

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia tidak hanya makhluk individu yang hidup sendiri akan tetapi manusia memiliki peran ganda yaitu sebagai makhluk sosial, makhluk sosial artinya manusia tidak bisa hidup sendirian. Karena itu, manusia sudah pasti memerlukan orang lain di hidupnya baik keluarga teman bahkan pasangan, manusia sebagai makhluk sosial berada dalam lingkungan sosial.

Lingkungan sosial merupakan “manusia-manusia lain yang ada disekitarnya seperti tetangga-tetangga, teman-teman bahkan juga orang lain di sekitarnya yang belum dikenal dapat dimasukan ke dalam lingkungan sosial adalah semua manusia yang ada disekitar kelompok, lingkungan sosial ini dapat berbentuk peorangan maupun dalam bentuk keluarga, teman sebaya, tetangga, dan seterusnya.¹

Pada lingkungan sosial ini akan berdampak baik akan tetapi berdampak buruk juga. Lingkungan sosial yang berdampak buruk ini akan menimbulkan masalah antara individu satu dengan individu lain, atau individu kepada kelompok maupun sebaliknya (teman sebaya) terhadap individu.

Masa remaja adalah masa peralihan, ketika individu tumbuh dari masa anak-anak menjadi individu yang memiliki kematangan. Pada masa tersebut ada dua hal yang penting menyebabkan remaja melakukan pengendalian diri, dua hal tersebut adalah hal yang bersifat eksternal yaitu adanya perubahan lingkungan, dan kedua adalah hal yang bersifat internal yaitu karakteristik di dalam diri remaja yang membuat remaja relatif lebih bergejolak dibandingkan dengan masa perkembangan lainnya.²

¹ Fitri Nauli Siagian, “Pengaruh Lingkungan Sosial, Iklan, Dan Literasi Ekonomi Terhadap Perilaku Konsumsi Mahasiswa Prodi Ekonomi Syariah Uin Sts Jambi,” *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, Vol 2 No 2, 2021, h. 900-901.

² Hikmadayani, *Psikologi Perkembangan Remaja*, (Kendari: 2023), h. 1.

Pada masa remaja hubungan dengan teman sebaya meningkat secara drastis yang akan menjadi salah satu dampak buruk terhadap diri remaja jika remaja berada di dalam kelompok pertemanan yang buruk serta mempunyai teman yang beracun (*toxic friendship*). Dalam *toxic friendship* ini terdapat perilaku negatif seperti mencela, mengejek, mengucilkan teman, membicarakan keburukan orang lain, menghasut teman untuk membenci maupun menjauhi teman yang lainnya sehingga membuat korban tersebut menjadi trauma.

Perilaku mencela (*bullying verbal*) menjadi permasalahan yang banyak ditemui di lingkungan pergaulan remaja. *Bullying verbal* terjadi ketika seseorang menggunakan bahasa lisan untuk mendapatkan kekuasaan atas korbannya. *Bullying Verbal* meliputi menggoda, memberikan nama panggilan, membuat komentar seksual yang tidak pantas, mengejek, dan mengancam.³

Remaja yang memiliki perilaku mencela memiliki karakteristik khusus. Karakteristik pelaku menurut Priyatna yaitu; (a) Mudah emosi, sering marah atau sensitif ketika terjadi sesuatu yang tidak sesuai dengan keinginannya dan biasanya sesuatu tersebut dilakukan oleh korban, (b) Mudah frustrasi, pelaku mencela mudah menyerah sehingga sering tertekan dengan keadaan yang sedang dihadapi, (c) Kurang memiliki empati pada orang lain, pelaku tidak berfikir tentang perasaan atau keadaan korban yang dicela dan hanya memikirkan.⁴

Olweus mengemukakan bahwa “penyebab seseorang yang dibully adalah orang yang yang memiliki keterbatasan fisik, karna seorang yang memiliki keterbatasan fisik ini adalah sasaran empuk bagi pelaku bullying tersebut, karena orang dengan karakter tersebut merupakan orang yang tidak mampu melawan apapun terhadap perlakuan mencela yang dilakukan oleh pelaku”.⁵

³ Lestari, “Menurunkan Perilaku Bullying Verbal Melalui Pendekatan Konseling Singkat Berfokus *Solusi Decreasing Verbal Bullying Behavior Through The Approach of Solution- Focused Short Counseling*”. Jurnal Pendidikan Penabur - No.21/Tahun ke- 12. 2013:24.

⁴ Rizqi Puri H.,dkk, “Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan Analisis Transaksional Teknik Role Playing Terhadap Penurunan Bullying”, Jurnal Fkip Universitas Pgrri Banyuwangi Seminar Nasional Pendidikan Budaya Dan Sejarah: “Dibalik Revitalisasi Budaya”.

⁵ Tumon, “Studi Deskriptif Perilaku Bullying pada Remaja”, Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya, Vol. 3, No. 1.

Dampak dari perilaku tersebut tentunya akan membekas pada psikologis dan perkembangan korbannya. Sebagaimana pendapat Novianti korban akan menjadi pendiam, pemalu, memiliki sedikit teman, rendah diri, dan kurang percaya diri.⁶

Sikap mencela merupakan sikap yang sangat tidak baik untuk di jadikan contoh di dalam kehidupan sehari-hari terutama dikalangan anak-anak. Saat ini, sikap mencela sudah dikategorikan kedalam perilaku bullying, “orang yang suka mencela termasuk *bullying verbal*”.⁷

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 01 sampai dengan tanggal 07 Maret 2024 di Komplek Cluster Cipondoh, Kota Tangerang bahwa terdapat perilaku mencela (*bullying verbal*) yang dilakukan oleh remaja. Adanya perilaku mencela tersebut ketika para remaja sedang berkumpul dengan teman sebayanya, yang membuat remaja tersebut lebih mengeluarkan kata *toxic* ketika sedang kumpul dengan teman sebayanya, bukan hanya di dunia nyata saja, perilaku mencela tersebut terjadi pula saat bermain *game online*, remaja tersebut saling mencela, mengeluarkan kata *toxic* satu sama lain.

Dari permasalahan tersebut upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah dan memberhentikan perilaku mencela maka dapat diberikan *treatment* dengan menggunakan konseling kelompok. Konseling kelompok adalah salah satu teknik yang digunakan dalam menyelesaikan masalah tingkah laku yang dilakukan melalui proses belajar agar seseorang bisa bertindak dan bertingkah laku sesuai dengan norma kehidupan. Konselor memberikan bantuan kepada konseli yang bertujuan untuk mengubah perilaku yang merusak dirinya baik itu perasaan, pikiran, dan tingkah laku sehingga menjadikan konseli berfikir dan bertingkah laku positif.⁸

Dalam penelitian ini akan menggunakan teknik *self management*, yaitu suatu proses dimana individu mengarahkan tingkah lakunya mereka sendiri dengan menggunakan satu strategi untuk mengubah perilakunya. *Self management*

⁶ Novianti, “Fenomena Kekerasan di Lingkungan Pendidikan”, Jurnal Jurusan Hukum Islam (Syariah) STAIN Purwokerto, Vol. 13, No. 2, Mei-Ags 2008, h. 324-338.

⁷ Coloroso, *Stop Bullying*. (Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta 2007).

⁸ Andita Arya M., dkk., “Pengaruh Teknik Behavioral Terhadap Sikap Mencela Pada Siswa Kelas Xi Di Ma Assa’adah Labuapi Kabupaten Lombok Barat”, Jurnal Realita, Volume 4 Nomor 7 Edisi April 2019 Bimbingan Dan Konseling Fip Ikip Mataram.

merupakan salah satu model dalam *cognitive behavior therapy*. *Self management* meliputi pemantauan diri (*self monitoring*), *reinforcement* yang positif (*self reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*), dan penguasaan terhadap ransangan (*stimulus control*).⁹

Self management (pengelolaan diri) yaitu suatu proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi. *Self management* membuat orang mampu mengarahkan tindakanya ke arah yang positif. Teknik *self management* ini termasuk dalam pendekatan behavior. Konseling behavioral yakni setiap tingkah laku dapat dipelajari.¹⁰ Dalam pelaksanaan teknik *self management* tanggung jawab keberhasilan konseling berada ditangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli.¹¹

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul **“Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self Management* Terhadap Perilaku Mencela Pada Remaja”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diperoleh, terlihat bahwa kalangan remaja rentan terpengaruh oleh lingkungan sehingga membuat remaja ini mempunyai perilaku mencela karena faktor dari teman sebaya maupun faktor dari keluarga. Penulis mengidentifikasi beberapa permasalahan, antara lain:

1. Perilaku mencela menjadi kebiasaan di lingkungan pergaulan remaja
2. Terdapat banyak remaja yang memiliki perilaku saling mencela kepada teman sebayanya
3. Remaja tidak memperhatikan bahaya dan dampak perilaku mencela
4. Kebiasaan perilaku mencela remaja dapat menjadi kebiasaan konsumtif

⁹ Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia. 2004).

¹⁰ Ima Ni'mah Chudari, “Self-Management Training Program By Using Cognitive Technique (A Quasi Experiment On The Students Of UPI Kampus Serang)”. *The International Journal Of Counseling And Education*, Vol.2, No.4, (2017).

¹¹ Komalasari, dkk., *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), h.77.

C. Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang dilihat dari permasalahan latar belakang maka dapat dibatasi permasalahan yang akan dikaji agar penelitian ini bertujuan lebih terarah ke permasalahan yang akan dibahas yaitu:

Peneliti membatasi masalah yang dapat diteliti berdasarkan masalah yang teridentifikasi di atas, dengan mempertimbangkan keterbatasan waktu, tenaga, dan keuangan peneliti. Maka peneliti membatasi masalah pada

1. Konseling Kelompok
2. Teknik *Self Management*
3. Perilaku Mencela Pada Remaja
4. Remaja di Komplek Cluster Cipondoh, Kota Tangerang.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut untuk diteliti yaitu:

1. Bagaimana perilaku mencela remaja di komplek Cluster Cipondoh, Kota Tangerang?
2. Bagaimana pengaruh layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self management* terhadap perilaku Mencela remaja di komplek Cluster Cipondoh, Kota Tangerang?

E. Tujuan Penelitian

Adapun Tujuan Penelitian ini memiliki beberapa tujuan diantaranya sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui bagaimana perilaku mencela remaja di komplek Cluster Cipondoh, Kota Tangerang.
2. Untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self management* terhadap perilaku mencela pada remaja di Komplek Cluster Cipondoh, Kota Tangerang.
- 3.

F. Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini memiliki dua manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian ini secara teoritis penelitian ini mempunyai potensi untuk membawa kemajuan keilmuan khususnya yang berkaitan dengan Program Studi Bimbingan Konseling Islam.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi remaja supaya dapat memberikan pengaruh positif dalam lingkungan pergaulan dan dapat menghindari diri dari perilaku mencela
- b. Bagi masyarakat supaya menjadi bahan edukasi positif agar dapat memberikan arahan dan pendidikan kepada anak-anaknya untuk menghindari perilaku mencela.

G. Definisi Operasional

1. Konseling Kelompok

Konseling Kelompok adalah bantuan yang diberikan konselor untuk membantu menyelesaikan permasalahan dari masing-masing konseli melalui konseling kelompok yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah baik masalah pribadi, sosial, dan lain-lainnya.¹²

2. Teknik *Self Management*

Self management merupakan salah satu model dalam *cognitive behavior therapy*. *Self management* meliputi pemantauan diri (*self monitoring*), *reinforcement* yang positif (*self reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*), dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*).¹³

3. Perilaku Mencela

Perilaku mencela adalah mencacat, keburukan, komentar, kritik, kecewa, kejelekan, mengancam, meledek, menghina, mengolok-olok, melecehkan, meremehkan, dan kenistaan.¹⁴

¹² Prof. Dr. Prayitno, M.Sc., Ed, *Konseling Profesional Yang Berhasil Layanan Dan Kegiatan Pendukung*, (Depok: 2021), h. 133.

¹³ Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia. 2004).

¹⁴ Endarmoko, Eko. 2006. *Tesaurus bahasa indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

4. Remaja

Pada proses perkembangan masa remaja pula lingkungan berperan aktif dalam pola perkembangan yang dialami karena berbagai bentuk tindakan yang dilihat pada masa perkembangan menjadikannya contoh dan sumber informasi baru bagi remaja. Hal ini yang menjadikan terciptanya perkembangan yang mengarah pada sikap positif dan negatif remaja. Remaja adalah masa transisi atau peralihan dari masa anak menuju dewasa. Pada masa ini individu mengalami berbagai perubahan baik fisik maupun psikis.¹⁵

¹⁵ Dr. Ida Umami., M.P.d. Kons Psikologi, „Psikologi Remaja“, (Idea PressYogyakarta) 2019, h. 1.