

**PENGARUH TEKNIK *SELF-INSTRUCTION* DALAM PENDEKATAN
COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY UNTUK MENINGKATKAN HARGA
DIRI KORBAN PERUNDUNGAN**

(Penelitian Subjek Tunggal Siswa Kelas VII SMPI Al-Azhar Rawamangun)

(2020)

Rahmah Salsabila

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik *self-instruction CBT* untuk meningkatkan harga diri korban perundungan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian subjek tunggal dengan desain A-B. Subjek dalam penelitian ini adalah seorang siswa laki-laki kelas VII SMPI Al-Azhar Rawamangun yang memiliki harga diri rendah berdasarkan hasil pengukuran harga diri instrumen *coopersmith self-esteem inventory*. Data yang diperoleh selama penelitian kemudian dianalisis dengan cara analisis dalam kondisi pada kondisi *baseline* (A) dan kondisi intervensi (B) serta dilakukan analisis antar kondisi *baseline* (A) dengan kondisi intervensi (B). Skor pada kondisi *baseline* cenderung stabil dan skor pada kondisi intervensi cenderung meningkat. Rata-rata skor harga diri sebelum dilakukan intervensi adalah 66 (berada pada kategori rendah) kemudian meningkat menjadi 93 (berada pada kategori sedang) setelah diberikan intervensi. Hasil persentase overlap pada penelitian ini memperlihatkan bahwa teknik *self-instruction* berpengaruh pada meningkatnya harga diri konseli.

Kata kunci: teknik *self-instruction*, korban perundungan, harga diri, siswa SMP

**THE EFFECT OF SELF-INSTRUCTION TECHNIQUES IN COGNITIVE
BEHAVIOR THERAPY APPROACH IN BULLY VICTIMS TO IMPROVE
STUDENTS SELF-ESTEEM**

(Single Subject Research of VIIth Grade in SMPI Al-Azhar Rawamangun)

(2020)

Rahmah Salsabila

ABSTRACT

The study aims to determine the effect of self-instruction techniques CBT in bully victims to improve students self-esteem. This research using a single subject research method with A-B design. The subject in this study was a seventh grade male student in SMPI Al-Azhar Rawamangun with a low level of self-esteem based on coopersmith self-esteem inventory's instrument. The data obtained were analyzed in analysis under conditions in baseline condition (A) and intervention condition (B) and an analysis between baseline condition (A) with intervention condition (B). Cores at baseline conditions tend to be stable and scores at intervention conditions tend to increase. The conselee's average self-esteem before intervention was 66 (in low category) then increased into 93 (in medium category) after intervention. The overlap percentage results in this study show that the self-instruction technique affects the increasing self-esteem of the counselee.

Keywords: self-instruction techniques, bully victim, self-esteem, junior high school student.