

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sekolah merupakan tempat didikan bagi anak-anak. Lebih dalam tentang defenisi sekolah, sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistwmatis melaksanakan program bimbingan, pengajaran, dan latihan dalam rangka membantu siswa agar mampu mengembangkan potensinya, baik yang menyangkut aspek moralspiritual, intelektual, emosional maupun sosial. Selain itu sekolah juga dijadikan sarana untuk bersosialisasi , mengaktualisasikan diri dan mampu berkembang di dalam lingkungan sosialnya baik dengan keluarga, teman sebaya dan masyarakat.

Megenai peranan sekolah dalam mengembangkan kepribadian anak, Hurlock (1986:322) mengemukakan bahwa sekolah merupakan factor penentu bagi perkembangan kepribadin anak (siswa) baik dalam cara berfikir, bersikap, maupun cara berperilaku.

Berkenaan dengan perkembangan dan sosial, pada tahap perkembangan remaja usia 12-18 tahun merupakan usia yang masih mencari identitas diri. Masa remaja berkaitan erat dengan perkembangan yaitu perasaan atau kesadaran akan *identity* (jati dirinya). Remaja dihadapkan dengan berbagai pertanyaan yang menyangkut keberadaan dirinya(siapa saya?), masa depannya (akan menjadi apa saya?), peran-peran sosialnya (apa peran saya dalam keluarga dan masyarakat, da kehidupan beragama; mengapa harus beragama?).

Hal yang demikian dikarenakan pada masa remaja berkembang “*social cognitive*”, yaitu kemampuan untuk memahami orang lain. Remaja memahami orang lain sebagai individu yang unik, baik menyangkut sifat-sifat pribadi, minat nilai maupun perasaannya. Pemahamannya ini mendorong remaja untuk menjalani hubungan sosial yang lebih akrab dengan mereka (terutama teman sebaya) baik dalam jalinan persahabatan maupun percintaan(pacar).

Dalam hubungan persahabatan, remaja memiliki teman yang memiliki kualitas psikologis yang relatif sama dengan dirinya, baik menyangkut inerens, sikap, nilai dan kepribadian. Pada masa ini juga berkembang sikap “*conformity*”, yaitu kecenderungan untuk menyerah atau mengikuti opini, pendapat, nilai, kebiasaan, kegemaran (hobby) atau keinginan orang lain (teman sebaya). Remaja cenderung ingin dianggap didalam sebuah kelompok teman sebaya. Kelompok teman sebaya merupakan lingkungan sosial yang memiliki peran yang cukup penting, terutama saat terjadinya perubahan struktur di dalam masyarakat.

Didalam kelompok teman sebaya, remaja diajarkan dan diberi kesempatan untuk belajar tentang (1)bagaimana berinteraksi dengan orang lain, (2)mengontrol tingkahlaku sosial, (3)mengembangkan keterampilan dan minat yang relevan dengan usianya, dan (4)saling bertukar pikiran dan masalah.

Namun, proses perkembangan ini tidak slalu berjalan sesuai dengan alur yang linier, lurus atau searah dengan potensi, harapan dan nilai-nilai yang dianut, karena banyak faktor yang menghambatnya. Faktor penghambat ini bias bersifat internal maupun eksternal. Faktor hambatan yang bersifat eksternal adalah yang berasal dari lingkungan. Iklim lingkungan yang tidak kondusif itu dapat kita lihat

misanya dilingkungan sekolah. Di dalam lingkungan sekolah saat ini marak terjadi *praktik school bullying*.

Praktik *school bullying* saat ini sangat memprihatikan bagi pendidik, orang tua, dan masyarakat. Sekolah yang seharusnya menjadi tempat bagi anak untuk menimba ilmu dan membantu membentuk karakter pribadi yang positif ternyata malah menjadi tumbuhnya praktik-praktik *bullying*.

Bullying muncul akibat adanya pelanggaran yang disertai dengan penghukuman, terutama fisik, akibat buruknya system dan kebijakan pendidikan yang berlaku, yaitu muatan kurikulum yang hanya mengandalkan kemampuan aspek-aspek kognitif dan mengabaikan pendidikan dengan kemampuan afektif. Selain itu, dipengaruhi perkembangan kehidupan masyarakat yang mengalami *moving faster* sehingga menimbulkan sikap *instant solution*/jalan pintas yang dipengaruhi oleh latar belakang sosial-ekonomi pelaku.

Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang oleh seseorang/kelompok siswa yang memiliki kekuasaan terhadap siswa/siswi lain yang lebih lemah dengan tujuan menyakiti. Praktik *bullying* sebagai bentuk kekerasan diinstitusi pendidikan dapat dilakukan oleh siapa saja, baik antar teman, antar siswa, antar geng disekolah, kakak kelas bahkan guru. Lokasi kejadiannya mulai dari ruang kelas, toilet, kantin, halaman, pintu gerbang, bahkan diluar pagar sekolah. Akibatnya, sekolah bukan lagi menjadi tempat yang menyenangkan bagi siswa, melainkan justru menjadi neraka, tempat yang menakutkan, trauma, frustrasi, stres dan depresi yang berkelanjutan. Korban *bullying* tidak hanya menderita ketakutan disekolah saja, bahkan banyak kasus *bully* yang mengakibatkan korbanya meninggal.

Stres merupakan salah satu dampak *bullying* yang sering kali terjadi pada siswa korban *bullying*. Hal ini dapat terlihat dari seringnya siswa terlihat gelisah/cemas ketika berada di lingkungan sekolah, harga diri rendah, perasaan terpencil/rasa percaya diri yang kurang, kurang dapat berkonsentrasi, tidak mampu memusatkan perhatian dalam jangka waktu yang lama, mengasingkan diri dari teman sebaya serta menurunnya ketertarikan dan loyalitas terhadap kegiatan disekolah.

Stres juga dapat mengakibatkan berbagai macam penyakit bagi penderitanya seperti: gangguan pencernaan, serangan jantung, tekanan darah tinggi, asma, radang sendi rheumatoid, alergi, gangguan kulit, pusing/sakit kepala, sulit menelan, panas uluh hati, mual, berbagai macam keluhan perut, keringat dingin, sering buang air seni, mudah lupa, terserang panik, diare, isomia dan lain-lain.

Siswa dengan keadaan seperti ini merupakan masalah bagi guru dan konselor. Guru atau konselor biasanya hanya memberikan arahan dan nasehat-nasehat. Bantuan ini kurang efektif, sehingga dapat membuat siswa semakin stres. Konselor dapat memberikan perhatian khusus terhadap siswa yang mengalami masalah stres akibat *bullying*. Konselor perlu memahami psikologis siswa usia remaja yang stres akibat *bullying* sehingga konselor dapat memberikan bantuan yang tepat kepada siswa.

Salah satu bantuan yang dapat diberikan konselor dalam membantu siswa korban *bullying* adalah dengan diadakannya konseling individu teknik realita.

Pemahaman konselor tentang upaya pemberian bantuan melalui konseling individu akan memungkinkan terwujudnya interaksi dengan siswa secara lebih

bijak, penuh empati dan menjadi sosok yang dapat membantu siswa terhadap masalah yang dialaminya.

Pada konseling realita manusia diyakinkan pada hakikatnya sebagai penentu diri (antideterministik) dan positif; manusia berupaya mengontrol dunianya untuk memenuhi kebutuhan akan dirinya sendiri. Tujuan konseling realita adalah membantu konseli belajar dengan perilaku lebih realitas dan dengan demikian mencapai kesuksesan. Teknik pokok yang diterapkan tampak dari perilaku konselor terhadap konseli dengan kepedulian dalam melibatkan proses terlibat; menantang evaluasi tingkah laku sekarang; pembuatan rencana dan komitmen, tidak menerima maaf/alasan, dan menghindari hukuman. Tinjauan masa lalu (masa kanak-kanak) adalah tidak dipandang perlu; dihindari pembicaraan masa lalu, perbincangan masa lalu dalam konseling dianggap bertentangan dengan proses. Diagnosis dan prognosis dipandang perlu dalam kajian halangan dan hambatan realistik.

Pengentasan masalah konseli difokuskan pada penciptaan hubungan, terfokus pada tingkahlaku sekarang, adanya evaluasi tingkah lakunya, konseli mampu merencanakan tindakan, konseli harus memiliki komitmen, serta konselor harus menghindari pemberian maaf atau penundaan perilaku terencana dengan alasan yang dikemukakan oleh konseli, konseli juga harus menghindari hukuman, dan pertolongan (langsung). Konselor secara tidak langsung mengajarkan konseli untuk bertanggung jawab atas masalah yang sedang dialaminya.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMK Negeri 2 Tebing Tinggi, ditemukan 5 (lima) orang siswa korban *bully* kelas XI. Kelima orang siswa tersebut cenderung mengalami stres dampak dari perilaku *bullying* yang

diterima oleh siswa tersebut. Disebabkan karena siswa masih kurang terima terhadap keadaan dirinya dan perlakuan *bullying* yang di berikan kepada siswa tersebut.

Prilaku *bully* yang timbul, disebabkan karena siswa didominasi oleh siswa laki-laki. Dimana biasanya kecenderungan prilaku *bullying* lebih sering terjadi pada siswa laki-laki. yang demikian ini disebabkan karena anak laki-laki lebih banyak menghabiskan waktu dalam kegiatan-kegiatan fisik. Anak laki-laki cenderung melakukan *bully* dalam bentuk-bentuk agresif, seperti meninju, menendang, memukul dan lain sebagainya. Sehingga anak yang dikatakan korban *bully* tidak mampu untuk melawan siswa lain yang lebih kuat atau siswa pelaku *bullying*.

Ketidak seimbangan jumlah siswa dengan guru BK (koselor sekolah) juga menjadi penyebab sering terjadinya *bully*. Jumlah siswa kelas XI yang sekitar 327 orang belum termasuk kelas X dan XII dikontrol oleh 1 guru BK dan 8 orang guru yang diperbantukan untuk membimbing siswa yang bermasalah dirasa perlu di perhatikan karena dalam pengentasan masalah siswa masih adanya ketidak tuntas. Selain itu siswa tidak dapat di control satu persatu. Ketidak tuntas dalam pengentasan masalah siswa juga dapat mengakibatkan stres pada siswa terutama siswa yang mengalami *bullying*.

Stres yang dialami siswa korban *bullying* dapat terlihat dari prestasi belajar mereka yang menurun, pasif dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, mengabaikan keadaan lingkungan sekolah, tidak mampu berkonsentrasi dalam belajar dan mengerjakan tugas-tugas rumah, serta sukanya siswa menyendiri dalam waktu yang cukup lama.

Hal-hal yang demikian dirasakan perlu bagi peneliti untuk meneliti dan menerapkan konseling realita terhadap siswa kelas XI SMK Negeri 2 Tebing Tinggi yang teridentifikasi mengalami stres akibat perilaku *bullying* yang di terima oleh siswa tersebut. Mengingat jumlah siswa kelas XI yang cukup banyak.

Seperti yang telah diuraikan diatas jumlah siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Tebing tinggi sebanyak 327 orang. Dimana siswa di dominasi oleh siswa laki-laki. Siswa laki-laki sebanyak 223 orang dan siswa perempuan 104 orang. Banyaknya siswa laki-laki merupakan sesuatu hal yang harus segera di perhatikan. Mengingat perilaku *bullying* lebih banyak terjadi pada anak laki-laki ketimbang anak perempuan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, pengurangan stres sangatlah penting dalam perkembangan diri siswa, sehingga melalui layanan konseling individu tehnik realita dapat terlihat mulai berkurangnya stres yang berdampak pada prestasi belajar dan sikap siswa sehari-hari didalam lingkungan sekolah. Maka dari itu penulis menganggap penting untuk melakukan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Teknik Konseling Realita Terhadap Pengurangan Stres Siswa Korban *Bully* pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 2 Tebing Tinggi Tahun 2014”**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis mengidentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

- 1) Siswa korban tidak mampu memberikan perlawanan terhadap pelaku *bullying*.

- 2) Siswa merasa kurang percaya diri, sulit berkonsentrasi dalam belajar, kurangnya interaksi dengan teman sebaya, serta berkurangnya loyalitas terhadap kegiatan yang dilakukan didalam lingkungan sekolah.
- 3) Timbulnya stres dan gangguan–gangguan fisik dampak dari tekanan yang terus menerus di terima korban *bully*.
- 4) Kegiatan konseling individu dengan menggunakan teknik realita dapat membantu siswa dalam mengurangi stres yang dialami korban *bully*.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas, perlu kiranya dilakukan pembatasan masalah dalam penelitian ini agar masalah yang diteliti lebih jelas dan terarah. Masalah dalam penelitian ini dibatasi pada pemberian pengaruh teknik konseling realita terhadap pengurangan stres siswa korban *bully* pada siswa kelas XI SMK Negeri 2 Tebing Tinggi tahun 2014

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang ada, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : *Apakah ada pengaruh teknik konseling realita terhadap pengurangan stres yang dialami oleh korban bully pada siswa kelas XI SMK Negeri 2 Tebing Tinggi Tahun 2014?*

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini dilakukan yaitu untuk membantu siswa korban *bullying* dalam mengurangi stres yang dialami dengan menggunakan teknik konseling realita, khususnya pada siswa kelas XI SMK Negeri 2 Tebing Tinggi Tahun 2014

1.6 Manfaat penelitian

1) Manfaat Teoritis

- a) Penelitian ini dapat bermanfaat dalam mengurangi stres yang dialami korban *bully* melalui teknik konseling realita pada siswa kelas XI SMK Negeri 2 Tebing Tinggi.
- b) Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai masukan bagi pihak yang terkait dalam penelitian, sekaligus sebagai referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian pada bidang yang sama.

2) Manfaat Praktis

a) Bagi Guru BK

Sebagai bahan masukan dalam membantu mengurangi stres pada korban *bully* melalui teknik konseling realita.

b) Bagi Siswa

Siswa mengetahui kerugian yang diterima akibat stres yang dialaminya.

c) Bagi Sekolah

Memberikan gambaran umum perilaku siswa yang mengalami stres akibat dari *bully* dan sebagai bahan masukan dalam membantu siswa dalam mengurangi stres dan dampak stres melalui teknik konseling realita.

d) Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan sebagai konselor dalam memberikan layanan konseling individu dengan menggunakan teknik konseling realita untuk mengurangi stres pada korban *bully*, sekaligus sebagai bekal dalam menapaki karir sebagai konselor.