

ABSTRAK

Maraknya tindakan *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah saat ini sudah sangat memprihatinkan. Salah satu dampak yang ditimbulkan menyangkut pada pelaku, yaitu adanya indikasi yang menggambarkan perilaku agresif yang lebih besar/meningkat di kemudian hari yang dilakukan oleh pelaku. Pemberian intervensi yang efektif bagi pelaku *bullying* harus didasarkan pada bagaimana kondisi emosinya. Emosi yang melatarbelakangi remaja melakukan tindakan *bullying* adalah emosi marah. Rasa marah yang dimiliki remaja pelaku *bullying* terjadi karena terdapat distorsi pada cara berpikir remaja dalam menanggapi situasi yang dihadapinya. Dengan demikian maka pendekatan yang dianggap sesuai adalah *cognitive-behavioral therapy* (CBT). Memberikan pelayanan pada siswa pelaku *bullying* di sekolah menjadi ranah guru BK secara khusus yaitu dengan memberikan layanan konseling. Pemberian layanan konseling yang efektif harus didasarkan pada penggunaan teori yang benar dan dilakukan secara sistematis, tidak hanya didasarkan pada pengalaman semata. Sehingga penelitian ini bertujuan mengembangkan buku panduan untuk mengelola kemarahan pelaku *bullying* dengan pendekatan CBT. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Penelitian dan Pengembangan (*Research and Development / R&D*) yang merujuk pada prosedur yang dikembangkan oleh Borg dan Gall. Hasil validasi ahli media dan ahli materi menunjukkan bahwa buku panduan termasuk dalam kategori sangat layak untuk kemudian di uji cobakan dalam skala kecil dengan skor rata-rata 99% dari ahli media dan 91,5% dari ahli materi. Hasil uji coba di lapangan terhadap 8 orang guru BK menggambarkan bahwa buku panduan ini tergolong kedalam kategori sangat layak dengan skor sebesar 81,3%.

Kata Kunci : *Bullying, Kemarahan, Cognitive-Behavioral Therapy*

ABSTRACT

The rise of bullying that occur in the school now is very apprehensive. One of the impacts is targeting the actor, an indication that describes the aggressive behavior increased in the future. The provision of effective interventions for bullying actors must be based on the condition of their emotions. The emotions behind youth doing bully are angry emotions. There is a distortion in the way they think in responding to the situation. The approach that is considered appropriate is cognitive-behavioral therapy (CBT). Providing services to students who are bullying in school is area of guidance and counseling teachers specifically by counseling. Effective counseling must be based on the use of the correct theory and carried out systematically, not only based on experience. So this study aims to develop a guidebook to manage the anger of bullying with the CBT approach. The method used in this research is Research and Development (R & D) which refers to the procedure developed by Borg and Gall. The results of the validation by media experts and material experts showed that the guidebook was included in the very feasible category for later testing on a small scale with an average score of 99% of media experts and 91.5% of material experts. The results of field trials on eight guidance and counseling teachers explain that this guidebook belongs to the very feasible category with score of 81.3%.

Key Word : Bullying, Anger, Cognitive-Behavioral Therapy