

## KESAN INTERVENSI KAUNSELING KELOMPOK TINGKAH LAKU KOGNITIF (CBT) TERHADAP MANGSA BULI

*The Impact of Group Counseling Intervention Cognitive Behaviour  
Therapy (CBT) towards Bully Victims*

Amin Al Haadi Bin Shafie<sup>lab</sup>, Mohamad Isa Amat<sup>ab</sup>, Khairunnizam  
Mohd Noor<sup>b</sup>, Salleh Amat<sup>c</sup>

<sup>a</sup>Asean Centre for Research on Drug Abuse (ACREDA), USIM

<sup>b</sup>Universiti Sains Islam Malaysia

<sup>c</sup>Universiti Kebangsaan Malaysia

### Abstrak

Kesedaran mangsa buli memahami maksud buli, mengapa diri mereka dibuli, dan kepentingan peningkatan efikasi sendiri didapati membantu mangsa buli menghadapi fenomena buli. Kajian eksperimen yang mengaplikasikan kaunseling kelompok terapi tingkah laku kognitif terhadap pelajar mangsa buli yang telah dijalankan ini telah menunjukkan kesan positif. Data kualitatif dari hasil temu bual pra dan pasca, yang menggunakan soal selidik semi struktur, telah memperlihatkan peningkatan tahap pengetahuan mengenai buli dan sebab diri mangsa dibuli. Bagi mengukur efikasi sendiri, skala The Peer Aggression Coping Self Efficacy Scale (PACSES) telah diterjemah dan digunakan pada peringkat pra dan pasca temu bual. Kajian mendapati terdapat peningkatan efikasi sendiri dalam kalangan responden yang telah mengikuti kaunseling kelompok tingkahlaku kognitif. Kajian ini telah menunjukkan penggunaan terapi tingkah laku kognitif yang memfokuskan kepada bidang pengetahuan tentang buli, memahami sebab diri dibuli dan efikasi sendiri oleh kaunselor sekolah untuk membantu mangsa buli, dan dapat memperkasakan diri mangsa buli dalam menghadapi situasi buli.

Kata Kunci: Mangsa buli, Terapi Tingkah Laku Kognitif, Kaunseling Kelompok, Efikasi sendiri, Sekolah menengah, Buli

1 Corresponding author: amin@usim.edu.my.

### Abstract

Awareness of the victims to understand the purpose of bullying, why they are being bullied and the importance of increasing self-efficacy was found to help the victims to cope with the phenomenon of bullying. An experimental study applying the counseling group cognitive behavioral therapy to eight students who have been victims of bullying which have carried out have shown positive effects. Qualitative data from the interviews, pre and post, using semi-structured questionnaires, have shown an increase in the level of knowledge about bullying and why they are being bullied. To measure self-efficacy, The Peer Aggression Coping Self-Efficacy Scale (PACES) have been translated and used in the pre and post-interviews. The study found an increase in the self-efficacy score among respondents who had attended cognitive behavioral group counseling. This study has demonstrated the use of cognitive behavioral therapy, which focuses on the field of knowledge about bullying, understand the reason oneself being bullied and the important of self-efficacy of bully victim. This is important for school counselors to help victims of bullying, and empower themselves (victims of bullying) when facing bullying situations.

Keywords: Bullying victims, Peer Aggression Coping Self-Efficacy Scale, Counseling Group, Self-efficacy, Secondary schools, Bully

### LATAR BELAKANG KAJIAN

Gejala buli di sekolah merupakan masalah sejagat yang membawa kesan negatif kepada suasana pengajaran dan pembelajaran di sekolah. Buli menimbulkan rasa keresahan dan ketakutan yang mengganggu suasana sihat untuk membolehkan pertumbuhan diri serta proses pengajaran dan pembelajaran yang berkesan. Buli juga memberikan pengalaman yang pahit dan negatif pada keseluruhan kehidupan seseorang pelajar (Ron, 2003).

Rigby (1996), mendefinisikan buli sebagai satu tingkah laku dominasi yang berulang secara psikologi atau fizikal daripada seorang atau kumpulan yang lebih berkuasa kepada seseorang yang kurang kuasa. Buli tidak boleh didefinisikan sebagai konflik di antara

dua orang yang mempunyai kuasa yang setanding dan seimbang. Keseimbangan yang dimaksudkan ini ialah dari segi kekuatan fizikal, kebolehan mendominasi dari segi percakapan atau dari segi menyingihkan seseorang dari kumpulan.

Noran Fauziah, Rajendran dan Ahamad Jazimin (2005) dalam kajian mereka telah membuat kesimpulan bahawa pelajar yang menjadi mangsa buli ialah pelajar yang tidak disukai dan mereka juga agak berlainan daripada pelajar majoriti. Pelajar yang dibuli juga dikatakan selalunya pelajar baru di sesebuah sekolah dan ada juga yang melibatkan pelajar yang disayangi oleh guru.

Reber dan Christin (2012) menjelaskan bahawa kaunseling kelompok ialah kaedah paling berkesan untuk mendekati dan membantu mangsa buli oleh kaunselor sekolah. Perkara ini mungkin disebabkan remaja banyak menghabiskan masa di sekolah, berinteraksi dengan guru, kaunselor dan pelajar sekolah yang lain.

Di sekolah, para kaunselor perlu memandang berat perkara ini dan cuba untuk mencari kaedah yang perlu dan sesuai digunakan. Sebagai individu yang bertanggungjawab dalam memastikan kesejahteraan pelajar di sekolah, kaunselor tidak boleh melihat perkara ini sebagai sesuatu yang di luar kepakaran mereka. Kaunselor harus berusaha mencari kaedah yang terbaik dan berkesan dalam menangani krisis ini.

## **PENYATAAN MASALAH**

Kementerian Pendidikan pada tahun 2012 telah mengeluarkan data jumlah murid sekolah yang terlibat dengan tingkah laku buli. Seramai 4159 orang iaitu 3.88 % daripada seluruh pelajar sekolah di Malaysia terlibat dengan tingkah laku buli. Kes-kes buli yang terkini menggemparkan masyarakat negara kita apabila antara pembuli-pembuli ini merakam dan memuat naikkan video tingkah laku buli ini ke laman Facebook. Insiden yang berlaku pada bulan Mac 2015 ini telah dilaporkan ke ibu pejabat polis kontijen Johor. Kejadian berlaku di sebuah sekolah di Johor Baharu yang melibatkan dua pelajar lelaki yang masing-masing berumur 13 dan 14 tahun.

Surat perkeliling ikhtisas bilangan 8 tahun 2010 (KP(BPSH-SPDK) 201/005/01/Jid.2 (19)) dari Pengarah Pelajaran Malaysia menjelaskan pendirian kerajaan terhadap perbuatan buli di sekolah. Isi kandungan surat ini menjelaskan perbuatan buli di sekolah perlu ditangani secara serius. Pentadbir dan pendidik diingatkan supaya mengambil tindakan tegas terhadap perbuatan buli dan bertindak secara proaktif agar kejadian buli tidak berlaku. Guru-guru disiplin, bimbingan dan kaunseling, guru warden di asrama serta guru-guru lain disarankan mencari kaedah yang berkesan bagi mengesan dan mencegah kewujudan gejala buli dan salah laku. Kajian Noran Fauziah & Goh Chee Leong ( 2007) telah dapat mengenalpasti dengan jelas beberapa punca yang menyebabkan berlakunya tingkah laku buli dalam kalangan pembuli dan mangsa buli. Namun begitu, masih kurang kajian yang menyentuh tentang kaedah pengurusan dan rawatan kepada mereka yang dibuli dan yang membuli. Kajian Noran dan Goh juga turut mencadangkan :

*“Kaunselor sekolah juga bolehlah mengadakan sesi kaunseling yang menunjukkan tingkah laku empati (gaya menyelami dan memahami perasaan serta emosi orang lain atau tidak agresif dengan pembuli). Latihan pemulihan pula perlu diadakan pada mangsa buli”.*

(UNICEF, 2007 )

Pernyataan dari United Nations Children’s Emergency Fund (UNICEF) menunjukkan kepentingan rawatan dan kedua-dua pengkaji melihat perlunya kaedah merawat (kaunseling) dibina dan dilaksanakan kepada mangsa buli bagi membendung gejala buli ini.

## **METODOLOGI**

### **Reka bentuk dan peserta kajian**

Kajian ini menggunakan rekabentuk eksperimen satu kumpulan. Kumpulan eksperimen (8 orang pelajar) terdiri daripada pelajar tingkatan 1 dan 2 yang mempunyai latar belakang sosioekonomi yang sama. Kumpulan eksperimen diberi Intervensi Kaunseling Kelompok Tingkah Laku Kognitif. Kumpulan eksperimen diberikan ujian skala 'The Peer Aggression Coping Self Efficacy Scale' pada

peringkat pra dan pasca. Manakala soalan selidik semi struktur digunakan bagi mendapatkan maklumat tentang pengetahuan mengenai buli dan sebab diri responden dibuli untuk melihat kesan intervensi kepada pengetahuan buli, sebab diri dibuli dan kemahiran menangani buli. Sesi kaunseling kelompok mingguan dan merathon dijalankan kepada kumpulan eksperimen dan kajian ini berjalan selama dua bulan. Sesi ini dibantu oleh kaunselor sekolah dalam menjalankan sesi kaunseling kelompok. Smith, Pepler dan Rigby (2004) menyatakan bahawa kajian mengenai intervensi buli, selalunya dijalankan dalam bentuk eksperimen (ujian pra dan pasca) untuk melihat dan menguji keberkesanan intervensi. Campbell dan Stanley (1963), juga menyatakan reka bentuk eksperimen satu kumpulan ujian pra pasca ialah satu reka bentuk yang biasa dilakukan dalam bidang sains sosial terutamanya dalam pendidikan.

### **Kutipan Data dan Analisis**

Kajian eksperimen ini menggunakan dua (2) kaedah untuk mengutip data, iaitu kaedah kuantitatif (efikasi sendiri) dan kualitatif (pengetahuan dan sebab diri dibuli). Menurut Creswell (2008), seorang pengkaji yang menggunakan kaedah *mix method* akan mengutip data berbentuk kuantitatif dan kualitatif. Connelly (2009) menyatakan bahawa kaedah *mix method* memperkasakan sesuatu kajian dan mengurangkan kelemahan kaedah kajian kualitatif dan kuantitatif.

### **Kaedah kualitatif**

Data telah dikumpul melalui (1) temubual berdasarkan soal selidik semi struktur dari pra dan pasca kumpulan eksperimen dan kawalan. Temubual yang dijalankan oleh pengkaji ini dirakam menggunakan perakam Mp3, ditaip balik ke Microsoft Words dan disusun mengikut tema di perisian Nvivo8(2). Pemerhatian semasa sesi kaunseling kelompok juga dijalankan kepada kumpulan eksperimen dan dicatatkan dalam bentuk refleksi kaunselor.

### **Kaedah kuantitatif**

Data kuantitatif efikasi sendiri telah dikumpul melalui ujian pra dan pasca menggunakan skala *The Peer Aggression Coping Self Efficacy Scale* yang telah diadaptasi kepada Bahasa Melayu dengan

menggunakan kaedah 'Back Translation' (Brislin, 1970). *The Peer Aggression Coping Self-Efficacy Scale* (PACSES) yang dibina oleh Singh dan Bussey (2009), telah diadaptasi untuk digunakan bagi tujuan pengukuran tersebut. Penggunaan alat PACSES ini adalah sesuai memandangkan mangsa buli juga menghadapi pelbagai kesan tekanan yang perlu ditangani dengan baik. Berdasarkan kajian lepas, mangsa kepada keganasan rakan sebaya kebanyakannya hilang minat belajar sama ada di sekolah atau di rumah.

### Aktiviti kaunseling kelompok Terapi Kognitif Tingkah Laku

Kumpulan eksperimen telah menjalani 7 sesi Intervensi Kaunseling Kelompok Terapi Tingkah Laku Kognitif seperti Jadual 1 di bawah:

Jadual 1: Aktiviti Intervensi Kaunseling Kelompok Terapi Tingkah Laku Kognitif

Bil	Sesi	Tempoh	Aktiviti
1		2 jam	Ujian Pra Kumpulan Eksperimen.
2	1	2 jam	Sesi Ice Breaking & Penerangan tentang buli, kesan buli, lokasi tempat kejadian buli, ciri-ciri mangsa buli dan pembuli.
3	2	2 jam	Sesi membincangkan pengalaman dibuli dan intervensi mengenali pemikiran herot berot dan membetulkannya (Teori CBT).
4	3	2 jam	Sambungan sesi membincangkan pengalaman dibuli dan intervensi membetulkan pemikiran herot berot (Teori CBT).
5	4	2 jam	Membincangkan tindakan dan alternatif dalam menghadapi dan menangani buli.
6	5	2 jam	Membuat <i>Role-Play</i> daripada perbincangan tindakan dan alternatif pada sesi sebelum ini.
7	6	2 jam	Membincangkan semula tindakan dan alternatif dalam menghadapi dan menangani buli selepas <i>Role -Play</i> .
6	7	2 jam	Penutup – memantapkan pemikiran.
7		2 jam	Ujian pasca untuk kumpulan eksperimen.

## KEPUTUSAN DAN PERBINCANGAN

Dapatan kajian pengetahuan tentang buli dan sebab diri dibuli adalah berdasarkan petikan-petikan daripada interaksi antara pengkaji dengan mangsa buli dan juga semasa interaksi dalam kalangan ahli kelompok. Responden bagi kumpulan eksperimen diwakili oleh huruf 'E' (cth: R1E). Bagi dapatan kajian untuk efikasi sendiri pula, ujian Wilcoxon T dijalankan untuk membandingkan keputusan responden kajian yang mengikuti proses kaunseling kelompok kognitif tingkah laku.

### Keputusan dapatan data kualitatif

#### Pengetahuan tentang buli

Hasil kajian mendapati bahawa kumpulan eksperimen tahu maksud buli. Ini dapat dilihat dari contoh-contoh maklumbalas kumpulan eksperimen dan kawalan yang menyatakan bahawa buli pada peringkat temubual pra ialah seperti "*Buli itu ejek, kacau orang*" (**R2E**). Hasil temubual ini menunjukkan responden-responden tahu maksud buli, mengikut pengalaman cara mereka dibuli.

Namun bagi kumpulan eksperimen yang diberikan peluang untuk berbincang lebih lanjut mengenai buli, kelihatan mereka lebih memahami maksud buli hasil dari interaksi kelompok tersebut, sebagai contoh responden **R4E** menyatakan bahawa,

*"Buli macam buat benda jahat kat orang macam pukul ejek dibuat banyak kali, kepada yang lemah sahaja, saya tak kena pukul, tapi kena ejek dan kacau selalulah, saya ada jugak gurau-gurau dalam kelas ejek-ejek orang lain, lepas tu diorang ejek saya balik tapi tak henti-henti".*

Kajian ini menunjukkan ejekan adalah jenis buli yang paling kerap berlaku di sekolah. Penemuan ini adalah sama dengan kajian yang dilaksanakan oleh Sharp, Thompson & Arora (2000), yang mendapati bahawa ejekan merupakan jenis buli yang paling kerap digunakan. Jenis buli lisan ini telah mendatangkan kesan psikologi sebagaimana yang dinyatakan oleh Kshirsagar, Agrawai & Bavdekar (2007). Dapatan kajian ini menunjukkan buli berbentuk lisan ini juga adalah sukar bagi pihak sekolah sama ada kaunselor atau guru disiplin

untuk mengenal pasti dan mengambil sesuatu tindakan. Kesannya, perbuatan ini terus berleluasa dan mengganggu pelajar yang dibuli. Gangguan ini sekaligus memberi kesan mendalam kepada suasana pelajaran dan pembelajaran mangsa buli.

### Sebab diri dibuli

Kajian ini juga mendapati, kumpulan eksperimen tahu mengapa diri mereka dibuli, mengikut apa yang dikatakan atau diejek oleh pembuli kepada mereka, sebagai contoh responden kumpulan eksperimen **R6E** menyatakan dirinya dibuli disebabkan oleh wajahnya, "*Ya, dia ejek saya muka macam betik*". Responden percaya bahawa wajahnya tidak menarik dan ini adalah sesuatu yang menyakitkan. Hasil maklumbalas pengetahuan mengapa diri dibuli, kumpulan eksperimen menunjukkan bahawa responden tahu sebab diri mereka dibuli mengikut apa yang dikatakan atau dilabel oleh pembuli mereka. Mereka memercayainya dan terganggu dengan apa yang dilemparkan kepada mereka.

Terdapat beberapa sebab yang dinyatakan mengapa berlakunya buli. Antara sebab-sebab yang dinyatakan dalam hasil kajian adalah faktor penampilan, perhubungan dengan pelajar lain, dan tidak pasti mengapa dibuli. Semasa mengikuti sesi kaunseling kelompok tingkah laku kognitif, pemikiran mereka telah dicabar atau diperbetulkan. Kumpulan eksperimen memperlihatkan perubahan dalam gaya berfikir sebab mengapa diri mereka dibuli. Kalau pada peringkat pra semasa sesi perkongsian dalam kaunseling kelompok, responden kumpulan eksperimen melihat diri mereka dibuli kerana faktor yang tidak dapat mereka kawal seperti : (1) "wajah yang tidak menarik, (2) gagap, (3) datang dari keluarga miskin, (4) suka menangis, dan (5) tidak pandai berhubung dengan pelajar lain". Setelah mengikuti proses kaunseling kelompok, terdapat perubahan dari segi fokus sebab buli ini. Kumpulan eksperimen kini memahami bahawa faktor yang difikirkan oleh mereka yang menyebabkan mereka dibuli, sebenarnya boleh diubah dan dikawal oleh mereka sendiri. Hasil maklum balas kelompok contohnya responden **R4E** menyatakan "*sebab ejek orang, lepas tu diorang balas, (tingkah laku menyakitkan hati) kira awal-awal tu saya nak gurau-gurau tapi lama-lama hampir semua orang mula ejek saya pada masa itu. Diorang ejek sebab saya ejek seorang itu, lepas tu yang lain pun*



*seronok-seronok ejek saya*". Atau responden **R2E** "*saya tahu saya kuat menangis jadi kalau saya tak kuat menangis mesti saya tidak akan dibuli lagi*". Intervensi kaunseling kelompok tingkah laku kognitif ini telah menunjukkan kesan yang baik kepada kumpulan eksperimen. Kumpulan eksperimen telah dilihat lebih perkasa dan yakin dengan kebolehan mereka untuk menangani masalah buli hasil dari penambahan pengetahuan dan pemahaman sebab dibuli. Kumpulan eksperimen berasa diri lebih positif, yakin dan mempunyai rakan yang boleh memberikan sokongan dalam usaha mereka membuat perubahan tingkah laku agar lebih berkesan. Hasil penemuan ini sama seperti yang dikatakan oleh Corey (2009) di mana kaunseling kelompok akan memberi peluang ahlinya membincangkan, menganalisa dan mendapat maklumbalas dari ahli yang lain. Keadaan ini akan mendatangkan kesan positif kepada ahli.

#### **Keputusan dapatan ujian kuantitatif**

Ujian Wilcoxon T dijalankan untuk melihat perkembangan efikasi sendiri responden kajian yang mengikuti proses kaunseling kelompok kognitif tingkah laku. Keputusan menunjukkan perbezaan signifikan, skor  $z = -2.3$ ,  $p < 0.5$ , di mana nilai min pangkat ujian pasca (min pangkat = 4.93) yang lebih tinggi berbanding dengan min pangkat ujian pra (min pangkat = 1.50). Ini menunjukkan terdapat peningkatan tahap efikasi sendiri responden kajian setelah menjalani intervensi kaunseling kelompok kognitif tingkah laku. Jadual 2 dan Jadual 3 adalah dirujuk.

Jadual 2: Skor Min Efikasi Kendiri Kumpulan Kajian (PACSES)  
N = 8

<b>SKOR MIN (PANGKAT)</b>	
UJIAN PRA (PANGKAT)	4.93
UJIAN PASCA (PANGKAT)	1.50

Jadual 3:

<b>UJIAN PRA – UJIAN PASCA</b>	
Z	-2.313
Asymp.Sig.(2-tailed)	.021

Jadual 4 pula menunjukkan skor min setiap satu domain yang juga menunjukkan terdapat peningkatan skor min kesemua domain iaitu (1) efikasi sendiri terhadap tingkah laku provokatif (2) efikasi sendiri untuk mengelakkan tingkah laku agresif, (3) efikasi sendiri untuk mengelakkan rasa bersalah terhadap diri sendiri dan (4) efikasi sendiri kepada mangsa buli yang menidakkan perasaan mereka. Domain yang paling tinggi meningkat skor min nya ialah domain efikasi sendiri terhadap tingkah laku provokatif iaitu dari skor min 43.0 (pra) kepada 48.3 (pasca). Peningkatan nilai min domain yang paling rendah ialah domain efikasi sendiri untuk mengelakkan rasa bersalah terhadap diri sendiri iaitu dari nilai min 28.4 (pra) kepada 29.9 (pasca).

Jadual 4 : Skor Min Setiap Domain Efikasi Kendiri Kumpulan kajian ukuran PACSES. N =8

<b>Domain</b>	<b>Keputusan Pra</b>	<b>Keputusan Pasca</b>
1. Efikasi sendiri terhadap tingkah laku provokatif	43.0	48.3
2. Efikasi sendiri untuk mengelakkan tingkah laku yang agresif	36.0	40.0
3. Efikasi sendiri untuk mengelakkan rasa bersalah terhadap diri sendiri	28.4	29.9

---

4. Efikasi sendiri kepada mangsa yang menidakkan perasaan mereka	22.9	27.2
--	------	------

---

Dengan itu dapatlah dikatakan terdapat peningkatan dalam efikasi sendiri mangsa buli kumpulan kajian setelah menjalani Intervensi Kaunseling Kelompok Tingkah Laku Kognitif sebagaimana yang dilihat dari skor min pra dan pasca melalui alat ukuran PACSES. Oleh itu kajian ini telah menunjukkan bahawa, hasil daripada kutipan data kuantitatif alat ukur PACSES yang mengukur efikasi sendiri responden kajian telah menunjukkan peningkatan. Keputusan analisis Wilcoxon T menunjukkan nilai min pangkat ujian pasca (min pangkat = 4.93) yang lebih tinggi berbanding dengan min pangkat ujian pra (min pangkat = 1.50). Ini jelas menunjukkan peningkatan tahap efikasi sendiri responden kajian setelah menjalani intervensi kaunseling kelompok tingkah laku kognitif.

### **Kemahiran menangani buli**

Dalam sesi kaunseling kumpulan eksperimen telah membincangkan sebab mereka dibuli. Pengkaji menggunakan terapi tingkah laku kognitif bagi membantu ahli kumpulan membetulkan tanggapan ahli menggunakan persoalan sokratis semasa membuat celahan (intervin) pada pemikiran ahli. Dryden & Branch (2012), menyatakan persoalan sokratis membantu menstimulasi pemikiran dan meningkatkan kepekaan klien. Ahli kumpulan yang lain juga membantu memberi pengukuhan dan juga mencadangkan alternatif dalam kelompok, Corey (2009), membincangkan bahawa ahli kumpulan yang lain boleh memberi cadangan mereka dalam membantu ahli yang lain untuk mendapatkan alternatif dan idea yang baru. Alternatif dan idea dalam menangani buli ini dibicarakan, diteliti dan kemahiran baru (teknik) untuk dilatih dalam kelompok (seperti *role play*) sebelum dilaksanakan apabila berada di luar sesi kaunseling kelompok. Beck (2011) menjelaskan bahawa teknik *role play* ialah teknik yang boleh digunakan untuk pelbagai tujuan terutamanya dalam pembelajaran dan mempraktikkan kemahiran sosial.

Hasil daripada intervensi terapi ini membantu menangani buli kepada responden eksperimen, **R1E** memberi maklumbalas ”*Saya buat teknik yang cikgu ajar supaya dia orang kurang kacau. Sekarang dia orang dah tak kacau saya sangat dan takut nak buat masalah lagi*”. Maklum balas ahli kumpulan eksperimen (**R1E**) menunjukkan peningkatan dalam kemahiran menangani buli. Responden telah mengikuti kaedah yang diajar (*role play*) dalam sesi kaunseling kelompok dan responden telah berpuas hati dengan hasil pembelajaran dalam sesi kelompok.

### **KESIMPULAN**

Kumpulan eksperimen menunjukkan perkembangan dalam pengetahuan buli, sebab diri dibuli dan efikasi sendiri menghadapi buli. Peningkatan ini membuktikan bahawa intervensi kaunseling kelompok tingkah laku kognitif, berjaya memberi kesedaran kepada kumpulan eksperimen tentang buli, sebab diri mereka dibuli dan kemahiran menangani buli. Peningkatan dalam maklumat dan kesedaran membolehkan responden mengambil langkah sewajarnya daripada menjadi mangsa buli. Intervensi ini juga telah memperkasakan kumpulan eksperimen dengan menukar gaya fikiran bahawa mereka berupaya mengawal situasi buli. Dengan itu mereka tidak lagi menjadi mangsa buli selamanya.

Walaupun kaedah intervensi ini tidak melibatkan seluruh warga sekolah, tetapi penumpuan intervensi kepada individu mangsa dan usaha memperkasakannya adalah diharapkan akan menjadi satu kaedah pemulihan dan juga pencegahan fenomena buli yang berkesan.

**RUJUKAN**

- Beck, J. S. (2011). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond*. 2nd ed. New York: Guilford.
- Brislin, R. W. (1970). Back-translation for cross-culture research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1: 185–216.
- Campbell, D. T., & Stanley, J.C.(1963).”Experimental and Quasi-Experimental Designs for Research on Teaching.” In N. L. Gage (ed.), *Handbook of Research on Teaching*. Chicago: Rand McNally.
- Connelly, L.M. (2009). Mixed Methods Studies. *MEDSURG Nursing*.18 (1).
- Corey, G. (2009). *Theory and Practice of Group Counseling*, International Student Edition, (7ed.). Belmont CA: Thomas, Brooks/Cole.
- Creswell, J.W. (2008). *Education Research : Planning, Conducting and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*, (3rd.). Upper Saddle River NJ: Pearson Education Inc.
- Dryden, W. & Branch, R. (2012). *The CBT Handbook*. London: Sage Publication Limited
- Ibu Pejabat Polis Kontijen Johor (2015, Mac 18) Kes buli: Polis Johor tahan dua pelajar bantu siasatan, Retrieved from ::<http://www.astroawani.com/berita-malaysia/kes-buli-polis-johor-tahan-dua-pelajar-bantu-siasatan-55911?cp>
- Kshirsagar, V.Y. Agarwal, R & Bavdekar, S.B.(2007). Bullying In School : Prevalence and Short Term Impact. *Indian Pediatric* 2007;44: 25-28.
- Noran Fauziah & Goh. (2007). Keganasan di Sekolah: Mara Ke Hadapan. [http://www.unicef.org/malaysia/mssl/reallives\\_6948.html](http://www.unicef.org/malaysia/mssl/reallives_6948.html) [15 July 2009]
- Noran Fauziah; Rajendran Nagappan & Ahamad Jazimin. (2005). *Bullying Among Malaysian Elementary School Children*. <http://mahdzan.com/papers/bully/bully.asp> [26 July, 2009]
- Ron. B. (2003). “Bullying in Schools.” ERIC Digest. Champaign, IL: ERIC Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education,. <Http://www.ericdigests.org/1997/bullying.htm>> [19 September 2009]
- Rigby, K. (1996). *Bullying in schools and what to do about it*. Melbourne: Australian Council for Educational Research.

- Reber, Christine D., (2012).”The Impact of Group Counseling on the Self-Esteem Levels of Students Who Have Been Identified as the Targets of Bullying Aggressors”. *Counselor Education Master's Theses*. Paper 130.
- Sharp, S. Thompson, D. & Arora. T. (2000). ‘How long before it hurts? An investigation into long-term bullying’. *School Psychology International*, 21(1), 37–46.
- Sing, P. & K. Bussey. (2009). The Development of Peer Aggression Self Efficacy Scale for Adolescents. *British J. Development Psychology*, 27(4): 971-992.
- Smith, P.K., Pepler, D. & Rigby, K. (2004). *Bullying in schools: How successful can interventions be ?* Cambridge: Cambridge University Press.