

PENGARUH *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY (RESTRUKTURING KOGNITIF)* TERHADAP PERILAKU *BULLYING* PADA REMAJA

SKRIPSI

**Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik**



Oleh:

NIHLA AKHYARO AGUSTIN
NIM. 2021080007

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK
2025**

PENGARUH *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY (RESTRUKTUIRING KOGNITIF)* TERHADAP PERILAKU *BULLYING* PADA REMAJA

SKRIPSI

Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik



Oleh :

NIHLA AKHYARO AGUSTIN
NIM. 2021080007

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK**

202

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

judul skripsi : *Pengaruh Terapi Cognitive Behavioral Therapy (Restructuring Kognitif) Terhadap Perilaku Bullying Pada Remaja*

Nama : Nihla Akhyaro Agustin

NIM : 2021080007

Telah selesai dilakukan bimbingan dan dinyatakan layak memenuhi syarat dan menyetujui untuk di Uji pada tim penguji Tugas akhir pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik

Gresik, 10 juli 2025

Pembimbing I

Pembimbing II



Hj.Retno Twistiandayani,S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY 107102020070043



Khalifatus Zuhriyah Alfianti,S.Kep.,Ns.M.Kep
NIPY 107102020120066

Mengetahui,
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik



Natalia Christina Tara Revita S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 10710202024236



BERITA ACARA BIMBINGAN

1. Nama : Nihla Akhyaro Agustin
2. NIM : 2021080007
3. Fakultas : Ilmu Kesehatan
4. Program Studi : Ilmu Keperawatan
5. Program Pendidikan : Strata I (S-1)
6. Judul Skripsi : "pengaruh *cognitive behavioral therapy (restructuring kognitif)* Terhadap perilaku *bullying* pada Remaja
7. Pembimbing I : Hj. Retno twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep
8. Pembimbing II : Khalifatus Zuhriyah Alfianti, S.Kep.,Ns.,M.Kep
9. Konsultasi : skripsi

Tanggal	Materi Konsultasi	Paraf Pembimbing I	Paraf Pembimbing II
10/07 25	- Revisi bab 5 Tujuan khusus - hasil - Pembahasan		
12/07 25	- gambaran lokasi Revisi - pembahasan revisi kembali		
19/07 25	- tambahkan faktor2 yg mempengaruhi sebelum - setelah - pengaruh		
16/07 25	- kesimpulan revisi. saran sesuaikan dgn manfaat praktis		
16/07 25	- pembahasan pengaruh tambahkan mekanisme		
16/07 25	- lengkap dokumen dan berkas.		
	-		

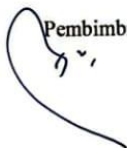
	-		
	-		
	-		
	-		

10. Bimbingan Telah selesai pada tanggal :

11. Telah Memenuhi syarat ujian yang akan dilaksanakan pada hari/tanggal :

Gresik 15 juli 2025

Pembimbing I



Hj. Retno twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY 107102020070043

Pembimbing II



Khalifatus Zuhriyah Alfianti, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY 10710202024233



Mengetahui,
Ketua Program Studi,

Natalia Christin Tiara Revita S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY 10710202024236
ILMU KEPERAWATAN



Jl. Arif Rahman Hakim 2 B Gresik, Jawa Timur



(031) 3981918 | (031) 3978628



psik@unigres.ac.id



fikes.unigres



Downloaded dengan CamScanner

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Judul Skripsi : *Pengaruh Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif) Terhadap Perilaku Bullying Pada Remaja*

Nama Mahasiswa : Nihla Akhyaro Agustin

NIM : 2021080007

Telah dipertahankan/diuji dihadapan Tim Penguji Pada

Tanggal :

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK**

TIM PENGUJI :

1. Dr. dr. Riski Dwi Prameswari, M.Kes
NIPY. 107102020120066
Ketua

1.....
...

2. Hj. Retno Twistandayani, S.Kep.,Ns.M.Kep
NIPY. 107102020070043
Anggota I

2.....
...

3. Khalifatus Zuhriyah Alfianti, S.Kep.,Ns.M.Kep
NIPY. 10710202024233
Anggota II

3.....
...

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan,


Hj. Retno Twistandayani, S.Kep.,Ns.M.Kep
NIPY.107102020070043

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nihla Akhyaro Agustin
NIM : 2021080007
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Jenjang : Strata 1 (S-1)
Judul Skripsi : **Pengaruh Cognitive Behavioral Therapy (Restructuring Kognitif) Terhadap Perilaku Bullying Pada Remaja**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata didalam naskah tugas akhir ini dapat dibuktikan unsur-unsur plagiasi saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh DIBATALKAN, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Gresik, 7 Juli 2025
Yang menyatakan



Nihla Akhyaro Agustin
NIM.2021080007

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nihla Akhyaro Agustin

NIM : 2021080007

Fakultas : Ilmu kesehatan

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Rights*) atas skripsi saya yang berjudul pengaruh *cognitive behavioral therapy (restrukturing kognitif)* terhadap perilaku bullying pada remaja.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti tersebut Nama Fakultas berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Gresik, 7 Juli 2025
Yang menyatakan



Nihla Akhyaro Agustin
NIM.2021080007

**SURAT KETERANGAN
CEK PLAGIASI SKRIPSI**

Pada hari ini tanggal 2025. Berdasarkan pengecekan skripsi dari mahasiswa :

Nama : Nihla Akhyaro Agustin
NIM : 2021080007
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Judul skripsi : Pengaruh *Cognitive Behavioral Therapy*
(*Restrukturing Kognitif*) Terhadap Perilaku *Bullying*
Pada Remaja
Hasil cek plagiasi : 25 %

Maka diputuskan bahwa dokumen skripsi mahasiswa bersangkutan dinyatakan
Lolos/Tidak Lolos*.

Gresik, 17 juli 2025

Pembimbing I



Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 107102020070043

Pembimbing II



Khalifatus Zuhriyah Alfianti, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 107102020120066

UCAPAN TERIMA KASIH

Syukur Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dengan judul “Pengaruh *Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif)* Terhadap Perilaku *Bullying* Pada Remaja”. Proposal skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik. Dalam penyusunan ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan kali ini perkenankan penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr.dr.Riski Dwi Prameswari, M.kes selaku Rektor universitas gresik dan ketua penguji yang menyediakan fasilitas kepada kami untuk mengikuti pendidikan di ilmu keperawatan dan arahan untuk bisa menyelesaikan proposal skripsi
2. HJ.RetnoTwistiandayani,S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik dan selaku Pembimbing I yang telah memberikan kesempatan dan menyediakan fasilitas kepada kami untuk mengikuti pendidikan di Program Studi Ilmu Keperawatan.
3. Khalifatus Zuhriyah Alfianti, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan.
4. Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua program studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas serta memberikan bimbingan dan arahan untuk mengikuti dan menyelesaikan skripsi

ini pendidikan di Program Studi Ilmu Keperawatan.

5. Seluruh staff dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Gresik yang telah memberikan bantuan kepada saya selama menempuh pendidikan.
6. Kepala Sekolah SMPN Gresik wilayah utara yang dengan senang hati bekerja sama dalam proses penelitian

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi saya, saya menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, tetapi saya berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi perkembangan ilmu keperawatan.

Gresik, 15 Januari 2025

Penulis

MOTTO

*“Tidak ada namanya titik kegagalan, yang ada hanyalah titik ketakutan.
Berhentilah mencemaskan yang belum terjadi, melangkah maju dan teruslah
untuk tidak menyerah hingga kamu tidak lagi menemukan hal yang membuatmu
menyesal”.*

ABSTRAK

Pengaruh *Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif)* Terhadap Perilaku *Bullying* Pada Remaja

Oleh: Nihla Akhyaro Agustin

**Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan
UNIVERSITAS GRESIK**

Bullying merupakan salah satu permasalahan utama dalam dunia pendidikan yang berdampak fisik, psikologis, dan sosial pada remaja. *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan teknik restrukturing kognitif dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk mengurangi perilaku *bullying*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif)* terhadap perilaku *bullying* pada remaja. Desain penelitian ini menggunakan pre-eksperimen dengan pendekatan one group pre-test and post-test design. Sampel terdiri dari 39 siswa SMPN 11 Gresik yang pernah melakukan *bullying*, dipilih melalui teknik purposive sampling. Intervensi berupa CBT dilakukan selama 2 minggu, masing-masing sesi berdurasi 45 menit sebanyak 6 kali. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan pada tingkat perilaku *bullying* setelah pemberian terapi CBT ($p = 0,000$). Sebagian besar responden mengalami penurunan kategori dari sedang menjadi ringan. *Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif)* efektif dalam mengurangi perilaku *bullying* pada remaja. Terapi ini dapat menjadi salah satu intervensi yang direkomendasikan dalam bidang keperawatan jiwa remaja.

Kata kunci: Remaja, *Bullying*, *Cognitive Behavioral Therapy*, *Restrukturing Kognitif*

ABSTRACT

The Effect Of Cognitive Behavioral Therapy (Cognitive Restructuring) On Bullying Behavior In Adolescents"

By: Nihla Akhyaro Agustin

**Nursing Science Study Program, Faculty Of Health Sciences
Gresik University**

Bullying is one of the major problems in the educational environment, with physical, psychological, and social impacts on adolescents. Cognitive Behavioral Therapy (CBT) using cognitive restructuring techniques can be an effective approach to reduce bullying behavior. This study aims to examine the effect of Cognitive Behavioral Therapy (Cognitive Restructuring) on bullying behavior in adolescents. This study used a pre-experimental design with one group pre-test and post-test approach. The sample consisted of 39 junior high school students from SMPN 11 Gresik who had engaged in bullying, selected through purposive sampling. The intervention involved six 45-minute CBT sessions over a period of two weeks. Data were analyzed using the Wilcoxon test. The results showed a significant decrease in bullying behavior after CBT intervention ($p = 0.000$). Most respondents' bullying behavior reduced from a moderate to a mild level. Cognitive Behavioral Therapy (Cognitive Restructuring) is effective in reducing bullying behavior among adolescents. This therapy is recommended as an intervention in adolescent mental health nursing.

Keywords: Adolescents, Bullying, Cognitive Behavioral Therapy, Cognitive Restructuring

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iv
BERITA ACARA BIMBINGAN.....	v
PENGESAHAN TIM PENGUJI.....	vii
PERNYATAAN ORSINALITAS	viii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	ix
SURAT KETERANGAN.....	x
CEK PLAGIASI SKRIPSI	x
UCAPAN TERIMA KASIH.....	xi
MOTTO	xv
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT	xvii
DAFTAR ISI	xviii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN	1
BAB 1 PENDAHULUAN.....	2
1.1 Latar Belakang	2
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat.....	6
1.4.1 Teoritis.....	6
1.4.2 Praktis	6

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep <i>Cognitive Behavioral Therapy</i> (<i>Restrukturing Kognitif</i>)	7
2.1.1 Konsep <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>	7
2.1.2 Macam-Macam Terapi <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>	8
2.1.3 Tujuan <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>	9
2.1.4 prinsip-prinsip <i>cognitive behavioral therapy</i>	10
2.1.5 karakteristik korban dan pelaku <i>bullying</i>	11
2.1.6 Konsep (<i>Cognitive Restrukturing</i>)	11
2.2 Konsep Perilaku <i>Bullying</i>	13
2.2.1 Definisi <i>Bullying</i>	13
2.2.2 Jenis Jenis <i>Bullying</i>	14
2.2.3 Faktor-faktor Penyebab Perilaku <i>bullying</i>	15
2.2.4 Dampak Terjadinya Perilaku <i>Bullying</i>	17
2.3 Konsep Remaja.....	19
2.3.1 Definisi Remaja.....	19
2.4 Keaslian Penelitian	20
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	26
3.1 kerangka konseptual.....	26
3.2 Hipotesis Penelitian	27
BAB IV METODE PENELITIAN	28
4.1 Desain Penelitian	28
4.2 Kerangka Kerja	29
4.3 Populasi Sampel Dan Sampling.....	30
4.3.1 Populasi	30
4.3.2 Sampel	30
4.3.3 Besar Sampel.....	31
4.3.4 Sampling.....	32
4.4 Identifikasi Variabel	32

4.4.1 Variabel Independen (Bebas).....	32
4.4.2 Variabel Dependen (Terikat)	32
4.5 Definisi Operasional	32
4.6 Instrumen	34
4.6.1 Lokasi Dan Waktu Penelitian	34
4.6.2 Prosedur Pengumpulan Data.....	34
4.6.3 Teknik Pengolahan Data.....	35
4.6.4 Analisa Data	36
4.6.5 Masalah Etika	36
4.6.6 Ethical Clearance	36
4.7 .1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	37
4.7.2 Anonimity (Tanpa Nama).....	37
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	46
5.2 Karakteristik Demografi Responden	47
5.2.1 Data Umum.....	47
5.3 Pembahasan	51
5.3.1 Perilaku <i>Bullying</i> Pada Remaja Sebelum Pemberian Terapi CBT (<i>Restructuring Kognitif</i>).	51
5.3.2 Perilaku <i>Bullying</i> Pada Remaja Sesudah Pemberian Terapi CBT (<i>Restructuring Kognitif</i>).	53
5.3.3 Pengaruh Terapi CBT (<i>Restrukturing Kognitif</i>) Terhadap Perilaku <i>bullying</i> Pada Remaja	55
5.4 Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	58
6.1. Kesimpulan	58
6.2. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA.....	60

DAFTAR TABEL

2.1 Tabel Karakteristik Korban Dan Pelaku Bullying	11
2.2 Keaslian Penelitian.....	20
4.1 Rancangan Penelitian Pre Eksperimen.....	29
4.2 Definisi Operasional Variabel Pemberian Terapi Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif) Terhadap Perilaku Bullying Pada Remaja	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1Kerangka Konsep Penelitian Pengaruh Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif) Terhadap Perilaku Bullying Pada Remaja	26
Gambar 4.1Kerangka Kerja Pengaruh Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif) Terhadap Perilaku Bullying Pada Remaja.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Izin Survei Data	62
Lampiran 2 Balasan Surat Izin Penelitian	63
Lampiran 3 Perizinan Etik Oleh Komite Etik.....	64
Lampiran 4 Persetujuan Menjadi Responden	65
Lampiran 5 Data Demografi Siswa.....	66
Lampiran 6 Kuisisioner Penelitian	67
Lampiran 7 standar Operasional Prosedur.....	68
Lampiran 8 Data Demografi Responden	71
Lampiran 9 Tabulasi Data Responden Pre Test.....	72
Lampiran 10 Tabulasi Data Responden Post Test	74
Lampiran 11 HASIL SPSS DATA KHUSUS	76
Lampiran 12 Dokumentasi	83

DAFTAR SINGKATAN

CBT : Cognitive Behavioral Therapy

WHO : World Health Organization

JPPI : Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI)

LPA : Lembaga Perlindungan Anak

BPS : Badan Pusat Statistik

SOP : Standar Operasional Standar

KEMENKES RI : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Daftar Lambang :

% : Presentase

< : Kurang Dari

>: Lebih Dari

= : Sama Dengan

