

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Warga yang berusia antara 10-18 tahun dianggap remaja berdasarkan Peraturan Menteri No. 25 Tahun 2014, sedangkan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) mendefinisikan remaja sebagai mereka yang berusia antara 10 dan 24 tahun yang belum menikah. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa ini remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik maupun mental (Diananda, 2019). Seiring dengan perubahan fisik yang terjadi selama masa pubertas, setiap remaja mengalami periode perubahan perilaku dan sikap yang mendalam. Remaja mengalami periode perubahan fisik yang memanifestasikan dirinya dalam perubahan karakteristik seksual, seperti anak perempuan perkembangan pinggang dan payudara yang lebih besar dan anak laki-laki tumbuh kumis, janggut, dan suara yang semakin dalam. Perubahan pada mental juga mengalami perkembangan. Pada fase ini pencapaian identitas diri sangat menonjol, pemikiran semakin logis, abstrak, dan idealistis, dan semakin banyak waktu diluangkan di luar keluarga. Setiap tahap usia remaja mempunyai tugas perkembangan yang harus mereka lalui. Apabila remaja gagal melaksanakan tugas perkembangan pada usia sebenarnya, perkembangan pada tahap berikutnya akan mengalami gangguan yang dapat memunculkan masalah pada diri remaja.

Masalah masa remaja biasanya sulit ditangani oleh anak perempuan maupun laki-laki. Remaja mengalami kesulitan menghadapi masalah mereka

karena dua alasan utama. Pertama, permasalahan yang dihadapi sebagian anak pada masa kanak-kanak diselesaikan oleh orangtua dan guru, sehingga anak tidak dilatih untuk mengahadapinya. Kedua, remaja merasa dirinya sudah dewasa dan ingin menyelesaikan masalahnya sendiri serta menolak bantuan orang tua dan guru dalam penyelesaian masalah (Hurlock, 1999). Masalah yang dialami remaja biasanya bisa berasal dari keluarga maupun sekolah. Masalah remaja yang berasal dari keluarga seperti lemahnya status sosial ekonomi keluarga yang dapat menimbulkan perasaan rendah diri dengan teman sebaya, pengalaman masa lalu atau masa kecil yang menimbulkan trauma seperti dikasari, dibentak orangtua yang dapat menimbulkan gangguan pada masa pertumbuhannya, dan *broken home*. Masa remaja yang berasal dari sekolah, seperti tawuran, merokok, *bullying*, dan lain-lain. masalah yang berasal dari keluarga dapat menyebabkan remaja mengalami permasalahan di sekolah. Hal ini bisa terjadi karena anak yang mengalami masalah akan cenderung kesulitan fokus dalam belajar dan apabila remaja kurang mendapatkan kasih sayang dari orangtua dapat menyebabkan remaja mencari perhatian di sekolah. Hal itu dapat menyebabkan remaja menjadi nakal di sekolah. Remaja yang nakal akan melakukan perilaku yang menyimpang dari norma-norma hukum pidana yang dilakukan oleh remaja dan dapat merugikan dirinya dan orang lain. Remaja yang nakal biasanya suka mengganggu orang lain dengan cara mengejek, memukul, menghina, dan lain-lain. Remaja yang memiliki perilaku mengganggu sering ditolak untuk berteman dan seringkali dapat memiliki persepsi yang berlebihan dan tidak akurat tentang tingkat penerimaan teman sebayanya. Ketika anak-anak yang memiliki masalah perilaku saat memasuki masa remaja, mereka cenderung bergaul dengan teman sebaya

yang menyimpang (Lochman et al., 2011). Remaja yang bergaul dengan teman yang memiliki perilaku menyimpang cenderung akan ikut-ikutan melakukan hal-hal negatif. Hal-hal negatif itu berupa tawuran, penyalahgunaan obat terlarang, putus sekolah, narkoba, dan *bullying*. Dari hal negatif tersebut *bullying* berpeluang besar untuk dilakukan remaja karena perilaku tersebut dianggap sepele dan minimnya pemahaman remaja tentang *bullying*.

Menurut Masdin, (2013) (dalam Sa'adah dkk., 2021) Remaja yang melakukan *bullying* dikarenakan pernah menjadi korban *bullying*, ingin memperlihatkan eksistensinya, ingin diakui, senioritas, menutupi kekurangannya, mencari perhatian, membalas dendam, bersenang-senang, sering diperlakukan dengan kasar oleh orang lain, ingin terkenal, ikut-ikutan dan pengaruh negatif acara TV. Menurut Utami (2019) (dalam Sa'adah dkk., 2021) Salah satu alasan remaja melakukan *bullying* adalah karena menganggap mereka hanya bercanda dan kurangnya pemahaman tentang perilaku *bullying*.

Perilaku *bullying* yang dilakukan remaja saat ini menjadi pusat perhatian guru, keluarga, dan masyarakat. Seperti kasus *bully* siswa SMP di Cicendo Bandung, aksi *bullying* yang dilakukan terjadi pada hari jum'at, 2 juni 2023 di kawasan Cicendo Bandung. Seorang siswa SMP dirundung dan dipukuli oleh anak-anak sebayanya. *Bullying* dilakukan oleh sekelompok orang yang sebanyak 10 orang. Korban tampak jongkok dan bersandar ditembok sambil merunduk dan memegangi kepalanya saat dipukuli, ditendang, dan diteriaki kata-kata kasar oleh pelaku. Salah satu pelaku *bullying* mengancam akan membunuh korban dengan obeng di sekolah. Korban tidak hanya satu orang melainkan ada satu anak lainnya (Ghulam, 2023). Dan kasus yang terjadi di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 di

Medan, terdapat siswa yang dicekik lehernya, dipukuli, dipaksa untuk memakan lumpur, pelaku menempelkan kunci sepeda motor yang sudah dibakar ke tangan korban, dan mengalami pecah pada bibir bagian atas. Bullying tersebut dilakukan oleh teman dan kakak kelasnya (Sanjaya, 2023).

*Bullying* yang dilakukan remaja adalah salah satu permasalahan yang harus diatasi karena saat ini masih banyak masalah *bullying* yang dilakukan remaja. *Bullying* harus segera dihilangkan karena dapat menimbulkan dampak yang sangat serius dan berjangka panjang pada korbannya dan dapat merugikan pelaku dikemudian hari. Menurut Putri Dewi & Karneli (2021) (dalam Sadeli & Karneli, 2022) *bullying* adalah tindakan seseorang yang berusaha menyakiti secara fisik maupun psikologis terhadap individu atau kelompok yang lebih lemah, yang dilakukan oleh individu atau kelompok yang lebih kuat. *Bullying* adalah perilaku menyakiti orang lain secara berulang-ulang dan korban tidak dapat melawan.

Menurut Smith and Brain (2000) (dalam Kim et al., 2021) *bullying* adalah penyalahgunaan kekuasaan yang sistematis dengan perilaku kasar yang dilakukan secara berulang-ulang dan seringkali dilakukan tanpa alasan dan ketidakseimbangan kekuasaan. Hal ini dapat dilakukan secara langsung kepada korban melalui serangan fisik, perkataan maupun media sosial. *Bullying* adalah perilaku agresif yang melibatkan ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dengan korban yang dimana pelaku dengan sengaja dan berulang kali menyiksa atau melecehkan kepada korban yang kurang dominan (He et al., 2023). *Bullying* adalah setiap tindakan dan perilaku agresif yang disengaja dan terus-menerus terhadap seseorang yang dilakukan oleh satu orang atau sekelompok orang yang

dimana korban mengalami kesulitan mempertahankan diri karena ketidakseimbangan kekuatan yang dimilikinya (Mbbs et al., 2023). *Bullying* dikategorikan menjadi *bullying* fisik, verbal, relasional (penyebaran rumor dan pengucilan sosial), dan *cyberbullying*. *Bullying* dianggap masalah kesehatan yang serius dikalangan masyarakat yang dapat meningkatkan resiko depresi dan perilaku antisosial dikemudian hari (Mbbs et al., 2023). Menurut Gladden, Vivolo-Kantor, Hamburger, dan Lumpkin (2014) (dalam Ekwelundu et al., 2022) *bullying* adalah perilaku agresif yang tidak diinginkan yang dilakukan secara sengaja dari waktu ke waktu oleh satu orang atau sekelompok yang menggunakan beberapa bentuk kekuatan dan dapat menyebabkan kerusakan fisik dan psikologis pada korban. Menurut Donnellan (dalam Ahmad, 2019) *bullying* adalah ketika seseorang secara sadar menyakiti, melecehkan dan mengintimidasi orang lain.

Menurut Herawati & Deharnita (dalam Mazidah dkk., 2022) perilaku *bullying* adalah adalah suatu ancaman yang sangat serius bagi perkembangan anak dan merupakan penyebab potensial terhadap kekerasan di lingkungan sekolah. *Bullying* pada peserta didik dianggap sebagai bentuk awal dari kekerasan, mengidentifikasi keluarga dan sekolah terjadi dimasa remaja, dan dapat terwujud sebagai dua institusi terpenting yang dapat memberikan gangguan perilaku serius dan mempengaruhi anak untuk tidak mau berinteraksi atau memiliki perilaku antisosial (Mazidah dkk., 2022).

Menurut Chrysan et al. (2020) (dalam Mazidah dkk., 2022) Ada berbagai bentuk perilaku *bullying*, antara lain: 1. *Bullying* Fisik, yang dapat melibatkan tindakan seperti mendorong, memukul, mencubit, dan menendang; 2. *Bullying* verbal, yang dimana perilaku dapat berupa mengolok teman, ancaman, dan

tuduhan, 3. *Bullying* relasional, yang dimana perilaku dapat berupa menyebarkan rumor, melarang orang lain untuk masuk ke suatu tempat karena sedang melakukan suatu kejahatan; 4. *Cyberbullying*, misalnya pesan teks, gambar, video klip, dan panggilan telepon.

Menurut Olweus (dalam Ahmad, 2019) ciri khas pelaku *bullying* adalah adanya perilaku yang tidak baik yang dilakukan terhadap teman sebaya, dan tindakan kasar kepada orang dewasa baik itu guru maupun orangtua. Pelaku seringkali secara fisik lebih kuat dari korbannya, bertindak impulsif, memiliki rasa mementingkan diri sendiri yang berlebihan, kurang empati, dan merupakan orang yang mendominasi.

Dampak yang ditimbulkan dari perilaku *bullying* adalah korban mungkin mengalami frustrasi, depresi, penghinaan, dan kurangnya teman sehingga mereka dimasa depan akan sulit bergaul dengan masyarakat karena merasa takut, mengasingkan diri dari pengaruh luar yang dapat menyebabkan perasaan kesepian (Nurhayaty & Mulyani, 2020). Menurut Nurida (2018) (dalam Sa'adah dkk., 2021) dampak *bullying* terhadap pelaku adalah hubungan yang kurang harmonis dengan teman sebaya, sering terlibat tawuran, terluka akibat tawuran, bolos sekolah dan rendahnya respek terhadap orang lain dan guru. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Sukmawati, dkk (2021) dalam penelitiannya mengungkapkan dampak yang dialami pelaku *bullying* adalah menimbulkan rasa emosional, pengucilan sosial, tindakan intimidasi, sampai tindak pidana dan sebagainya. Selain itu, dampak bagi korban *bullying* adalah mengalami kerugian psikologis seperti depresi, kecemasan, terisolasi sosial, harga diri rendah, dan bunuh diri. Dan korban *bullying* juga sering membawa luka emosional,

fobiasosial dimasa dewasa, dan tidak stabil secara emosional karena ketidaknyamanan yang mereka rasakan, tindakan *bullying* secara fisik juga dapat meninggalkan bekas luka pada korbannya.

Berdasarkan instrumen DCM (Daftar Cek Masalah) yang diberikan kepada siswa SMP kelas VIII di SMP Negeri 29 Medan ditemukan siswa yang melakukan *bullying*. Siswa-siswa tersebut melakukan *bullying* yang berupa mengkritik penampilan orang lain, menghina fisik, berkata kasar kepada teman, memukul kepala teman, menjegal teman, mengintimidasi kepada orang yang tidak disukai, mengeluarkan ancaman kepada teman, berkelahi disekolah, mengatai teman dengan sebutan nama binatang. dan menunjukkan kekuatan kepada yang lemah agar takut.

Berdasarkan dari observasi yang peneliti lakukan di SMP Negeri 29 Medan, ditemukan permasalahan adanya *bullying* terjadi di sekolah tersebut. Pertama, peneliti menemukan ada beberapa siswa laki-laki yang sedang memukul kepala temannya secara diam-diam dan ketika teman yang dipukul melihat, mereka saling tuduh-tuduhan. Kedua, peneliti menemukan siswa laki-laki dan perempuan yang saling memanggil dengan nama orangtua dan memberikan julukan yang tidak pantas sebagai bahan bercanda. Ketiga, peneliti menemukan siswa yang menghina tubuh teman yang berbadan besar dengan sebutan gendut. Selain itu, berdasarkan wawancara peneliti dengan salah satu Guru BK di SMP Negeri 29 Medan, adapun hasil yang didapat yaitu Guru BK mengatakan banyak kasus *bullying* yang terjadi, *bullying* yang dilakukan siswa disekolah tersebut yaitu mengejek nama orang tua, memukul, menendang, memberikan lirikan dengan mata yang tajam, berkelahi. Guru BK mengatakan penyebab *bullying* yang

terjadi di sekolah karena peserta didik ingin menutupi kekurangan dirinya dengan cara mengejek teman, anak yang mencari perhatian dengan mengganggu orang lain, dan anak *broken home*.

Berdasarkan permasalahan yang sudah dipaparkan diatas, maka penting peran dari orangtua, sekolah, guru terutama guru BK untuk mengatasi permasalahan ini. Di dalam bimbingan dan konseling memiliki beberapa layanan. Layanan yang dapat diberikan dari permasalahan diatas adalah konseling kelompok. Konseling kelompok dianggap sangat tepat dalam membantu siswa SMP untuk mengurangi perilaku *bullying*. Menurut Nurihsan (dalam Kurnanto, 2013) konseling kelompok adalah suatu bantuan pada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan dan diarahkan pada pemberian kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Menurut Latipun (dalam Lumongga Lubis, 2016) konseling kelompok adalah suatu konseling yang membantu beberapa individu untuk diarahkan mencapai fungsi kesadaran yang lebih baik dalam jangka waktu yang lebih singkat dan menengah. Konseling kelompok adalah kegiatan yang dilakukan dalam kelompok menggunakan dinamika kelompok yang dilaksanakan untuk membahas masalah tertentu yang muncul dalam diri anggota kelompok dengan mengajak anggota kelompok untuk aktif dan berpartisipasi dalam kegiatan (Mazidah et al., 2022). Tujuan konseling kelompok adalah untuk menumbuhkan suasana bantuan antarindividu yang memungkinkan membantu setiap orang membuat keputusan yang lebih baik, menyesuaikan diri, menekankan masalah perkembangan, pelibatan pilihan dan nilai, sikap, dan emosi yang bersifat pencegahan (Mappiare, 2010). Jadi dapat dikatakan bahwa konseling kelompok sangat dapat membantu

individu dalam menyelesaikan masalah, meningkatkan kepercayaan diri karena dalam konseling kelompok anggota kelompok diajak untuk berperan aktif agar kegiatan dapat berjalan dengan lancar.

Dalam konseling kelompok memiliki beberapa teknik, salah satunya adalah teknik *cognitive restructuring*. Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik *cognitive restructuring* agar mampu untuk mengetahui seberapa berpengaruhnya teknik tersebut mengurangi perilaku *bullying* pada siswa. Menurut Corey (2013) (dalam Erfantinni dkk., 2019) teknik *cognitive restructuring* melibatkan pengenalan dan penilaian pikiran seseorang, memahami bagaimana pikiran negatif tertentu memengaruhi perilaku, dan memperoleh kemampuan untuk menggantikan pikiran tersebut dengan pikiran yang lebih masuk akal, sesuai, dan mudah beradaptasi. Menurut Murk (dalam Damayanti & Nurjannah, 2017) *cognitive restructuring* adalah metode yang dapat membantu mengembangkan cara berpikir, perasaan, dan perilaku baru dengan membantu klien mengenali dan mengidentifikasi kebiasaan masalah. Ini juga membantu klien mengganti persepsi diri yang tidak logis dan negatif dengan persepsi diri yang lebih masuk akal dan realistis. Tujuan *cognitive restructuring* adalah untuk mengenali dan mengubah keyakinan yang tidak logis dan pikiran negatif. CR menggunakan asumsi bahwa respon-respon perilaku dan emosional yang tidak adaptif dipengaruhi oleh pikiran, sikap, dan keyakinan konseli. Menurut Erford (2020) Ada dua asumsi mendasar dalam *cognitive restructuring*: 1. Tindakan seseorang dapat dipengaruhi secara negatif oleh pikiran yang irasional dan cacat kognisi. 2. Perspektif seseorang tentang kognisi dan pemahamannya sendiri dapat mengubah pemikirannya tentang sesuatu. Didukung pendapat Nursalim (2014)

(dalam Purwaningrum dkk., 2023) teknik *cognitive restructuring* menggunakan asumsi bahwa respon perilaku dan emosional yang maladaptive atau merusak diri dipengaruhi oleh keyakinan, sikap, dan persepsi (kognisi) konseli.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utomo (2020), beliau menerapkan konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi perilaku *bullying*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *bullying* pada siswa mengalami penurunan setelah memperoleh layanan konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif. Penelitian ini memberikan dampak positif karena siswa mulai terbiasa bersikap sopan dan berpikir sebelum bertindak. Mereka mulai bertanggung jawab atas tindakannya sendiri dan berperilaku baik diluar sekolah maupun didalam sekolah.

Berdasarkan latar belakang masalah yang dijelaskan diatas, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Cognitive Restructuring* Terhadap Perilaku *Bullying* Pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 29 Medan T.A 2023/2024”**.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti mengidentifikasi masalah dalam penelitian sebagai berikut:

1. Terdapat siswa yang berkata kasar kepada temannya
2. Terdapat siswa yang menghina fisik temannya
3. Terdapat siswa yang mengatai dengan sebutan nama binatang kepada temannya
4. Terdapat siswa yang memberikan julukan yang tidak pantas kepada temannya

5. Terdapat siswa yang suka mengintimidasi teman yang tidak disukai
6. Terdapat siswa yang memukul kepala temannya
7. Terdapat siswa yang menjegal temannya

### **1.3 Batasan Masalah**

Masalah yang diteliti pada skripsi ini hanya sekitar pengaruh konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* terhadap perilaku *bullying* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 29 Medan T.A 2023/2024.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah penelitian adalah “Apakah Ada Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Cognitive Restructuring* Terhadap Perilaku *Bullying* Pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 29 Medan T.A 2023/2024?”

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* terhadap perilaku *bullying* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 29 Medan T.A 2023/2024.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Di antara banyak keuntungan yang diantisipasi dari temuan penelitian ini adalah:

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini berpotensi memperdalam wawasan dan pemahaman dan menguji pengaruh teknik *cognitive restructuring* yang digunakan dalam kelompok konseling untuk mengurangi perilaku bullying.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Siswa

Agar dapat membentuk perilaku dan karakter yang baik kepada siswa sehingga tidak melakukan *bullying* di sekolah

2) Bagi Sekolah

Secara keseluruhan, penelitian ini akan membantu sekolah dan guru bimbingan konseling lebih memahami cara mengurangi *bullying* di sekolah.

3) Bagi Guru BK

Guru bimbingan dan konseling dapat menggunakan penelitian ini sebagai sumber untuk membantu siswa mengatasi perilaku *bullying*.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian mengenai pengaruh konseling kelompok khususnya menggunakan teknik *cognitive restructuring* terhadap perilaku *bullying*.