di media sosial, yaitu kekerasan melalui internet yang dikenal dengan sebutan *cyber-bullying*.

Karakteristik remaja memiliki keadaan emosi yang cenderung masih labil. Kondisi ini menjadikan remaja berisiko untuk menjadi pelaku *bullying*, karena adanya pengaruh teman sebaya dan mudah terprovokasi untuk melakukan *bullying*. Sementara itu, fase remaja, merupakan masa pencarian jati diri dan pembentukan *self-image*. Menurut Erikson pencarian identitas diri adalah proses menjadi seorang yang unik dengan peran yang penting dalam hidup. *Bullying* merupakan suatu cara untuk membentuk suatu identitas, walaupun dalam bentuk identitas negatif. Identitas negatif yang dimiliki remaja dan dukungan yang diperoleh dari teman sebaya atas citranya yang negatif, dapat memperkuat identitas negatifnya. Kondisi tersebut membuat remaja kurang mampu untuk menghadapi stimulus negatif dari lingkungannya seperti tindakan *bullying*.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> Novan Ardy Wiyani, *Save Our Children from School Bullying* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), 14.

<sup>5</sup> J.W Santrock, *Remaja*, Kesebelas., Jilid 1 (Jakarta: Erlangga, 2007).

Kasus *bullying* pada anak dan remaja di masyarakat dan sekolah sangat memprihatinkan. Sekolah yang seharusnya menjadi tempat bagi anak menimba ilmu serta membantu membentuk karakter pribadi yang positif ternyata menjadi tempat praktik perundungan sehingga menakutkan bagi anak dan remaja. Akhir-akhir ini kasus akibat kekerasan di sekolah makin sering ditemui baik melalui informasi di media cetak, online, maupun yang kita saksikan di layar televisi. Salah satu kasus yang terjadi di tahun 2017 adalah beredarnya video kekerasan yang dilakukan oleh siswa SMP di Indramayu, antara SMP Anjatan dan SMP Patrol. Aksi yang sama juga dilakukan para pelajar SMP 1 Suranenggala, Cirebon. Dalam video terlihat seorang siswa dianiaya oleh sejumlah siswa dari sekolah lainnya.<sup>6</sup> Berdasarkan catatan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2018 terjadi 41 kasus anak pelaku kekerasan dan *bullying* yang terjadi di Indonesia, angka ini meningkat dari data sebelumnya pada tahun 2017 sekitar 36 kasus.<sup>7</sup>

Dalam hal ini batasan yang akan penulis teliti terkait perilaku *bullying* dalam bentuk fisik yang dilakukan oleh penindas. *Bullying* fisik merupakan salah satu bentuk tindakan maladaptif yang paling mudah diidentifikasi dan paling nampak. *Bullying* fisik terjadi ketika seseorang secara fisik dirugikan melalui tindakan, seperti memukul, mendorong, memalak, dan lain-lain yang dilakukan oleh penindas.<sup>8</sup> Pemilihan subjek difokuskan pada penindas (pelaku *bullying*) karena berdasarkan siklus *bullying*, penindas memandang bahwa terdapat anak yang pantas

---

<sup>6</sup> Dwi Ayu Artantiani, "Duh, Aksi Kekerasan Pelajar Marak Di Jabar," *news.okezone.com, Okenews*, April 6, 2017. Diakses pada tanggal 4 April 2019

<sup>7</sup> Dewi Nurita and Rina Widiastuti, "Hari Anak Nasional, KPAI Catat Kasus *Bullying* Paling Banyak," *TEMPO.CO*, July 23, 2018.

<sup>8</sup> Andri Priyatna, *Lets End Bullying: Memahami, Mencegah, Dan Mengatasi Bullying* (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2010), 3.

dijadikan korban sehingga *bullying* dilakukan. Hal tersebut merupakan awal mula terjadi *bullying*.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, bahwa ditemukan adanya tindakan memalak yang dilakukan oleh sekelompok siswa SMP terhadap juniornya sebagai korban *bully*. Tindakan tersebut terjadi pada saat jam sekolah telah usai, dimana para senior menunggu di depan gerbang untuk memalak juniornya, hingga akhirnya mereka mendapatkan apa yang mereka inginkan. Selain itu berdasarkan hasil wawancara dengan Ibu Kunarti selaku Guru BK, ditemukan fakta bahwa di SMP Negeri 3 Sindang telah banyak terjadi tindakan kekerasan yang dilakukan oleh siswanya. Salah satu kasus ialah beredarnya video tindakan kekerasan yang sempat viral yang dilakukan oleh siswi SMP Negeri 3 Sindang dengan Siswi SMP Indramayu lain yang dilatarbelakangi karena permasalahan asmara yang terjadi pada tahun 2018. Ketertarikan penulis meneliti tindakan *bullying* fisik pada siswa SMP bukan tanpa sebab, karena jika tindakan tersebut tidak segera ditangani maka akan menyebabkan berbagai dampak negatif, baik bagi pelaku maupun bagi para korban *bully*. Apabila tindakan agresif tersebut dibiarkan, pelaku *bullying* akan belajar bahwa tidak ada resiko apapun bagi mereka yang melakukan kekerasan, tindakan agresif maupun mengancam anak lain.

Perilaku tersebut merupakan tindakan yang sangat berbahaya dan tidak boleh ditiru karena membawa dampak traumatik luar biasa yang dapat mempengaruhi kehidupan anak ataupun remaja pada tahap perkembangan selanjutnya. Dampak tersebut dapat terjadi baik pada pelaku maupun korban namun dampak terbesar lebih dialami oleh korban. Anak yang melakukan *bullying* berpotensi dan

cenderung menjadi pelaku kenakalan remaja tindakan kekerasan serta terjebak dalam tindakan kriminal. Pelaku dan korban *bullying* juga akan sulit melakukan relasi sosial dan apabila terjadi hingga dewasa akan memberi dampak sangat luas.

Senada dengan pernyataan di atas, Priyatna mengatakan bahwa pelaku *bullying* tidak terlepas dari resiko berikut: 1. Sering terlibat dalam perkelahian. 2. Risiko mengalami cedera akibat perkelahian. 3. Melakukan tindakan pencurian. 4. Minum alcohol. 5. Merokok. 6. Menjadi biang kerok di sekolah. 7. Bolos dari sekolah. 8. Gemar membawa senjata tajam<sup>9</sup>. Selanjutnya bagi korban tindakan *bullying* menurut Wiyani menyebutkan bahwa dampak yang dapat terjadi pada anak yang menjadi korban tindakan *bullying* antara lain: Kecemasan, merasa kesepian, rendah diri, tingkat kompetensi sosial yang rendah, depresi, penarikan sosial, keluhan pada kesehatan fisik, lari dari rumah, bunuh diri, dan penurunan performansi akademik.<sup>10</sup>

Berdasarkan literatur tersebut menunjukkan bahwa *bullying* yang terjadi di sekolah berdampak negatif pada korban dan pelakunya. Apabila hal ini terus terjadi tanpa adanya penanganan, sekolah akan menjadi tempat yang tidak nyaman, bahkan cenderung menakutkan bagi para pelajar. Siswa yang mengalami tindak *bullying* otomatis merasa terancam dan tertekan ketika berada disekolah. Sedang para pelaku *bullying* merasa semakin tinggi eksistesinya dan dianggap sebagai jagoan ketika mereka berhasil memperoleh apa yang mereka inginkan. Dan tanpa disadari mereka terus melakukan tindakan *bullying* tersebut karena adanya penguatan yang tanpa

---

<sup>9</sup> Ibid., 5.

<sup>10</sup> Wiyani, *Save Our Children from School Bullying*, 4.

disadari telah diterimanya walaupun bukan penguatan berwujud hadiah atau pujian, justru sikap lingkungan yang membiarkan ataupun sikap korban yang mengikuti kehendak pelakulah yang memberikan penguatan kepada pelaku. Karena dampaknya yang sangat luar biasa, maka perlu dilakukan penanganan terhadap perilaku *bullying* yang dilakukan oleh penindas.

Penanganan yang dapat dilakukan dalam menangani perilaku *bullying* fisik ialah dengan layanan bimbingan konseling dengan menggunakan teknik *behavior contract*. *Behavior contract* merupakan salah satu teknik dari pendekatan behavioral yang menekankan pada perubahan perilaku maladaptif menjadi adaptif, dimana konseli belajar perilaku baru kemudian mengeliminasi perilaku maladaptif, memperkuat dan mempertahankan perilaku baru dengan memberikan *reward* segera setelah perilaku yang diinginkan muncul berdasarkan pada kontrak yang telah disepakati.<sup>11</sup>

Konselor dan konseli dapat memilih perilaku yang realistis dan dapat diterima oleh kedua belah pihak. Setelah perilaku dimunculkan maka ganjaran dapat diberikan kepada konseli. Dalam hal ini pemberian ganjaran (*reinforcement*) lebih dipentingkan daripada pemberian hukuman. Adanya pemberian *reinforcement* kepada pelaku *bullying* fisik dapat digunakan untuk memicu timbulnya motivasi, sehingga siswa dapat terdorong untuk meningkatkan tingkah lakunya ke arah yang lebih baik melalui penerapan penguatan yang berupa penguatan positif. Melalui teknik kontrak perilaku, konselor dapat membantu siswa

---

<sup>11</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, and Karsih, *Teori Dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT. Indeks, 2011), 156.

dalam mengurangi perilaku *bullying* fisik. Hal ini dikatakan demikian karena tujuan dari kontrak perilaku adalah untuk mengubah perilaku konseli yang tidak adaptif menjadi perilaku adaptif. Untuk memotivasi adanya perubahan perilaku, maka diperlukan kondisi yang mengikat demi tercapainya perilaku yang dikehendaki. *Bullying* fisik merupakan perilaku maladaptif yang paling mudah diidentifikasi dan paling nampak diantara bentuk-bentuk *bullying* lainnya. Siswa yang melakukan tindakan *bullying* akan dibantu oleh konselor melalui konseling dengan menggunakan teknik kontrak perilaku agar siswa mau mengubah perilakunya yang maladaptif menjadi adaptif, atau dalam hal ini siswa dapat mengurangi perilaku *bullying* fisik.

Selain itu, digunakannya teknik *behavior contract* dalam konseling karena dibutuhkan interaksi yang aktif diantara pelaku *bullying* dan lingkungan serta pihak yang terikat, seperti teman terdekat dan pihak sekolah serta adanya kesepakatan antara kedua belah pihak agar perilaku *bullying* dapat dihilangkan. Adanya pemberian *reinforcement* ketika berhasil menjalankan kontrak sangat diperlukan, *reinforcement* diberikan ketika konseli berhasil melaksanakan kontrak yang telah disepakati. Dalam pelaksanaan kontrak ini membutuhkan keterlibatan orang lain sebagai pengawas atas keberlangsungan kontrak, serta dalam pemberian *reinforcement*, hingga pada akhirnya mereka mampu menyadari dan memperbaiki perilaku yang seharusnya mereka miliki.

Dari apa yang sudah dijelaskan diatas penulis tertarik untuk meneliti dengan judul “Penanganan *bullying* fisik dengan teknik *behavior contract* di SMP Negeri



3 Sindang”. Efektif tidaknya konseling dengan teknik *behavior contract* untuk menurunkan perilaku *bullying* fisik yang terjadi di sekolah tersebut.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti merumuskan masalah yang menjadi pusat perhatian dalam penelitian ini dengan membatasi masalah yang akan dibahas yaitu: apakah konseling dengan teknik *behavior contract* efektif untuk menurunkan perilaku *bullying* fisik siswa di SMP Negeri 3 Sindang Indramayu?

### **C. Tujuan Dan Kegunaan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disebutkan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling *behavior contract* dalam menurunkan perilaku *bullying* fisik siswa SMP Negeri 3 Sindang.

Secara teoritik kegunaan penelitian ini adalah dapat memberikan wawasan pengetahuan dalam dunia bimbingan dan konseling bahwa untuk menurunkan perilaku *bullying* fisik siswa dapat menggunakan teknik *behavior contract*. Adapun kegunaan secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan kerangka dasar bagi guru BK amupun konselor yang ingin mengembangkan layanan konseling dengan teknik *behavior contract* dan untuk siswa dapat mengubah perilaku yang maladaptif menjadi adaptif dengan menggunakan kontrak perilaku.

### **D. Kajian Pustaka**

Untuk lebih memperdalam kajian mengenai teknik *behavior contract* dalam menurunkan perilaku *bullying* fisik siswa di SMP Negeri 3 Sindang perlu dikaji beberapa pustaka yang relevan dengan penelitian ini, diantaranya:

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri Nuliandini, Wirda Hanim, dan Atiek Sismiati dalam jurnal *Bimbingan Konseling (Insight)* Volume 5 (1) juni 2016 yang berjudul “Pengaruh *Role play* Dalam Konseling Kelompok Untuk Menurunkan Tingkat *Bullying* Siswa”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *role play* dalam konseling kelompok untuk menurunkan tingkat *bullying* peserta didik kelas XII SMK Negeri 41 Jakarta. Metode yang digunakan adalah kuasi eksperimen dengan *pretest-posttest nonequivalent control group design*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah delapan belas orang siswa kelas XII SMK Negeri 41 Jakarta yang diambil dengan menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen tingkat *bullying*. Hasil yang diperoleh pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa adanya penurunan skor rata-rata *pretest* dan *posttest* sebesar 33,45. Selain itu, hasil uji hipotesis yang dilakukan dengan bantuan program SPSS 20.0 menunjukkan bahwa tingkat *bullying* memperoleh Sig = 0,002, yang berarti lebih kecil dari nilai signifikansi  $\alpha$  0.05. Hasil penelitian menunjukkan penurunan tingkat *bullying* peserta didik yang mendapatkan layanan konseling kelompok dengan metode *role play* lebih tinggi dibandingkan peserta didik yang tidak mendapatkan layanan konseling kelompok dengan metode *role play*.<sup>12</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Yuyun Nuriyah Muslih, Mungin Eddy Wibowo, dan Edy Purwanto dengan judul “Konseling Behavioral menggunakan Teknik Kontrak Perilaku dengan Students’ Logbook untuk Meningkatkan Minat

---

<sup>12</sup> Putri Nuliandini, Wirda Hanim, and Atiek Sismiati S, “Pengaruh Role Play Dalam Konseling Kelompok Untuk Menurunkan Tingkat *Bullying* Siswa,” *Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 5, no. 1 (2016): 81–86.

Membaca Siswa” dalam jurnal *JUBK* vol. 6, no. 1 (2017). Tujuan dari penelitian tersebut adalah untuk menganalisis pelaksanaan konseling behavioral di sekolah, menganalisis kondisi minat membaca siswa, menghasilkan model dan menemukan keefektifan model. Metode penelitian menggunakan Research and Development (R&D). Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) pelaksanaan konseling behavioral sudah terlaksana di SMAN Kota Tasikmalaya, namun dalam pelaksanaannya masih belum efektif, dikarenakan kurangnya wawasan dan keterampilan guru BK terutama dalam menggunakan teknik- teknik dalam konseling; (2) kondisi minat membaca siswa sebelum diberikannya perlakuan menunjukkan pada kategori kurang sedangkan setelah diberi perlakuan berubah menjadi sedang; (3) model yang dihasilkan diperoleh melalui validasi pakar dan praktisi yaitu berupa model konseling behavioral menggunakan teknik kontrak perilaku dengan students’ logbook yang memiliki aspek kemanfaatan, keakuratan dan kemenarikan untuk meningkatkan minat membaca siswa; (4) model konseling behavioral menggunakan teknik kontrak perilaku dengan students’ logbook terbukti efektif untuk meningkatkan minat membaca siswa.<sup>13</sup>

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Lisa Bowman-Perrott, Mack D. Burke, Sharon de Marin, Nan Zhang, dan Heather Davis yang berjudul “A Meta-Analysis of Single-Case Research on Behavior Contracts: Effects on Behavioral and Academic Outcomes Among Children and Youth” dalam jurnal *SAGE* Vol. 39(2) 247 –269 (2015). Penelitian ini bertujuan untuk meringkas secara kuantitatif

---

<sup>13</sup> Yuyun Nuriyah Muslim, Eddy Wibowo Mungin, and Purwanto, “Konseling Behavioral Menggunakan Teknik Kontrak Perilaku Denan Student Logbook Untuk Meningkatkan Minat Membaca Siswa,” *JUBK* 6, no. 1 (2017): 34–43.

literatur dengan jenis penelitian *single-case research* (SCR) tentang penggunaan kontrak perilaku terhadap anak-anak dan remaja. Studi ini meneliti efektivitas kontrak perilaku pada perilaku bermasalah dan perilaku akademik di 18 studi SCR. Hasil akademik dan perilaku diperiksa terhadap 58 anak-anak dan remaja usia 5 hingga 21. Hasil menunjukkan efek moderat keseluruhan dari penggunaan kontrak perilaku adalah  $ES = .57$  (interval kepercayaan 95% [CI95] = [0,55, 0,58]) dengan berbagai efek di seluruh studi ( $ES = 0,27$  ke  $ES = 1,00$ ). Analisis moderator menunjukkan bahwa kontrak perilaku bermanfaat bagi siswa terlepas dari tingkat kelas, jenis kelamin, atau status kecacatan. Temuan menunjukkan bahwa intervensi lebih efektif dalam mengurangi perilaku yang tidak pantas daripada meningkatkan perilaku yang sesuai, dan bahwa hasil akademik dipengaruhi secara positif oleh perilaku kontrak.<sup>14</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Sri Sukarti, Kusnarto Kurniawan, dan Mulawarman dalam jurnal IJGC volume 7 (1) tahun 2018 yang berjudul “Mengurangi *bullying* verbal melalui konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku”. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan efektivitas konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengurangi *bullying* verbal pada siswa. Rancangan penelitian eksperimen ini dengan desain jenis *one group pretest and posttest design*. Penelitian ini menunjukkan bahwa adanya penurunan pada tiap indikator perilaku *bullying* verbal sebelum dan sesudah diberi perlakuan, seperti mengejek mengalami penurunan rata-rata sebesar 1,2, indikator mengancam

---

<sup>14</sup> Lisa Bowman Perrott et al., “A Meta-Analysis of Single-Case Research on Behavior Contracts: Effects on Behavioral and Academic Outcomes Among Children and Youth” 39, 2 (2015): 247–269.

mengalami penurunan rata-rata sebesar 0,9, indikator memaki mengalami penurunan rata-rata sebesar 1,3, indikator menghina mengalami penurunan rata-rata sebesar 1,5, indikator menuduh mengalami penurunan rata-rata sebesar 0,8, dan indikator menggossip mengalami penurunan rata-rata sebesar 1. Hasil uji *Wilcoxon* secara signifikan menunjukkan nilai  $Z = -2,060$  dan  $0,002 < 0,05$ , maka layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku efektif untuk mengurangi *bullying* verbal pada siswa.<sup>15</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Dwi wahyudi dalam jurnal UNP Kediri dengan judul “Efektifitas konseling individu dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi perilaku agresif siswa kelas VIII SMPN 7 Kediri Tahun Ajaran 2016/2017”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling individu dengan teknik kontrak perilaku dalam mengatasi perilaku agresif pada siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian deskriptif kualitatif dengan menggunakan desain SSD (*Single Subject Design*). Kesimpulan dari penelitian ini adalah penggunaan konseling individu dengan teknik kontrak perilaku efektif untuk mengatasi perilaku agresif siswa.<sup>16</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Tri Widiyastuti, Muhammad Japar, Sugiyadi dalam Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan (EDUKASI) dengan judul “Konseling Kelompok Dengan Teknik *Behavior contract* Terhadap Penurunan Prokrastinasi Akademik Siswa”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

---

<sup>15</sup> Sri Sukarti, Kusnarto Kurniawan, and Mulawarman, “Mengurangi *Bullying* Verbal Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku,” *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 7, no. 1 (2018): 51–59.

<sup>16</sup> Dwi Wahyudi, Atrup, and Risaniatin Ningsih, “Efektivitas Konseling Individu Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Perilaku Agresif Siswa Kelas VIII SMPN 7 Kediri Tahun Ajaran 2016/2017,” *Jurnal BK: UNPKediri* 2, no. 1 (2017): 1–9.

efektivitas dari teknik *behavior contract* dalam menurunkan prokrastinasi akademik siswa. Penelitian ini menggunakan eksperimen dengan *one group pretest-posttest design*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 11 orang yang memiliki kategori prokrastinasi tinggi dan rendah. Penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* efektif dalam menurunkan prokrastinasi akademik siswa dengan penurunan skor tertinggi sebesar 38,79% dan terendah sebesar 5,4%. Rata-rata peningkatan skor sebesar 15,36% (24,73). Serta hasil  $Z = -2,936$  dan  $Asymp (2-tailed) = 0,003 < 0,05$ .<sup>17</sup>

Penelitian berjudul “Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior contract* Pada Siswa SMP Negeri 6 Palu” yang dilakukan oleh Marti Yoan Tutiona S, Abd. Munir, dan Bau Ratu dalam Jurnal Konseling & Psikoedukasi (JKP) Juni 2016, Vol. 1, No. 1 ISSN: 2502 – 4000 menunjukkan adanya efektivitas dari *behavior contract* terhadap penurunan perilaku membolos siswa. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan bimbingan dan konseling menggunakan model Kemmis dan MC Taggart yang dilakukan terhadap tiga siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilaksanakan tindakan konseling individual teknik *behavior contract* siklus I, persentase perilaku membolos konseli berkurang sebesar 26,1% atau 1,67, sedangkan setelah

---

<sup>17</sup> Tri Widiyastuti, Muhammad Japar, and Sugiyadi, “Konseling Kelompok Dengan Teknik *Behavior contract* Terhadap Penurunan Prokrastinasi Akademik Siswa (Penelitian Pada Siswa Kelas VIII G SMP Negeri 10 Magelang),” *jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan (Edukasi)* 1, no. 1 (2016): 1–6.

dilaksanakan tindakan konseling individual teknik *behavior contract* siklus II persentase perilaku membolos konseli berkurang sebesar 80,55% atau 3,67.<sup>18</sup>

Berdasarkan kajian-kajian terdahulu terkait *bullying*, menunjukkan bahwa perilaku *bullying* dapat diturunkan dengan teknik-teknik yang terdapat dalam pendekatan behavioral salah satunya adalah teknik *behavior contract*. Sejauh yang peneliti temukan, *behavior contract* dilakukan dengan objek kajian perilaku-perilaku maladaptif seperti prokrastinasi, membolos, *bullying* verbal dan perilaku bermasalah lainnya. Selain itu pada penelitian-penelitian terdahulu tidak menggunakan intervensi lain dalam *behavior contract*. Dengan demikian, *behavior contract* dalam penelitian ini dibedakan dari penggunaan intervensi dan objek kajian. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan intervensi modeling dan sosiodrama dengan objek kajian *bullying* fisik yang meliputi memukul, menendang, mendorong, memeras atau memalak, dan merusak barang yang dapat memberikan dampak negatif bagi perkembangan individu.

#### **E. Sistematika Pembahasan**

Penelitian ini secara keseluruhan terdiri dari lima bab, dan masing-masing bab akan memuat pokok bahasan sebagai berikut:

Bab satu pendahulaun, meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, kajian pustaka, dan terakhir sistematika pembahasan.

---

<sup>18</sup> Marti Yoan Tutiona S, Abd Munir, and Bau Ratu, "Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Teknik *Behavior contract* Pada Siswa SMP Negeri 6 Palu," *Jurnal Konseling & Psikoedukasi (JKP)* 1, no. 1 (2016): 69–78.

Bab dua landasan teori, pada bab ini terdapat kajian teori yang membahas teori-teori yang melandasi judul penelitian, mengenai *behavior contract*, *bullying*, kerangka berfikir, dan hipotesis penelitian

Bab tiga metode penelitian, meliputi jenis dan desain penelitian, tempat dan waktu penelitian, populasi dan sampel, variabel penelitian, teknik dan instrument pengumpulan data, validitas dan reliabilitas instrument, dan teknik analisis data.

Bab empat hasil dan pembahasan, merupakan pelaksanaan penelitian yang berfungsi sebagai pengurai jawaban atas permasalahan yang telah dirumuskan, meliputi: pelaksanaan penelitian, gambaran umum sekolah, pelaksanaan eksperimen, analisis data terkait deskripsi data penelitian dan uji hipotetsis, pembahasan hasil penelitian, serta terakhir keterbatasan penelitian.

Bab lima penutup, meliputi kesimpulan, saran-saran, diakhiri dengan daftar pustaka, daftar riwayat hidup, dan lampiran-lampiran.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Dari analisis yang dilakukan menggunakan statistik *non parametik* melalui uji beda *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan bantuan SPSS versi 20 dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini yang berbunyi “konseling *behavior contract* efektif untuk menurunkan perilaku *bullying* fisik siswa SMP Negeri 3 Sindang” dapat diterima. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa konseling *behavior contract* efektif digunakan untuk menurunkan perilaku *bullying* fisik siswa SMP Negeri 3 Sindang Indramayu berdasarkan hasil penelitian berikut ini:

Pertama, Gambaran perilaku *bullying* fisik siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Sindang Indramayu yang berjumlah 105 siswa yaitu 3 siswa berada pada kategori tinggi, 9 siswa berada pada kategori sedang, dan selebihnya sebanyak 93 siswa berada pada kategori rendah. Perilaku *bullying* fisik terdiri dari 5 indikator yaitu memukul, menendang, mendorong, memalak dan merusak barang. Frekuensi dari perilaku memukul yaitu 3 siswa berada pada kategori tinggi, 9 siswa berada pada kategori sedang, dan tidak ada siswa yang berada pada kategori rendah. Frekuensi dari perilaku mendorong yaitu 7 siswa berada pada kategori tinggi, 5 siswa berada pada kategori sedang, dan tidak ada siswa yang berada pada kategori rendah. Frekuensi dari perilaku menendang yaitu 5 siswa berada pada kategori tinggi, 7 siswa berada pada kategori sedang, dan tidak ada siswa yang berada pada kategori rendah. Frekuensi dari perilaku memalak yaitu 2 siswa berada pada kategori tinggi,

8 siswa berada pada kategori sedang, dan 2 siswa yang berada pada kategori sedang. Terakhir, frekuensi dari perilaku merusak yaitu 7 siswa berada pada kategori tinggi, 5 siswa berada pada kategori sedang, dan tidak ada siswa yang berada pada kategori sedang.

Selain itu dapat diketahui bahwa perilaku *bullying* fisik menurun pada beberapa indikator, seperti indikator memukul mengalami penurunan rata-rata sebesar 4,67, indikator mendorong mengalami penurunan rata-rata sebesar 2,25, indikator menendang mengalami penurunan rata-rata sebesar 3,5, indikator memeras atau memalak mengalami penurunan rata-rata sebesar 3,92, indikator merusak barang mengalami penurunan rata-rata sebesar 8,84. Berdasarkan hasil analisis penelitian tingkat *bullying* fisik pada siswa sebelum diberikan perlakuan konseling *behavior contract* menunjukkan dengan nilai rata-rata 150,17 berada pada kategori sedang. Indikator yang menunjukkan kategori paling tinggi adalah memukul dan memalak dengan nilai rata-rata sebesar 36,00. Kesimpulannya, perilaku *bullying* fisik yang dilakukan oleh siswa disebabkan karena lingkungan sekitar yang cenderung membiarkan dan mendukung para pelaku untuk terus melakukan tindakan kekerasan dalam beraktivitas. Kesenangan, karena membuat teman yang menonton jadi tertawa dan terhibur. Sebagai bentuk penerimaan dalam pertemanan yang membuat mereka ikut-ikutan melakukan tindakan *bullying* hanya untuk diterima dan mendapat kekuasaan. Serta ketidaktahuan dari siswa mengenai dampak *bullying* bagi perkembangan pribadinya.

Kedua, berdasarkan hasil kuantitatif dengan uji Wilcoxon menunjukkan bahwa nilai signifikan  $0,002 < 0,05$  dengan nilai  $Z = -3,062$ , yang artinya terdapat

perbedaan skor perilaku *bullying* fisik siswa antara sebelum dan setelah mendapatkan intervensi. Penurunan hasil *pretest* dan *posttest* ditunjukkan dengan nilai rata-rata (*mean*) dari keduanya, yaitu untuk skor *pretest* sebesar 150,17 dan skor *posttest* sebesar 128,25.

## **B. Saran**

Setelah melaksanakan penelitian dan ditemukan hasil penelitian, maka peneliti memberikan saran yang diharapkan dapat bermanfaat.

### 1. Bagi pihak sekolah

Pihak sekolah khususnya guru bimbingan dan konseling dapat menggunakan *treatment behavior contract* sebagai referensi diterapkan pada siswa untuk menurunkan perilaku maladaptif khususnya *bullying* fisik. Penurunan terhadap perilaku *bullying* fisik perlu dilakukan agar siswa mampu membangun hubungan sosial yang harmonis, tidak melakukan kekerasan antar teman, serta saling menghargai, menghormati, dan menyayangi.

### 2. Bagi para peneliti

Diharapkan penelitian ini dijadikan sebagai panduan menerapkan konseling pada siswa dengan mempertimbangkan *treatment* lain selain yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai penyempurnaan intervensi dalam bidang bimbingan dan konseling islam, seperti intervensi konseling *behavior contract* dengan pendekatan islam dalam proses merubah perilaku maladaptif siswa menjadi adaptif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abbudin, Nata. *Filsafat Pendidikan Islam*. Jakarta: Logos Wacana Ilmu, 2010.
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian*. Edisi Revisi. Malang: UMM, 2009.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rieneka Cipta, 2016.
- Astuti, Ponny Retno. *Meredam Bullying*. Jakarta: Gresindo, 2008.
- Azwar, Saifuddin. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2005.
- Bahrudin, and Nur Wahyuni. *Teori Belajar Dan Pembelajaran*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2008.
- Coloroso, Barbara. *The Bully, The Bullied, And The Bystander*. New York: Harper Resource, 2003.
- Corey, Gerald. *Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama, 2007.
- Creswell, John W. *Research Design: Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed*. Ketiga. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.
- Erfort, Bradley T. *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Harefa, Beniharmoni. *Kapita Selektta Perlindungan Hukum Bagi Anak*. Yogyakarta: Deepublish, 2016.
- Husaini, Usman, and Purnomo Setiady Akbar. *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: Bumi Aksara, 1996.
- Komalasari, Gantina, Eka Wahyuni, and Karsih. *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks, 2011.
- Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press, 2015.
- Martin, Garry, and Joseph Pear. *Modifikasi Perilaku: Makna Dan Penerapannya*. Sepuluh. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- Moleong, Lexy J. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya, 2004.
- Najati, Muhammad Usman. *Psikologi Qurani: Dari Jiwa Hingga Ilmu Laduni*. Bandung: Marja, 2000.
- Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. 3rd ed. Jakarta: Balai Pustaka, 1990.

- Priyatna, Andri. *Lets End Bullying: Memahami, Mencegah, Dan Mengatasi Bullying*. Jakarta: Elex Media Komputindo, 2010.
- Ratna, Lilis. *Teknik-Teknik Konseling*. Sleman: Deepublish, 2013.
- Santrock, J.W. *Perkembangan Remaja*. Terjemahan Shinto B. Adler dan Sherly Saragih. Jakarta: Erlangga, 2003.
- . *Remaja*. Kesebelas. Jilid 1. Jakarta: Erlangga, 2007.
- Sugihartono. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press, 2007.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- . *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2014.
- Suraheman, Winarno. *Dasar Dan Teknik Research Pengantar Metodologi Ilmiah*. Bandung: Tarsito, 1989.
- Suseno, Miftahun Ni'mah. *Statistik: Teori Dan Aplikasi Untuk Penelitian Ilmu Sosial Dan Humaniora*. Yogyakarta: As-Shoft, 2012.
- Widoyoko, Eko Putro. *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- Wiyani, Novan Ardy. *Save Our Children from School Bullying*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014.
- Yayasan Semai Jiwa Amini (Sejiwa). *Bullying (Mengatasi Kekerasan Di Sekolah Dan Lingkungan Sekitar Anak)*. Jakarta: PT. Grasindo, 2008.
- Yusuf, L. N. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosda Karya, 2001.

## **JURNAL**

- Ariesto, Asdrian. "Pelaksanaan Program Anti-Bullying Teacher Empowerment Program Di Sekolah." Skripsi, Universitas Indonesia, 2009.
- Efastri, Sean Marta, Rustono, and Mungin Eddy Wibowo. "Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioral Untuk Mengurangi Perilaku Bullying." *Jurnal Bimbingan Konseling* 4, no. 2 (2015): 114–120.
- Hidayati, Nurul. "Bullying Pada Anak: Analisis Dan Alternatif Solusi." *Insan* 14, no. 1 (2012): 41–48.
- Levianti. "Konformitas Dan Bullying Pada Siswa." *Jurnal Psikologi* 6, no. 1 (2008): 1–9.

- Muslim, Yuyun Nuriyah, Eddy Wibowo Mungin, and Purwanto. "Konseling Behavioral Menggunakan Teknik Kontrak Perilaku Denan Student Logbook Untuk Meningkatkan Minat Membaca Siswa." *JUBK* 6, no. 1 (2017): 34–43.
- Nasution, Hairani Irma Suryani, and Wilda Fasim Hasibuan. "Penyebab *Bullying* Verbal Di Kalangan Siswa SMP IT Ulil Albab Batam." *Jurnal KOPASTA* 2 (2015): 111–115.
- Nuliandini, Putri, Wirda Hanim, and Atiek Sismiati S. "Pengaruh Role Play Dalam Konseling Kelompok Untuk Menurunkan Tingkat *Bullying* Siswa." *Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 5, no. 1 (2016): 81–86.
- Pandiangan, Arini Pinondang. "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Depresi Pada Remaja Awal Korban *Bullying*." Skripsi, Universitas Sumatra, 2011.
- Perrott, Lisa Bowman, Mack D. Burke, Sharon de Marin, Nan Zhang, and Heather Davis. "A Meta-Analysis of Single-Case Research on Behavior Contracts: Effects on Behavioral and Academic Outcomes Among Children and Youth" 39. 2 (2015): 247 –269.
- Pratama, Aunillah Reza, and Wildan Hidayat. "Fenomena *Bullying* Perspektif Hadits: Upaya Spiritual Sebagai Problem Solving Atas Tindakan *Bullying*." *Research Gate* (2019): 175–197.
- Sari, Intan Kurnia. "*Bullying* Dalam Al-Qur'an (Studi Tafsir Kementerian Agama Republik Indonesia)." Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2018.
- Septiyuni, Dara Agnis, Dasim Budimansyah, and Wilodati. "Pengaruh Kelompok Teman Sebaya (Peer Group) Terhadap Perilaku *Bullying* Siswa Di Sekolah." *Jurnal Sosiasta* 5, no. 1 (2015): 1–4.
- Strahun, Jenna, Ann O'Connor, and Reece L Peterson. "Behavior Contracting." *Student Engagement* (2016): 1–8.
- Sukarti, Sri, Kusnarto Kurniawan, and Mulawarman. "Mengurangi *Bullying* Verbal Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku." *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 7, no. 1 (2018): 51–59.
- Tutiona S, Marti Yoan, Abd Munir, and Bau Ratu. "Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Teknik Behavior Contract Pada Siswa SMP Negeri 6 Palu." *Jurnal Konseling & Psikoedukasi (JKP)* 1, no. 1 (2016): 69–78.
- Wahyudi, Dwi, Atrup, and Risaniatin Ningsih. "Efektivitas Konseling Individu Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Perilaku Agresif Siswa

Kelas VIII SMPN 7 Kediri Tahun Ajaran 2016/2017.” *Jurnal BK: UNPKediri* 2, no. 1 (2017): 1–9.

Widiyastuti, Tri, Muhammad Japar, and Sugiyadi. “Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Terhadap Penurunan Prokrastinasi Akademik Siswa (Penelitian Pada Siswa Kelas VIII G SMP Negeri 10 Magelang).” *jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan (Edukasi)* 1, no. 1 (2016): 1–6.

Yusuf, Husmiati, and Adi Fahrudin. “Perilaku *Bullying*: Asesmen Multidimensi Dan Intervensi Sosial.” *Jurnal Psikologi Undip* 11, no. 2 (2012): 1–9.

### **WEB**

Artantiani, Dwi Ayu. “Duh, Aksi Kekerasan Pelajar Marak Di Jabar.” News.okezone.com. *Okenews*, April 6, 2017.

Asic, Kir. “*Bullying*,” 2008. Accessed March 13, 2019. kir-asic.blogspot.com.

Imron, Ali. “Hate Speech Dan *Bullying* Perspektif Hadis Nabi.” Web, 2016. Accessed May 23, 2019. Ilmuhadis.uin-suka.ac.id.

Makkaraka, Zahir. “*Bullying*: Budaya Dekonstruktif,” 2013. Accessed March 13, 2019. www.kompasiana.com.

Nurita, Dewi, and Rina Widiastuti. “Hari Anak Nasional, KPAI Catat Kasus *Bullying* Paling Banyak.” *TEMPO.CO*, July 23, 2018.

Sutanto, Raymond. “Fisik.” *Wikipedia*, 2018. Accessed March 11, 2019. <http://id.m.wikipedia.org/wiki/fisik>.