

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos) dan diajukan pada jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, ini sepenuhnya merupakan asli karya tulis ilmiah saya pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini, telah saya sebutkan kutipannya secara jelas dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiarism atau meniru karya tulis orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 16 Oktober 2023

**AULIATUS SYARIFAH**  
**NIM : 191520074**

## ABSTRAK

Nama: **Auliatus Syarifah**, NIM: 191520074, Judul Skripsi: **“Konseling Kelompok Dengan Teknik Cognitiv Restructuring Dalam Mengatasi Perilaku Bullying di Lingkungan Pesantren”** (Studi Pada Pondok Pesantren Al Insan Kelurahan Kalitimbang Kota Cilegon), Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten tahun 2023 M/1445 H.

Perilaku bullying sudah banyak terjadi di berbagai latar kehidupan. Salah satunya juga terjadi di lingkungan pendidikan Agama, yakni Pondok Pesantren. Di Pondok Pesantren Al Insan Kota Cilegon, terdapat beberapa santri yang sering melakukan *bullying*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konseling kelompok dengan teknik cognitive restructuring untuk mengatasi perilaku *bullying* pada santri. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kualitatif dengan menggunakan jenis Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK). Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu dengan observasi dan wawancara. Analisis data yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian data, dan menarik kesimpulan. Prosedur penelitian ini menggunakan dua siklus, masing-masing siklus mencakup perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Hasil penelitian pada siklus I masih terdapat beberapa kekurangan, diantaranya beberapa tahapan yang belum terlaksana, dan anggota kelompok yang kurang antusias dalam menyampaikan pendapat. Pada pelaksanaan tindakan siklus II mengalami perubahan yang lebih baik dari sebelumnya. Diantaranya tahapan-tahapan konseling kelompok sudah terlaksana dengan baik, konselor dapat mendorong anggota kelompok untuk aktif berpartisipasi, dan anggota kelompok aktif menyampaikan pendapatnya.

**Kata kunci :Konseling Kelompok, Teknik Cognitive Restructuring, Bullying**

## ABSTRACT

Name: **Auliatus Syarifah**, NIM: 191520074, Thesis Title: "**Group Counseling Using Cognitive Restructuring Techniques in Overcoming Bullying Behavior in Islamic Boarding School Environments**" (Study at the Al Insan Islamic Boarding School, Kalitimbang Village, Cilegon City), Department of Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, Islamic University The land of Sultan Maulana Hasanuddin Banten in 2023 M/1445 H.

Bullying behavior often occurs in various walks of life. One of them also occurs in the religious education environment, namely Islamic boarding schools. At the Al Insan Islamic Boarding School, Cilegon City, there are several students who often carry out bullying. This research aims to determine group counseling using cognitive restructuring techniques to overcome bullying behavior in students. The research method used in this research is qualitative research using the Counseling Guidance Action Research (PTBK) type. The data collection techniques used were observation and interviews. The data analysis used is data reduction, data presentation, and drawing conclusions. This research procedure uses two cycles, each cycle includes planning, implementation, observation and reflection. The research results in cycle I still contained several shortcomings, including several stages that had not been implemented, and group members who were less enthusiastic in expressing their opinions. In the implementation of cycle II actions there were changes that were better than before. Among them, the stages of group counseling have been carried out well, the counselor can encourage group members to participate actively, and group members actively express their opinions

**Keywords: Group Counseling, Cognitive Restructuring Techniques, Bullying**



**NOTA DINAS  
FAKULTAS DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

---

Nomor	: Nota Dinas	Kepada Yth.
Lampiran	:	<b>Dekan Fakultas Dakwah</b>
Hal	: <b>Ujian Skripsi</b>	<b>UIN SMH Banten</b>
	<b>a.n. Auliatus Syarifah</b>	Di -
	<b>NIM. 191520074</b>	Serang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Dipermaklumkan dengan hormat bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Auliatus Syarifah NIM: 191520074 dengan judul Skripsi **“KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK COGNITIVE RESTRUCTURING DALAM MENGATASI PERILAKU BULLYING DI LINGKUNGAN PESANTREN”**, telah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak dan Ibu, kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Serang, 16 Oktober 2023

Pembimbing I,

Pembimbing II,

**Uyu Muawwanah, S.Pd., M. Pd.**  
NIP. 197906132006042002

**Fahima Islami, M.Si.**  
NIP. 19920908201903202022

**LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSYAH**  
**KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK**  
**COGNITIVE RESTRUCTURING DALAM MENGATASI**  
**PERILAKU BULLYING**  
**DI LINGKUNGAN PESATREN**

(Studi Pada Pondok Pesantren Al Insan Kelurahan Kalitimbang Kota  
Cilegon)

Oleh:

**Auliatus Syarifah**  
191520074

Menyetujui,

Pembimbing I,



**Uyu Muawwanah, M. Pd.**  
NIP. 197906132006042002

Pembimbing II,



**Fahma Islami, M.Si.**  
NIP. 19920908201903202022

Mengetahui,

Dekan

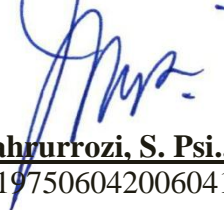
Fakultas Dakwah



**Dr. H. Endad Musaddad, M.A**  
NIP. 197206261998031002

Ketua Jurusan

Bimbingan Konseling Islam



**A.M. Fahrurrozi, S. Psi., M.A**  
NIP. 19750604200604100

## PENGESAHAN

Skripsi a.n. Auliatus Syarifah, NIM : 191520074, Judul Skripsi: "Konseling Kelompok Dengan Teknik Cognitive Restructuring Dalam Mengatasi Perilaku Bullying Di Lingkungan Pesantren (Studi Pada Pondok Pesantren Al Insan Kelurahan Kalitimbang Kota Cilegon" telah diujikan pada sidang munaqosah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 20 Desember 2023. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 20 Desember 2023

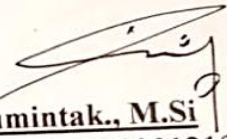
Sidang Munaqosah,

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota,



Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum  
NIP.197607042000031002



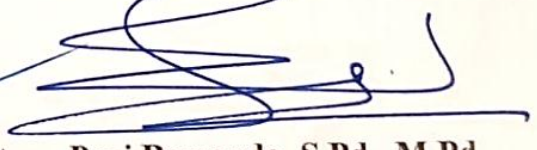
Sumintak., M.Si  
NIP. 199309292020121005

Penguji I

Penguji II



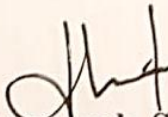
Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A.  
NIP : 19720626 199803 1 002



Peni Ramanda, S.Pd., M.Pd.  
NIP : 199008042019031014

Pembimbing I

Pembimbing II



Uyu Mu'awwanah, S.Pd., M. Pd  
NIP : 197906132006042002



Fahma Islami, M.S.i  
NIP: 19920908201903202022

## **PERSEMBAHAN**

Alhamdulillah rabbil Aalamin. Lahirnya karya ini merupakan wujud syukur saya kepada Allah SWT. Karena atas limpahan nikmat dan karunia pertolongan-Nya yang tiada henti diberikan hingga detik ini.

Karya sederhana ini saya persembahkan kepada dua insan, bapak Supandi dan ibu Hilmah yang begitu sabar membesarkan serta mendidik dengan segenap jiwa dan raga. Sebagai tanda bakti, rasa hormat, serta terima kasih yang tak terhingga atas cinta, kasih sayang, dan doa yang senantiasa dilantirkan untuk setiap langkahku. Sehingga saya kuat dan mampu melewati setiap rintangan yang tak pernah absen, menghampiri setiap langkahku. Teruntuk kakakku, Fauzaz Su'ufan, S.Sos, saya haturkan terima kasih yang tak terhingga atas keikhlasan, dukungan, baik moril maupun materil sejak masa perkuliahan hingga detik ini. Teruntuk kedua adikku, A.Syifa Ussyiad dan Yuyun Qurrotul 'Uyun, terima kasih telah menjadi penyemangat dan penghibur saat semangatku hampir luntur. Tak lupa kepada teman, dan sahabat-sahabatku yang juga selalu berdoa dan membesarkan jiwaku untuk terus berjuang hingga detik ini. Yang terakhir, teruntuk diriku, terima kasih telah berjuang hingga detik ini, menggenapkan setiap usaha dengan doa yang terus dilantirkan untuk menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya, dengan mengharap ridho-Nya penulis memohon semoga seluruh kebaikan dari semua pihak yang turut andil dalam penyusunan skripsi ini, Allah berikan balasan yang berlipat ganda. Amiin.

## **MOTTO**

“Wujud syukur seorang pelajar ialah dengan tidak pernah berhenti  
untuk terus belajar “



## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis memiliki nama lengkap Auliatus Syarifah, lahir di Serang, pada 03 November 2000. Penulis telah menyelesaikan pendidikan formalnya di SDN Waringin Kurung 1 Kab. Serang Tahun 2012, MTs Al Jauharounnaqiyah Jerang Barat Kota Cilegon Tahun 2016, dan MA Al Jauharotunnaqiyah Jerang Barat Kota Cilegon 2019.

Selama menjadi mahasiswa, penulis aktif dalam berbagai organisasi di antaranya UKM Unit Pengembangan Tilawatil Quran UIN SMH Banten, Community of Counselor, Foreign Language association of UIN SMH Banten, Relawan Lembaga Perlindungan Anak Kab. Serang dan anggota kelas menulis Rumah Dunia angkatan ke-38.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai syarat untuk mendapatkan gelar sarjana strata satu pada jurusan Bimbingan Konseling Islam. Sholawat salam, salam berbingkai doa penulis persembahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, beserta para keluarga, sahabat-sahabat-Nya sampai akhr.

Alhamdulillah, atas pertolongan Allah SWT dan diiringi usaha yang sungguh-sungguh, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK COGNITIVE RESTRUCTURING DALAM MENGATASI PERILAKU BULLYING DI LINGKUNGAN PESANTREN** (Studi Pada Pondok Pesantren Al Insan Kelurahan Kalitimbang Kota Cilegon).

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, yang tentunya tidak terlepas dari kekurangan baik wawasan penulis, maupun keterbatasan sumber referensi. Namun, penulis berharap dengan adanya skripsi ini dapat memberi kemanfaatan guna menambah ilmu pengetahuan, khususnya diri penulis, Pondok Pesantren Al Insan Kota Cilegon, dan pembaca pada umumnya sebagai bahan rujukan khazanah ilmu pengetahuan.

Tentunya penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Melalui kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Wawan Wahyudin, M. Pd, Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

2. Bapak Dr. H. Endad Mussaddad, S. Ag, ,M.A, Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan persetujuan kepada penulis untuk menyusun skripsi ini.
3. Bapak A.M. Farhrurrozi, S. Psi, M.A, Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam yang telah memberikan arahan dan persetujuan dalam pengajuan judul skripsi ini.
4. Bapak Dr. H. Suadi Sa'ad, M. Ag, Dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis selama proses pengajuan judul skripsi.
5. Ibu Uyu Mu'awwanah, M.Pd, Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, serta arahan kepada penulis dengan penuh keikhlasan, kesabaran, dan tanggung jawab dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Fahma Islami, M. Si, Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, serta arahan kepada penulis dengan penuh keikhlasan, kesabaran, dan tanggung jawab dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah.
8. Bapak dan Ibu pengurus perpustakaan umum serta staf akademik Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
9. Bapak KH. Abdul Ghofur, S.T, M.Pd, dan Ibu Ina Mutmainah, S.Pd. I, selaku Pimpinan Yayasan Pondok Pesantren Al Insan Kota Cilegoan, yang telah berkenan mengizinkan, dan

memberikan arahan kepada peneliti selama melaksanakan penelitian.

10. Seluruh anggota keluarga, teruntuk yang teristimewa Bapak Supandi dan Ibu Hilmah, yang senantiasa melangitkan doa, nasihat, dan motivasi kepada penulis.
11. Teman-teman tercinta BKI B, serta teman-teman seperjuangan dari BKI A sampai E fakultas dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten 2019, yang telah memberikan bantuan moral kepada penulis dari masa awal perkuliahan, hingga akhir penyelesaian skripsi ini.
12. Teman-teman UKM UPTQ ( Unit Pengembangan Tilawatil Qur'an) UIN SMH Banten, COC ( Community of Counselor), FLASH (Foreign Language Association of UIN SMH) Banten, relawan Komnas Lembaga Perlindungan Anak Kab. Serang, serta teman-teman kelas menulis Rumah Dunia Angkatan ke-38 yang turut mensupport dan mensukseskan kelancaran dalam penyusunan skripsi ini.

Serang, 16 Oktober 2023

**Auliatus Syarifah**  
**NIM : 191520074**

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ii</b>
<b>NOTA DINAS .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSYAH.....</b>	<b>v</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>viii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>ix</b>
<b>KATAPENGANTAR .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. LatarBelakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	9
E. Definisi Operasional .....	10
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>14</b>
A. Landan Teori .....	14
1. Konseling Kelompok .....	14
a. Pengertian Konseling Kelompok .....	14
b. Fungsi Konseling Kelompok .....	15
c. Tujuan Konseling Kelompok.....	17
d. Asas-Asas Konseling Kelompok .....	19
e. Struktur Konseling Kelompok .....	22
f. Tahap-Tahap Konseling Kelompok .....	25

2. Teknik <i>Cognitive Restructuring</i> .....	29
a. Pengertian <i>Cognitive Restructuring</i> .....	29
b. Tujuan <i>Cognitive Restructuring</i> .....	31
c. Manfaat <i>Cognitive Restructuring</i> .....	31
d. Langkah-Langkah <i>Cognitive Restructuring</i> .....	32
3. <i>Bullying</i> .....	34
a. Pengertian <i>Bullying</i> .....	34
b. Karakteristik <i>Bullying</i> .....	37
c. Macam-macam <i>Bullying</i> .....	40
d. Faktor Penyebab <i>Bullying</i> .....	42
e. Dampak <i>Bullying</i> .....	44
B. Kerangka Berpikir.....	45
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>47</b>
A. Jenis Penelitian.....	47
B. Setting Penelitian.....	49
C. Instrumen Penelitian.....	51
D. Sumber Data.....	52
1) Data Primer.....	52
2) Data Sekunder.....	52
E. Teknik Pengumpulan Data.....	52
1) Observasi.....	53
2) Wawancara.....	53
3) Dokumentasi.....	54
F. Prosedur Penelitian.....	54
1) Perencanaan.....	54
2) Tindakan.....	54
3) Observasi.....	54

4) Refleksi .....	55
G. Teknik Analisis Data.....	56
1) Reduksi Data.....	56
2) Data Display.....	56
3) Kesimpulan Sementara .....	57
H. Teknik Keabsahan Data .....	57
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>59</b>
A. Hasil Penelitian .....	59
B. Pembahasan.....	111
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>116</b>
A. Kesimpulan .....	116
B. Saran .....	116
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>118</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	