

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Peserta didik merupakan aset yang akan menjadi generasi penerus bangsa. Peserta didik adalah individu yang mendapatkan pelayanan pendidikan sesuai dengan bakat, minat, dan kemampuannya agar tumbuh dan berkembang dengan baik serta memiliki kepuasan dalam menerima pelajaran yang diberikan di sekolah. Keluarga dan lingkungan tempatnya bertumbuh serta berinteraksi akan membentuk karakter bagi peserta didik. Namun lingkungan tidak semua mendukung atau memberikan hal positif dari proses perkembangan dan pertumbuhan peserta didik tersebut. Maka peran orang tua juga tidak boleh lepas dalam memberikan batasan-batasan yang mengarahkan dan memberikan pemahaman akan hal-hal yang mereka peroleh dalam lingkungannya (Mimin Saminah, Muhamad Ikhsan, 2024). Interaksi dan ikatan batin yang baik yang tercipta dalam keluarga akan membiasakan mereka selalu bercerita tentang kejadian atau kegiatan yang dialaminya di lingkungannya. Selain keluarga dan lingkungan tempat tinggalnya, sekolah pun menjadi tempat untuk bertumbuh bagi para peserta didik.

Sekolah merupakan satu dari banyak faktor penentu untuk perkembangan karakter siswa. Karakter siswa bisa meliputi cara mereka berperilaku, sopan dan santun, tata krama dan kepribadian baik lainnya. Dengan begitu siswa diharapkan untuk mampu berperilaku yang baik yang sesuai dengan norma di

lingkungannya khususnya lingkungan sekolah (Sapitri dkk., 2023). Maka dari itu, sekolah mempunyai tanggung jawab sepenuhnya dalam rangka membentuk karakter atau perilaku belajar siswa yang baik. Namun tidak dapat dihindari bahwa di sekolah juga terdapat berbagai masalah seperti narkoba, tawuran dan tindakan kekerasan yaitu *bullying*. Kasus-kasus kekerasan sudah sering terjadi dan beritanya yang tidak asing lagi ditelinga masyarakat. Sekolah yang seharusnya menjadi tempat bagi anak menimba ilmu, membantu membentuk karakter pribadi yang positif, serta melatih bergaul dengan orang lain ternyata malah menjadi tempat tumbuh suburnya praktek-praktek *bullying*, sehingga memberikan ketakutan bagi anak untuk memasukinya (Selvia dkk., 2017). Data pengaduan KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) menunjukkan bahwa kekerasan anak pada tahun 2024 sudah mencapai 141 kasus. Dari seluruh aduan itu, 35 % diantaranya terjadi dilingkungan sekolah atau satuan pendidikan.

Kasus *bullying* banyak terjadi di Indonesia yang mana melibatkan siswa disekolah. Hal itu bisa menghambat proses belajar siswa di sekolah. *Bullying* juga merupakan sebagai masalah psikososial dengan menghina dan merendahkan orang lain secara berulang-ulang dengan dampak negatif terhadap pelaku dan korban *bullying* di mana pelaku mempunyai kekuatan yang lebih dibandingkan korban (Mazidah dkk., 2022). *Bullying* merupakan tindakan penggunaan kekuasaan untuk menyakiti seseorang atau kelompok baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tidak berdaya (Olweus., 1997). Anak yang menjadi korban *bullying* akan lebih beresiko mengalami masalah kesehatan, baik secara fisik maupun mentalnya. Masalah yang lebih sering diderita oleh anak yang mengalami *bullying* antara lain munculnya berbagai masalah mental

dan fisik seperti depresi, gelisah, rasa tidak aman berada di lingkungan sekolah, penurunan semangat belajar, sakit kepala, sakit perut, ketegangan otot dan lain sebagainya (Karismawati, 2023). *Bullying* di sekolah memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan akademik, psikologis, dan sosial peserta didik. Adapun dampak terhadap prestasi akademik seperti penurunan motivasi belajar, kesulitan konsentrasi, sering bolos atau *dropout*. Dampak bagi psikologis yang berpengaruh pada akademik terhadap korban *bullying* juga akan dialami seperti rasa cemas dan depresi, merasa tidak berharga, gangguan tidur. Korban *bullying* juga akan mengalami dampak sosial yang akan menghambat pembelajaran yang akan terlihat seperti ketidakmampuan mengelola emosi dan isolasi sosial atau menarik diri untuk tidak berinteraksi. (Espelage dkk., 2019).

Bentuk perilaku *bullying* menurut Kurnia (2020) yaitu *bullying* fisik berupa memukul, menampar, memalak dan lainnya, *bullying* verbal berupa memaki, mengejek, menggosip dan lainnya. Menurut Salmi, Hariko & Afdal, (2018) Perilaku *bullying* siswa menunjukkan adanya kekerasan yang dilakukan baik secara fisik, verbal maupun relasional, yang dapat menyebabkan korbannya mengalami kerugian secara fisik atau psikologis. Disisi lain Duffy (2004) berpendapat bahwa ada dua yang menjadi bentuk perilaku *bullying*, *direct bullying* atau perilaku *bullying* yang dilakukan secara langsung kepada korban, dan *indirect bullying* atau perilaku *bullying* secara tidak langsung, seseorang yang memiliki kecenderungan perilaku *bullying* ditandai dengan perasaan senang terhadap pelaku sesudah melakukan tindak kekerasan secara fisik, verbal maupun psikologis yang dilakukan secara berulang-ulang. Peserta didik yang mendapatkan perlakuan *bullying* dapat memicu depresi, minder, penyendiri, merosotnya prestasi akademik, berniat untuk

mencoba bunuh diri. Disisi lain apabila dibiarkan pelaku *bullying* tidak akan merasa takut untuk melakukan kekerasan bahkan berpengaruh pada masa depan berpotensi untuk menjadi preman ataupun pelaku kriminal.

Pada saat peneliti mengikuti kegiatan Magang Kependidikan yang diselenggarakan mulai Agustus 2024, dalam pendampingan peneliti beserta guru BK masih ditemukan adanya kasus *bullying* yang terjadi dikalangan siswa yaitu di kelas X Perhotelan di SMK N 2 Singaraja . Sering sekali beberapa korban *bullying* mendatangi ruang BK untuk memberi pengaduan yang dialami selama kegiatan belajar-mengajar di sekolah yang ditandai dengan adanya *bullying* verbal dan *bullying* fisik, sehingga dilihat dari buku kasus siswa tingkat perilaku *bullying* masih tinggi, hal ini juga didasari wawancara dengan guru BK yang mengatakan bahwa tidak sedikit kasus *bullying*. *Bullying* yang terjadi disebabkan karena sikap siswa yang merasa dirinya lebih hebat dibandingkan teman lainnya. Sehubungan dengan adanya permasalahan *bullying* yang terjadi di kelas X Perhotelan SMK N 2 Singaraja, maka perlu adanya penanganan yang tepat, jika tidak akan menimbulkan beberapa efek negatif. Bahaya atau efek dari tingkah laku *bullying* tidak hanya ditanggung oleh si korban *bullying*, tetapi juga memberi pengaruh pada si pelaku *bullying*, begitu pula pada anak yang melihat langsung tindakan bully tersebut (Novianti dkk., 2023). Observasi dilakukan dengan mengamati langsung situasi di sekolah untuk melihat bagaimana perilaku *bullying* terjadi, siapa saja yang terlibat, dan dampaknya terhadap korban maupun lingkungan sekolah. Dalam penelitian ini, indikator *bullying* yang diamati meliputi bentuk-bentuk agresi fisik dan verbal. Bentuk agresi fisik meliputi memukul, menjambak, menarik baju, merusak barang dengan sengaja, membuat orang lain tersandung, dan berkelahi

fisik. Sementara itu, agresi verbal meliputi mengeluarkan kata-kata yang menyakitkan, menyoraki dengan sengaja untuk mempermalukan, membicarakan kejelekan orang lain dengan sengaja, serta mempermalukan di depan umum. Dimana kejadian ini biasanya terjadi di area seperti kantin, lapangan dan lorong kelas. Sehingga korban terlihat murung, sering menyendiri, kurang percaya diri dalam kelas, dan mengalami penurunan nilai akademik. Indikator ini akan digunakan untuk memahami sejauh mana perilaku *bullying* terjadi dalam lingkungan yang diteliti.

Masalah *bullying* bukan sekedar fenomena lagi, tetapi sudah menjadi masalah aktual dan perlu mendapat perhatian sebagai solusi untuk mengatasinya. Salah satu cara yang dipandang mampu untuk mengurangi perilaku *bullying* terhadap siswa yakni melalui konseling kelompok. Layanan konseling kelompok memiliki tujuan mengembangkan pribadi sehingga menghasilkan tingkah laku yang tepat selaras dengan normal, serta konseling kelompok merupakan kegiatan layanan yang bertujuan bersikap respek terhadap diri sendiri dan orang lain. Oleh karena itu peneliti berusaha mengatasi perilaku *bullying* dengan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *Cognitive Restructuring* dan pendekatan yang digunakan adalah konseling kognitif-perilaku *Cognitive Behavior*. Pemikiran ini muncul didasarkan pada suatu kajian bahwa untuk menangani masalah perilaku *bullying* diperlukan pendekatan khusus yang mampu membuka dan membenahi pola pikir atau kognitifnya. Hal ini dikarenakan masalah perilaku *bullying* pada siswa yang tinggi lebih banyak disebabkan karena kognitif atau pola pikirnya yang tidak realistis, kurang terkontrol dan cara berpikirnya kurang terstruktur dengan baik. Teknik *cognitive restructuring* mengintervensi untuk difokuskan pada pelaku

*bullying*, bukan hanya korban, menggunakan teknik *cognitive restructuring* untuk mengubah cara berpikir dan sikap mereka terhadap teman sebaya. Dengan menggunakan pendekatan eksperimen dengan *pre-test* dan *post-test* akan memberikan bukti empiris tentang efektivitas intervensi, sehingga akan berbeda dari penelitian sebelumnya yang lebih bersifat deskriptif.

*Cognitive restructuring* merupakan cara yang dilaksanakan agar menggantikan konsentrasi serta interpretasi buruk dengan mengubah pola pikir yang baik agar tak terbiasa serta menyadari saat prosedur pemikiran berlangsung. *Cognitive restructuring* yaitu cara dengan menggunakan terapi kognitif dalam konseling dengan fokus utama berupa penekanan saat memikirkan hal baik serta logis mengenai penyelesaian mengenai masalah yang dihadapi peserta didik. Cara *cognitive restructuring* dianggap mampu mengurangi perilaku *bullying* terkhusus pada peserta didik. Dalam cara *cognitive restructuring* pola berpikir pada anak akan diubah kearah yang rasional, sehingga anak dengan konsep diri rendah dapat memahami dirinya sendiri (Mutmainah, 2020). *Cognitive behavior* dengan teknik *cognitive restructuring* telah banyak digunakan dalam intervensi psikologis untuk mengatasi berbagai masalah, termasuk perilaku *bullying*. Teknik ini membantu individu mengubah pola pikir negatif yang dapat memperburuk kondisi emosional mereka. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terapi ini efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dalam waktu relatif singkat. Namun, efektivitasnya sangat bergantung pada motivasi klien dan kemampuan mereka dalam mengidentifikasi serta mengubah pola pikir negatif (Corey, G. (2015). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi lebih dalam efektivitas

terapi ini dalam konteks tertentu, sehingga dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan intervensi psikologis yang lebih tepat sasaran.

Konseling *cognitive restructuring* dalam bentuk kelompok memberikan kesempatan kepada para siswa untuk mengekspresikan perasaan yang bertentangan, mengeksplorasi keraguan diri dan merealisasikan minat untuk berbagi dengan anggota kelompok yang lain. Corey (Mutmainah, 2020) menyatakan “Konseling *Cognitive Restructuring* dalam bentuk kelompok sangat cocok untuk diterapkan bagi siswa, karena merupakan proses edukasi yang bertujuan mengajarkan siswa untuk menjadi terapis bagi dirinya sendiri dan menekankan pada pencegahan”.

Berdasarkan kondisi objektif di atas, peneliti tertarik mengkajinya dalam penelitian yang berjudul “efektifitas konseling *cognitive behavior* dengan teknik *cognitive restructuring* dalam menurunkan kecenderungan perilaku *bullying* di kelas X Perhotelan SMK N 2 Singaraja” penelitian ini dilakukan guna untuk mencari adanya pengaruh konseling *cognitive behavior* dengan teknik *cognitive restructuring* untuk menurunkan kecenderungan perilaku *bullying* di kelas X Perhotelan SMK N 2 Singaraja dan sebagai bentuk alternatif dalam menangani siswa yang berperilaku *bullying*.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan diatas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Terdapat siswa yang melakukan *bullying*
2. Pelaksanaan bimbingan konseling dengan berbagai teknik belum diketahui keefektifitasnya, salah satunya konseling kelompok dengan konseling

*cognitive behavior therapy* dengan teknik *cognitive restructuring* untuk menurunkan kecenderungan perilaku *bullying* pada peserta didik

### 1.3. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah digunakan untuk menghindari adanya penyimpangan maupun pelebaran pokok masalah, agar penelitian tersebut lebih terarah. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini yaitu untuk menurunkan *bullying* pada peserta didik dengan menggunakan satu teknik yaitu konseling *cognitive behavior* dengan teknik *cognitive restructuring*.

### 1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

Apakah Konseling *Cognitive Behavior* dengan teknik *Cognitive Restructuring* efektif dalam menurunkan kecenderungan perilaku *bullying* pada siswa kelas X Perhotelan di SMK Negeri 2 Singaraja?

### 1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang dipaparkan, maka dapat dirumuskan tujuan penelitian adalah untuk menganalisis dan mendeskripsikan efektivitas teknik konseling *Cognitive Behavior* dengan teknik *Cognitive Restructuring* dalam menurunkan kecenderungan perilaku *bullying* peserta didik kelas X Perhotelan di SMK N 2 Singaraja.

## 1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah :

### 1.6.1 Manfaat Teoritis

- a. Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan serta pengetahuan bagi para pembaca dan peneliti mengenai efektivitas konseling *Cognitive Behavior* dengan teknik *Cognitive Restructuring* untuk menurunkan kecenderungan perilaku *bullying* pada peserta didik.
- b. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi dan informasi bagi pembaca mengenai konseling *Cognitive Behavior* dengan teknik *Cognitive Restructuring* untuk menurunkan kecenderungan perilaku *bullying* pada peserta didik.

### 1.6.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Penulis

Penelitian ini sangat bermanfaat untuk menambah dan mengembangkan wawasan serta pengalaman penulis dalam mengembangkan panduan konseling kelompok teknik hasil dari penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan serta pengetahuan bagi para pembaca dan peneliti mengenai efektivitas konseling *Cognitive Behavior* dengan teknik *Cognitive Restructuring* untuk menurunkan kecenderungan perilaku *bullying* pada peserta didik.

- b. Bagi Peserta Didik

Dari adanya penelitian ini, siswa diharapkan dapat menurunkan perilaku *bullying* sehingga peserta didik merasakan kenyamanan pada saat belajar dikelas maupun diluar kelas.

c. Bagi Guru BK

Membantu guru BK dalam memberikan layanan dan bimbingan yang tepat untuk menurunkan *bullying* pada siswa dengan menggunakan konseling kelompok maupun individu.

