

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I. Latar Belakang

Salah satu permasalahan yang paling umum dan menantang dalam dunia pendidikan ialah perilaku *bullying* di sekolah. Kasus *bullying* sering terjadi di berbagai institusi pendidikan di Indonesia yang telah berlangsung sejak lama. Berbagai informasi dan berita terkait kasus *bullying* dapat diperoleh dari beragam media massa baik cetak maupun noncetak. Salah satu bentuk kasus *bullying* yang sering terjadi di sekolah ialah perlakuan kakak kelas terhadap adik kelas yang menimbulkan rasa tidak aman dan tidak nyaman.

*Bullying* adalah suatu perilaku negatif yang lazim dilakukan oleh kalangan anak-anak dan remaja sekolah (Patton et al., 2017). *Bullying* didefinisikan sebagai tindakan kekerasan yang dilakukan oleh individu maupun kelompok secara berulang kali terhadap korban yang lemah (Karatas & Ozturk, 2011). Perilaku *bullying* mengacu pada satu individu atau sekelompok individu (pengganggu) yang menunjukkan perilaku agresif terhadap orang lain (korban) yang bersifat lemah dan tidak dapat membela diri.

Sekolah merupakan sebuah lembaga pendidikan formal yang memiliki tanggung jawab dalam mempersiapkan sumber daya manusia yang unggul dan terampil. Penyelenggaraan pendidikan di sekolah menekankan pada pembentukan diri peserta didik agar beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, cerdas, terampil, kreatif, mandiri, serta mampu bertanggung jawab secara penuh. Pernyataan tersebut sejalan dengan tujuan pendidikan nasional yang tercantum dalam UU Sisdiknas No.20 Tahun 2003 Pasal 3 yakni “Pendidikan nasional

mempunyai tujuan dalam membentuk pribadi individu yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, cerdas, sehat jasmani dan rohani, terampil, mandiri, kreatif, bertanggung jawab, serta mampu mengembangkan kemampuan secara optimal” (Nasional, 2002). Selain itu, Hurlock (1986, h. 322) mengatakan bahwa sekolah sebagai salah satu faktor yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan diri siswa yang berkaitan dengan cara berfikir, cara bersikap, serta cara bertingkah laku.

Peserta didik yang menginjak usia 12 sampai 18 tahun dikenal sebagai individu yang berupaya dalam mencari identitas dan jati diri. Kesadaran akan pentingnya identitas dan jati diri akan dialami oleh individu pada masa remaja. Dimana, seorang remaja akan menghadapi beragam pertanyaan yang berkaitan dengan dirinya, seperti: kedudukan diri, peran sosial, kehidupan beragama, kehidupan bermasyarakat, maupun tujuan di masa depan.

Hal tersebut disebabkan oleh adanya perkembangan kognitif sosial di lingkungan. Perkembangan kognitif sosial berkenaan dengan kemampuan individu dalam memahami individu lainnya. Dimana, seorang remaja beranggapan bahwa orang lain sebagai individu yang unik secara sifat, minat, nilai dan perasaan. Anggapan tersebut mendorong remaja untuk mampu menjalin interaksi dan sosialisasi yang baik dengan orang lain.

Remaja mempunyai kualitas psikologis yang relatif sama dengan teman sebayanya terkait kepribadian, sikap, maupun nilai. Seorang remaja akan mengalami perkembangan sikap “*conformity* (kesesuaian)” berupa kecenderungan diri untuk menyerah, mengikuti opini maupun kebiasaan orang lain (teman sebaya). Pada tahap ini, tiap-tiap remaja ingin dianggap dalam sebuah kelompok teman sebaya. Kelompok teman sebaya ialah sebuah lingkungan sosial yang

mempunyai peran penting dalam pembentukan struktur di masyarakat. Kelompok tersebut mengajarkan remaja untuk mampu berinteraksi dengan orang lain, mengelola perilaku sosial, meningkatkan potensi, serta berdiskusi dengan orang lain.

Proses pelaksanaan yang terjadi pada tahap ini sering mengalami penyimpangan yang tidak sesuai dengan rencana awal. Hal ini disebabkan oleh munculnya berbagai faktor penghambat. Dimana, faktor penghambat yang muncul berasal dari dalam diri (internal) dan luar diri (eksternal). Salah satu faktor eksternal (luar diri) ialah faktor lingkungan, seperti: kondisi lingkungan yang tidak kondusif, tidak aman dan tidak nyaman. Hal ini memungkinkan munculnya perilaku *bullying* di lingkungan sekolah.

Kasus *bullying* atau penindasan telah memperoleh perhatian khusus pada beberapa tahun terakhir. Menurut Departemen Kesehatan dan Layanan Kemanusiaan AS bahwa tingkah laku agresif melibatkan ketimpangan antara kekuatan dan kelemahan individu secara nyata di kalangan anak-anak usia sekolah (Departemen Kesehatan dan Layanan Kemanusiaan AS, 2014). Beberapa bentuk tindakan yang berkenaan dengan *bullying* berupa kekerasan fisik dan pelecehan secara verbal (*American Psychological Association*, 2014). Lalu, UNESCO menginformasikan sebuah laporan terkait *School Violence and Bullying: Global Status Report* pada tahun 2017 bahwa sebanyak 246 juta anak dan remaja mengalami kekerasan dan penindasan setiap tahunnya. Dimana, sebanyak 31% pelajar telah menjadi korban pelecehan secara verbal dan 33% pelajar mengalami penindasan fisik (UNESCO, 2019).

Beragam kasus kekerasan yang terjadi antar pelajar di sekolah sudah berada pada tingkat tinggi. Hal ini sesuai dengan perolehan data yang

diselenggarakan oleh pihak Kementerian Sosial bahwa sebanyak 84% anak menjadi korban *bullying* di lingkungan sekolah pada rentang usia 12 sampai 17 tahun. Selain itu, terdapat 976 pengaduan dan 17 kasus *bullying* yang diperoleh dari layanan Telepon Sahabat Anak (Tespas) pada tanggal 15 Januari sampai 15 Juli 2017. Tindakan *bullying* menimbulkan berbagai dampak negatif bagi korban yang bersifat ringan maupun berat. Dampak tersebut berupa menutup diri dari lingkungan, stress, sampai upaya bunuh diri. Kasus *bullying* dapat terjadi secara langsung dan tidak langsung. Maka dari itu, semua pihak berkesempatan untuk ikut serta dalam pencegahan tindakan *bullying*.

Bersumber pada hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap dua korban *bullying* di SMA Negeri 7 Medan bahwa kedua korban memiliki beberapa kriteria yang sama, seperti emosi yang tidak terkontrol, mudah menangis, dan mudah terpengaruh terhadap gunjingan teman-temannya. Sehingga, teman lainnya merasa senang untuk mengganggu dan mengusik mereka.

Kajian literatur yang berkenaan dengan lintas psikologi sosial, kesehatan masyarakat, dan ekonomi telah menemukan bahwa korban intimidasi berhubungan dengan kebahagiaan siswa, trauma psikologis, dan prestasi akademik. Tindakan *bullying* dan kekerasan yang terjadi di sekolah bukan hanya memberikan kerugian fisik bagi pelaku *bullying*, akan tetapi timbulnya penyimpangan dalam psikologi dan perilaku mereka. Anak-anak yang menjadi korban perundungan menghadapi berbagai bentuk risiko trauma psikologis berupa depresi, kecemasan, kesepian, bahkan upaya bunuh diri (Kochel et al., 2012). Sejalan dengan pendapat tersebut bahwa tindakan *bullying* menimbulkan beberapa masalah, seperti kesedihan, kecemasan, depresi, kesulitan maupun kesepian (Baumeister et al., 2013).

Tindakan kekerasan fisik dan verbal dapat menimbulkan beragam permasalahan. Ketidakmampuan individu untuk mengatasi permasalahan tersebut membawa pengaruh yang negatif bagi perkembangan karakter dan mental remaja. Dimana, remaja akan merasa malu, sulit berkonsentrasi, mempunyai pikiran yang negatif, sulit menerima takdir, serta prestasi belajar yang menurun.

Bersumber pada fenomena di atas, maka tindakan *bullying* dapat memberikan pengaruh bagi pembentukan konsep diri anak yang negatif. Hal ini memungkinkan timbulnya keyakinan irrasional dan pemahaman diri yang negatif. Konsep diri yang negatif pada remaja penting untuk diubah ke arah yang lebih positif. Hal ini memungkinkan peserta didik untuk mampu menemukan identitas diri dan menerima kenyataan hidup.

Adapun upaya yang dilakukan oleh peneliti untuk mengatasi perilaku *bullying* pada peserta didik melalui penerapan layanan konseling individual dengan pendekatan realita. Pendekatan realita ialah salah satu bentuk pendekatan yang menganggap bahwa kebutuhan hidup berlandaskan 3 prinsip yakni *Right* (hak), *Responsibility* (tanggung jawab), dan *Reality* (kenyataan). *Right* (hak) mengacu pada norma dan ketentuan yang diterima secara umum untuk dipertimbangkan. Lalu, *Responsibility* (tanggung jawab) ialah sebuah keterampilan yang dimiliki oleh individu untuk mampu memenuhi kebutuhan diri. Sedangkan *Reality* (kenyataan) mengacu pada pemahaman individu terhadap dunia secara nyata. Terapi realitas merupakan sebuah sistem yang mengacu pada perilaku masa kini atau masa sekarang. Terapis mempunyai fungsi sebagai seorang pemimpin yang membantu klien untuk berani menghadapi kenyataan hidup secara nyata. Terapi realitas menekankan pada tanggung jawab dan kesehatan mental klien secara penuh (Corey, 2003, h. 267). Konselor bertugas membantu klien untuk

menyusun rencana dan komitmen dalam menjalankan rancangan yang telah disusun sebelumnya.

Latipun (2006, h. 155) berpendapat bahwa konseling realita merupakan sebuah bentuk pendekatan yang beranggapan bahwa individu mempunyai kebutuhan psikologis pada seluruh aspek kehidupan. Dimana, konseling realita menanamkan rasa tanggung jawab penuh terhadap kebutuhan pribadi (Latipun, 2005, h. 129). Maka dari itu, penerapan layanan konseling realita diharapkan untuk mampu meningkatkan prinsip 3R terhadap peserta didik agar lebih percaya diri dan mampu mengembangkan kemampuan bersosialisasi dengan teman sebaya.

Penerapan layanan konseling realitas merupakan sebuah pendekatan yang tepat untuk digunakan dalam *setting* persekolahan, khususnya sekolah menengah. Terdapat beberapa alasan signifikan yang mendasari pernyataan di atas, yaitu: **pertama**, penggunaan waktu yang relatif singkat (*brief*). Di tengah keterbatasan jumlah konselor dan konseli yang harus ditangani, maka diperlukan pendekatan konseling yang dapat memberikan dampak dalam waktu relatif singkat (*brief*). Salah satu ciri konseling *brief* adalah intervensi konseling yang terfokus pada “Mengapa konseli terjebak dalam masalah dan apa yang diperlukan untuk melepaskannya dari masalah” (Chen & Rybak, 2004). Beberapa fakta penelitian membuktikan bahwa konseling realitas dapat memberikan perubahan positif pada konseli dalam kisaran waktu 6 hingga 8 kali pertemuan (Kim, 2002; Lawrence, 2004).

**Kedua**, konseling realitas memiliki konsep yang sederhana dan bisa dipelajari oleh siapapun dengan mudah. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa *choice theory* yang merupakan landasan bagi konseling realitas dapat diajarkan pada siswa diberbagai jenjang pendidikan (Ellsworth, 2007, h. 2).

Penerapan konseling realitas dalam *setting* sekolah merupakan hal yang sudah tidak asing lagi. Teori ini pertama kali dikembangkan pada sebuah sekolah koreksional untuk remaja putri yang melakukan tindak kriminal. Teori ini memberikan perubahan yang signifikan terhadap para siswa di sekolah tersebut. Sehingga, penerapan teori diperluas ke sekolah lainnya (Seligman, 2006, h. 405).

Konsep kontrol internal dan *self-evaluation* merupakan ciri khas pendekatan realitas yang sangat sejalan dengan konsep konseling pada saat ini. Glasser (Pope, 2004) mengatakan bahwa penerapan konseling tidak boleh menimbulkan “kecanduan konseling” bagi konseli. Dimana, konselor harus secara profesional mengajarkan kepada konseli untuk mampu menyembuhkan dirinya sendiri tanpa bantuan orang lain. Tahap-tahap konseling realitas seperti yang telah disebutkan di atas memfokuskan konseli untuk lebih mandiri, tidak bergantung dengan orang lain, serta bertanggung secara penuh.

Teknik metafora merupakan salah satu teknik dalam konseling realitas yang dianggap mampu untuk memfasilitasi siswa korban *bullying*. Secara bahasa, kata metafora berasal dari bahasa Yunani yakni *metapherin* yang berarti mentransfer atau membawa ke suatu tempat lain (Burns, 2007, h. 4). Lalu, Kopp (1998, h. 139) mendefinisikan bahwa metafora sebagai suatu gaya dalam berkomunikasi untuk memberikan kesan hidup. Sebagai contoh, seseorang yang sedang menghadapi permasalahan hidup yang rumit akan mengatakan bahwa dirinya bagaikan telur diujung tanduk. Kiasan tersebut terlihat lebih hidup dibandingkan dengan hanya mengatakan “saya sedang mengalami masalah sangat berat”. Dalam pelaksanaan konseling dan psikoterapi, varian metafora yang biasa digunakan untuk tujuan terapeutik adalah kata-kata kiasan, gambar, film, analogi,

dan anekdot. Akan tetapi, definisi metafora semakin diperluas hingga pengalaman, permainan, dan kekeluargaan (Chesley, Gillet & Wagner, 2008).

Penggunaan metafora dalam konseling akan memberikan banyak manfaat yang tidak diperoleh dari teknik lainnya. Seperti yang dikemukakan oleh Lyddong, Clay & Sparks (2001, h. 130) bahwa penggunaan metafora dalam konseling memberikan manfaat dalam: (1) membangun hubungan dengan konseli; (2) mengelola emosi; (3) mengungkap asumsi-asumsi yang diucapkan oleh konseli; (4) mengatasi resistensi konseli; serta (5) menyampaikan sudut pandang baru.

Dengan kondisi yang demikian, penerapan konseling realitas berpotensi untuk meningkatkan keefektifan dalam rangka mengintervensi masalah korban *bullying*. Pada saat ini, teknik konseling metafora masih belum diketahui oleh para guru Bimbingan dan Konseling.

Bersumber pada penjelasan teori dan fenomena di atas, maka peneliti mengajukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Konseling Realitas dengan Teknik Metafora terhadap Perilaku 3R Siswa dalam Menghadapi *Bullying* di SMA Negeri 12 Medan Tahun Ajaran 2023/2024”**.

## II. Identifikasi Masalah

Bersumber pada fenomena dan masalah di atas, maka peneliti mengidentifikasi beberapa permasalahan berikut:

- 1.2.1. Siswa tidak mampu memberikan resolusi terhadap perilaku *bullying*.
- 1.2.2. Siswa tidak mampu manajemen perilaku secara efektif.
- 1.2.3. Siswa mempunyai pemikiran dan bayangan negatif berupa kesulitan dalam menerima takdir dan kenyataan hidup.

1.2.4. Siswa mempunyai kelemahan dari segi fisik, mental, sosial, dan ekonomi.

1.2.5. Siswa merasa kesulitan dalam menetralisasi munculnya ketegangan pada situasi tertentu.

1.2.6. Siswa berupaya untuk menjauhkan diri dari kelompok teman sebaya.

1.2.7. Siswa merasa putus asa dalam menangani permasalahan yang dialami dalam kehidupan sehari-hari.

### **III. Batasan Masalah**

Peneliti berupaya dalam membatasi permasalahan penelitian agar lebih terfokus menjadi “Pengaruh Konseling Realitas dengan Teknik Metafora terhadap Perilaku 3R Siswa dalam Menghadapi *Bullying* di SMA Negeri 7 Medan Tahun Ajaran 2023/2024”.

### **IV. Rumusan Masalah**

Bersumber pada penjelasan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini berupa “Apakah Ada Pengaruh Konseling Realitas dengan Teknik Metafora terhadap Perilaku 3R Siswa dalam Menghadapi *Bullying* di SMA Negeri 7 Medan Tahun Ajaran 2023/2024?”.

### **V. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini memiliki tujuan “Untuk Mengetahui Pengaruh Konseling Realitas dengan Teknik Metafora terhadap Perilaku 3R Siswa dalam Menghadapi *Bullying* di SMA Negeri 7 Medan Tahun Ajaran 2023/2024”.

## VI. Manfaat Hasil Penelitian

Penelitian yang akan dilaksanakan memberikan manfaat bagi beberapa orang.

Manfaat yang diperoleh terdiri atas dua macam, yaitu:

### 1.6.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini bermanfaat untuk memperkaya ilmu dan pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya penerapan layanan konseling realita menggunakan teknik metafora terhadap perilaku 3R siswa dalam menghadapi *bullying*.

### 1.6.2 Manfaat Praktis

#### a. Bagi Siswa

Temuan penelitian bermanfaat untuk memberikan kesadaran bagi siswa agar berani dalam menghadapi pelaku *bullying*. Selain itu, para siswa diharapkan untuk mampu menghindari *bullying* terhadap orang lain.

#### b. Bagi Peneliti Lain

Penelitian berguna untuk mengevaluasi kekurangan hasil penelitian, mengembangkan hasil penelitian yang lebih luas terhadap kasus *bullying* di sekolah, serta menjalankan program layanan yang lebih optimal.

#### c. Bagi Guru

Penelitian ini bermanfaat dalam memberikan saran dan masukan kepada guru untuk membantu peserta didik dalam menghadapi *bullying* dengan penerapan layanan konseling menggunakan teknik metafora terhadap perilaku 3R. siswa.