

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut (Nurlaili & Wahyuni, 2020), kekerasan dalam ranah pendidikan sering kali dikenal sebagai perundungan, yang berasal dari istilah "bully" dalam bahasa Inggris yang menggambarkan orang yang cenderung mengintimidasi atau menindas orang lain. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), istilah perundungan diartikan sebagai penindasan atau intimidasi yang terjadi melalui kekerasan, ancaman, atau paksaan terhadap individu yang lebih lemah. Secara umum, perundungan merupakan suatu tindakan agresif yang dilakukan dengan sengaja dan berulang kali oleh individu atau grup yang memiliki kekuatan lebih terhadap individu lain, dengan tujuan untuk menyakiti, baik secara fisik maupun mental. Perilaku ini seringkali dianggap remeh dan biasa dalam lingkungan sekolah, padahal dapat menimbulkan konsekuensi serius seperti trauma, depresi, bahkan pikiran untuk bunuh diri. Perundungan di sekolah menjadi salah satu tipe perundungan yang paling umum terjadi, baik itu secara langsung melalui pemukulan dan ejekan, ataupun secara tidak langsung melalui pengucilan dan perundungan daring (cyber bullying), yang semuanya memiliki dampak terhadap kesehatan mental siswa.

Menurut (Wahyuni, R., dan Prasetyo, 2023), Penelitian yang dilakukan oleh Survei Nasional Perlindungan Anak (SNPA) pada tahun 2021 menunjukkan bahwa prevalensi perundungan di sekolah mencapai angka 38,7%. Indonesia menduduki tempat keempat tertinggi di antara 70 negara yang diteliti, sebagai negara dengan kasus perundungan yang paling banyak dihadapi oleh siswa.

Informasi yang dikumpulkan dari Lembaga Perlindungan Anak Nasional (LPAN) serta Asosiasi Guru Indonesia (AGI) memperlihatkan bahwa perundungan masih menjadi masalah yang sangat serius dalam dunia pendidikan. Tipe perundungan yang paling sering dialami oleh para korban adalah perundungan fisik, yang mencapai 53,2%, diikuti dengan perundungan verbal yang sebesar 31,8%, dan perundungan psikologis yang mencapai 15%. Survei tersebut juga mencatat bahwa 39% anak berusia 14-16 tahun di Indonesia mengalami perundungan minimal beberapa kali dalam sebulan, yang mencakup kekerasan baik fisik maupun psikologis. Selain itu, laporan dari United Nations Children's Fund (UNICEF) pada tahun 2022 menegaskan bahwa 22% siswa laki-laki dan 70% siswa perempuan pernah menjadi korban kekerasan fisik yang dilakukan oleh guru di lingkungan sekolah.

Menurut (Ningsih, D., dan Putra, H. (2023), 2023), Penelitian yang dilakukan oleh Lembaga Riset Anak Indonesia pada tahun 2019 mengenai perundungan di beberapa kota besar di Indonesia, seperti Bandung, Medan, dan Makassar, mencatat prevalensi perundungan sebesar 65,3% di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) dan 63,7% di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Tingkat kekerasan yang dialami oleh siswa tercatat 39,8% untuk SMP dan 42,5% untuk SMA, dengan jenis yang paling umum adalah kekerasan psikologis yang termasuk pengucilan dan intimidasi. Pada urutan kedua, terdapat kekerasan verbal seperti ejekan, sedangkan kekerasan fisik, seperti pemukulan, berada di peringkat bawah. Statistik mengenai kekerasan di SMP di ketiga kota tersebut menunjukkan angka Bandung 72,1% (mengaku mengalami kekerasan), Medan 58,4%, dan Makassar 60,5%. Survei yang dilaksanakan oleh Kementerian Pendidikan,

Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) pada tahun 2021 menemukan bahwa 46,3% siswa mengalami perundungan fisik, 34,7% menghadapi perundungan verbal, dan 23,9% mengalami perundungan sosial. Perundungan berisiko terjadi di semua rentang usia, dengan tingkat risiko tertinggi mulai dari 6 tahun hingga 16 tahun.

Di tingkat provinsi, Sumatera Utara juga menghadapi tantangan signifikan dalam upaya pencegahan perundungan di sekolah. Provinsi ini menerima perhatian khusus karena pelaksanaan program Roots Anti Perundungan yang diinisiasi oleh Kemendikbudristek bekerja sama dengan UNICEF, bertujuan memperkuat pembentukan tim pencegahan kekerasan di pendidikan. Kota Medan, sebagai salah satu pusat pendidikan utama di Sumatera Utara, juga menunjukkan fenomena perundungan yang nyata di lingkungan sekolah. Studi lokal yang dilakukan di lingkungan SMA di Medan menunjukkan bahwa sekitar 41,3 % siswa dari sampel tertentu pernah mengalami bullying, yang menunjukkan fokus masalah tidak hanya terjadi di tingkat dasar tetapi juga berlanjut di tingkat menengah atas.

Persentase korban perundungan di jenjang SMA mencapai 18,75 % dari total kasus yang dilaporkan, menjadikan SMA sebagai salah satu tingkat pendidikan yang masih rentan terhadap berbagai bentuk bullying. Bukti empiris dari beberapa studi menunjukkan bahwa siswa SMA yang menjadi korban bullying sering mengalami dampak negatif terhadap motivasi belajar, kesehatan mental, serta hubungan sosial di sekolah. Upaya pencegahan seperti penggunaan aplikasi anti-perundungan di beberapa SMA di Sumut dan pelaksanaan program

edukasi pencegahan bullying menjadi bagian tak terpisahkan dari strategi pengendalian kasus ini di lingkungan pendidikan menengah atas.

Menurut Sari, M. R. (2023), Perilaku perundungan dapat dibedakan menjadi dua jenis utama, yaitu perundungan dengan kata-kata dan tanpa kata-kata. Perundungan tanpa kata-kata biasanya mencakup tindakan kekerasan fisik, ancaman, serta intimidasi yang tidak melibatkan ucapan. Sementara itu, perundungan dengan kata-kata dikenali melalui penggunaan kata-kata kasar, ejekan, dan penyebaran informasi negatif yang merugikan orang lain. Jenis perundungan ini juga termasuk pengucilan sosial, pengaturan hubungan yang manipulatif, penyingkiran, serta pengiriman pesan yang merendahkan atau menyerang orang yang menjadi korban. Tindakan perundungan ini memberikan pengaruh buruk yang cukup besar pada kesehatan mental seseorang, terutama bagi anak-anak dan remaja, yang bisa mengganggu perkembangan psikososial mereka. Konsekuensi tersebut juga berpotensi menimbulkan perselisihan sosial dan merusak kualitas interaksi antar individu dalam komunitas, yang pada akhirnya dapat menyebabkan diskriminasi dan ketidakselarasan sosial.

Menurut (Wulandari, S., dan Harsono, 2023), Ada beberapa elemen kunci yang berkontribusi terhadap fenomena perundungan di sekolah, yaitu karakteristik individu, kualitas interaksi anak dengan orang tua, pengaruh dari teman sebaya, serta atmosfer di sekolah. Ciri kepribadian yang berperan penting dalam menentukan kemungkinan siswa menjadi pelaku perundungan mencakup tingkat empati yang rendah, perilaku yang impulsif, sikap yang dominan, dan kekurangan dalam kemampuan untuk bersosialisasi dengan cara yang positif. Sejalan dengan hal ini, studi yang dilakukan oleh Rahmawati (dalam Wulandari & Harsono,

2023) mengungkapkan bahwa temperamen anak, yang berhubungan dengan reaksi emosionalnya, adalah salah satu faktor terpenting dalam perilaku perundungan. Anak yang memiliki temperamen aktif dan mudah dipengaruhi secara emosional cenderung lebih sering terlibat dalam perundungan dibandingkan anak yang memiliki sifat lebih tenang atau pemalu.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di SMA Negeri 2 Medan, menemukan beberapa siswa yang melakukan *perundungan*, masih ada sejumlah siswa yang mengalami perlakuan tidak menyenangkan dari teman sebaya. Banyak siswa enggan melaporkan pengalaman tersebut karena takut mendapat intimidasi balik atau merasa laporan mereka tidak akan ditindaklanjuti oleh pihak sekolah. Faktanya, masih terdapat kelompok-kelompok siswa yang membentuk eksklusivitas dan hal ini sering memicu terjadinya tindakan *perundungan*, baik secara langsung maupun tidak langsung. Budaya empati dan saling menghargai belum sepenuhnya berkembang di antara siswa. Di SMAN 2 Medan masih banyak siswa yang menunjukkan perilaku *perundungan* yang dapat melukai perasaan teman-temannya. Hasil pengamatan peneliti menemukan ada beberapa siswa yang berbicara tidak sopan dengan nada tinggi dan kasar, dan ada beberapa menghina teman dengan sebutan yang merendahkan, dan ada beberapa orang menyebarkan gosip yang tidak benar, dan peneliti juga banyak beberapa siswa memaki, dan mengancam saat bercanda.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMAN 2 yang berinisial 'M' diperoleh informasi bahwa kasus perundungan masih terjadi di kalangan siswa, terutama dalam bentuk verbal seperti mengejek, berbicara dengan nada tinggi, dan menggunakan kata-kata kasar yang

merendahkan teman sebayanya. Guru BK menjelaskan bahwa perilaku tersebut umumnya muncul karena kurangnya empati dan keinginan untuk menunjukkan dominasi dalam kelompok pertemanan. Pihak BK telah melakukan pendekatan preventif melalui layanan konseling kelompok dan sosialisasi tentang pentingnya menghargai perbedaan, namun masih terdapat siswa yang sulit diintervensi karena mereka menganggap perilaku tersebut hanya sebagai bentuk “candaan” biasa.

Selain mewawancarai guru bk peneliti menyebarkan instrumen sederhana berupa angket kepada seluruh siswa kelas X untuk mengidentifikasi adanya indikasi perilaku perundungan. Instrumen berisi pernyataan tertutup berupa skala pilihan jawaban yang menggambarkan frekuensi perilaku seperti mengejek, mencela, mendorong, mengucilkan teman, serta pengalaman menjadi sasaran perilaku tersebut. Berdasarkan hasil pengolahan data dari sebaran instrumen yang telah dilakukan terhadap 104 siswa kelas X, diperoleh gambaran sebagai berikut.

Hasil analisis menunjukkan bahwa: 28% siswa terindikasi memiliki kecenderungan sebagai pelaku bullying. Siswa dalam kategori ini menunjukkan jawaban “sering” dan “kadang-kadang” pada pernyataan seperti mengejek teman, memanggil dengan julukan negatif, bercanda yang berlebihan hingga menyakiti perasaan, serta melakukan dorongan fisik saat berinteraksi. Persentase ini menunjukkan bahwa hampir sepertiga dari siswa kelas X memiliki potensi perilaku bullying, meskipun sebagian dari mereka menganggap perilaku tersebut sebagai hal yang wajar atau sekadar interaksi sosial biasa.

Berdasarkan sebaran instrumen tersebut, dapat disimpulkan bahwa masih terdapat persentase yang cukup signifikan siswa yang berpotensi terlibat dalam perilaku bullying, baik sebagai pelaku maupun korban. Temuan ini menjadi dasar

data awal penelitian, yang menunjukkan bahwa permasalahan bullying di kelas X bukan sekadar kasus individual, melainkan fenomena yang penting untuk ditangani. Maka, hasil ini memperkuat alasan perlunya upaya intervensi melalui layanan bimbingan dan konseling, khususnya dengan menggunakan teknik pengelolaan diri, agar siswa mampu Mengontrol perilaku negatif dalam berinteraksi sosial, Menyadari dampak dari perilaku bullying, Mengembangkan perilaku sosial yang lebih positif dan bertanggung jawab.

Teknik pengelolaan diri sangat penting untuk diterapkan kerana salah satu penyebab munculnya perilaku buli adalah rendahnya kemampuan siswa dalam mengendalikan diri, terutama saat mengatur emosi. Siswa yang tidak dapat mengawal perasaan seperti marah, kecewa, atau ingin merasa lebih unggul seringkali bertindak impulsif tanpa memikirkan akibatnya, sehingga perilaku seperti mengejek, menghina, atau menekan rakan boleh terjadi. Kontrol diri, termasuk mengendalikan emosi, adalah aspek utama dalam teknik pengelolaan diri kerana pendekatan ini membantu siswa mengenali perasaan yang mereka alami, menahan sikap negatif, dan mengarahkan tingkah laku ke arah yang lebih konstruktif. Dengan kemampuan pengelolaan diri yang kuat, diharapkan siswa dapat mengatur emosi mereka dan mengurangkan kemungkinan perilaku bullying di sekolah.

Berdasarkan uraian yang telah peneliti uraikan terkait, berbagai bentuk perilaku perundungan diatas. Maka peneliti tertarik ingin melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok melalui teknik pengelolaan diri berpengaruh dalam mengubah perilaku perundungan. Dengan demikian, peneliti melakukan penelitian, tentang **“Pengaruh Konseling**

Kelompok Melalui Teknik Pengelolaan Diri untuk Mengubah Perilaku Perundungan Pada Siswa X SMA Negeri 2 Medan”.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Terdapat siswa berbicara tidak sopan dengan mengutarakan perkataannya melalui nada yang tinggi dan kasar.
2. Terdapat siswa menghina temannya.
3. Terdapat siswa memberikan ejekan khusus kepada siswa lain.
4. Terdapat siswa yang membuat rumor tidak benar menggunakan desas-desus yang menghebohkan siswa lain.

1.3 Batasan Masalah

“Pengaruh Konseling Kelompok Melalui Teknik *Pengelolaan Diri* untuk Mengubah Perilaku Perundungan Pada Siswa X SMA Negeri 2 Medan”.

1.4 Rumusan Masalah

Adakah Pengaruh Konseling Kelompok Melalui Teknik *Pengelolaan Diri* Untuk Mengubah Perilaku Perundungan Pada Siswa X SMA Negeri 2 Medan?.

1.5 Tujuan Penelitian

Supaya mengetahui Pengaruhnya Konseling Kelompok Melalui Teknik *Pengelolaan Diri* Untuk Mengubah Perilaku Perundungan Pada Siswa X SMA Negeri 2 Medan.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat untuk ranah pendidikan, khususnya dalam ruang lingkup bimbingan dan konseling:

1.6.1 Manfaat Teoritis:

- a. Hasil penelitian diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di lingkup pendidikan, terutama dalam bidang bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan layanan konseling kelompok melalui teknik pengelolaan diri
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan referensi serta hasanah keilmuan di bidang bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan layanan konseling kelompok melalui teknik pengelolaan diri dalam mengatasi perilaku perundungan di sekolah

1.6.2 Manfaat Praktis:

- a. Bagi sekolah: hasil dalam penelitian dapat menjadi mengantisipasi aksi perundungan di sekolah
- b. Bagi guru BK: hasil dalam penelitian dapat menjadi acuan bagi guru BK untuk memberikan berbagai bentuk layanan dalam mengatasi masalah, terutama perilaku perundungan di sekolah
- c. Bagi siswa: hasil dalam penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa tentang dampak negatif perundungan untuk mencegah dan mengantisipasi perilaku perundungan