

ABSTRAK

Nurul Imamah, NIM : 1711010005, judul “Efektivitas Konseling behavioral Melalui teknik *Cognitive Restructuring* Untuk Mengatasi Perilaku *Bullying* Siswa Kelas IX Di MTs Islamiyah Blingoh”, Skripsi, Kudus : Fakultas Tarbiyah Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, 2021.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling behavioral melalui teknik *cognitive restructuring* dan mengetahui sebelum dan sesudah diterapkan konseling behavioral melalui teknik *cognitive restructuring* untuk mengatasi perilaku *bullying* siswa kelas IX di MTs Islamiyah Blingoh.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *true eksperimen* dengan desain *pretest-posttest control group design*. Hasil perhitungan rata-rata skor perilaku *bullying* kelompok eksperimen pada saat *pretest* adalah sebesar 113,87 dan perolehan *posttest* setelah mengikuti layanan konseling behavioral melalui teknik *cognitive restructuring* menurun menjadi 78. Sedangkan pada kelompok kontrol pada saat *pretest* adalah 110,8 dan pada saat *posttest* setelah mengikuti layanan konseling individu tanpa menggunakan teknik *cognitive restructuring* menurun menjadi 109,7.

Dari hasil uji *paired sample test* kelompok eksperimen dengan $df = 7$ dengan taraf signifikan 0,05 sebesar 2.365, dan diperoleh $t_{hitung} = 32.829$. Karena $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka ($32.829 > 2.365$), maka H_0 ditolak dan H_a dapat diterima. Sedangkan kelompok kontrol dengan $df = 7$ dengan taraf signifikan 0,05 sebesar 2.365, dan diperoleh $t_{hitung} = 1.567$. karena $t_{hitung} < t_{tabel}$, maka ($1.567 < 2.365$), maka H_0 diterima dan H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan menerapkan teknik *cognitive restructuring* efektif untuk mengatasi perilaku *bullying* siswa kelas IX di Mts Islamiyah Blingoh.

Kata kunci : Konseling Behavioral, Teknik *Cognitive Restructuring*, Perilaku *Bullying*