

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah adalah tempat di mana terdapat individu-individu yang berbeda sifatnya yang berperan sebagai penyampai pengetahuan dan keterampilan, melakukan kegiatan pendidikan dan non-pendidikan. Menurut Ericson Damanik, sekolah adalah lembaga pembelajaran atau pendidikan bagi peserta didik, yang dilakukan secara sadar untuk memperoleh pengetahuan, memperbaiki tingkah laku, memperoleh pengalaman dan wawasan yang bermanfaat. Agar peserta didik dapat mengembangkan seluruh potensinya, meningkatkan kualitas hidup dan martabat manusia Indonesia. Pencapaian tujuan pendidikan memerlukan dukungan guru yang berkualitas. Guru yang berkualitas harus mampu melaksanakan tugasnya dengan baik dan berhasil. Proses pembelajaran seorang guru yang berkompeten harus memiliki konsep, susunan, koordinator dan juga observasi untuk mencapai tujuan secara efisien dan efektif.

Pendidikan negara saat ini menuntut agar peserta didik memiliki karakter yang baik sesuai dengan harapan pemerintah. Salah satu karakter yang diharapkan adalah karakter percaya diri yang menjadi bagian dari pembelajaran sekolah dan yang tujuannya membantu siswa tumbuh dan berkembang untuk menemukan kepribadiannya sendiri di masa dewasa. Tumbuh dan berkembang secara maksimal dalam berbagai aspek kepribadian yang ada. Bahwa itu akan mengembangkan kepercayaan diri yang lebih baik dan menjadikan individu sebagai pribadi yang mandiri di masyarakat dan di tengah-tengahnya.¹

Banyak sekali permasalahan dikalangan remaja saat ini, khususnya dalam dunia pendidikan. Dari sekian banyak masalah, salah satunya adalah *bullying*. Kejadian *bullying* biasanya terjadi di sekolah, salah satu penyebabnya adalah perilaku *bullying*

¹ Ericson Damanik, "Efektifitas Pemanfaatan Lingkungan Sekolah Sebagai Sumber Belajar Terhadap Hasil Belajar," *Jurnal Pendidikan dasar islam*, no. 2 (2016): 84, diakses pada 1 november, 2022. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/auladuna/article/download/5104/pdf>.

mencari perhatian atau ingin terlihat mendominasi korban. *Bullying* adalah tindakan atau perilaku berulang yang merugikan orang lain secara fisik dan mental. *Bullying* biasanya melibatkan dua orang atau lebih, yaitu pelaku dan korban. *Bullying* memberikan dampak yang sangat besar bagi korbannya seperti rasa khawatir, menyakiti diri sendiri, depresi, kurang tidur karena selalu memikirkan hal-hal yang tidak penting dan menimbulkan kecemasan sosial pada korban *bullying*. Korban *bullying* seringkali mengalami rasa cemas, malu, marah, dan sedih yang sulit diungkapkan. *Bullying* menimbulkan kecemasan sosial yang didukung oleh penelitian Onyekuru dan Ugwu (2017) yang menunjukkan adanya hubungan antara kecemasan sosial dengan sikap *bullying*.²

Kata *bullying* berasal dari bahasa Inggris yaitu kata *bull* yang berarti banteng yang memegang sana sini. Dalam bahasa Indonesia, kata *bully* secara etimologi berarti pengganggu, seseorang yang menindas orang lemah. Namun menurut pengertian *bullying* secara terminologi menurut Ken Rigby, Astut (2008; 3, Ariesto, 2009) “keinginan untuk menyakiti. .orang atau sekelompok orang dari orang atau sekelompok orang yang “lebih lemah” Faktor pelaku *bullying* yang sering disebut pelaku *bully* dapat berupa seseorang atau sekelompok orang, dan dia merasa memiliki kekuatan untuk melakukan sesuatu terhadap korbannya. Korban juga merasa lemah, tidak berdaya dan selalu merasa terancam di-bully.

Perilaku seperti itu membuat khawatir siswa lain. Sebagai seorang guru, khususnya dalam peran sebagai guru BK, Anda harus memperhatikan anak didik Anda. Peristiwa yang terjadi di sekolah adalah *bullying*. Terutama di kalangan siswa yang baru masuk sekolah atau masih bersekolah. Mereka takut dengan teman lain, terutama teman yang tidak mereka kenal. *Bullying* yang sering menimpa siswa SMA adalah *bullying* secara langsung, misalnya (menggoda, menghina, semena-mena dan ribut) *bullying* terjadi secara fisik (perkelahian, kerusuhan).

² Ayu Dwi Melati, Siti Fatimah, Ardian Renata Manuardi, “*Rational Emotiv Behavior Therapy Dalam Menangani Kecemasan Sosial Korban Bullying*” jurnal bimbingan dan konseling Vol. 5, No. 3, Mei 2022, diakses pada 1 november 2022, <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/view/8642>.

Menurut Ken Righy dalam Ela Zain Zakiyah, *bullying* adalah usaha seseorang untuk menyakiti orang lain baik secara mental maupun fisik yang lebih lemah. Faktor utama terjadinya *bullying* adalah pengaruh teman sebaya. Jika seseorang tidak memiliki pedoman dalam memilih kelompok bermain, maka ia akan terpecah menjadi beberapa kelompok, yang akan mengakibatkan tindakan remaja yang maladaptif.³

Perilaku *bullying* merupakan kasus yang menghawatirkan di lingkungan sekolah, menurut Abdussalam *bullying* dapat menyebabkan sikap negatif terhadap pelakunya maupun korban. Berdasarkan penjelasan di atas mengenai larangan melakukan *bullying*, berikut ayat-ayat Al Qur'an surah Al-Hujurat ayat 11 dan surah Al-Ahzab ayat 70-71 yang berbunyi.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ ۚ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ ۚ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ ۚ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Artinya :

“Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olokkan) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela satu sama lain dan janganlah saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barangsiapa tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.” (QS. Al-hujurat: 11).

³ Ela Zain Zakiyah, dkk, “faktor yang mempengaruhi remaja dalam melakukan *bullying*” jurnal penelitian & PPM, no, 2 (2017) : 329, diakses 1 november 2022, <http://jurnal.unpad.ac.id/prosiding/article/viewFile/14352/6931>

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَفُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا . يُصْلِحْ لَكُمْ
 أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَمَنْ يُطِيعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا
 عَظِيمًا

Artinya:

Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kamu kepada Allah dan katakanlah perkataan yang benar. niscaya Allah memperbaiki bagimu amalan-amalanmu dan mengampuni bagimu dosa-dosamu. Dan barangsiapa mentaati Allah dan Rasul-Nya, maka sesungguhnya ia telah mendapat kemenangan yang besar. (QS. Al-Azhab 70-71).⁴

Makna ayat tersebut berdasarkan Tafsir Al-Misbah surat Al Hujurat ayat 11 yang berisi petunjuk tentang beberapa hal yang harus dihindari agar tidak terjadi perselisihan. Jangan mengejek, menghina, menduplikasi atau meremehkan orang lain karena hal ini dilarang oleh Allah SWT. Jangan diam-diam menggertak orang lain dengan tindakan, kata-kata atau gerak tubuh, karena itu semua akan kembali kepada Anda, dan tidak diperbolehkan menyebut orang lain dengan nama panggilan yang tidak pantas atau gelar yang buruk, yang merupakan tindakan yang memalukan. Mencemooh, meremehkan, mencemooh, mengabadikan dan mengutuk mereka dengan perbuatan yang melebihi batas akal, Allah akan dengan mudah menggiringmu ke api neraka. Padahal, tindakan dan perkataan yang tidak baik bisa membuat seseorang merasa tidak nyaman dan sakit hati.⁵

Menurut M. Quraish Shihab Tafsir Al-misbah Surat Al-Azhab ayat 70-71 Allah memerintahkan untuk bertakwa dan berbicara dengan kata-kata yang benar dan sesuai dengan ajaran agama. Allah berfirman: Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah, yaitu jauhilah azab Allah dengan menaati perintah-Nya dan menjauhi bahasa-Nya sebanyak-banyaknya. Jadi Tuhan selalu mengampuni dosa-dosa Anda dan

⁴ Ringkasan Tafsir Ibnu Katsir dkk, Mushaf Mufassir Al-Qur'an, Terjemah, Tafsir, Tajwid (bandung : Penerbit Jabal,2009),516.

⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah : Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* vol 12, (Jakarta: PT. Lentera Hati, 2002), 605-608

mengatakan kata-kata yang tepat sehingga kata-kata Anda tidak mengganggu orang lain. Berbuat baik dan saling menghormati untuk menjaga hubungan yang baik dan benar.⁶

Berdasarkan hasil observasi di MTsN 2 Kudus ada beberapa siswa yang berperilaku negatif dan kurang menyenangkan terhadap temannya, yaitu perilaku bullying sikap *bullying* yang terjadi antara lain, mereka menindas kaum yang lebih lemah dari mereka, misal sikap mengejek fisik, menghina, menjelek-jelekkan mempermalukan, meremehkan yang membuat korban *bullying* merasakan kecemasan sosial dan dapat mengganggu mental korban *bullying* tersebut. Yang perlu ditingkatkan dari korban *Bullying* adalah kepercayaan dirinya. Kepercayaan diri seorang peserta didik sangat berpengaruh terhadap proses belajar dan berinteraksi dalam lingkungannya.

Dalam kaitannya dengan hal ini, kesuksesan dibidang apapun tidak akan mungkin dicapai oleh seseorang dengan cara mudah jika memiliki kepercayaan diri (*self confidence*) yang kurang. *Self confidence* merupakan milik pribadi yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan individu. Untuk itu konselor harus cerdas menentukan metode/strategi yang tepat untuk mengembangkan kembali kepercayaan diri peserta didik yang menjadi korban *bullying* salah satunya adalah melalui konseling kelompok menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik korban *Bullying*.⁷

Kepercayaan diri juga diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan adalah paling sering menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri. Terlebih jika pada dasarnya seseorang memiliki rasa tidak aman, kurang kasih sayang dan perhatian. Hal ini sama dengan jurnal penelitian yang dilakukan oleh Mufydatush Sholihah A, yang berjudul solusi terhadap problem percaya diri (*self confidance*). Faktor-faktor yang mempengaruhi

⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah : Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* vol 11, (Jakarta: PT. Lentera Hati, 2002), 329-331

⁷ Tasya Anjum Adnina, Hadi Warsito Wiryosutomo, "Efektivitas Layanan Konseling *Rational Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Korban *Bullying*" diakses pada 1 november 2022, <http://ejournal.unesa.ac.id>

peserta didik ada dua faktor yaitu faktor internal yang meliputi konsep diri, harga diri, kondisi fisik, dan pengalaman hidup. Faktor eksternal meliputi pendidikan, pekerjaan dan lingkungan pengalaman hidup.⁸ Faktor-faktor tersebut yang diperkirakan mendukung kurangnya kepercayaan diri pada klien korban *bullying* yang terjadi di MTsN 2 Kudus.

Banyaknya korban *bullying* diketahui dengan cara observasi langsung dan wawancara dengan guru BK yang ada disana yaitu bu Haryati, beliau menjelaskan bahwa *bullying* yang terjadi mayoritas di kelas VIII H, karena banyak siswa yang menjadi korban *bullying* di kelas tersebut, hal tersebut diketahui guru BK karena ada beberapa siswa yang tidak punya teman sebangku dan tidak punya teman di kelas tersebut, ada juga yang membolos karena tidak ingin di bully oleh teman temannya, banyak juga kasus *bullying* fisik yang ada di kelas tersebut, dan mengakibatkan banyak anak tidak percaya diri dan merasa minder.

Oleh karena itu untuk mengatasi perilaku *bullying* tersebut layanan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan layanan Konseling Kelompok dengan pendekatan *Rational Emotiv Behavior Therapy* (REBT) dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik korban *Bullying*. Berdasarkan masalah tersebut maka penulis tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai Implementasi Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotiv Behavior Therapy* untuk mengatasi siswa korban *bullying* yang ada di MTsN 2 Kudus

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah konseling kelompok menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif untuk mengatasi kecemasan sosial dan meningkatkan kepercayaan diri peserta didik korban *Bullying* MTsN 2 Kudus?

⁸ Mufydatush sholihah A, "SOLUSI TERHADAP PROBLEM PERCAYA DIRI (SELF CONFIDANCE)".vol 4 no 1 januari juli 2021, diakses pada 6 oktober 2023 https://www.ejournal.stainupwr.ac.id/index.php/al_ghzali/article/download/197/123/

2. Adakah perbedaan yang signifikan sebelum dan setelah konseling kelompok melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk mengatasi kecemasan sosial dan meningkatkan kepercayaan diri peserta didik korban *Bullying* MTsN 2 Kudus?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui peningkatan kepercayaan diri peserta didik di korban *Bullying* setelah mengikuti konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.
2. Untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah dilaksanakan konseling kelompok melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*. Untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik korban *Bullying* MTsN 2 Kudus.

D. Manfaat Penelitian

- a. Secara Teoritis dapat memperkaya khasanah dari teori tentang *Bullying* dan konseling kelompok menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik korban *Bullying* dilembaga pendidikan formal dan dapat menguji keefektifan serta manambah wawasan tentang bimbingan dan konseling.
- b. Kegunaan Praktis
 1. Bagi guru bimbingan dan konseling
Sebagai bahan evaluasi untuk mengatasi korban *bullying* di lingkup sekolah dan mengembangkan tugas sebagai guru BK, terutama ketika melaksanakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy*.
 2. Bagi kepala sekolah
Sebagai bahan evaluasi agar kepala sekolah membuat kebijakan yang tepat untuk dapat mengatasi perilaku *bullying* dan menciptakan suasana belajar bebas dari perilaku *bullying* sehingga siswa percaya diri dan nyaman dalam melakukan berbagai hal.

3. Bagi Siswa

Siswa dapat mengetahui dampak buruk apabila melakukan bullying, bahwa *bullying* adalah perilaku yang merugikan yang harus di jauhi karena banyak menimbulkan dampak negatif.

4. Bagi peneliti

Untuk menambah pengetahuan keahlian dalam mengatasi kasus bullying dan evaluasi bagi peneliti supaya menjadi guru BK yang professional, dapat memberikan teknik dan pengarahan terhadap siswa secara optimal. Menambah pengetahuan peneliti khususnya penerapan konseling kelompok, menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy*.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan merupakan perencanaan awal pembahasan selanjutnya. Adapun sistematika penulisan sebagai berikut :

1. Bagian Awal Penulisan

Bagian awal berisi tentang halaman judul, pengesahan majelis penguji ujian munaqosyah, pernyataan keaslian skripsi, abstrak, moto, persembahan, pedoman, transliterasi arab-latin, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar/grafik.

2. Bagian Utama Penulisan

Bagian ini terdiri dari beberapa bab, yaitu :

BAB I : Pendahuluan

Menjelaskan mengenai latar belakang, tujuan penelitian, manfaat penelitian, sistematika penulisan.

BAB II : Landasan teori

Pada bab ini menjelaskan tentang deskripsi teori, penelitian terdahulu, kerangka berfikir, hipotesis penelitian.

BAB III : Metode Penelitian

Meliputi jenis dan pendekatan, setting penelitian, populasi dan sampel, desain dan oprasional variabel, uji validitas dan reliabilitas instrument teknik pengumpulan data, teknik analisis data.

BAB IV : Hasil dan pembahasan

Bab ini berisi tentang gambaran obyek penelitian, analisis data, (uji validitas, uji reliabilitas, uji prasyarat, uji hipotesis)0pembahasan0 (komparasi A2 dengan teori/penelitian lain.

BAB V : Penutup

Bab ini meliputi kesimpulan yang di peroleh dari pembahasan yang telah dilakukan sebelumnya serta saran kepada pihak-pihak yang berkepentingan terhadap hasil penelitian.

3. Bagian akhir penulisan

Bagian akhir penulisan berisi tentang daftar pustaka dan lampiran-lampiran

