

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perundungan didefinisikan sebagai bentuk tindakan intimidasi yang dilancarkan oleh pihak yang memiliki kekuatan lebih terhadap individu yang lebih lemah (Coloroso dalam Alwi, 2021). Fenomena ini bukanlah *problem* baru dan telah lama mengakar, khususnya di dalam lingkungan institusi pendidikan. Menurut Nuraeni et al. (2023) dunia pendidikan di Indonesia saat ini tengah menghadapi tantangan krusial yang dikenal sebagai “tiga dosa besar pendidikan” yang mencakup perundungan, kekerasan seksual, serta intoleransi. Ketiga persoalan tersebut secara yuridis telah dikategorikan sebagai bentuk kekerasan yang wajib di cegah dan ditanggulangi, sebagaimana diatur dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan nomor 82 tahun 2015 tentang pencegahan dan penanggulangan tindak kekerasan di lingkungan satuan pendidikan.

Secara spesifik, dimensi perundungan dapat diklasifikasikan menjadi tiga kategori utama, yaitu perundungan verbal, perundungan non-verbal, serta perundungan psikologis atau relasional (Coloroso dalam Cut Nurmasyithah, 2022). Kompleksitas masalah ini ditegaskan oleh Mendikbudristek Nadiem Makarim, dalam Ihsan (2023) yang mengungkapkan bahwa 24,4 % peserta didik di Indonesia pernah menjadi korban berbagai modus perundungan. Data tersebut diperoleh melalui hasil Asesmen Nasional (AN) serta Rapor Pendidikan pada rentang tahun 2021 hingga 2023. Temuan ini diperkuat oleh

lampiran Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) yang dikutip oleh Rosa (2023). Sepanjang tahun 2023, FSGI mencatat adanya 30 kasus perundungan di satuan pendidikan dengan rincian 80% terjadi di bawah naungan Kemendikbudristek dan 20% dibawah Kementerian Agama. Dari total kasus tersebut, jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) menempati posisi tertinggi dengan persentase mencapai 50%. Tingginya angka ini menunjukkan bahwa perilaku perundungan telah menjadi urgensi nasional yang memerlukan penanganan serius dari berbagai pihak. Kondisi empiris di lapangan juga mencerminkan urgensi serupa dengan data nasional tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMP Negeri 3 Sawan, tercatat sebanyak 26 kasus perundungan sepanjang tahun ajaran 2023/2024. Perilaku tersebut meliputi tindakan verbal dan fisik, seperti memanggil nama orang tua sebagai ejekan, memukul, mendorong, mengintimidasi, menjaili sesama peserta didik, hingga melakukan penghinaan orang tua melalui whatsapp. Meskipun upaya penanganan telah diupayakan oleh guru BK, intervensi yang dilakukan dinilai belum Memberikan hasil yang maksimal. Oleh karena itu, diperlukan teknik konseling yang tepat dan aplikatif untuk mereduksi perilaku perundungan tersebut di sekolah.

Permasalahan di atas memerlukan peran guru BK dalam melakukan penanganan serta pencegahan perilaku perundungan melalui layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan permasalahan. Karena pelaksanaan konseling oleh guru BK belum maksimal dilakukan maka perlu sebuah teknik konseling yang sesuai. Dalam hal ini, salah satu Langkah yang

diambil adalah menguji Efektivitas Konseling Cognitif Behavior teknik *Self-talk* Terhadap Perilaku Perundungan Siswa.

Layanan bimbingan dan konseling ini di proyeksikan mampu meminimalisir tindakan perundungan baik verbal maupun non-verbal. Konseling *Cognitive Behavior* teknik *Self-talk* adalah pendekatan terapeutik yang sangat efektif untuk mengatasi masalah psikologis dan mengubah pola pikiran serta perilaku yang tidak sehat. Konseling *Cognitive Behavior* teknik *Self-talk* bertujuan untuk membantu siswa menanamkan nilai-nilai positif kepada dirinya, mengidentifikasi dan mengubah perilaku yang tidak sehat, Memberikan keterampilan interpersonal untuk meningkatkan hubungan sosial dan komunikasi, serta melatih kemampuan siswa dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi secara lebih konstruktif.

Penelitian terdahulu yang telah membuktikan efektivitas konseling *cognitif behavior* untuk penurunan perilaku perundungan siswa adalah penelitian oleh Rahmianor et al. (2020) di SMPN 3 BANJARBARU menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* mampu menekan angka perilaku perundungan pada siswa kelas VII, VIII, dan IX. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Mazidah et al. (2022) di SMP Negeri 2 Kecamatan Guguak juga membuktikan bahwa implementasi Teknik *Cognitive Behavior Therapy* dalam konseling kelompok cukup efektif untuk meminimalisir tindakan perundungan di lingkungan sekolah.

Berdasarkan problematika nyata yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk memfokuskan perhatian melalui penelitian ilmiah yang berjudul “Efektivitas Konseling *Cognitive Behavior* Teknik *Self-talk* Untuk Penurunan

Perilaku Perundungan Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 3 Sawan” dengan dilakukannya uji efektivitas teknik konseling ini diharapkan guru BK dapat melaksanakan proses bimbingan dan konseling dengan menerapkan teknik yang telah diuji efektif terhadap perilaku perundungan sehingga dalam pemberian layanannya dapat memperoleh hasil yang maksimal.

1.2 Identifikasi Masalah

Mengacu pada pemaparan latar belakang di atas, rumusan identifikasi masalah yang dikaji dalam penelitian ini meliputi banyak siswa yang mengalami perundungan secara verbal, secara fisik dan satu siswa mengalami perundungan elektronik. Perilaku perundungan secara verbal yang dilakukan siswa yaitu menghina temannya dengan mengejek nama orang tua. Perilaku perundungan fisik yang dilakukan siswa yaitu memukul dan mendorong temannya. Sedangkan perundungan elektronik yang dilakukan siswa yaitu menghina orang tua temannya melalui whatsapp.

1.3 Pembatasan Masalah

Mengingat keterbatasan peneliti dan berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, ruang lingkup penelitian ini dibatasi secara khusus pada “Efektivitas Konseling *Cognitive Behavior* Teknik *Self-talk* Untuk Penurunan Perilaku Perundungan Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 3 Sawan”. Pembatasan fokus ini diterapkan dengan tujuan menjaga agar pembahasan penelitian tetap terarah dan tidak terlalu luas.

1.4 Rumusan Masalah

Berlandaskan pada pembatasan masalah di atas, pertanyaan yang menjadi fokus utama dalam penelitian ini adalah: apakah konseling *Cognitive Behavior* teknik *Self-talk* terbukti efektif terhadap penanganan perilaku perundungan siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Sawan?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan arah dari perumusan masalah tersebut, sasaran yang ingin dicapai dalam studi ini yaitu untuk mengetahui Keefektifan Konseling *Cognitive Behavior* Teknik *Self-talk* Untuk Penurunan Perilaku Perundungan Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 3 Sawan.

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan secara teoretis maupun praktis, di antaranya:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah serta menjawab rumusan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya mengenai Efektivitas Konseling *Cognitive Behavior* Teknik *Self-talk* Untuk Penurunan Perilaku Perundungan Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 3 Sawan sebagai tambahan pengetahuan untuk peneliti.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi peneliti, dapat memperluas wawasan, pengalaman langsung, serta mengasah keterampilan peneliti dalam

mengaplikasikan konseling *Cognitive Behavior* Teknik *Self-talk* untuk mengurangi perilaku perundungan.

- b) Bagi sekolah, Penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi sekaligus materi pertimbangan bagi guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam menyusun program layanan intervensi terhadap kasus serupa di sekolah.
- a) Bagi jurusan, penelitian ini dapat menambah koleksi kajian tentang konseling *cognitive behavior* Teknik *Self-talk* dalam mengatasi masalah perundungan siswa.

