

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
MENGUNAKAN PENDEKATAN *COGNITIVE
BEHAVIOR MODIFICATION* (CBM) DALAM
MENCEGAH AGRESI RELASIONAL
PADA SISWA SMK 6 PADANG**

TESIS

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Magister Program
Studi Bimbingan dan Konseling



Oleh

LIKA WIDIAWATI
NIM. 23151013

**PROGRAM STUDI S2 BIMBINGAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2025**

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
MENGUNAKAN PENDEKATAN *COGNITIVE
BEHAVIOR MODIFICATION* (CBM) DALAM
MENCEGAH AGRESI RELASIONAL
PADA SISWA SMK 6 PADANG**

TESIS

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Magister Program
Studi Bimbingan dan Konseling



Oleh

LIKA WIDIAWATI
NIM. 23151013

**PROGRAM STUDI S2 BIMBINGAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2024**

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Nama Mahasiswa : LIKA WIDIAWATI

NIM : 23151013

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
------	--------------	---------

		
--	---	--

Prof. Dr. Firman, M.S., Kons
Pembimbing

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang



Prof. Dr. Afdal, M.Pd., Kons.
NIP.19850505 200812 1 002

Koordinator Program Studi S2
Bimbingan dan Konseling FIP UNP



Prof. Dr. Firman, M.S., Kons
NIP.19610225 198602 1 001

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS MAGISTER PENDIDIKAN**

NO	Nama	Tanda Tangan
1	<u>Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.</u> Ketua	
2	<u>Prof. Dr. Nevivarni S., M.S., Kons.</u> Anggota	
3	<u>Dr. Zadrian Ardi, S.Pd., M.Pd., Kons.</u> Anggota	

Mahasiswa

Nama : Lika Widiawati
NIM : 23151013
Tanggal Ujian : 13 Februari 2025

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis saya yang berjudul

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
MENGUNAKAN PENDEKATAN *COGNITIVE
BEHAVIOR MODIFICATION* (CBM) DALAM
MENCEGAH AGRESI RELASIONAL
PADA SISWA SMK 6 PADANG**

Tidak pernah diajukan untuk memperoleh gelar di suatu perguruan tinggi dan tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan orang lain yang saya akui seolah-olah sebagai tulisan saya sendiri tanpa memberikan pengakuan pada penulis aslinya. Apabila di kemudian hari saya terbukti melakukan tindakan penyalinan atau meniru tulisan orang lain seolah-olah hasil pemikiran saya sendiri, gelar dan ijazah yang telah diberikan oleh universitas batal saya terima.



Padang, Januari 2025
Saya menyatakan


Lika Widiawati
NIM.23151013

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur ke hadirat Allah SWT yang selalu memberikan limpahan rahmat dan hidayah-Nya. Alhamdulillah, Peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dalam Mencegah Agresi Relasional Pada Siswa”. Shalawat beriring salam tidak lupa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Pada penyusunan proposal ini, peneliti mendapatkan banyak bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, peneliti ucapkan terima kasih kepada yang terhormat.

1. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons. selaku dosen pembimbing yang telah sabar dan tulus dalam memberikan masukan, saran, arahan dan semangat bagi peneliti demi kesempurnaan tesis ini.
2. Ibu Prof. Dr. Neviyarni S., M.S., Kons., selaku Dosen kontributor I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan saran serta masukan kepada peneliti dalam menyusun tesis ini.
3. Bapak Dr. Zadrian Ardi, S.Pd., M.Pd., Kons., selaku Dosen kontributor II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan saran serta masukan kepada peneliti dalam menyusun tesis ini.
4. Ibu Dr. Puji Gusri Handayani, S.Pd, M.Pd., selaku Dosen judge instrument yang telah meluangkan waktu untuk memberikan saran dan masukan kepada peneliti dalam menyusun tesis ini.

5. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu pengetahuan dalam penyelesaian tesis ini.
6. Staf Tata Usaha Program Pascasarjana FIP Universitas Negeri Padang yang telah memberikan pelayanan terbaik dan kelancaran administrasi.
7. Kepala sekolah, Bapak dan Ibu Guru BK serta Staf Tata Usaha di SMK N 6 Padang yang telah memberikan kesempatan, bantuan, dan kerja sama, sehingga data tesis ini dapat di peroleh.
8. Kepada guru BK SMKN 6 Padang Ibu Rifda Hayati, S.Pd., M.Pd., Ibu Asmaul Husna, S.Pd., Kons., Ibu Wiwi Kurniati, S.Pd., Ibu Meri Kusmita, S.Pd., Ibu Veny S.Pd., Ibu Gusti Delva Sari, S.Pd., yang tidak hanya membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini namun juga terus memberikan semangat kepada peneliti.
9. Kepada Siswa dan Siswi yang menjadi populasi dan sampel dalam penelitian ini karna telah bersedia sukarela membantu peneliti.
10. Kepada Kakak, Abang dan teman sepembimbingan Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, Lia Mita Syahri, M.Pd, Robbi Asri, M.Pd., Reza Tririzky, M.Pd., Salsabila Nasution, M.Pd., Dedy Kurniady, M.Pd., Wilda Deliana Harahap, S.Pd., yang saling membantu, bekerjasama saling memotivasi demi menyelesaikan tesis ini.
11. Teman-teman mahasiswa angkatan 2023 Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, untuk

dukungan dan motivasi demi menyelesaikan tesis ini.

12. Orang tua saya tercinta, Ayahanda Alimasri dan Ibunda Rosmiati yang selalu memberikan do'a terbaik di setiap ibadahnya, untuk Kakak Leni Marlina, A.Md.Keb., Indah Eka Putri. SE., dan adik Landi Saputra, keluarga yang telah memberikan motivasi dan semangat dalam menyelesaikan tesis ini.

13. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah membantu peneliti dalam menyusun tesis ini.

Semoga semua bantuan yang telah diberikan oleh Bapak/Ibu dan rekan-rekan menjadi amal ibadah di sisi Allah SWT. Peneliti menyadari bahwa penyusunan proposal ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, Peneliti mengharapkan saran dan masukan yang bersifat membangun demi perbaikan proposal ini. Akhir kata, peneliti mengucapkan terima kasih atas kerja sama dan dukungan yang telah diberikan.

Padang, 20 Mei 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
SURAT PERNYATAAN	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
ABSTRACT	x
ABSTRAK	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	9
G. Kebaruan dan Orisinalitas Penelitian	10
H. Definisi Operasional.....	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	13
A. Landasan Teori.....	13
1. Agresi Relasional	13
a. Pengertian Agresi Relasional	13
b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Agresi Relasional.....	15
c. Bentuk-bentuk Agresi Perilaku Relasional	17
d. Dampak Perilaku Agresi Relasional	20
e. Upaya dalam Mengatasi Agresi Relasional	25
2. Bimbingan Kelompok	28
a. Pengertian Bimbingan Kelompok	28
b. Tujuan Bimbingan Kelompok.....	30
c. Fungsi Bimbingan Kelompok	31
d. Asas-asas Bimbingan Kelompok	33
e. Tahap-tahap Bimbingan Kelompok	37
3. Pendekatan <i>Cognitive Behavior Modification</i> (CBM).....	39
a. Pengertian <i>Cognitive Behavior Modification</i> (CBM)	39
b. Karakteristik Pendekatan <i>Cognitive Behavior Modification</i> (CBM).....	41
c. Teknik-teknik Pendekatan <i>Cognitive Behavior Modification</i> (CBM).....	43
d. Langkah-langkah Pendekatan <i>Cognitive Behavior Modification</i> (CBM)	45
4. Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan <i>Cognitive Behavior Modification</i> (CBM) dalam Mencegah Agresi Relasional	46

B. Penelitian Relevan.....	47
C. Kerangka Konseptual	50
D. Hipotesis Penelitian.....	54
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	55
A. Jenis Penelitian.....	55
B. Populasi dan Sampel	63
C. Pengembangan Instrumen Penelitian	67
D. Teknik Pengumpulan Data.....	70
E. Teknik Analisis Data.....	72
F. Jadwal Penelitian.....	74
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	76
A. Hasil Penelitian	76
B. Pembahasan.....	94
C. Keterbatasan Penelitian	100
BAB V PENUTUP	102
A. Simpulan.....	102
B. Saran.....	102
C. Implikasi.....	103
REFERENSI.....	107

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian	57
Tabel 3.2 Rancangan Layanan Kelompok Kontrol dan Eksperimen.....	59
Tabel 3.3 Sampel Penelitian	
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Agresi Relasional.....	66
Tabel 3.5 Skor Penilaian Instrumen	67
Tabel 3.6 Pelaksanaan Penelitian.....	72
Tabel 4.1 Tabulasi Data Keseluruhan Agresi Relasional Siswa.....	74
Tabel 4.2 Perbandingan Hasil data Agresi Relasional Siswa <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen.....	75
Tabel 4.3 Perbandingan Hasil Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Agresi Relasional Siswa Kelompok Kontrol.....	76
Tabel 4.4 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Agresi Relasional Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	77
Tabel 4.5 Frekuensi Hasil data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Agresi Relasional Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	79
Tabel 4.6 Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Perbedaan Agresi Relasional Pada <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	83
Tabel 4.7 Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Agresi Relasional Kelompok Eksperimen	84
Tabel 4.8 Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> Agresi Relasional Antara <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	85
Tabel 4.9 Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Agresi Relasional Kelompok Kontrol	
Tabel 4.10 Hasil Analisis Uji <i>Mann-Whitney</i> Agresi Relasional Kelompok Eksperimen dan Kontrol	86
Tabel 4.10 Hasil Analisis Uji <i>Mann-Whitney</i> Agresi Relasional Kelompok Eksperimen dan Kontrol	87

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	53
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian	56
Gambar 4.1 Histogram Hasil Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Agresi Relasional Kelompok Eksperimen.....	85
Gambar 4.2 Histogram Hasil Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Agresi Relasional Kelompok Kontrol.....	86

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Cover Acc Seminar Proposal Tesis	115
Lampiran 2	Kisi-Kisi Instrumen Agresi Relasional Siswa	116
Lampiran 3	Rekapitulasi <i>Judge</i> Instrumen Penelitian	117
Lampiran 4	Uji Coba Instrumen Penelitian	126
Lampiran 5	Rekapitulasi Hasil Uji Valid instrumen Uji Coba Instrumen Penelitian	132
Lampiran 6	Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian	134
Lampiran 7	Surat Izin Penelitian	135
Lampiran 8	Instrumen Penelitian	136
Lampiran 9	Tabulasi Data Keseluruhan	141
Lampiran 10	Tabulasi Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	184
Lampiran 11	Tabulasi Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol.....	186
Lampiran 12	Uji Hipotesis <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> dan <i>Uji Mann-Whitney U</i>	188
Lampiran 13	Dokumentasi Kegiatan Layanan.....	191

ABSTRACT

Lika Widiawati. 2025. "The Effectiveness of Group Counseling Services Using the Cognitive Behavior Modification (CBM) Approach in Preventing Relasional Aggression Among Students of SMK 6 Padang." Thesis. Master's Program in Guidance and Counseling, Faculty of Education, Universitas Negeri Padang.

Nowadays, violence perpetrated by adolescents is a complex and varied phenomenon. One common form of violence among adolescents that is often overlooked by their surroundings is relasional aggression, as it is hidden and covert. There are several forms of relasional aggression, including direct relasional aggression, indirect relasional aggression, proactive relasional aggression, and reactive relasional aggression. If ignored, the impact of relasional aggression can be severe, such as leading to depression or, in extreme cases, suicide among victims. Therefore, this study aims to (1) analyze the differences in relasional aggression among students in the experimental group before and after participating in group counseling services using the *Cognitive Behavior Modification* (CBM) approach, (2) analyze the differences in relasional aggression among students in the kontrol group before and after participating in group counseling services without the *Cognitive Behavior Modification* (CBM) approach, and (3) compare the differences in relasional aggression between the experimental group, which received group counseling services using the *Cognitive Behavior Modification* (CBM) approach, and the kontrol group, which received group counseling services without the *Cognitive Behavior Modification* (CBM) approach.

The research method employed is quantitative research. This study uses a quasi-experimental design with a *pretest-posttest* kontrol group design. The population in this study consists of 298 students, with 12 students selected as samples, divided into 6 students in the experimental group and 6 students in the kontrol group. The sampling technique used is Stratified Random Sampling. The research instrument employed is a Likert scale model. Data analysis techniques used include the Wilcoxon Signed Ranks Test and the Mann-Whitney test.

The results of the study indicate that (1) there is a significant difference in relasional aggression among students in the experimental group before and after receiving group counseling services using the *Cognitive Behavior Modification* (CBM) approach, (2) there is a significant difference in relasional aggression among students in the kontrol group before and after receiving group counseling services without the *Cognitive Behavior Modification* (CBM) approach, and (3) there is a significant difference in relasional aggression between the experimental group, which received group counseling services using the *Cognitive Behavior Modification* (CBM) approach, and the kontrol group, which received group counseling services without the *Cognitive Behavior Modification* (CBM) approach.

Keywords: Group Counseling, Cognitive Behavior Modification (CBM), Relasional Aggression

ABSTRAK

Lika Widiawati. 2025. “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) Dalam Mencegah Agresi Relasional Pada Siswa Smk 6 Padang”. Tesis. Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Dewasa ini kekerasan yang dilakukan oleh remaja merupakan suatu fenomena yang komplek dan bervariasi, salah satu bentuk kekerasan yang sering dilakukan remaja dan sering diabaikan oleh lingkungan sekitar adalah agresi relasional, karena bersifat tersembunyi dan terselubung. Ada beberapa bentuk agresi relasional yaitu, agresi relasional langsung, agresi relasional tidak langsung, agresi relasional proaktif, dan agresi relasional reaktif. Dampak agresi relasional jika terus diabaikan dapat berdampak serius seperti depresi bahkan paling parah bunuh diri bagi korban. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk (1) menganalisis perbedaan agresi relasional siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM), (2) perbedaan agresi relasional siswa kelompok kontrol sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM), (3) perbedaan agresi relasional kelompok eksperimen yang diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dengan kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM).

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment design* dengan rancangan *pretest-posttest kontrol group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 298 siswa, dan diambil 12 siswa yang dibagi menjadi 6 siswa untuk kelompok eksperimen dan 6 siswa untuk kelompok kontrol. Penarikan sampel yang digunakan *Stratified Random Sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan model *skala likert*. Teknik analisis data yang digunakan *Wilcoxon signed ranks test* dan *Mann-whitney*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) terdapat perbedaan yang signifikan agresi relasional pada siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM), (2) terdapat perbedaan yang signifikan agresi relasional pada siswa kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM), (3) terdapat perbedaan yang signifikan agresi relasional pada siswa antara kelompok eksperimen yang diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dengan kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM).

Kata Kunci :Bimbingan Kelompok, *Cognitive Behavior Modification* (CBM), Agresi Relasional

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap tahun, kasus kekerasan pada remaja meningkat. *World Health Organization* (WHO) mencatat jumlah kasus kekerasan di kalangan remaja berusia 15-29 tahun terus meningkat, dengan perkiraan mencapai 176.000 kasus pada tahun 2023. Perkelahian fisik dan intimidasi sering terjadi dikalangan anak muda, sebuah penelitian di 40 negara berkembang menunjukkan bahwa rata-rata 42% anak laki-laki dan 37% anak perempuan pernah menjadi korban intimidasi (WHO, 2023).

Situasi serupa terjadi di Indonesia dari data Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemen-PPPA) menunjukkan peningkatan kasus kekerasan dari tahun ke tahun. Tahun 2021 terdapat 25.210 kasus, meningkat menjadi 27.593 kasus tahun 2022, mencapai 29.883 kasus tahun 2023., dan 2024 kasus kekerasan meningkat menjadi 31.947 kasus, dengan 27.658 kasus melibatkan perempuan dan 6.894 kasus melibatkan laki-laki (Simfoni-PPA, 2024).

Sebuah survei pengalaman hidup anak dan remaja. Hasil survei menjelaskan bahwa 1 dari 17 anak laki-laki dan 1 dari 11 anak perempuan pernah mengalami kekerasan seksual, 1 dari 2 anak laki-laki dan 3 dari 5 anak perempuan pernah mengalami kekerasan emosional, 1 dari 3 anak laki-laki dan 1 dari 5 anak perempuan mengalami kekerasan fisik (Simfoni-PPA, 2024). Jadi 2 dari 3 anak

dan remaja perempuan maupun laki-laki di Indonesia pernah mengalami kekerasan selama hidupnya (Ilham, 2022).

Berdasarkan data dari Dinas P3APP2KB Sumatera Barat mencatat kasus kekerasan, khususnya kekerasan terhadap anak. Data tersebut menunjukkan tahun 2020 terdapat 427 kasus, tahun 2021 terdapat 548 kasus. Kota Padang menjadi kota dengan kasus kekerasan terhadap anak tertinggi di antara kota lainnya, tahun 2020 terdapat 69 kasus, tahun 2021 terdapat 89 kasus (BPS, 2022).

Menurut Kemendikbud Tahun 2023, ada beberapa bentuk kekerasan yaitu: kekerasan fisik, kekerasan psikis, perundungan, kekerasan seksual, diskriminasi, intoleran dan kebijakan yang mengandung kekerasan (Romanti, 2023). Selanjutnya Budirahayu (2022) menjelaskan bentuk-bentuk kekerasan yang terjadi pada remaja yaitu: kekerasan fisik (dengan atau tanpa alat), kekerasan verbal/ non fisik, kekerasan tidak langsung (seperti ancaman/ intimidasi, surat kaleng, fitnah, dan gunjingan), dan kekerasan represif.

Kekerasan verbal merupakan kekerasan yang sering terjadi dengan presentasi (94,5%), kekerasan fisik (85,5%), yang cukup menarik pada kekerasan tidak langsung, meskipun dianggap tidak menyakitkan fisik, tetapi ternyata jenis kekerasan ini juga pernah dialami atau diketahui hampir (75%), sedangkan yang pernah mengalami atau mengetahui kekerasan represif terdapat (28%) (Budirahayu, 2022). Selanjutnya, Galtung (1969) menjelaskan jenis kekerasan yaitu: tindak tutur kekerasan tidak langsung, tindak tutur kekerasan langsung, tindak tutur kekerasan represif, dan tindak tutur kekerasan alienatif.

Tindak tutur kekerasan tidak langsung adalah kekerasan verbal yang tidak seketika itu juga mengenai korban, tetapi melalui media massa atau proses berantai, tindak tutur tidak langsung misalnya wujud dalam fitnah, stigmatisasi, dan penstereotipan (Baryadi, 2012). Tahun 2013, survei nasional distrik sekolah di Amerika Serikat menunjukkan bahwa 17% perempuan dan 10% laki-laki menjadi subyek rumor jahat, dan 5% perempuan dan 4% laki-laki dikucilkan dari kegiatan dengan sengaja (Zhang, Musu-Gillette, & Oudekerk, 2016).

Perilaku yang dapat muncul dalam mode tidak langsung atau terselubung disebut agresi relasional (Coyne & Ostrov, 2018). Agresi relasional adalah perilaku yang dilakukan dengan tujuan merusak hubungan sosial ataupun membahayakan reputasi orang lain (Dailey, Frey & Walker, 2015). Ciri dari agresi relasional yaitu penggunaan hubungan interpersonal untuk menyakiti orang lain dengan cara memanipulasi hubungan teman sebayanya (Crick & Grotpeter, 1995). Perilaku agresi relasional paling kuat terjadi pada tahun-tahun sekolah menengah (Coloroso, 2015). Priyatna (2013) menjelaskan agresi relasional atau terselubung ini lebih banyak terjadi dikalangan anak gadis.

Contoh umum agresi relasional yaitu: menyebarkan gosip, rumor jahat, menyebarkan rahasia, dan kebohongan tentang teman sebaya. Agresi relasional dapat juga berupa ancaman penarikan diri dari pertemanan, pengucilan sosial, mengabaikan teman dan memberikan perlakuan diam (Ostrov et al, 2015). Intensitas siswa laki-laki dan perempuan dalam hal melakukan agresi relasional berada pada level yang sama, tetapi efek sosial dan emosional pada korban siswa perempuan lebih tinggi dan lebih menyakitkan daripada siswa laki-laki. Siswa

perempuan cenderung menjadi lebih depresi, cemas, dan merasa rendah diri (Yoon, Barton, & Taiariol, 2004)

Semakin terselubung agresi yang dilakukan, maka semakin menyakitkan efek yang dirasakan korban. Korban yang mengalami agresi relasional merasa lebih sering ditolak, lebih sering menyendiri, dan sering kali mengalami distress emosional yang berat. Agresi relasional pada anak perempuan cenderung dirasakan lebih berat, pindah sekolah bahkan bunuh diri menjadi dampak dari perilaku agresi relasional (Priyatna, 2013).

Berbeda dengan agresi fisik yang peristiwanya mudah dikenali dan secara umum program yang sudah dilakukan mereduksi cenderung lebih banyak, agresi relasional di sekolah sedikit terabaikan oleh pihak sekolah karena sifatnya halus dan tersembunyi (Yoon. Barton & Taiariol, 2004). Padahal dampaknya bagi korban sangat mengganggu terutama jika dikaitkan dengan fungsi sekolah yang seharusnya nyaman dan aman bagi siswa untuk mengembangkan berbagai potensi yang dimiliki .

Berdasarkan data yang Peneliti peroleh dari hasil wawancara dengan guru BK di sekolah SMK 6 Padang, ditemukan siswa dengan perilaku membicarakan keburukan teman, tidak menyapa, menghina di depan orang lain, memfitnah, menyebarkan gosip, mengucilkan teman, menyebarkan rumor, memanggil dengan panggilan tidak disukai, mendiamkan teman (meninggalkan teman), mengancam tidak akan berteman lagi dan memandang dengan wajah sinis. Perilaku ini dilakukan baik oleh siswa laki-laki maupun perempuan.

Fenomena yang terjadi pada siswa tersebut mengidentifikasi siswa telah melakukan agresi relasional, hal ini dikarenakan agresi relasional memiliki ciri serta karakteristik yang sama dengan fenomena yang terjadi. Kondisi seperti ini jika tidak segera dihilangkan akan digunakan sebagai senjata remaja untuk memperdaya orang lain yang ada di lingkungan sosialnya dimanapun anak tersebut berada khususnya dalam lingkungan sekolah. Karena di lingkungan sekolah merupakan tempat yang membantu menumbuh kembangkan potensi dasar yang dimiliki siswa, bukan hanya aspek intelektual melainkan matra sikap dan tingkah laku serta keterampilan motorik di masa depan (Sudarman & Madiistriyanto, 2022).

Melihat permasalahan tersebut, perlunya pemberian bantuan dari pihak sekolah kepada siswa, melalui guru bimbingan dan konseling (BK) di sekolah. Konseling merupakan proses interaksi yang melibatkan konselor dan klien untuk mencapai kehidupan efektif sehari-hari (KES), mengatasi kehidupan efektif sehari-hari terganggu (KES-T), dan mengembangkan keterampilan yang lebih baik (Firman, 2019). Dalam upaya mensukseskan program belajar guru BK dapat mengoptimalkan perannya sebagai agen perubahan, agen pencegahan, konselor, konsultan, kontributor, asesor, dan pengembang karir (Ratnasari, Neviyarni & Firman, 2021).

Salah satu upaya yang dapat diambil adalah dengan menerapkan layanan bimbingan dan konseling, khususnya melalui bimbingan kelompok. Meskipun pelaksanaan bimbingan kelompok di sekolah sudah berjalan, penerapannya masih belum optimal, terutama dalam mengurangi agresi relasional. Hal ini karena

bimbingan kelompok hanya banyak digunakan untuk penanggulangan masalah belajar, pribadi, sosial dan karir (Karneli, Firman & Netrawati 2018). Program bimbingan kelompok diharapkan dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perilaku siswa. Hal ini menunjukkan bahwa inovasi dalam bimbingan kelompok belum dilaksanakan sepenuhnya oleh konselor (Da, Costa, 2016).

Masalah ini diatasi dengan pelaksanaan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) untuk menurunkan agresi relasional. Bimbingan kelompok merupakan layanan yang diberikan dalam suasana kelompok (Prayitno & Amti, 2009). Berg, Landreth, dan Fall (2017) menjelaskan bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat, bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberi informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.

Kegiatan bimbingan kelompok adalah pemberian informasi untuk keperluan tertentu bagi para anggota kelompok (Prayitno & Amti, 2004). Winkel, (2013) menjelaskan tujuan dari bimbingan kelompok adalah agar individu yang mengikuti bimbingan kelompok mampu mengatur kehidupannya sendiri, memiliki pandangan sendiri tidak sekadar mengikuti pendapat orang lain, dan mampu mengambil sikap sendiri.

Layanan bimbingan kelompok yang akan dilaksanakan menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM). NACBT mendefinisikan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) sebagai pendekatan yang menekankan peran penting cara berpikir seseorang dan merasakan sesuatu yang dilakukannya

(Goldstein et al, 2004). *Cognitive Behavior Modification* (CBM) bertujuan mengubah perilaku yang tampak maupun tersembunyi dengan mengaplikasikan metode kognitif dan metode perilaku. Hal ini berarti *Cognitive Behavior Modification* (CBM) mampu mengubah berbagai perilaku pada individu dengan cara mengubah pola pikir dan perilakunya (Yonita & Karneli, 2019)

Bertitik tolak dari fenomena tersebut menarik jika dikaji lebih lanjut dalam penelitian ini bagaimana efektivitas bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dalam mencegah agresi relasional pada siswa. Pengungkapan masalah ini bermanfaat dalam penyelenggaraan program bimbingan dan konseling untuk menemukan pendekatan, teknik serta pola pada mencegah agresi relasional melalui bimbingan kelompok.

B. Identifikasi Masalah

Adapun identifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Sebagian siswa menyebarkan rumor jahat terhadap teman sebayanya
2. Sebagian siswa mengucilkan teman sebayanya
3. Sebagian siswa menyebarkan gosip untuk merusak identitas teman sebayanya
4. Sebagian siswa menyingkirkan seseorang dari kelompok pertemanan
5. Sebagian siswa memanipulasi atau menghasut orang lain membenci teman lainnya
6. Pelaksanaan bimbingan kelompok masih terbatas

7. Belum terlaksana bimbingan kelompok pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM).

C. Pembatasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini adalah agresi relasional pada siswa dan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM). Ruang lingkup yang dikaji dari agresi relasional mengenai bentuk-bentuk agresi relasional yaitu, agresi relasional langsung, agresi relasional tidak langsung, agresi relasional proaktif, dan agresi relasional reaktif. Lingkup bimbingan kelompok penelitian ini dibatasi pada pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dengan pemilihan materi yang disesuaikan untuk menurunkan agresi relasional pada siswa.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan agresi relasional siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM)?
2. Apakah terdapat perbedaan agresi relasional kelompok kontrol sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM)?
3. Apakah terdapat perbedaan agresi relasional kelompok eksperimen yang diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dengan kelompok kontrol yang

diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM)?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis, sebagai berikut:

1. Perbedaan agresi relasional siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM).
2. Perbedaan agresi relasional siswa kelompok kontrol sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM).
3. Perbedaan agresi relasional kelompok eksperimen yang diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dengan kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM).

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini dapat memberikan sumbangan dalam dunia pendidikan dan mengembangkan teori tentang pelaksanaan bimbingan konseling dengan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dalam menurunkan agresi relasional pada siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Guru BK/Konselor, dapat mengambil pedoman ini untuk menjalankan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) guna mengurangi agresi relasional pada siswa.
- b. Kepala sekolah, dapat memanfaatkan informasi ini sebagai masukan untuk meningkatkan dan mengembangkan potensi siswa agar dapat mengurangi atau menghindari agresi relasional.
- c. MGBK, dapat memanfaatkan materi ini sebagai panduan dalam pertemuan guru BK/Konselor di sekolah untuk mengurangi agresi relasional pada siswa.
- d. Program studi S2 bimbingan dan konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang dapat menggunakan ini untuk melatih guru BK agar memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam mengatasi agresi relasional pada siswa.
- e. Peneliti berikutnya dapat memanfaatkan ini sebagai masukan untuk menghasilkan ide-ide baru dan inovasi dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM).

G. Kebaruan dan Orisinalitas Penelitian

Berdasarkan hasil pencarian melalui *Connected Papers*, satu-satunya penelitian yang berkaitan dengan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) adalah disertasi Farida Aryani (2009), yang berjudul Efektivitas Pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) untuk Mengelola Stres

Belajar Siswa. Penelitian Aryani berfokus pada penerapan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) untuk membantu siswa mengelola stres belajar melalui teknik restrukturisasi kognitif, relaksasi, dan manajemen waktu. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa *Cognitive Behavior Modification* (CBM) efektif dalam mengurangi stres belajar siswa dengan meningkatkan keterampilan mereka dalam menghadapi tantangan akademik.

Namun, penelitian yang akan dilakukan, yaitu Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dalam Mencegah Agresi Relasional, memiliki perbedaan fokus dan tujuan yang jelas. Penelitian ini tidak membahas pengelolaan stres belajar, melainkan pencegahan agresi relasional yang mencakup aspek langsung, tidak langsung, proaktif, dan reaktif. Selain itu, penelitian ini menggunakan layanan bimbingan kelompok sebagai metode intervensi, berbeda dari pendekatan individual yang digunakan dalam penelitian Aryani

Hasil analisis melalui *Connected Papers* mengonfirmasi bahwa belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengkaji penerapan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) untuk mencegah agresi relasional. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya menawarkan perspektif baru tentang aplikasi *Cognitive Behavior Modification* (CBM), tetapi juga memberikan kontribusi ilmiah dalam bidang pendidikan, terutama terkait pencegahan perilaku agresi relasional di lingkungan sekolah.

H. Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Agresi relasional

Agresi relasional adalah perilaku agresif yang merugikan orang lain melalui kerusakan atau ancaman terhadap hubungan, perasaan diterima, persahabatan atau keikutsertaan dalam kelompok, bentuk agresi relasional ialah agresi relasional langsung, agresi relasional tidak langsung, agresi relasional proaktif dan agresi relasional reaktif.

2. Layanan bimbingan kelompok pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM).

Bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) adalah langkah–langkah konkret yang diambil untuk menerapkan prinsip-prinsip *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dalam interaksi kelompok, termasuk identifikasi pola pikir dan perilaku, pengembangan strategi untuk mengubahnya, serta pelaksanaan latihan yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan psikologis dan perilaku anggota kelompok.

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dalam mencegah agresi relasional pada siswa SMK 6 Padang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) secara signifikan efektif dalam menurunkan tingkat agresi relasional siswa pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol. Pendekatan ini terbukti mampu mengubah pola pikir dan perilaku siswa, meningkatkan pengelolaan emosi, serta memperbaiki kualitas hubungan interpersonal. Penelitian ini juga mengidentifikasi agresi relasional dalam berbagai bentuk, yaitu agresi relasional langsung, tidak langsung, proaktif, dan reaktif, yang semuanya memiliki dampak serius terhadap korban dan pelaku, seperti depresi, kecemasan, isolasi sosial, dan penurunan fungsi psikososial. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan, seperti jumlah sampel yang kecil, lokasi penelitian yang terbatas pada satu sekolah, dan kurangnya analisis berbasis gender.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan yang telah dikemukakan, ada beberapa saran yang dapat direkomendasikan sebagai tindak lanjut dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Kepada Guru BK/Konselor, Guru Bimbingan dan Konseling (BK) mengikuti pelatihan keterampilan dalam penerapan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dalam bimbingan kelompok.

2. Kepala Sekolah, kepala sekolah memiliki peran penting dalam mendukung implementasi program bimbingan dengan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM).
3. Kepada Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) perlu menyusun pedoman atau modul yang memuat pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) sebagai bagian dari program bimbingan yang lebih terstruktur.
4. Kepada Program S2 BK Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang sebaiknya mengintegrasikan pembelajaran tentang *Cognitive Behavior Modification* (CBM)
5. Kepada Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan beragam untuk meningkatkan validitas dan generalisasi hasil penelitian. Selain itu, analisis berbasis gender perlu dilakukan untuk memahami perbedaan pola agresi relasional antara siswa laki-laki dan perempuan. Penelitian di berbagai lokasi dengan latar belakang sosial dan budaya yang berbeda juga penting untuk mengeksplorasi pengaruh kontekstual terhadap agresi relasional.

C. Implikasi

Hasil penelitian yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) efektif terdapat penurunan agresi relasional siswa dapat diimpikasikan sebagai berikut.

1. Implikasi Secara Teoritik

Pendekatan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dalam kelompok bimbingan secara teoritik memberikan pemahaman yang mendalam mengenai hubungan antara pola pikir, emosi, dan perilaku dalam mengatasi agresi relasional. Teori dasar dari *Cognitive Behavior Modification* (CBM) berasumsi bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh cara seseorang menafsirkan peristiwa dan situasi sosial (Beaudry, 2021). Dalam konteks agresi relasional, individu cenderung mengembangkan pola pikir yang memicu konflik atau memicu perilaku manipulatif, seperti menyebarkan gosip atau mengabaikan seseorang. Dengan menggunakan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) individu dapat dilatih untuk mengenali pola-pola pemikiran tersebut dan mengubahnya, menciptakan cara-cara yang lebih adaptif dalam berinteraksi dengan orang lain (Ionescu & Milesi, 2022). Proses ini memperkuat pemahaman bahwa perilaku yang merugikan orang lain sering kali berasal dari interpretasi yang salah atau kurang matang terhadap situasi sosial.

Teori *Cognitive Behavior Modification* (CBM) juga menjelaskan pentingnya penguatan kognitif dalam mengubah respons emosional terhadap rangsangan atau ketegangan sosial (Kelly-Ann & Kern, 2019). Menghadapi konflik atau ancaman sosial, individu dapat merespons dengan agresi relasional jika tidak memiliki keterampilan pengelolaan emosi yang baik. *Cognitive Behavior Modification* (CBM) membantu peserta mengenali emosi mereka secara lebih terstruktur, memungkinkan mereka untuk menilai

perasaan mereka dengan cara yang lebih rasional dan tidak mengambil tindakan yang merugikan hubungan sosial mereka. Dalam teori ini, pengelolaan emosi yang lebih baik memungkinkan individu untuk mengambil keputusan yang lebih konstruktif dalam menghadapi konflik interpersonal.

Selain itu, *Cognitive Behavior Modification* (CBM) menekankan pada pengembangan keterampilan kognitif yang memungkinkan individu untuk berpikir lebih realistis dan objektif dalam menghadapi situasi sosial yang menantang. Dengan menggunakan teknik-teknik seperti rekonstruksi kognitif dan desensitisasi, peserta dapat diajarkan untuk mengidentifikasi distorsi kognitif mereka, seperti overgeneralisasi atau pemikiran hitam-putih, yang akhirnya meningkatkan agresi relasional. Teori *Cognitive Behavior Modification* (CBM) mendukung gagasan bahwa dengan melatih individu untuk menilai situasi dengan cara yang lebih objektif, mereka dapat mengurangi kecenderungan untuk terlibat dalam agresi yang merusak hubungan sosial (Manu & Bazzano, 2014).

2. Implikasi Secara Praktik

Secara praktis, penerapan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dalam kelompok bimbingan dapat sangat efektif untuk mengurangi agresi relasional di kalangan peserta. Dalam konteks kelompok bimbingan, fasilitator dapat mengajarkan peserta untuk mengenali pola pikir yang memicu perilaku agresif, seperti ketakutan, rasa tidak aman, atau perasaan cemas terhadap penilaian sosial (Beaudry, 2021). Melalui teknik seperti diskusi kelompok dan role-playing, peserta belajar untuk mengidentifikasi

perasaan yang mendasari perilaku mereka dan bagaimana cara merespons situasi sosial secara lebih rasional dan kurang emosional. Dalam proses ini, peserta dapat saling memberi umpan balik dan dukungan, yang memperkuat perubahan kognitif yang telah dilakukan secara individu.

Praktik *Cognitive Behavior Modification* (CBM) dalam kelompok bimbingan juga mencakup pengajaran keterampilan pengelolaan emosi dan pemecahan masalah yang efektif. Salah satu cara yang dapat diterapkan adalah melalui latihan pengendalian diri dalam menghadapi situasi yang memicu agresi, seperti penghinaan atau ketegangan antar individu.

Penerapan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) juga memberikan dampak positif dalam memperbaiki interaksi sosial di luar sesi bimbingan. Melalui latihan keterampilan sosial yang dilakukan dalam kelompok, peserta belajar untuk menerapkan teknik-teknik yang diajarkan dalam kehidupan sehari-hari mereka. Salah satu aspek penting dari pendekatan ini adalah memperkenalkan peserta pada konsep empati dan komunikasi yang efektif, yang memungkinkan mereka untuk lebih memahami perspektif orang lain dan mengurangi potensi konflik.

REFERENSI

- Abnindanti, F. A., & Pratiwi, T. I. (2020). Penerapan Cognitive-Behavior Modification Teknik Self-Control Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Peserta Didik Di SMA Negeri 11 Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 11(3), 2020.
- AlMoghrabi, N., Franken, I. H. A., Mayer, B., & Huijding, J. (2022). A single-session combined cognitive bias modification training targeting attention and interpretation biases in aggression. *Behaviour Change*, 39(1), 1–20.
- Amelia, F., & Lesmana, G. (2022). Contribution Analysis of Cognitive Behavior Therapy Approach in Group Guidance to Student Bullying Behavior. *Indonesian Journal Education*, 1(2), 45–48.
- Amti, P. E. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Rineka Cipta.
- Archer, J., & Coyne, S. M. (2005). An integrated review of indirect, relational, and social aggression. *Personality and Social Psychology Review*, 9(3), 212–230.
- Ardi, Z., Ibrahim, Y., & Said, A. (2012). Capaian tugas perkembangan sosial siswa dengan kelompok teman sebaya dan implikasinya terhadap program pelayanan bimbingan dan konseling. *Konselor*, 1(2).
- Ardimen, A., Neviyarni, N., Firman, F., Gustina, G., & Karneli, Y. (2019). Model bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 278–298.
- Aryani, F. (2008). *Efektivitas pendekatan cognitive behavior modification (CBM) untuk mengelola stres belajar siswa*. Universitas Negeri Malang.
- Atika, A., & Martin, M. (2020). Setting outdoor untuk dinamika kelompok dalam bimbingan kelompok. *Pena Kreatif: Jurnal Pendidikan*, 9(2), 64–70.
- Azeez, R., & Babalola, S. (2020). Effect of Cognitive Behavioral Group Therapy on Adolescents' Aggressive Behavior. *International Journal of Behavioral Sciences*, 14(2), 51–55.
- Badaruddin, A. (2015). *Langkah awal sistem konseling pendidikan nasional: Analisis permendikbud no. 111 tahun 2014 tentang bimbingan dan konseling pada pendidikan dasar dan menengah*. CV Abe Kreatifindo.
- Bakar, A., & Luddin, M. (2010). *Dasar-dasar konseling*. Bandung: Citapustaka Media Perintis.
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. prentice-hall.
- Baryadi, I. P. (2012). *Bahasa, kekuasaan, dan Kekerasan*. Sanata Dharma University Press.
- Berg, R. C., Landreth, G. L., & Fall, K. A. (2017). *Group counseling: Concepts and procedures*. Routledge.
- Berkowitz, L. (1962). *Aggression: A social psychological analysis*.

- BPS. (2022). *Jumlah Kasus Kekerasan pada Anak dan Perempuan Menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Sumatera Barat 2020-2022*. Badan Pusat Statistik.
- Budirahayu, T. (2022). *Kekerasan di Sekolah dalam Tinjauan Sosiologi Pendidikan*. Airlangga University Press.
- Card, N. A., & Little, T. D. (2006). Proactive and reactive aggression in childhood and adolescence: A meta-analysis of differential relations with psychosocial adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 30(5), 466–480.
- Coloroso, B. (2015). *the bully , the bullied , and the not-so-innocent bystander*. National Library of Canada Cataloguing in Publication.
- Corey, G. (2003). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: PT. Rafika Aditama.
- Corey, G. (2023). *Theory & practice of group counseling*. Cengage.
- Coyne, S. M., & Ostrov, J. M. (2018). *The development of relational aggression*. Oxford university press.
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1995). Relational aggression, gender, and social- psychological adjustment. *Child Development*, 66(3), 710–722.
- Cuijpers, P., Karyotaki, E., Weitz, E., Andersson, G., Hollon, S. D., & Van Straten, A. (2014). The effects of psychotherapies for major depression in adults on remission, recovery and improvement: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 159, 118–126. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.02.026>
- Currie, D. H., Kelly, D. M., & Pomerantz, S. (2007). ‘The power to squash people’: understanding girls’ relational aggression. *British Journal of Sociology of Education*, 28(1), 23–37.
- D’Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (2010). Problem-solving therapy. *Handbook of Cognitive-Behavioral Therapies*, 3(1), 197–225.
- Da Costa, A. (2016). Evaluasi program bimbingan kelompok di sekolah menengah atas negeri 6 Malang: Model kesenjangan. *Fokus Konseling*, 2(1).
- Dailey, A. L., Frey, A. J., & Walker, H. M. (2015). Relational aggression in school settings: Definition, development, strategies, and implications. *Children & Schools*, 37(2), 79–88.
- Data, A. (2014). Teknik Pengumpulan Data. *Jurnal Pendidikan Mipa Susunan Redaksi*, 4(2), 11.
- Donahoe, J. W., Burgos, J. E., & Palmer, D. C. (1993). A selectionist approach to reinforcement. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 60(1), 17–40.
- Endang Sudarman, H. M. (2022). *Sosiologi dan Manajemen Pendidikan*. Indigo Meida.
- Erlangga, E. (2017). *Bimbingan kelompok meningkatkan keterampilan*

- berkomunikasi siswa. *PSYMPATHIC: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 149–156.
- Fadilah. (2019). *Pelanggaran di Pemerintah Daerah dalam Perspektif, Teoritis, Normatif, dan Empiris*. UB Press.
- Faharuddin, B. (2021). *Keefektifan konseling kelompok cognitive behavior modification teknik relaksansi berbantuan musik klasik mozart untuk mengurangi kecemasan komunikasi siswa/Brilian Faharuddin*. Universitas Negeri Malang.
- Firman, F. (2019). *Strategi Dan Pendekatan Pelaksanaan Bimbingan Konseling Di Sekolah Untuk Menghadapi Revolusi Industri 4.0*.
- Fite, P. J., Stoppelbein, L., Greening, L., & Preddy, T. M. (2011). Associations between relational aggression, depression, and suicidal ideation in a child psychiatric inpatient sample. *Child Psychiatry & Human Development*, 42, 666–678.
- Försterling, F. (1980). Attributional aspects of cognitive behavior modification: A theoretical approach and suggestions for techniques. *Cognitive Therapy and Research*, 4, 27–37.
- Galtung, J. (1969). Violence, peace, and peace research. *Journal of Peace Research*, 6(3), 167–191.
- Gibbons, J. D., & Chakraborti, S. (2014). *Nonparametric statistical inference: revised and expanded*. CRC press.
- Goldstein, L. H., Deale, A. C., O'Malley, S. J. M., Toone, B. K., & Mellers, J. D. C. (2004). An evaluation of cognitive behavioral therapy as a treatment for dissociative seizures: a pilot study. *Cognitive and Behavioral Neurology*, 17(1), 41–49.
- Gomes, M. M. (2007). A concept analysis of relational aggression. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 14(5), 510–515.
- Greenberg, M. T., Weissberg, R. P., O'Brien, M. U., Zins, J. E., Fredericks, L., Resnik, H., & Elias, M. J. (2003). Enhancing School-Based Prevention and Youth Development Through Coordinated Social, Emotional, and Academic Learning. *American Psychologist*, 58(6–7), 466–474. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.6-7.466>
- Hapsah, S., & Muslim, A. (2021). Perilaku Agresi Verbal dan Perilaku Agresi Relational pada Remaja Perempuan. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori Dan Praktik Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 60–70.
- Harris, K. R. (1982). Cognitive-behavior modification: Application with exceptional students. *Focus on Exceptional Children*, 15(2).
- Hartanti, J. (2022). *Bimbingan kelompok*. Duta Sablon.
- Hartinah. (2009). *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. PT Refika Aditama.
- Hastuti, W. (1995). *Bimbingan dan Konseling di Institute Pendidikan*. Media Abadi.

- Hiemstra, W., De Castro, B. O., & Thomaes, S. (2019). Reducing aggressive children's hostile attributions: A cognitive bias modification procedure. *Cognitive Therapy and Research*, 43(2), 387–398.
- Ilham, A. A. (2022). Analisis Kasus Kekerasan terhadap Anak dan Kebijakan Pencegahannya di Kabupaten Kulonprogo. *Spektrum Analisis Kebijakan Pendidikan*, 11(4), 86–102.
- Iskandar, A. H. (2021). *Efektivitas Konseling Cognitive Behavior Modification untuk Menangani Kejenuhan Belajar Siswa*. Universitas Negeri Padang.
- Janti, S. (2014). Analisis validitas dan reliabilitas dengan skala likert terhadap pengembangan si/ti dalam penentuan pengambilan keputusan penerapan strategic planning pada industri garmen. *Prosiding Snast*, 155–160.
- Karneli, Y. (2013). *Keefektifan konseling modifikasi kognitif perilaku untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa*. Universitas Negeri Malang.
- Karneli, Y., Ardimen, A., & Netrawati, N. (2019). Keefektifan konseling modifikasi kognitif perilaku untuk menurunkan stres akademik siswa. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 4(2), 42–47.
- Karneli, Y., Firman, F., & Netrawati, N. (2018). Upaya Guru BK/Konselor untuk menurunkan perilaku agresif siswa dengan menggunakan konseling kreatif dalam bingkai modifikasi kognitif perilaku. *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 18(2), 113–118.
- Kawabata, Y., Alink, L. R. A., Tseng, W.-L., Van Ijzendoorn, M. H., & Crick, N. R. (2011). Maternal and paternal parenting styles associated with relational aggression in children and adolescents: A conceptual analysis and meta-analytic review. *Developmental Review*, 31(4), 240–278.
- Latipun. (2005). *Psikologi Konseling*. UMM Press.
- Lestari, S. (2017). Efektivitas cognitive behaviour modification (cbm) terhadap perilaku malu pada Siswa makn surakarta. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 6(1), 68–79.
- Low, S., Frey, K. S., & Brockman, C. J. (2010). Gossip on the playground: Changes associated with universal intervention, retaliation beliefs, and supportive friends. *School Psychology Review*, 39(4), 536–551.
- Mardiyah, K., & Setiawati, D. (2014). Penerapan Konseling Kelompok Cognitive Behaviour Modification (CBM) untuk Meningkatkan Tanggung Jawab dalam Belajar Siswa Kelas X-APH (Akomodasi Perhotelan) di SMK Gema 45 Surabaya. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(3), 1–7.
- Marsee, M. A., Barry, C. T., Childs, K. K., Frick, P. J., Kimonis, E. R., Munoz, L. C., Aucoin, K. J., Fassnacht, G. M., Kunitatsu, M. M., & Lau, K. S. L. (2011). Assessing the forms and functions of aggression using self-report: factor structure and invariance of the Peer Conflict Scale in youths. *Psychological Assessment*, 23(3), 792.
- Martin, G., & Pear, J. J. (2019). *Behavior modification: What it is and how to do*

it. Routledge.

- Meichenbaum, D. (1977a). Cognitive behaviour modification. *Cognitive Behaviour Therapy*, 6(4), 185–192.
- Meichenbaum, D. (1977b). Scandinavian Journal of Cognitive Behaviour Modification. *Scandinavian Journal of Behaviour Therapy*, 6(May 2012), 185–192.
- Misno, M., & Lubis, F. M. (2023). Pengaruh Pendidikan Agama, Konsep Diri, Kepribadian, dan Lingkungan Sosial terhadap Perilaku Agresif Remaja di Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 1(02), 118–130.
- Murray- Close, D., Nelson, D. A., Ostrov, J. M., Casas, J. F., & Crick, N. R. (2016). Relational aggression: A developmental psychopathology perspective. *Developmental Psychopathology*, 1–63.
- Nelson, D. A., Hart, C. H., Yang, C., Olsen, J. A., & Jin, S. (2006). Aversive parenting in China: Associations with child physical and relational aggression. *Child Development*, 77(3), 554–572.
- Nelson, D. A., Springer, M. M., Nelson, L. J., & Bean, N. H. (2008). Normative beliefs regarding aggression in emerging adulthood. *Social Development*, 17(3), 638–660.
- Neviyarni, S., & Novita, R. (2022). Group Guidance Services with Self-Management Techniques to Reduce Students' Verbal Aggressive Behavior. *Bisma The Journal of Counseling*, 6(1), 25–31.
- Nurihsan. (2005). *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*. Refika Aditama.
- Ostrov, J. M., Godleski, S. A., Kamper-DeMarco, K. E., Blakely-McClure, S. J., & Celenza, L. (2015). Replication and extension of the early childhood friendship project: Effects on physical and relational bullying. *School Psychology Review*, 44(4), 445–463.
- Ostrov, J. M., Murray-Close, D., Perry, K. J., Blakely-McClure, S. J., Perhamus, G. R., Mutignani, L. M., Kesselring, S., Memba, G. V., & Probst, S. (2023). The development of forms and functions of aggression during early childhood: A temperament-based approach. *Development and Psychopathology*, 35(2), 941–957.
- Poulin, F., & Boivin, M. (2000). Reactive and proactive aggression: evidence of a two-factor model. *Psychological Assessment*, 12(2), 115.
- Pranoto, H. (2016). Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di SMA Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara. *Jurnal Lentera Pendidikan Pusat Penelitian LPPM UM Metro*, 1(1), 100–111.
- Prayitno. (2009a). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Rineka Cipta.
- Prayitno, E. A. (2009b). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Rineka Cipta.
- Priyatna, A. (2013). *My Little Angel*. PT Elex Media Komputindo Kelompok

Gramedia.

- Priyatno, T. (2016). Upaya meningkatkan pemahaman eksplorasi karir melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok. *Psikopedagogia*, 5(1), 49–56.
- Psychotherapy, G., & Yalom, I. D. (1990). *Books Reconsidered*. 304–307.
- Rasmussen, E. E., Coyne, S. M., Martins, N., & Densley, R. L. (2018). Parental mediation of US youths' exposure to televised relational aggression. *Journal of Children and Media*, 12(2), 192–210.
- Ratnasari, R., Neviyarni, N., & Firman, F. (2021). Peran Guru BK (Bimbingan dan Konseling) Dalam Mensukseskan Program Merdeka Belajar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 4051–4056.
- Rismi, R., Suhaili, N., Marjohan, M., Afdal, A., & Ifdil, I. (2022). Bimbingan kelompok dalam pemahaman nilai empati untuk meningkatkan sikap prososial siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(1), 14–19.
- Rismi, R., Yusuf, M., & Firman, F. (2022). Bimbingan kelompok untuk mengembangkan pemahaman nilai budaya siswa. *Journal of Counseling, Education and Society*, 3(1), 17.
- Rivai, V., & Mulyadi, D. (2012). *Leadership and organizational behavior*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Romanti. (2023). *Apa saja yang terkandung dalam Permendikbudristek No 46 Tahun 2023?* KEMENDIKBUDRISTEK.
- Rusli, R. K., & Kholik, M. A. (2013). Teori belajar dalam psikologi pendidikan. *Jurnal Sosial Humaniora*, 4(2).
- Saputra, R., Danuarta, D., & Kusuma, Y. A. (2023). Perilaku Agresivitas Pada Remaja. *Counseling AS SYAMIL: Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 39–46.
- Sari, I. K. (2019). *Efektivitas Pendekatan Cognitive behavior Modification dalam Mengurangi Perilaku Pomografi Siswa SMAN 1 Sungai Geringging dengan setting Kelompok*. Universitas Negeri Padang.
- Setianingsih, E. S., Sutoyo, A., & Purwanto, E. (2014). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Teknik Pemecahan Masalah untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2).
- Simfoni-PPA. (2024). *Jumlah Kasus Kekerasan*.
- Skinner, B. F. (1953). *Skinner-Operant Conditioning*.
- Soekoto, Z. A., Muttaqin, D., & Tondok, M. S. (2020). Kualitas pertemanan dan agresi relasional pada remaja di Kota Surabaya. *Jurnal Psikologi*, 6(2), 188–201.
- Sofah, R., Harlina, H., & Putri, R. M. (2018). Pengembangan perilaku asertif untuk pencegahan penyalahgunaan narkoba melalui layanan bimbingan

- kelompok. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 100–106.
- Soliha, U. (2010). *CORRELATION BETWEEN PEER ACCEPTANCE PERCEPTION WITH RELATIONAL AGGRESSION TENDENTION ON GIRL AT ELEMENTARY HIGH SCHOOL 27 SEMARANG*. UNDIP.
- Stallard, P. (2019). *Think good, feel good: A cognitive behavioural therapy workbook for children and young people*. John Wiley & Sons.
- Sugiyono, D. (2014). *Metode penelitian pendidikan*.
- Suherman, M. M. (2019). Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Peer Group untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Siswa. *QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 3(2), 44–50.
- Sukardi, D. K., & Kusmawati, D. (2008). Proses bimbingan dan konseling di sekolah: untuk memperoleh angka kredit. *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Tarmizi, T. (2018). *Bimbingan konseling islami*.
- Tentama, F. (2013). Perilaku anak agresif: Asesmen dan intervensinya. *Kes Mas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Daulan*, 6(2), 24982.
- Underwood, M. K. (2003). *Social aggression among girls*. Guilford Press.
- Voulgaridou, I., & Kokkinos, C. M. (2015). Relational aggression in adolescents: A review of theoretical and empirical research. *Aggression and Violent Behavior*, 23, 87–97.
- Voulgaridou, I., & Kokkinos, C. M. (2018). The Relational aggression scale (RAS): Psychometric properties of a newly developed measure of relational aggression. *Revue Europeenne de Psychologie Appliquee*, 68(1), 11–22. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2017.12.001>
- Westbrook, D., Kennerley, H., & Kirk, J. (2011). *An introduction to cognitive behaviour therapy: Skills and applications*. Sage publications.
- WHO. (2023). *Youth violence*. WHO.
- Widiyanti, W., Solehuddin, M., & Saomah, A. (2017). Profil perilaku narsisme remaja serta implikasinya bagi bimbingan dan konseling. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 1(1), 15–26.
- Winkel. (2013). *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Gramedia.
- Yonita, E. N., & Karneli, Y. (2019). The effectiveness of the cognitive behavior modification approach with group settings to reduce bullying behavior. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3).
- Yoon, J. S., Barton, E., & Taiariol, J. (2004). Relational aggression in middle school: Educational implications of developmental research. *The Journal of Early Adolescence*, 24(3), 303–318.
- Zamroni, E., & Rahardjo, S. (2015). Manajemen bimbingan dan konseling berbasis permendikbud nomor 111 tahun 2014. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 1(1).

Zhang, A., Musu-Gillette, L., & Oudekerk, B. A. (2016). Indicators of School Crime and Safety: 2015. NCES 2016-079/NCJ 249758. *National Center for Education Statistics*.