

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Atas dasar hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

Hasil penelitian perilaku *bullying* siswa kelas IX di MTs Islamiyah Blingoh bahwa terdapat penurunan perilaku *bullying* kelas eksperimen ($113,87 > 78$), sedangkan kelas kontrol mengalami penurunan dan peningkatan ($110,8 > 109,7$). Namun, meskipun kedua kelas mengalami penurunan, tetapi nilai rata-rata kelas eksperimen mengalami penurunan lebih tinggi dibandingkan dengan kelas kontrol, hal ini dapat dilihat dari hasil *posttest* kelas eksperimen lebih kecil dari *post-test* kelas kontrol ($78 < 109,7$).

Hasil uji *paired sample test* diketahui bahwa nilai mean 35.875, nilai std deviation 3.091, std error mean 1.093, lower 33.291, upper 38.459, nilai t 32.829, $df = 7$ dan nilai sig (2 tailed) 0.000. Sesuai dengan syarat yang telah ditetapkan ketika melakukan uji *paired t-test* yaitu membandingkan nilai signifikansi dan probabilitas. Adapun nilai signifikansi diperoleh 0.000 menunjukkan kurang dari 0.05 dan membandingkan nilai t hitung (32.829) dan nilai t tabel (2.365). Sehingga dapat diketahui nilai signifikansi kurang dari 0.05 dan nilai t hitung lebih besar daripada t tabel yang menunjukkan bahwa hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Maka, dapat disimpulkan pelaksanaan konseling behavioral melalui teknik *cognitive restructuring* efektif untuk mengatasi perilaku *bullying* kelas IX MTs Islamiyah Blingoh.

Berdasarkan hasil uji *paired sample test* dengan nilai sig 0.000 menunjukkan bahwa dengan melaksanakan teknik *cognitive restructuring* untuk mengatasi perilaku *bullying* terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan skor *posttest*. Skor rata-rata nilai *pretest* dan *posttest* 36 skor, sehingga terdapat penurunan perilaku *bullying* siswa kelas IX di MTs islamiyah Blingoh. Sedangkan, kelompok kontrol yang tidak menerapkan teknik *cognitive restructuring*, berdasarkan uji *paired sample test* memperoleh nilai signifikansi 0.161 menunjukkan bahwa tidak adanya

perbedaan yang signifikan antara kelompok skor *pretest* dan *posttest*.

Perilaku *bullying* siswa kelas IX di MTs Islamiyah Blingoh sesudah dilaksanakan konseling behavioral melalui teknik *cognitive restructuring* sudah cukup baik, yang artinya siswa kelas IX sudah mengurangi perilaku *bullying*. Siswa kelas IX mengalami penurunan perilaku *bullying* ditandai dengan mampu mengurangi sikap mengejek terhadap sesama teman, mengurangi sikap memermalukan, menghina, menjuluki, mendorong dan memukul. Sehingga dapat disimpulkan bahwa perilaku *bullying* yang tinggi maupun sedang dapat dikurangi dengan pelaksanaan konseling behavioral melalui teknik *cognitive restructuring*. Hal ini ditunjukkan dari perubahan siswa kelas IX setelah diberi perlakuan konseling behavioral melalui teknik *cognitive restructuring*, sehingga siswa mampu mengurangi perilaku *bullying* di sekolah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian diatas, maka ada beberapa saran yang dapat penulis berikan, yaitu :

1. Bagi Guru Bimbingan Konseling, agar lebih meningkatkan kemampuan profesionalnya dalam memilih teknik, khususnya dalam pelaksanaan teknik *cognitive restructuring* lebih maksimal sesuai dengan prosedur atau tahap-tahap teknik *cognitive restructuring* dan Guru Bimbingan Konseling lebih terbuka terhadap siswa yang sering mengalami permasalahan.
2. Bagi Kepala sekolah diharapkan dapat membantu mengembangkan program Bimbingan dan Konseling, seperti mengadakan seminar, workshop, pelatihan, diklat maupun pertemuan rutin baik yang berskala nasional atau daerah sebagai wadah untuk sharing, tukar pendapat, dan memadukan persepsi dalam peningkatan dan pengembangan kompetensi dan profesionalisme Guru Bimbingan Konseling.
3. Bagi siswa, diharapkan agar berpartisipasi lebih dalam melakukan konseling dengan Guru Bimbingan Konseling, pada saat mempunyai permasalahan yang mengganggu

ketika belajar terutama permasalahan mengenai perilaku *bullying*.

4. Bagi peneliti yang akan datang, lebih mendalami teknik *cognitive restructuring* agar dapat melaksanakannya dengan semaksimal mungkin dan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengadakan penelitian yang sama agar dapat meneliti lebih mendalam lagi mengenai konseling behavioral melalui teknik *cognitive restructuring* untuk mengatasi perilaku *bullying*.

C. Penutup

Alhamdulillah atas segala kemudahan yang telah Allah SWT kepada penulis. Puji syukur kehadiran Illahi Rabbi yang telah memberikan rahmat, taufiq dan ridhonya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan lancar. Sholawat serta salam penulis haturkan kepada Nabi Agung Muhammad Rasulullah SAW. Yang kita nanti-nantikan syafa'atnya besok diyaumul kiamah. Amin ya robbal alamin.

Penulis menyadari bahwa skripsi yang penulis susun jauh dari kata sempurna baik secara penulisan maupun penyusunan kata. Oleh sebab itu, penulis menghendaki kritik dan saran yang membangun untuk memperbaiki penelitian ini ataupun penelitian yang akan datang. Sebagai manusia biasa penulis memohon maaf sebesar-sebesarannya atas kesalahan baik penulisan maupun penyusunan dalam skripsi ini.

Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan kepada semua pihak yang telah bersedia membantu dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis berharap, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pribadi maupun orang yang membaca skripsi ini. Amin ya robbal alamin. Jazakumullahu khoiron katsiron.