

BAB V PEMBAHASAN

Setelah melaksanakan penelitian kemudian diperoleh hasil data penelitian. selanjutnya di bab ini peneliti pembahasan lebih lanjut mengenai data hasil penelitian yang sudah dipaparkan pada bab sebelumnya. Pembahasan data hasil penelitian mengenai Peran Guru Bimbingan dan Konseling Menggunakan Teknik *Cognitive Resturucturing* Pada Layanan Konseling Kelompok Untuk Mereduksi Perilaku *Bullying* Di SMK Negeri 4 Metro.

A. Peran Guru Bimbingan dan Konseling Menggunakan Teknik *Cognitive Resturucturing* pada Layanan Konseling Kelompok untuk Mereduksi Perilaku *Bullying*

Guru Bimbingan dan Konseling tidak mudah dalam menangani perilaku *bullying* antar peserta didik, permasalahan yang ditemui guru Bimbingan dan Konseling sangat berpengaruh karena guru bimbingan dan konseling sebagai pendidik yang memiliki tanggung jawab memberikan bantuan untuk mengatasi suatu permasalahan atau kesulitan yang dimiliki oleh peserta didik. Bantuan tersebut melalui upaya yang diberikan oleh seorang pendidik yaitu dengan alternatif seperti *treatment* yang diberikan kepada peserta didik diharapkan dapat membantu mengatasi permasalahan yang dialaminya. Berikut mengenai temun penelitian terkait Peran Guru Bimbingan dan Konseling Menggunakan *Cognitive Resturucturing* pada Layanan Konseling Kelompok untuk Mereduksi Perilaku *Bullying*:

- 1) Guru Bimbingan dan Konseling mengenal tiga bentuk *bullying* yaitu *bullying* fisik, verbal dan mental dengan melakukan instrument assessment berupa angket.
- 2) Guru Bimbingan dan Konseling dalam mereduksi perilaku *bullying* peserta didik dengan menggunakan layanan konseling kelompok
- 3) Guru Bimbingan dan Konseling menggunakan teknik *Cognitive Resturucturing* karena *Cognitive Resturucturing* merupakan salah satu terapi perubahan perilaku yang membantu klien untuk membuang pikiran dan keyakinan buruk diganti dengan konstruksi pola pikir yang lebih baik.

Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengenal bentuk *bullying* pada peserta didik dengan menggunakan instrument, setelah mengenali bentuk *bullying* guru Bimbingan dan Konseling menggunakan layanan konseling untuk

mereduksi perilaku *bullying* peserta didik, guru Bimbingan dan Konseling menggunakan teknik *cognitive restructuring* dalam layanan konseling kelompok, karena *cognitive restructuring* ini dihipotesakan mampu mengurangi perilaku *bullying*.

Cognitive Restructuring ialah suatu bantuan untuk mengubah pemikiran dan keyakinan negatif menjadi positif yang bertujuan konseli mampu mengevaluasi diri sendiri. Sejalan dengan Nursalim (2017: 32) salah satu teori yang dikembangkan oleh tokoh yang bernama Ellis. Ellis menyatakan

“*Cognitive restructuring* adalah upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran atau pernyataan, keyakinan konseli yang negatif dan irasional menjadi pemikiran yang positif dan rasional”. Cormier dan Cormier “strategi *cognitive restructuring* salah satu cara untuk membantu konseli menetapkan hubungan antar persepsi dan kognisi dengan emosi dan perilakunya”.

Berdasarkan bahasan dapat di simpulkan guru Bimbingan dan Konseling dapat mengenali tiga bentuk *bullying* yaitu fisik, verbal dan mental, guru Bimbingan dan Konseling menggunakan layanan konseling untuk mereduksi perilaku *bullying* dan guru Bimbingan dan Konseling menggunakan teknik *cognitive restructuring* dalam layanan konseling kelompok.