

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Manusia terlahir sebagai makhluk individu dan sosial, dimana sebagai makhluk individu mereka harus dapat hidup menjadi diri sendiri berbeda dengan manusia lain baik pada jenis kelamin yang sama maupun dengan jenis kelamin yang berbeda, karena manusia satu sama lain saling membutuhkan agar manusia dapat hidup berdampingan dengan manusia lain, pada diri manusia dituntut untuk memiliki kemampuan atau kecenderungan untuk mampu bergaul dengan yang lainnya. Salah satu kecenderungan atau kebutuhan manusia adalah kebutuhan untuk berteman, bergaul dengan lain baik dengan jenis kelamin yang sama atau berbeda, saling mencurahkan perhatian dan kasih sayang dengan lawan jenis. Kebutuhan tersebut dalam dunia psikologi sering disebut kebutuhan hetrosexual. Kebutuhan hidup berdampingan dengan orang lain khususnya lawan jenis adalah kebutuhan hakiki dari manusia karena pada manusia adanya rasa saling membutuhkan antar satu dengan lainnya. Untuk itu, manusia perlu menjalinan hubungan dengan orang lain, baik sebagai teman, sahabat, maupun sebagai pasangan hidup. Hubungan persahabatan terbentuk dari rasa saling mencintai, saling menerima, percaya, dan rasa hormat.

Berdasarkan hasil observasi peneliti yang dilakukan pada tanggal 8 oktober 2019 di SMKN 1 Singaraja terhadap siswa di sekolah menunjukkan karakteristik siswa ditemukan 10% siswa bergaul dengan lawan jenis, 9% siswa memberikan kasih sayang terhadap lawan jenis, 7% siswa memberikan perhatian terhadap lawan jenis. Namun sebaliknya 3% siswa bergaul dengan sesama jenis,

jarang berkomunikasi terhadap lawan jenis, 5% siswa malas menolong teman lawan jenisnya, 4% siswa acuh tak acuh terhadap teman yang berlawanan jenis. Dokumen observasi dapat disajikan pada lampiran 1. Fenomena tersebut dapat indikasikan sebagai self heterosexual.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap siswa ditemukan (1) 25% siswa bergaul dengan lawan jenis namun sebaliknya 10% siswa tidak bergaul dengan lawan jenis (2) 20% siswa memberikan kasih sayang terhadap lawan jenis namun sebaliknya 8% siswa tidak memberikan kasih sayang terhadap lawan jenis. (3) 15% siswa memberikan perhatian terhadap lawan jenis, namun sebaliknya 5% siswa tidak memberikan perhatian terhadap lawan jenis. Dokumen wawancara dapat disajikan pada lampiran 2 Fenomena tersebut dapat indikasikan sebagai self heterosexual.

Selanjutnya pemantauan terhadap buku harian siswa peneliti menemukan (1). 20% siswa bergaul dengan lawan jenis 10% siswa tidak bergaul dengan sesama jenis, 2. 15% siswa memberikan kasih sayang terhadap lawan jenis namun sebaliknya 9% siswa sering memarahi lawan jenis, 3. 10% siswa memberikan perhatian terhadap lawan jenis namun sebaliknya 5% siswa tidak menolong teman lawan jenis.

Selanjutnya hasil koreksi lembar jawaban kuesioner siswa peneliti menemukan 1. 15% siswa bergaul dengan lawan jenis, namun sebaliknya 5% siswa bergaul dengan sesama jenis, 2. 20% siswa memberikan kasih sayang terhadap lawan jenis namun sebaliknya 5% siswa tidak memberikan kasih sayang

terhadap lawan jenis, 3. 25% siswa memberikan perhatian terhadap lawan jenis namun sebaliknya 3% siswa memberikan perhatian dengan sesama jenisnya.

Berdasarkan buku catatan pribadi siswa peneliti menemukan 1. 25% siswa bergaul dengan lawan jenis, namun sebaliknya 5% siswa bergaul dengan sesama jenis, 2. 20% siswa memberikan kasih sayang terhadap lawan jenis namun sebaliknya 4% siswa tidak memberikan kasih sayang terhadap lawan jenis, 3. 15% siswa memberikan perhatian terhadap lawan jenis namun sebaliknya 3% siswa tidak menolong teman lawan jenisnya.

Hasil catatan guru BK menunjukkan bahwa siswa (1) bergaul dengan lawan jenis 10%, (2) memberikan kasih sayang terhadap lawan jenis 7%, (3) memberikan perhatian terhadap lawan jenis 6%. Namun sebaliknya ada siswa yang menunjukkan karakter seperti (1) bergaul sesama jenis 5%, (2) tidak memberikan kasih sayang terhadap lawan jenis 4%, (3) tidak menolong teman yang lawan jenis 7%. Fenomena tersebut dapat indikasikan sebagai self heterosexual.

Menurut Dharsana (2013:1001) heteroseksual adalah karakter seseorang dalam ketertarikan terhadap lawan jenis. Dalam self heterosexual memiliki 3 indikator: 1. Mampu bergaul dengan lawan jenis, 2. Mampu memberikan kasih sayang terhadap lawan jenis, 3. Mampu memberikan perhatian terhadap lawan jenis. (Dharsana, 2015 : 4–5). Menurut (Manning, 2012) heteroseksualitas lebih memusatkan terhadap ketertarikan pada lawan jenis. Menurut (Freeman, 2013) heterosexual adalah laki – laki atau perempuan yang tertarik pada individu yang memiliki jenis kelamin yang berbeda.

Berdasarkan definisi diatas peneliti memilih definisi pertama yaitu dari ahli Dharsana yang berbunyi heteroseksual adalah karakteristik untuk berdekatan terhadap lawan jenis. Self heterosexual memiliki 3 indikator:

*Mampu bergaul dengan lawan jenis*, bergaul dengan lawan jenis merupakan cara kita menyesuaikan diri dengan lawan jenis dan belajar cara hidup serta berfikir di lingkungan mana saja kita berada dengan adanya aturan-aturan yang mengikat sehingga membentuk kepribadian seseorang. Bergaul dengan lawan jenis ada aturan dan nilai budi pekerti di antara keduanya. Baik pria atau wanita saling menghargai dan menghormati, baik dalam sikap, bertutur kata, ataupun dalam perilaku kehidupan sehari-hari.

*Mampu memberikan kasih sayang terhadap lawan jenis*, kasih sayang adalah suatu pemberian rasa cinta yang diberikan oleh seseorang ke orang lainnya atau kepada seluruh keluarganya. Kasih sayang juga tercipta karena adanya rasa perhatian, penyayang, sehingga terciptalah rasa kasih sayang. Tidak hanya pasangan lawan jenis saja rasa kasih sayang tercipta, tetapi juga kepada sahabat, keluarga dan teman-teman. Kasih sayang juga dapat mempersatukan orang yang sedang bertengkar, banyak sekali sisi positif dari kasih sayang itu sendiri. Berawal dari rasa perhatian, saling mengerti terciptalah rasa kasih sayang, berawal dari pacaran, menjadi suami istri yang sangat bahagia, mempunyai anak sampai kakek nenek, betapa bahagianya orang yang memiliki rasa kasih sayang dan sangat beruntung memiliki rasa kasih sayang.

*Mampu memberikan perhatian terhadap lawan jenis*, perhatian merupakan pemusatan atau konsentrasi yang menyebabkan bertambahnya aktivitas individu

terhadap suatu obyek yang memberikan rangsangan kepada individu tersebut, sehingga ia memperdulikan obyek yang memberikan rangsangan tersebut. Dengan demikian perhatian terhadap lawan jenis merupakan pemusatan atau konsentrasi seseorang terhadap lawan jenis yang menyebabkan bertambahnya aktivitas seseorang yang ditujukan kepada lawan jenisnya terutama dalam pemenuhan kebutuhan (Dharsana, 2015 : 4–5).

Untuk dapat mengintervensi fenomena tersebut dilakukan dengan beberapa pendekatan yaitu 1. Pendidikan dan pelatihan, 2, bimbingan dan konseling. Peneliti memilih pendekatan bimbingan dan konseling, alasannya karena memiliki konsep, langkah – langkah, prosedur memiliki teknik untuk mengintervensi.

Menurut Dharsana bimbingan adalah proses pemberian bantuan dari seseorang yang ahli kepada konseli atau individu yang mengalami masalah (K. Dharsana, 2014).

Menurut Dharsana Konseling adalah proses pemberian bantuan secara tatap muka antara seorang ahli kepada individu yang mengalami masalah (K. Dharsana, 2014).

Adapun tahapan yang dilakukan yang disesuaikan dengan RPBK, 1). Perispan RPBK (observasi, wawancara, penyebaran test self heterosexual), 2). Persiapan media, 3). Penyajian (pembukaan, salam, penyampaian materi, teknik plazebo, sosiodrama, buku harian (cara pengisian skor, tabel dan grafi), kuesioner, jurnal refleksi, penutup).

Jadi self heterosexual dapat diintervensi dengan berbagai teori konseling konseling sebagai dasar intervensi. Adapun teori – teori konseling sebagai berikut:

1). Teori konseling behavioral (Bf Skinner), 2). Teori psikoanalitik (Sigmund Freud), 3). Teori konseling Self Adler, 4). Teori konseling kelompok psikodinamika dalam teori asumsi (Melanie Klien), 5). Teori konseling yang berpusat pada pribadi oleh (Carl Rogers), 6). Teori konseling Gestalt oleh Fritz Perls, 7). Teori Analysis transaksional (Eric Berne), 8). Teori Reality Counselling (William Glasser), 9). Teori motivasi manusia (Maslow's), 10. Teori logo konseling (Victor Frakl) 11. Teori konseling kognitif (Aaron Beck), 12. Teori melatih konseling tingkah laku, 13. Teori konseling cognitive behavioral (Aaron Beck), 14. Teori cognitive social (Albert Bandura), 15. Teori Rasional emotive behavioral counseling (Albert Ellis), 16. Teori konsepsi Georgy Kelly, 17. Teori Eklecticism, 18. Teori Personologi Murray, 19. Teori pemilihan jabatan John L. Holland. 20. Teori perkembangan karir dan perkembangan hidup (Super), 21. Teori pemilihan jabatan atau karier Anne Roe, 22). Teori perkembangan karir oleh Ginzberg dan konseling karir trait and factor.

Dalam penelitian ini peneliti memilih teori cognitive behavior, adapun definisi dari CBT, alasan peneliti memilih teori CBT karena memenuhi syarat untuk mengintervensi self heterosexual yang memiliki langkah – langkah, prosedur, dan proses. Menurut Corey (2012) Kognitif Behavioral Therapy (CBT) suatu teori yang menghubungkan antara perilaku (behavior) dengan cognitive yang mana, perilaku yang nampak pada diri seseorang berdasarkan hasil dari pengaruh cognitive (Imroatul Hayyu Erfantinni, Edy Purwanto, 2017).

Adapun kelebihan dan kekurangan dari teori CBT antara lain, Menurut Sugianto, kekurangan: Penggunaan efektif terhadap interview terapi perilaku kognitif memerlukan studi ekstensif, Pelatihan dan praktek. Pendekatan ini tidak

dapat digunakan secara efektif pada individu yang mempunyai gangguan atau keterbatasan mental, seperti schizophrenia, dan mereka yang mempunyai kelainan pemikiran yang berat. Pendekatan ini terlalu diasosiasikan dengan penemunya, Albert Ellis. Banyak individu yang mengalami kesulitan dalam memisahkan teori dari keeksentrikan Ellis. Pendekatan ini langsung dan berpotensi membuat konselor terlalu fanatik dan ada kemungkinan tidak merawat konseli seideal yang semestinya. Pendekatan yang menekankan pada perubahan pikiran bukanlah cara yang paling sederhana dalam membantu konseli mengubah emosinya.

Kelebihan: Pendekatan ini jelas, mudah dipelajari dan efektif. Pendekatan ini dapat dengan mudahnya dikombinasikan dengan teknik tingkah laku lainnya untuk membantu konseli mengalami apa yang mereka pelajari lebih jauh lagi. Pendekatan ini telah dibuktikan efektif dalam merawat gangguan kesehatan mental parah seperti depresi dan kecemasan.

Teori cognitive behavioral memiliki teknik antara lain, teknik main peranan (role play), teknik imajinasi (imagunaring scale, teknik menstrukturisasi semula kognitif, teknik relaksasi, teknik rekod pemikiran disfungsional, teknik guided discovery (TGD), disensitasi systematic, latihan relaksasi, exposure (pendedahan), thought stopping, kontrol diri, token economic, modeling, reinforcement, restrukturisasi kognitif, problem solving, metode coping instruksi diri, reducing self consciousness, building up confidence (membangu keyakinan), dari pilihan teknik-teknik yang dipaparkan diatas peneliti menggunakan teknik modeling.

Alasan peneliti memilih teknik modeling, memiliki kekurangan dan kelebihan atau memenuhi syarat untuk mengintervensi, adapun syarat – syarat untuk

mengintervensi antara lain prosedur, proses, tahapan, teknik untuk mengintervensi self heterosexual.

Adapun definisi teknik modeling bertujuan untuk mengubah, menambah, mengurangi tingkah laku dengan mengobservasi secara langsung perilaku seseorang dengan menggunakan model atau tokoh maupun berupa video, film (Shaleh, 2004 dalam (Usman, Puluhulawa, & Smith, 2017). Teknik modeling, bertujuan untuk mengubah perilaku seseorang dengan memberikan suatu model yang berupa simbolik antara lain, video, film, dll serta konseli mengobservasi dan menirukan model dari video tersebut (Ismah, 2014). Alasan peneliti memilih teknik modeling, untuk membantu konseli dalam meningkatkan self heterosexual dengan adanya media sebagai model simbolik seperti video, film atau tokoh-tokoh. Siswa menyimak model simbolik yang berupa video berkaitan dengan self heterosexual.

Teknik atau strategi yang akan digunakan terlebih dahulu akan di uji keefektivasannya dalam meningkatkan self heterosexual. Dengan demikian peneliti melakukan treatment terhadap siswa di kelas X A OTKP di SMKN 1 Singaraja yang dikategorikan memiliki self heterosexual yang rendah. Makadari itu judul penelitian yang digunakan adalah “Efektivitas Konseling Cognitif Behavioral Dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan Self Heterosexual Siswa Kelas X A OTKP SMKN 1 Singaraja.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas, maka peneliti mengidentifikasi beberapa masalah yang akan dijadikan bahan penelitian selanjutnya yaitu:

- 1.2.1 Terdapat siswa kelas X di SMK N 1 Singaraja yang menunjukkan perilaku self heterosexual yang rendah dengan ciri-ciri bergaul sesama jenis, tidak membantu lawan jenis, acuh tak acuh terhadap lawan jenis

## 1.3 Pembatasan Masalah

Agar penelitian dapat dilakukan dengan focus dan tepat, berdasarkan identifikasi masalah diatas penulis merasa bahwa perlu dilakukan pembatasan masalah, sehingga permasalahan pada penelitian diangkat dan dibatasi variabelnya. Penelitian ini terbatas pada:

- 1.3.1 Penelitian ini terbatas pada self heterosexual yang diteliti pada bergaul dengan lawan jenis, memberikan perhatian dan kasih sayang pada lawan jenis.
- 1.3.2 Penelitian ini terbatas pada konseling cognitive behavioral teknik modeling simbolik dengan media film atau video.

## 1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat disimpulkan, sebagai berikut:

- 1.4.1 Apakah terdapat perbedaan self heterosexual siswa yang diberikan konseling cognitive behavior therapy dengan teknik modeling dengan siswa

yang tidak diberikan konseling cognitive behavior therapy dengan teknik modelig?

1.4.2 Apakah pengaruh konseling cognitive behavior therapy dengan teknik modelling terhadap Self heterosexual siswa kelas X di SMKN 1 Singaraja?

## 1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan yaitu sebagai berikut:

1.5.1 Untuk perbedaan self heterosexual siswa yang diberikan konseling cognitive behavior therapy dengan teknik modeling dengan siswa yang tidak diberikan konseling cognitive behavior therapy dengan teknik modeling.

1.5.2 Untuk mengetahui terdapat pengaruh konseling CBT dengan teknik modeling terhadap self heterosexual siswa kelas X di SMKN 1 Singaraja

## 1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Secara Teoritis

Informasi yang didapat berdasarkan penelitian ini diharapkan dapat dijadikan suatu patokan baik dari tenaga professional dalam segi bidang kependidikan khususnya, guru bk, dan konselor. Dari hasil penelitian ini dapat memberikan suatu dampak positif bagi para pembaca untuk mentelaah lebih mendalam dari suatu definisi teori dan teknik terkait penanganan masalah yang masih belum terjangkau dalam penelitian ini.

### 1.6.2 Secara Praktis

#### a. Bagi Guru Pembimbing

Bagi guru pembimbing di sekolah mendapatkan tambahan informasi mengenai cara penanganan permasalahan siswa, terutama pada permasalahan yang menyangkut permasalahan siswa.

#### b. Bagi Peneliti

Bagi peneliti sendiri manfaat yang diperoleh yaitu bertambahnya pengetahuan atau wawasan peneliti dan terselesaikan tugas akhir peneliti yang merupakan syarat utama dalam menyelesaikan studi S1.

#### c. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain guna dalam meningkatkan atau menambah wawasan.

