

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perilaku *bullying* merupakan tindakan yang dilakukan untuk menyakiti individu lain, baik secara fisik maupun psikologis. Di Indonesia, fenomena *bullying* masih sering terjadi, baik di lingkungan sekolah maupun di luar lingkungan sekolah. Pelaku *bullying* tidak hanya berasal dari siswa yang lebih senior terhadap siswa yang lebih junior, tetapi juga dapat melibatkan antarsiswa maupun tindakan yang ditujukan kepada tenaga pendidik dan tenaga kependidikan di sekolah. Menurut Vanderbilt dan Augustyn (2010), *bullying* merupakan bentuk perilaku agresif yang digunakan sebagai sarana untuk menunjukkan atau mempertahankan kekuasaan. Perilaku ini dilakukan secara sengaja dan berulang dengan menargetkan individu yang dianggap lebih lemah, sehingga dapat menimbulkan dampak negatif berupa cedera fisik, gangguan psikologis, masalah sosial, serta tekanan emosional.

Menurut Trisnani dan Wardani (2016), *bullying* merupakan perilaku agresif yang bersifat negatif dan dilakukan secara berulang dengan tujuan menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikologis, melalui penyalahgunaan kekuatan yang dimiliki oleh pelaku. Fenomena *bullying* juga dikenal sebagai salah satu bentuk permasalahan antarmanusia yang paling sering terjadi, sebagaimana dikemukakan oleh Volk dkk. (2014). Selain itu, Christiana (2019) menyatakan bahwa *bullying* merupakan salah satu bentuk perilaku agresif yang memberikan dampak negatif yang signifikan bagi

korbannya. Perilaku ini ditandai dengan adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban, sehingga pelaku dapat melakukan tindakan yang bertujuan menyakiti korban, baik secara fisik maupun psikologis.

Budiana dkk. (2022), bullying merupakan perilaku yang dilakukan dengan memanfaatkan ketimpangan kekuatan atau kekuasaan untuk menyakiti orang lain sehingga korban mengalami tekanan psikologis, trauma, dan perasaan tidak berdaya. Tindakan ini umumnya terjadi secara berulang dan melibatkan hubungan yang tidak seimbang antara pelaku dan korban. Akibatnya, korban berada dalam posisi yang sulit untuk membela diri atau melawan perlakuan negatif yang diterimanya secara efektif. Dalam kehidupan sehari-hari, bullying sering dikenal dengan berbagai bentuk, seperti pemalakan, pengucilan, intimidasi, dan tindakan serupa. Di lingkungan sekolah, perilaku bullying dapat diwujudkan dalam berbagai bentuk kekerasan, seperti tawuran, pencurian, pelecehan seksual, guru yang melakukan kekerasan terhadap siswa, senior yang menganiaya junior, hingga tindakan memaksa teman untuk mengerjakan tugas sekolah.

Hurlock (2024) Proses perkembangan remaja mencakup pencapaian kemandirian emosional, yang mengharuskan remaja untuk dapat mengekspresikan dan mengendalikan emosi mereka secara tepat. Kemampuan mengenali serta mengendalikan emosi yang timbul memungkinkan individu untuk menghadapi berbagai tantangan hidup dengan lebih efektif. Pengelolaan emosi bertujuan untuk menjaga keseimbangan, sehingga perilaku yang dihasilkan bersifat adaptif dan konstruktif.(Viii, dkk

2024). Berdasarkan teori Hurlock, remaja perlu mengasah kemampuan untuk mengenali, memahami, serta mengendalikan emosi mereka dengan cara yang efektif. Hal ini penting agar mereka dapat menghadapi berbagai tantangan kehidupan dengan sikap yang lebih matang dan adaptif. Dengan kemandirian emosional, remaja mampu mengontrol reaksi emosional mereka terhadap situasi yang sulit, menghindari perilaku impulsif, dan menyelesaikan konflik secara konstruktif.

Asertivitas dalam konteks ini, dapat membantu pelaku bullying untuk mengurangi kecenderungan untuk mengendalikan, mendominasi, atau menyerang orang lain sebagai cara untuk memenuhi kebutuhan emosional mereka. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa latihan keterampilan asertif yang dipadukan dengan terapi seni, terapi perilaku kognitif, dan proses kelompok merupakan pendekatan yang efektif dalam mengatasi permasalahan terapeutik yang berkaitan dengan pengalaman pelecehan seksual pada masa kanak-kanak. Selain itu, latihan asertif terbukti mampu meningkatkan harga diri pada remaja (Rohmawati & Christiana, 2016; Nurmalasari dkk., 2023). Penerapan teknik asertif juga efektif dalam mengembangkan keterampilan sosial, seperti meningkatkan perilaku asertif, kemampuan individu untuk mengekspresikan perasaan, serta keterampilan berkomunikasi secara terbuka dengan orang lain (Prabowo & Asni, 2018; Widyani dkk., 2022). Di samping itu, latihan asertif berkontribusi terhadap peningkatan *psychological well-being*, yang pada akhirnya mendukung kesehatan mental remaja serta

memperkuat terbentuknya konsep diri yang lebih positif (Apriyeni dkk., 2022).

Bullying terjadi ketika seorang anak mengalami perlakuan negatif, baik yang terjadi satu kali maupun berulang kali hingga menjadi suatu pola perilaku. Peserta didik yang terus-menerus menerima perlakuan negatif cenderung mengalami penurunan penghargaan terhadap diri sendiri serta memiliki penilaian yang negatif terhadap diri maupun orang lain. Kondisi tersebut dapat mendorong peserta didik untuk menarik diri dari lingkungan sosial dan pergaulannya. Hal yang akan dirasakan anak jika mendapatkan perilaku *bullying* adalah merasa Korban *bullying* akan mengalami krisis kesejahteraan psikologis seperti merasa malu, minder, diasingkan, merasa bersalah dalam waktu lama dan merasa gagal Guidi & Meringolo (Devy & Sugiasih, 2017).

Secara global, anak-anak dan remaja masih rentan mengalami berbagai bentuk kekerasan di lingkungan sekolah, termasuk kekerasan fisik, pelecehan seksual, dan penyerangan seksual yang terjadi melalui beragam cara dan modus. Sebagian besar pelaku merupakan sesama remaja, dengan proporsi mencapai 76,7% pada korban laki-laki dan 70,1% pada korban perempuan. Pelaku umumnya adalah orang yang telah dikenal korban, dan kejadian tersebut lebih banyak dialami oleh remaja berusia 14–17 tahun. Selain itu, mayoritas anak perempuan mengalami pelecehan oleh pelaku laki-laki (88,4%), sedangkan anak laki-laki mengalami pelecehan baik oleh pelaku

laki-laki (45,6%) maupun perempuan (54,4%) (Gewirtz-Meydan & Finkelhor, 2020).

Dalam jangka panjang, perilaku ini dapat menyebabkan dampak negatif yang signifikan pada perkembangan sosial, emosional, dan akademik siswa. Penurunan prestasi akademik, gangguan kecemasan, dan depresi adalah beberapa akibat yang umum ditemui pada korban bullying, sementara pelaku bullying sering kali menunjukkan kecenderungan perilaku agresif yang dapat berlanjut hingga usia dewasa (Rigby, 2010).

Konseling kelompok karena situasi peserta didik yang kurang kondusif maka penjelasan menurut Corey (2015), konseling kelompok memberikan suasana yang aman dan mendukung, di mana peserta dapat belajar keterampilan sosial baru, memperoleh wawasan tentang perasaan mereka, dan mencoba perilaku baru dalam lingkungan yang tidak menghakimi.

Penelitian mengenai efektivitas konseling kelompok berbasis pelatihan asertif untuk menurunkan perilaku bullying telah dilakukan di berbagai negara dengan hasil yang menjanjikan. Misalnya, penelitian oleh Alarcon (2015) menunjukkan bahwa program pelatihan asertif dalam kelompok dapat meningkatkan empati dan keterampilan menyelesaikan konflik di kalangan remaja, yang berujung pada penurunan tingkat bullying di sekolah. Begitu juga dengan penelitian oleh Caproni (2007), yang menemukan bahwa siswa yang mengikuti program pelatihan asertif menunjukkan penurunan signifikan dalam perilaku agresif dan peningkatan keterampilan sosial. Dengan

penelitian yang dilakukan Alarcon (2015) & Caproni (2007) sangat cocok dengan penelitian saya dengan judul Efektivitas Konseling Kelompok berbasis Pelatihan Asertif untuk Menurunkan Perilaku Bullying di SMK Cendekia Madiun.

B. Batasan Masalah

1. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti membatasi penelitian pada siswa kelas X SMK Cendekia pelaku *bullying*.
2. Untuk mengukur tingkat perilaku *bullying*.
3. Mengukur efektivitas konseling kelompok dengan teknik pelatihan asertif untuk menurunkan perilaku *bullying*.

C. Rumusan Masalah

Apakah efektif konseling kelompok teknik asertif efektif untuk mengurangi perilaku bullying di SMK Cendekia Madiun ?

D. Tujuan Penelitian

Menganalisis efektivitas konseling kelompok berbasis pelatihan asertif dalam menurunkan perilaku bullying dengan membandingkan kondisi sebelum dan sesudah dilaksanakan konseling kelompok dengan teknik pelatihan asertif.

E. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis yaitu dalam penelitian ini yakni sebagai pengetahuan mengenai peran guru BK untuk mengatasi perilaku bullying kepada peserta didik di sekolah.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru yaitu Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi guru dalam menyusun dan merencanakan program yang mendukung pelaksanaan peran guru BK dalam pembentukan karakter siswa. Selain itu, guru dapat melakukan evaluasi terhadap proses pembelajaran serta mengimplementasikan pembelajaran yang berorientasi pada pengalaman siswa.
- b. Bagi Kepala Sekolah yaitu Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan kemauan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran melalui peran guru BK, sehingga karakter disiplin siswa dapat berkembang menjadi lebih baik.
- c. Bagi peneliti yaitu Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman dan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji pelaksanaan peran guru BK dalam pembentukan karakter disiplin siswa. Selain itu, penelitian ini juga dapat memperluas pemahaman mengenai pentingnya mengenali kondisi emosional siswa serta manfaat pendidikan karakter sebagai upaya mencegah terjadinya perilaku menyimpang.

F. Definisi Operasional Variabel

1. Konseling Kelompok dengan Teknik Asertif

Konseling kelompok adalah suatu proses konseling yang melibatkan beberapa individu dalam satu kelompok yang dipimpin oleh konselor profesional, dengan tujuan membantu anggota kelompok memahami diri, mengatasi masalah pribadi, dan mengembangkan kemampuan sosial melalui interaksi kelompok. Pelatihan Asertif berasal dari kata asing *to assert* yang berarti menyatakan dengan tegas. “pengertian perilaku asertif mengandung suatu tingkah laku yang penuh ketegasan yang timbul karena adanya kebebasan emosi dan keadaan efektif yang mendukung yang antara lain meliputi: menyatakan hak-hak pribadi, berbuat sesuatu untuk mendapatkan hak tersebut, melakukan hal tersebut sebagai usaha untuk mencapai kebebasan emosi”.

2. Perilaku Bullying

Bullying adalah perilaku kekerasan yang sadar dilakukan secara berkelompok sehingga merugikan orang lain yang dilakukan secara berulang ulang, sebagai masalah psikososial dengan menghina dan merendahkan orang lain sehingga pelaku merasa mempunyai kekuatan yang lebih dibandingkan korban, ada beberapa indikator dalam bullying yaitu: menyindir, kekerasan, merendahkan orang lain, menyoraki, menyuruh, menghina, mengancam.