

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya pendidikan merupakan cara utama dalam membentuk dan menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas tinggi dan mampu bersaing melalui pendidikan formal sekolah. Tanpa adanya Pendidikan formal dan informal akan sulit untuk mencetak kualitas sumber daya manusia yang berkualitas yang dapat menentukan masa depan bangsa. Pendidikan memegang peranan sangat penting, karena pendidikan memiliki kemampuan untuk mengembangkan kualitas manusia dari berbagai segi. Pendidikan pada dasarnya bisa menjadi rumah kedua dan nyaman bagi siswa yang sedang menuntut ilmu namun kenyataannya menjadi hal sebaliknya malah menjadi tempat yang menakutkan karena beberapa menerima perilaku yang tidak wajar yaitu *bullying*.

Dalam hal ini salah satu perilaku siswa yang banyak di perbincangkan adalah perilaku *bullying* sebagai bentuk penindasan terhadap korban yang lemah dengan melakukan hal-hal yang tidak disukai secara berulang sehingga membuat korban merasa minder. Pada dasarnya *bullying* berasal dari kata *bull* yang memiliki makna penggertak, orang yang mengganggu kenyamanan orang lain tentunya yang lebih lemah. Beberapa istilah *bullying* dalam bahasa Indonesia yang selalu digunakan untuk mengartikan fenomena *bullying* diantaranya penindasan, penggencetan, perpeloncoan, pemalakan, pengucilan, dan intimidasi.¹

¹ Andi Halimah dkk, "Persepsi Pada Bystander Terhadap Intensitas *Bullying* Pada Siswa SMP", *Jurnal Psikolog*, Volume 42, No. 2, Agustus 2015: 129-140.

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima setidaknya 37.381 laporan perundungan dalam kurun waktu 2011 sampai 2019 dari jumlah tersebut sebanyak 2.473 kasus disinyalir terjadi di dunia pendidikan.² Berdasarkan data sebelumnya jelas bahwa terjadinya kasus *bullying* sangat tinggi di Indonesia yang terjadi khususnya di dalam dunia pendidikan tentu hal tersebut perlu perhatian khusus. Sementara itu kasus *bullying* sendiri yang terjadi di SMK Kesehatan Nusantara bisa digolongkan cukup tinggi hal ini dapat dibuktikan dari pemaparan data yang guru BK berikan.

Berdasarkan data yang diberikan oleh guru BK dapat dipahami bahwa kasus *bullying* di SMK Kesehatan Nusantara sangat tinggi hal ini dapat dilihat pada tahun 2017 terjadi kasus *bullying* setidaknya 15 kasus, pada tahun 2018 terjadi kasus *bullying* sebanyak 17 kasus, dan pada tahun 2019 terjadi 20.³ Pada dasarnya kasus *bullying* yang terjadi cukup besar serta mengalami peningkatan terus-menerus setiap tahunnya hal ini menjadi perhatian khusus dan harus segera diselesaikan dengan pendekatan yang tepat.

Pada dasarnya tindakan kekerasan verbal maupun non-verbal tidak diperbolehkan didalam agama Islam dan Islam adalah agama yang mengajarkan akan kedamaian tentu melarang adanya tindakan kekerasan, apalagi kekerasan itu terjadi dalam lingkungan pendidikan, yang menjadi sebuah institusi terciptanya pendidikan dan pembentukan karakter peserta didik. Dalam beberapa ayat Al-qur'an Allah telah memberitahukan tentang tindak kekerasan dan tindakan pelaku *bullying* ini seharusnya dihindari karena merugikan dan menyakiti orang lain, Allah SWT berfirman:

² www.Kompas.com, diakses pada tanggal 11 Mei 2021 jam 11.00 WIB.

³ Wawancara Uslah Roshidatul Hikmah, Guru Bimbingan Konseling di SMK Kesehatan Nusantara, 27 Maret 2021. Jam 09.21 WIB.

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

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan sekumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barang siapa yang tidak bertaubat maka itulah orang-orang yang dzalim.” (Q.S. Al-Hujurat (11) 26).

Berdasarkan pemaparan di atas realita yang terdapat dilapangan bahwa banyak sekali permasalahan yang justru terjadi di dalam dunia pendidikan saat ini, seperti pelecehan seksual, kekerasan guru terhadap peserta didik, kekerasan nonverbal antar siswa, serta permasalahan yang sangat umum terjadi adalah *bullying*. Terjadinya problem dinamika di dalam dunia pendidikan mengakibatkan banyak peserta didik yang kemudian tidak fokus dalam menuntut ilmu sehingga prestasi belajar menurun dan kecenderungan untuk tidak mengikuti proses belajar mengajar di sekolah. Mereka kemudian cenderung mencari kesenangan lain yang lebih menjurus pada hal-hal berbau negative dan tentunya hal ini akan berdampak pada ancaman masa depan mereka yang suram.

Pada dasarnya *Bullying* memiliki dampak yang sangat besar bagi korban yang berakibat tekanan psikologis yang dialami korban bisa berdampak jangka panjang diantaranya *Pertama*; mengalami masalah mental, *Kedua*; memicu masalah kesehatan, *Ketiga*; merasa malas dan takut berangkat sekolah, *Keempat*; mengalami penurunan prestasi akademi, *Kelima*; berpikiran untuk membalas dendam.⁴ Berdasarkan penjelasan sebelumnya bisa dipahami bahwa dampak dari *bullying* sangat besar dan perlu sebuah pendekatan khusus dalam penyelesaiannya.

Peneliti dalam hal ini selain tertarik dengan tingginya permasalahan *bullying* yang terjadi di SMK Kesehatan Nusantara juga ingin mencari sebuah pendekatan khusus yang nantinya bisa digunakan sebagai salah satu opsional dalam penyelesaian kasus *bullying* yaitu dengan teknik desensitisasi sistematis. Desensitisasi sistematis adalah pendekatan yang dimaksudkan untuk mengubah tingkah laku melalui perpaduan beberapa teknik yang terdiri dari pemikiran sesuatu, menenangkan diri dan membayangkan sesuatu.⁵

Penjelasan sebelumnya dapat dipahami bahwa metode desensitisasi merupakan pendekatan yang dilakukan dan dimaksudkan untuk mengubah tindakan dan tingkah laku seseorang menjadi lebih baik melalui perpaduan beberapa teknik yang terdiri dari pemikiran sesuatu, menenangkan diri dari berbagai gangguan internal dan eksternal.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti tertarik mengangkat judul problem akademik tingginya kasus *bullying* di SMK Kesehatan Nusantara dengan

⁴ www.halodoc.com diakses pada tanggal 11 Mei 2021 jam 10.30 WIB

⁵ Ferlysta Ayu Febbyanti, "Penggunaan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mengurangi Kecemasan Siswa Pada Saat Presentasi Bagi Siswa Kelas X Di SMK Negeri 1 Metro Tahun Ajaran 2012/2013", *Artikle SMK Metro 1*,

menggunakan teknik pendekatan kusus diharapkan mampu mereda banyaknya kasus *bullying* maka dari itu peneliti mengangkat judul penelitian “*Penerapan Konseling Individual Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mengatasi Korban Bullying*”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah sebelumnya dapat dipahami bahwa peneliti menentukan masalah-masalah yang akan menjadi objek kajian pada penelitian ini supaya tertuju dan sesuai dengan apa yang telah direncanakan. Adapun rumusan masalah tersebut adalah bagaimana penerapan konseling individual dengan teknik desensitisasi sistematis untuk mengatasi korban *bullying* di SMK Kesehatan Nusantara.

C. Tujuan Penelitian

Setiap peneliti tentunya mempunyai tujuan, adapun tujuan penelitian ini adalah agar mengetahui penerapan konseling individual dengan teknik desensitisasi sistematis untuk mengatasi korban *bullying* di SMK Kesehatan Nusantara.

D. Kegunaan Penelitian

Adapun beberapa kegunaan penelitian ini adalah:

1. Secara Teoritis

Sebagai informasi tentang bentuk tindakan *bullying* untuk menambah pengembangan wacana pendidikan yang berkenaan dengan *bullying* di bidang Bimbingan dan Konseling pada umumnya, dan dapat

mendapatkan informasi tentang factor-faktor yang menyebabkan siswa melakukan tindakan *bullying*.

2. Secara praktis

- a. Bagi kepala sekolah, penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumbangan pemikiran dalam membantu mendapatkan pengetahuan tentang *bullying* sehingga sekolah mampu menyusun program yang dapat mengatasi *bullying*.
- b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling, penelitian ini dapat memberikan tambahan informasi kepada guru bimbingan dan konseling mengenai *bullying* sehingga guru dapat mencegah dan menangani jika terjadi kasus *bullying* secara tepat.
- c. Bagi peneliti lain, dapat menambah pengetahuan tentang karya ilmiah yang berkenaan dengan *bullying* dan bisa dilanjutkan dengan teknik-teknik lain.

E. Hipotesis

Berdasarkan pada teori yang telah dijelaskan di atas dan hasil penelitian sebelumnya, peneliti berhipotesis bahwa konseling individual dengan teknik desensitisasi sistematis dapat mengatasi korban *bullying* di SMK Kesehatan Nusantara. Dengan adanya layanan konseling individual yang merupakan suatu layanan dari konselor untuk membantu kliennya dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi klien karena *bullying*. Dan juga

penerapan teknik desensitisasi sistematis dapat membantu menyelesaikan masalah serta mengatasi kasus *bullying* di sekolah.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Agar penelitian ini terarah dan dapat dilakukan secara lebih mendalam maka peneliti perlu menentukan batasan atau ruang lingkup sesuai dengan variable yang tercantum dalam judul penelitian.

Adapun ruang lingkup yang menjadi kajian dalam penelitian ini yaitu:

1. Ruang lingkup materi yang mencakup:
 - a. Layanan Konseling Individual dengan teknik desensitisasi sistematis
 - b. Korban *Bullying* yang menyebabkan gangguan kecemasan
2. Ruang lingkup lokasi

Ruang lingkup lokasi penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Kejuruan Kesehatan Nusantara Pamekasan, sedangkan subjek utama yang diteliti yaitu siswa kelas XI.

G. Definisi Istilah

Judul penelitian ini adalah “Penerapan Konseling Individual Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mengatasi Korban *Bullying* di SMK Kesehatan Nusantara Pamekasan”. Agar tidak terjadi kesalah pahaman mengenai maksud dari judul diatas, maka perlu diberikan definisi istilah yang digunakan dalam penelitian ini. Adapun istilah tersebut sebagai berikut:

1. Penerapan Konseling Individual

Penerapan konseling individual merupakan layanan yang membantu peserta didik yang ada di SMK Kesehatan Nusantara dalam mengatasi permasalahan pribadinya. Layanan ini merupakan layanan yang diselenggarakan oleh guru Bimbingan dan Konseling di SMK Kesehatan Nusantara terhadap siswa .

2. *Bullying*

Bullying merupakan tindakan tidak baik yang dilakukan siswa yang ada di SMK Kesehatan Nusantara yang dilakukan kepada orang lain. Perbuatan itu dilakukan oleh siswa SMK Kesehatan Nusantara berupa hal-hal yang menyakiti fisik, seperti memukul, mendorong, dan lain-lain. Ada juga menyakiti secara verbal, misalnya mengejek penampilan, menghina kemampuan, dan masih banyak lagi.

3. **Desensitisasi Sistematis**

Desensitisasi sistematis merupakan teknik yang digunakan oleh peneliti untuk menghapus rasa cemas dan menghindar, dengan cara melatih siswa untuk santai dan mengasosiasikan keadaan santai dengan pengalaman pembangkit kecemasan yang dibayangkan atau divisualisasi yang dilakukan di SMK Kesehatan Nusantara.

H. Kajian Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu bertujuan untuk memberikan kerangka kajian empiris dan kajian teoritis bagi permasalahan sebagai dasar untuk melakukan pendekatan terhadap masalah yang dihadapi serta digunakan sebagai pedoman dalam pemecahan masalah. Beberapa penelitian yang terkait dengan

pengembangan kompetensi sumber daya manusia dan kualitas pelayanan antara lain:

1. Judul Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Meminimalisasi Kecemasan Siswa dalam Menyampaikan Pendapat Kelas VIII 10 di SMP Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014 yang diteliti oleh Ni Luh Putu Santi Aryani, Ni Ketut Suarni, Dewi Arum WMP. Mahasiswa Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja Indonesia, pada penelitian tersebut terdapat kesamaan dalam meneliti permasalahan yaitu menggunakan teknik desensitisasi sistematis, yang berbeda adalah meminimalisir kecemasan siswa dalam menyampaikan pendapat sementara peneliti meneliti korban *bullying*.⁶
2. Judul Teknik Desensitisasi Sistematis (*Systematic Desensitization*) Dalam Mereduksi Gangguan Kecemasan Sosial (*Social Anxiety Disorder*) Yang Dialami Konseling yang diteliti oleh Budi Sugiantoro, siswa SMK 1 Kediri, pada penelitian tersebut terdapat kesamaan dalam meneliti permasalahan yaitu menggunakan system desensitisasi sistematis yang berbeda adalah objek penelitian ini bersifat umum yaitu gangguan kecemasan social sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dikhususkan kepada korban *bullying*.⁷
3. Judul Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mengurangi Fobia Mahasiswa yang diteliti oleh Ahmad Masrur Firosad, Herman Nirawana, mahasiswa

⁶ Ni Luh Putu Santi Aryani dkk, "Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Meminimalisasi Kecemasan Siswa Dalam Menyampaikan Pendapat Kelas VIII 10 di SMP Negeri 2 Singaraja Tahun 2013/2014", *e-journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*, Volume 2 No 1, 2014,

⁷ Budi Sugiantoro, "Teknik Desensitisasi Sistematis (*Systematic Desensitization*) Dalam Mereduksi Gangguan Kecemasan Sosial (*Social Anxiety Disorder*)", *Jurnal Nusantara Of Research*, Vol. 5, No. 2, 2018,

Universitas Negeri Padang, dalam penelitian ini sama-sama ingin menerapkan system desensitisasi sistematis, Perbedaan dalam penelitian ini adalah objek penelitian ini bersifat umum yaitu gangguan fobia pada mahasiswa yang bisa mengganggu proses belajar sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dikhususkan kepada korban *bullying*.⁸

4. Judul Konseling Kelompok Behavioral Melalui Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Akhir Semester Smp Negeri 1 Watopute Kabupaten Muna yang diteliti oleh Erma Pratiwi Nufi¹, La Ode Muharam², Sudarmi Suud Binasa. Jurusan Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Halu Oleo, dalam penelitian ini sama-sama ingin menerapkan system desensitisasi sistematis yang bisa digunakan untuk mengurangi kecemasan, perbedaan dalam penelitian ini adalah objek penelitian ini menggunakan penerapan konseling kelompok sedangkan peneliti menggunakan konseling individual.⁹
5. Judul Penerapan Model Konseling Behavioral Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Meminimalisasi Tingkat Kecemasan dalam Proses Pembelajaran Siswa Kelas VIII A2 SMP Negeri 2 Sawan Tahun Pelajaran 2012/2013 yang diteliti oleh Ayu Km Kurnia Dwi Armasari, Nym Dantes, Md Sulastri, Mahasiswa Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja Indonesia, dalam penelitian ini sama-sama menggunakan teknik desensitisasi sistematis, perbedaan penelitian ini adalah untuk meminimalisasi tingkat kecemasan

⁸ Ahmad Masrur Firosad dkk, "Teknik Desensitisasi Sistematis untuk Mengurangi Fobia Mahasiswa", *Jurnal Konselor*, Volume 5 Number 2 Juni 2016. 100-107.

⁹ Erma Pratiwi Nufi, "Konseling Kelompok Behavioral Melalui Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Akhir Semester Smp Negeri 1 Watopute Kabupaten Muna", *Jurnal BENING* Volume 2 Nomor 2 Juni 2018, 91-100.

sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dikhususkan kepada korban *bullying*.¹⁰

¹⁰ Ayu Km Kurnia, dkk, “ Penerapan Model Konseling Behavioral dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Meminimalisir Tingkat Kecemasan dalam Proses Pembelajaran Siswa Kelas VIII A2 SMP Negeri 2 Sawan Tahun 2012/2013”,