**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang Masalah**

Sekolah merupakan salah satu tempat untuk menuntut ilmu yang menjadi kewajiban bagi setiap anak. Anak banyak menghabiskan waktu di sekolah, berinteraksi dengan guru dan teman di sekolahnya. Suasana yang nyaman dan tenang di sekolah sangat di tekankan bila siswa ingin betah dan dapat menuntut ilmu dengan baik. Namun, akhir-akhir ini banyak kasus yang mencoreng dunia pendidikan di indoesia yaitu kasus yang dilakukan oleh siswa.

Kasus yang mencoreng dunia pendidikan di Indonesia salah satunya adalah tindak kekerasan atau penganiayaan yang dilakukan antar siswa. Kekerasan yang terjadi merupakan salah satu wujud dari tindakan *bullying*. Dalam beberapa tahun terakhir ini, fenomena *school bullying* mulai mendapat perhatian peneliti, pendidik, organisasi perlindungan, dan tokoh masyarakat. Pelopornya adalah Professor Dan Olweus dari University of bergen yang sejak 1970-an di Skandinavia mulai memikirkan secara serius tenatng fenomena *bullying* di sekolah, yang kemudian disebut dengan istilah *school bullying.[[1]](#footnote-1)*

Sebagai makhluk sosial kita membutuhkan interaksi dengan lingkungan sekitar, baik lingkungan keluarga, teman sebaya maupun masyarakat. Interaksi sosial tidak selamanya memberikan hasil yang positif, terkadang adanya interaksi satu sama lain menimbulkan hal-hal yang negatif seperti perbuatan *bullying* yang sedang banyak terjadi dikalangan anak-anak maupun remaja. Agar menciptakan interaksi yang baik kita harus saling menghargai, saling menerima satu sama lain itu akan menciptakan interaksi yang baik. Bentuk interaksi yang tidak baik semakin merajalela di kalangan masyarakat apalagi kalangan remaja saat ini, salah satu dari bentuk interaksi yang tidak baik itu adalah penindasan atau lebih populer nya dengan nama *bullying.*

Firman Allah dalam surat Al-Hujurat 11 yaitu :

Artinya :

*Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, karena boleh jadi mereka yang diperolok-olokkan lebih 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 barang siapa tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim*.[[2]](#footnote-2)

Sejalan dengan berkembangnya zaman, *bullying* sering dilakukan dimanapun. Di Inggris, gerakan anti-*bulying* telah dikampanyekan sejak lama. Mungkin di Indonesia lebih tepatnya gerakan anti-kekerasan dan anti-diskriminasi. Menghentikan sikap *bullying* ini harus dimulai dari diri sendiri, selain menghentikan sikap *bullying* agar tidak ada lagi kekerasan antar remaja, remaja juga harus memiliki rasa optimis yang tinggi. Bila *bullying* dapat dihentikan maka setiap anak mampu beraktifitas dan mengembangkan kepandaiannya tanpa rasa takut.[[3]](#footnote-3) Kaitannya dengan pendidikan karakter dan motivasi belajar siswa, salah satu kutipan mengenai *bullying* secara verbal, “tongkat dan batu dapat mematahkan tulangmu, tapi ucapan jahat dapat menghancurkan semangatmu”

Menurut pendapat Olweus sebagaimana dikutip Novan Ardy Wiyani mendefinisikan *bullying* yang mengandung tiga unsur mendasar dari perilaku *bully* diantaranya: bersifat menyerang (agresif) dan negatif, dilakukannya secara berulang kali, adanya ketikseimbangan kekuatan antara pihak yang terlibat.[[4]](#footnote-4)

*Bullying* juga dapat memberikan dampak depresi, merasa dirinya tidak berharga dan tidak diterima di masyarakat dalam masa dewasanya serta dapat berpengaruh pada konsep diri yang di milikinya. Konsep diri menurut William H. Fitts merupakan aspek penting dalam diri seseorang, karena konsep diri merupakan acuan dalam berinteraksi dengan lingkungan. Pada diri remaja banyak terjadi perubahan-perubahan baik fisik maupun psikisnya yang dapat berpengaruh pada konsep dirinya, konsep diri juga dipengaruhi oleh pengalaman dari lingkungan sekitarnya. Pengalaman lingkungan sekitar yang tidak sesuai dengan keadaan dirinya, dapat menimbulkan konfilk pada diri remaja. Remaja yang tidak dapat menyelesaikan konflik tersebut dengan baik maka akan terbentuk konsep diri yang negatif dan begitu juga sebaliknya. Dari penyelesaian konflik tersebut akan lahir konsep diri orang dewasa. Oleh karena itu, setiap orang pasti melewati masa ini.

Sama halnya dengan remaja yang menjadi korban *bullying*. Mereka mendapatkan konflik dan masalah pada dirinya serta lingkungannya, dan besar kemungkinan akan mempengaruhi konsep dirinya baik menjadi positif maupun negatif. Konsep diri positif adalah orang yang mampu mengenali dan menerima dirinya apa adanya, cenderung memiliki sifat rendah hati dan memiliki harapan yang realistis dan harga diri yang tinggi. Konsep diri negatif berarti seseorang memberi penilaian dan pandangan kepada dirinya secara negatif atau rendah dan cenderung merasa tidak disenangi orang lain serta mudah putus asa. Konsep diri positif akan mempengaruhi perilakunya menjadi positif dan konsep diri negatif juga akan mempengaruhi perilakunya yang cenderung melakukan tindakan yang negatif atau tindakan yang kurang baik.[[5]](#footnote-5)

Penggunaan teknik REBT adalah sebagai metode pelayanan bimbingan dan konseling kepada siswa yang terkucil akibat *bully*. REBT sendiri adalah jenis pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran. Pandangan dasar pendekatan ini adalah bahwa individu memiliki tendensi untuk berfikir irasional yang salah satunya didapat melalui belajar sosial. Disamping itu individu juga memiliki kapasitas untuk belajar kembali berfikir rasional.[[6]](#footnote-6)

Nisa guru BK di SMK KIMIA PGRI Kota Serang, mengatakan bahwa terdapat beberapa siswa yang sering di-*bully* oleh teman di sekolahnya. Salah satunya siswa yang berinisial DN dia sering sekali di-*bully* oleh teman di sekolahnya karena menurut teman-teman nya DN berprilaku aneh, contohnya memakai sepatu dengan warna yang mencolok hal itu DN lakukan untuk mendapatkan perhatian positif yang lebih dari teman sebayanya dan ia selalu merasa apa yang dilakukannya itu adalah hal yang biasa. Tindakan yang dia lakukan justru berdampak negatif pada dirinya sendiri seperti malas masuk sekolah, minder dan sulit untuk bersosialisasi. Penanganganan yang dilakukan oleh guru BK yaitu layanan konseling individual dan bimbingan klasikal fungsinya untuk menerapkan fungsi preventif dan fungsi perbaikan yang bersifat kuratif. Karena itu penulis tertarik untuk meneliti masalah konsep diri bullying di skripsi yang berjudul “Terapi *Rational Emotive Behavior Theraphy* (REBT) dalam memperbaiki konsep diri siswa korban *bullying*”

1. **Rumusan Masalah**

**Berdasarkan uraian yang dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan masalah tersebut sebagai berikut :**

1. Bagaimana bentuk-bentuk *bullying* dan konsep diri korban *bullying* di SMK KIMIA PGRI Kota Serang?
2. Bagaimana pelaksanaan terapi REBT dalam memperbaiki konsep diri korban *bullying* pada siswa SMK KIMIA PGRI Kota Serang?
3. **Tujuan Penelitian**
4. Untuk mengetahui bentuk-bentuk bullying dan bagaimana korban bullying memaknai dirinya sebagai siswa di SMK KIMIA PGRI Serang.
5. Untuk mengetahui bagaimana penerapan terapi REBT dalam memperbaiki konsep diri korbanbullying pada siswa SMK KIMIA PGRI Serang.
6. **Manfaat Penelitian**
7. **Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan menjadi sarana untuk menguji pengembangan keilmuan yang berhubungan dengan konsep diri remaja korban *bullying* yang saat ini banyak terjadi dikalangan remaja maupun anak-anak.

1. **Manfaat Praktis**
2. Manfaat bagi penulis

Penelitian ini memberikan wawasan baru bagi peneliti akan berbagai macam perilaku sosial yang ada di dalam masyarakat.

1. Manfaat bagi lembaga kampus

Penelitian ini juga berguna untuk mahasiwa UIN SMH Banten sebagai sumber tambahan dalam memperoleh informasi bagi peneliti yang akan melaksanakan penelitian pada kajian yang sama.

1. Manfaat bagi masyrakat umum

Kegunaan penelitian ini bagi masyarakat umum adalah untuk mengetahui tentang bahaya dampak bullying pada remaja.

1. **Kajian Pustaka**

Adapun hasil-hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan, untuk memperkuat proses penelitian ini, yaitu sebagai berikut.

1. **“**Konsep Diri Pelaku Dan Korban Bullying Pada Siswa Smp Negeri 1 Mojokerto**”** skripsi yang ditulis oleh Ayu Puspita Sari 2015, Jurusan Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Surabaya*.* Penelitian ini membahas tentang konsep diri pelaku dan korban *bullying* dengan teori yang digunakan adalah teori *self*. Dan metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif dengan jenis penelitian deksriptif. Teori *self* disini menunjukan bahwa terdapat perbedaan konsep diri antara pelaku dan korban *bullying*, pelaku *bullying* cenderung dilakukan oleh anak laki-laki sedangkan pada korban *bullying* lebih cenderung kepada anak perempuan.[[7]](#footnote-7)
2. **“**Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Bullying Pada Siswa-Siswi Smp Negeri 16 Samarinda**”**, skripsi yang ditulis oleh Fitrian Saifullah 2016, Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman. Skripsi ini membahas tentang hubungan antara konsep diri dengan *bullying,* dapat diketahui juga bahwa konsep diri dengan *bullying* memiliki korelasi rendah, hal ini menunjukkan bahwa *bullying* lebih besar dipengaruhi oleh faktor lain diluar dari faktor konsep diri. Jenis penelitian ini penelitian kuantitatif dan metode yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah metode skala.[[8]](#footnote-8).
3. **“**Konsep Diri Remaja Korban *Bullying* Pada Siswa Korban *Bullying* Di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta”, skripsi yang ditulis oleh Roshi Khoirunnisa 2015, Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta. Skripsi ini membahas konsep diri remaja pelajar yang menjadi korban *bullying* di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta dilihat dari keterkaitan dimensi internal dan eksternal konsep diri. *Bullying*yang sangat sederhana seperti memanggil bukan dengan nama asli hal itu dianggap sebagai candaan dan lemahnya pengawasan dari orang tua, pendidik dan masyarakat sekitar menjadi salah satu merebaknya kasus *bullying* di lingkungan sekolahyang terjadi pada anak-anak dan remaja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi.[[9]](#footnote-9)

Berbeda dengan ketiga skripsi yang menjadi rujukan, skripsi-skripsi tersebut hanya menerangkan tentang hubungan konsep diri dengan *bullying*, macam-macam *bullying* dan perbedaan konsep diri antara pelaku dan korban *bullying* tanpa ada terapi bagi para korban. Sedangkan skripsi yang penulis ambil adalah tentang terapi REBT (*Rational Emitive Behavior*) dalam memperbaiki konsep diri siswa korban *bullying* di SMK KIMIA PGRI Kota Serang, yang bertujuan untuk mengubah pola pikir siswa yang irasional mengenai diri mereka sendiri karena sering di *bully* menjadi rasional dan mampu menjadi sebagaimana biasanya.

1. **Kerangka Pemikiran**

***Bullying***

Kata *bullying* berasal dari bahasa Inggris, yaitu dari kata *bull* yang berarti banteng yang senang menyeruduk kesana kemari. Istilah ini akhirnya diambil untuk menguraikan suatu tindakan destruktif. Berbeda dengan negara lain seperti Nowergia, Finlandia, dan Denmark yang menyebut *bullying* dengan istilah *mobbing* atau *mobbning.* Istilah aslinya berasal dari bahasa Inggris, yaitu  *mob* yang menekankan bahwa biasanya *mob* adalah kelompok orang yang anonim dan berjumlah banyak serta terlibat kekerasan. Dalam Bahasa Indonesia, secara etimologi kata *bully* berarti penggertak, orang yang mengganggu orang lemah. Istilah *bullying* dalam Bahasa Indonesia bisa menggunakan *menyakat* (berasal dari kata sakat) dan pelakunya (*bully*) disebut penyakat. Menyakat berarti mengganggu, mengusik, dan merintangi orang lain. Sedangkan secara terminologi menurut Olweus juga mengatakan bahwa *bullying* adalah perilaku negatif yang mengakibatkan seseorang dalam keadaan tidak nyaman/terluka dan biasanya terjadi berulang-ulang.

Contoh prilaku *bullying* antara lain mengejek, menyebarkan rumor, menghasut, mengucilkan, menakut-nakuti (intimidasi), mengancam, menindas, memalak, atau menyerang secara fisik (mendorong, menampar, atau memukul). Sebagian orang mungkin berpendapat bahwa perilaku *bullying* tersebut merupakan hal sepele atau bahkan normal dalam tahap kehidupan manusia atau dalam kehidupan sehari-hari. Namun faktanya, perilaku *bullying* merupakan  *learned behaviors* karena manusia tidak terlahir sebagai penggertakdan pengganggu yang lemah. *Bullying* merupakan perilaku tidak normal, tidak sehat, dan secara sosial tidak bisa diterima. Hal yang sepele pun kalau dilakukan secara berulang kali pada akhirnya dapat menimbulkan dampak serius dan fatal. Dengan membiarkan atau menerima perilaku *bullying*, kita berarti memberikan *bullies power* kepada pelaku *bullying,* menciptakan interaksi sosial tidak sehat dan meningkatkan budaya kekerasan.

Interaksi sosial yang tidak sehat dapat menghambat pengembangan potensi diri secara optimal sehingga memandulkan budaya unggul. Jadi, dapat disimpulakn bahwa pada dasarnya *bullying* adalah perilaku negatif yang dilakukan seseorang atau sekelompok orang yang dapat merugikan orang lain. Olweus kemudian mengidentifikasikan dua subtipe  *bullying,* yaitu perilaku secara langsung (*direct bullying*), misalnya penyerangan secraa fisik dan perilaku secara tidak langsung (*indirect bullying*), misalnya pengucilan secara sosial. Berdasarkan definisi diatas, dapat kita simpulkan bahwa *bullying* adalah perilaku agresif dan negatif seseorang atau sekelompok orang secara berulang kali yang menyalahgunakan ketidakseimbangan kekuatan dengan tujuan menyakiti tergetnya (korban) secara mental atau secara fisik. Kalau hanya kadang-kadang, biasanya tidak dianggap sebagai *bullying*, kecuali jika sangat serius. Misalnya, kekerasan fisik atau ancaman kekerasan fisik yang membuat korban merasa tidak aman secara permanen. *Bullying* dapat terjadi di mana saja, di lingkungan di mana terjadi interkasi sosial antarmanusia, seperti:

1. Sekolah, yang disebut *school bullying*.
2. Tempat kerja, yang disebut *workplace bullying.*
3. Internet atau teknologi digital, yang disebut *cyber bullying.*
4. Lingkungan politik, yang disebut *political bullying.*

Dalam kasus *bullying*, ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku *bullying* dan korbannya menghalangi keduanya untuk menyelesaikan konflik mereka sendiri sehingga perlu kehadiran pihak ketiga. Sebagai contoh, anak kecil yang mendapat perlakuan *bullying* dari teman sebayanya, perlu bantuan orang dewasa.[[10]](#footnote-10)

*Bullying* akan berdampak sangat serius terhadap kehidupan seseorang, misalnya korban memiliki konsep diri yang negatif , minder, stress, ketidakmampuan mempercayai dan mencintai orang lain, pasif dan menarik diri dari lingkungan, takut membina hubungan baru dengan orang lain.[[11]](#footnote-11)

Dampak lain yang timbul adalah depresi dan kecemasan. Depresi menurut kamus konseling adalah “suatu sikap emosi yang tidak sanggup dan tidak ada harapan sama sekali di dalam berbuat disertai penurunan secara umum dari kegiatan psikofisik, atau dengan rumusan lain ialah sikap emosi yang menyangkut suatu perasaan tidak ada harapan, pengurangan aktivitas fisik maupun mental dan kesukaran dalam berfikir putus asa/keadaan mundur”.[[12]](#footnote-12)

**Konsep Diri**

Konsep diri yakni sejauh mana individu menyadari dan menerima segala kelebihan maupun kekurangan yang ada pada dirinya, maka akan mempengaruhi pembentukan konsep dirinya. Jika individu mampu menerima kelebihan dan kekurangan tersebut, dalam diri individu akan tumbuh konsep diri positif, sebaliknya jika individu tidak mampu menerimanya, maka cenderung menumbuhkan konsep diri yang negatif.[[13]](#footnote-13) Jika seseorang memiliki konsep diri yang baik atau positif, secara otomatis akan mempengaruhi kemampuan individu dalam penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya dengan baik. Sebaliknya, jika seseorang memiliki konsep diri yang negatif, cenderung akan menghambat dalam penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya.

Konsep diri bukan hanya sekedar gambaran deskriptif, tetapi juga penilaian tentang diri kita sendiri. Jadi` konsep diri meliputi apa yang kita pikirkan dan apa yang kita rasakan tentang diri kita sendiri. Karena itu, menurut Anita, mendefinisikan konsep diri sebagai *“all you think and feel about you, the entire complex of belief and attitudes you hold about yourself.”* Dengan demikian, ada dua komponen konsep diri: komponen kognitif dan komponen afektif. Boleh jadi komponen kognitif berkata: *“saya senang diri saya bodoh, ini lebih baik bagi saya”.* Komponen kognitifnya berkata seperti tadi, tetapi komponen afektifnya berkata: *“saya malu sekali karena saya menjadi orang bodoh.”*

Komponen afektif akan selalu berhubungan dengan komponen kognitif dan hubungan tersebut dalam keadaan konsisten. Karena itu jika komponen afektifnya berubah, maka komponen kognitifnya pun akan berubah, begitu juga sebaliknya. Jika komponen kognitifnya berubah, maka komponen afektifnya berubah dan akan membentuk pengubahan sikap. Dalam psikologi sosial, komponen kognitif disebut citra diri (self image), dan komponen afektif disebut harga diri (self esteem). Menurut William D. Brooks dan philip, yaitu keduanya berpengaruh besar pada komunikasi interpersonal.[[14]](#footnote-14) Sukses komunikasi interpersonal banyak bergantung pada kualitas konsep diri apakah positif atau negatif. Sebagai peminat komunikasi, sebaiknya kita mampu mengidentifikasi tanda-tanda konsep diri yang positif dan negatif.

Menurut William D. Brooks Philip, sebagaimana dikutip oleh jalaluddin rakhmat ada lima tanda orang yang memiliki konsep diri negatif. Pertama, ia peka pada kritik. Orang ini sangat tidak tahan kritik yang diterimanya, dan mudah marah. Bagi orang ini, koreksi seringkali dipersepsi sebagai usaha untuk menjatuhkan harga dirinya. Kedua, orang yang memiliki konsep diri negatif, responsif sekali terhadap pujian. Ketiga ialah sifat hiperkritis, bersamaan dengan kesenangannya terhadap pujian, mereka pun bersikap hiperkritis terhadap orang lain. Keempat, orang yang konsep dirinya negatif, cenderung merasa tidak disenangi orang lain, ia merasa tidak di perhatikan. Kelima, orang yang konsep dirinya negatif, bersikap pesimis terhadap kompetisi seperti terungkap dalam keengganannya untuk bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi. Ia menganggap tidak akan berdaya melawan persaingan yang merugikan dirinya.[[15]](#footnote-15)

**Teori rational *Emotive Behavior Theraphy* (REBT)**

REBT diformulasikan tahun 1955 oleh Albert Ellis, seorang psikolog klinis Amerika Serikat. Semula ia melakukan praktik psikoanalisis, tetapi ia lalu sangat tidak setuju dengan sudut pandang psikoanalisisme tersebut yang menyatakan bahwa problem-problem emosional berakar pada pengalaman-pengalaman masa kecil. Dalam upayanya mengembangkan sebuah pendekatan terapeutik yang berbeda, ia mendapatkan inspirasi antara lain dari Epictetus, seorang filsuf abad pertama dari yunani. Kutipan dari Epictetus-lah yang membentuk landasan REBT : “*Orang tidak terganggu oleh peristiwa, tetapi oleh pemahaman yang didapatnya dari peristiwa tersebut*”. Dengan kata lain, gangguan emosional seperti kemarahan, kecemasan, atau depresi sebagian besar merupakan produk dari bagaimana individu mengartikan dan mengevaluasikan kejadian-kejadian dalam hidup mereka.[[16]](#footnote-16)

*Rational emotive behavior theraphy* (REBT) membantu konseli mengenali dan memahami perasaan, pemikiran dan tingkah laku yang irasional. Dalam proses ini konseli diajarkan untuk menerima bahwa perasaan, pemikiran dan tingkah laku tersebut diciptakan dan diverbalisasi oleh konseli sendiri. Untuk mengatasi hal tersebut, konseli membutuhkan konselor untuk membantu mengatasi permasalahannya. Proses konseling dengan pendekatan REBT memiliki beberapa tahap yang dikerjakan konselor dan konseli.

**Tahap 1**

Proses penyadaran konseli tentang irasional

Penguatan bahwa konseli memiliki potensi untuk berubah

**Tahap 2**

Proses dispute pikiran irasional

Implementasi teknik-teknik konseling

**Tahap 3**

Proses pengembangan filosofi hidup rasional

Ketika konselor akan melakukan konseling REBT terdapat hal-hal yang perlu diperhatikan yaitu melakukan pengenalan REBT kepada klien membina hubungan terapeutik antara konselor dengan konseli, hubungan ini biasanya didasarkan pada kondisi terapeutik inti. Kondisi inti tersebut adalah empati, kehangatan, hormat, ketulusan dan penghargaan positif tanpa syarat.[[17]](#footnote-17)

Teknik-teknik yang digunakan dalam proses terapi REBT adalah;

1. Asesmen

Asesmen adalah proses pencarian pemahaman problem-problem yang sedang dihadapi klien dan tingkat keparahannya. Terapis REBT mencari informasi yang jelas dan spesifik (jika mungkin) dari klien pada sesi pertama untuk menempatkan masalahnya dalam bingkai kerja ABC.

1. Teknik kognitif

Teknik ini membantu klien berpikir mengenai pemikirannya dengan cara yang lebih konstruktif. Klien diajar untuk memeriksa bukti-bukti yang mendukung dan menentang keyakinan-keyakinan irasionalnya dengan menggunkan tiga kriteria utama:

1. Logika. Hanya karena anda sangat ingin presentasi dengan bagus, bagaimana logikanya bahwa anda harus presentasi dengan bagus?
2. Realisme. Di mana buktinya bahwa dunia mematuhi tuntutan anda? Jika benar, anda akan dijamin melakukan presentasi dengan bagus setiap saat tanpa mengalami kecemasan apapun. Itukah problem sebenernya?
3. Teknik perilaku

Teknik ini dinegosiasikan dengan klien atas dasar sifatnya yang menantang, tetapi tidak sampai membuat kewalahan, yaitu, tugas-tugas yang cukup menstimulus untuk mewujudkan perubahan teraupetik, namun tidak terlalu menakutkan karena justru akan menghambat klien mennjalankan tugas-tugas tersebut.[[18]](#footnote-18)

1. Teknik imajeri

Strategi *imaginal disputation* melibatkan penggunaan imageri. Setelah *dispute* secara verbal, konselor meminta konseli untuk membayangkan dirinya kembali pada situasi yang menjadi masalah dan melihat apakah emosinya telah berubah. Bila ya, maka konselor meminta konseli untuk mengatakaan pada dirinya sebagai individu yang berpikir lebih rasional dan mengulang kembali proses di atas. Bila belum maka keyakinan irasionalnya masih ada.[[19]](#footnote-19)

1. Teknik Behavioral

*Behavioral dispute* atau *risk tasking,* yaitu memberi kesempatan kepada konseli untuk mengalami kejadian yang menyebabkannya berpikir irasional dan melawan keyakinanya tersebut. Contoh, bila konseli memiliki keyakinan bahwa ia harus sempurna mengerjakan tugas, maka konseli diminta untuk mengerjakan tugas seadanya.[[20]](#footnote-20)

1. Proses perubahan terapeutik

Proses ini meliputi beberapa langkah untuk dipelajari klien:

1. Bahwa individu-individu pada umumnya (tetapi tidak seluruhnya) membuat gangguan-gangguan emosional mereka sendiri mengenai peristiwa-peristiwa kehidupannya melalui pikiran irasional.
2. Bahwa individu-individu memiliki kemampuan untuk memperkecil atau menghilangkan gangguan-gangguan tersebut dengan mengidentifikasi, menentang, dan mengubah pola-pola kaku pemikiran mereka.
3. Untuk memperoleh pola pikir yang rasional atau fleksibel, individu-individu perlu berfikir, merasakan, dan bertindak melawan keyakinan-keyakinan irasional mereka, dan biasanya berlangsung seumur hidup.

Model ABCDE memberikan bingkai berlangsungnya proses perubahan terapeutik tersebut.[[21]](#footnote-21)

1. **Metode Penelitian**
2. **Jenis Penelitian**

Penelitian pada hakikatnya merupakan suatu upaya untuk menemukan kebenaran atau lebih membenarkan kebenaran. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskiptif dengan pendekatan kualitatif, yaitu menggambarkan suatu peristiwa yang terjadi saat ini tanpa melakukan hipotesis atau membaut prediksi, tidak mencari hubungan atau menjelaskan hubungan.[[22]](#footnote-22)

Menurut Rakhmat dalam bukunya metode penelitian komunikasi, penelitian deskriptif ditujukan untuk : (1) mengumpulkan informasi aktual secara rinci yang melukiskan gejala yang ada, (2) mengidentifikasi masalah atau memeriksa kondisi praktek-praktek yang berlaku, (3) membuat perbandingan atau evaluasi, (4) menentukan apa yang dilakukan orang lain dalam menghadapi masalah yang sama dan belajar dari pengalaman mereka untuk menetapkan rencana dan keputusan pada waktu yang akan datang.[[23]](#footnote-23)

Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti kondisi objek alamiah, dimana peneliti adalah sebagai *instrument* kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara gabungan, analisis data bersifat induktif dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasinya.[[24]](#footnote-24) Pendekatan penelitian yang dapat digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Melalui penelitian kualitatif, penulis berupaya untuk memperoleh informasi secara menyeluruh mengenai konsep diri remaja korban *bullying* di SMK KIMIA PGRI Kota Serang. Pendekatan kualitatif dipilih agar penulis dapat mendapatkan pemahaman yang dalam terhadap permasalahan yang ada.

Menurut Sugiyono, bila dilihat dari *level of explanation*, penelitian kualitatif bisa menghasilkan informasi yang deskriptif yaitu memberikan gambaran yang menyeluruh dan jelas terhadap situasi sosial yang diteliti.[[25]](#footnote-25) Jadi, penelitian kualitatif deskriptif ini hanyalah memaparkan situasi atau peristiwa yang diteliti dan penelitian kualitatif memang bukan semata-mata mencari kebenaran, tetapi lebih pada pemahaman subyek terhadap dunia sekitarnya.

Lokasi Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK KIMIA PGRI, JL. Letnan jidun, No. 25, Lontar Baru, Komplek Perkantoran Kav. Pgri, Serang, Lontarbaru, Kec. Serang, Kota Serang, Banten 42115. Dengan tujuan untuk memperbaiki konsep diri siswa korban *bullying*. Waktu penelitian ini berlangsung pada hari rabu 11 januari 2017, pukul 13.00 (ba’da dzuhur) sampai selesai.

1. **Teknik Pengumpulan Data**

Dalam mengumpulkan data untuk penelitian ini, penulis melakukan teknik pengumpulan data:

1. Observasi

Merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan peneliti untuk mengamati atau mencatat suatu peristiwa dengan penyaksian langsung, dan biasanya peneliti sebagai partisipan atau observer dalam menyaksikan atau mengamati suatu objek peristiwa yang sedang ditelitinya.[[26]](#footnote-26) Metode ini dimaksudkan penulis mengadakan penelitian secara langsung ketempat yang menjadi obyek penelitian di SMK KIMIA PGRI Serang.

1. Wawancara

Pada wawancara ini biasanya mempunyai daftar pertanyaan tertulis tapi memungkinkan untuk menanyakan pertanyaan-pertanyaan secara bebas yang terkait dengan permasalahan yang penulis bahas.[[27]](#footnote-27) Wawancara ini dilakukan secara bebas tapi terarah pada permasalahan yang ditanyakan dan telah dipersiapkan terlebih dahulu.

1. Dokumentasi

Teknik ini bertujuan untuk memperoleh data langsung dari tempat penelitian. Dokumentasi dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan cara pengumpulan data atau informasi dengan membaca dan mempelajari data-data yang bersifat dokumentatif, yang diperoleh dari media massa dan literatur yang ada maupun pihak-pihak yang terkait lainnya. Dokumentasi tersebut digunakan hanya untuk memperkuat suatu bukti.

1. **Analisi Data**

Analisis data adalah proses penyederhanaan data ke dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan. Dalam proses menganalisis data-data yang telah terkumpul peneliti menggunakan data analisis deskriptif kualitatif, yakni setelah data terkumpul kemudian data tersebut dikelompokan melalui kalimat dengan kerangka berfikir teoritik untuk memperoleh kesimpulan atau jawaban dari permasalahan yang telah dirumuskan.

1. **Teknik Penulisan**

Dalam teknik penulisan dan penyusunan ini berdasarkan pada:

1. Buku pedoman penulisan karya ilmiah yang diterbitkan oleh Institut Agama Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten 2016
2. Penulisan Hadits dilakukan dengan cara mengutip dari sumber aslinya, apabila tidak ditemukan, maka penulis mengutipnya dari sumber dimana hadits itu diperoleh.
3. **Sistematika Penulisan**

Agar pembahasan ini tersusun secara sistematis, penulis mengelompokan menjadi lima bab, yang dimaksud supaya dapat memberikan gambaran yang jelas tentang apa yang di uraikan di dalamnya, sehingga pembaca bisa dengan mudah memahami inti dari skripsi ini.

Adapun sistematika pembahasannya sebagai berikut:

**Bab pertama :** Pendahuluan, yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kerangka pemikiran, metode penelitian, dan sistematika penulisan.

**Bab kedua :** Pembahasan tentang gambaran umum lokasi penelitian dengan pokok bahasan *Rational Emotive Behavior Theraphy* dalam memperbaiki konsep diri siswa korban *bullying* di SMK KIMIA PGRI Kota Serang.

**Bab ketiga :** Profil responden, gambaran konsep diri siswa korban *bullying* di SMK KIMIA PGRI Kota Serang.

**Bab keempat :** Penerapan terapi REBT dalam memperbaiki konsep diri korban *bullying* pada siswa SMK KIMIA PGRI Kota Serang, hasil penerapan terapi REBT dan perubahan setelah diberikan terapi REBT

**Bab kelima :** Kesimpulan dari bab III IV dan, saran.

1. Novan Ardy Wiyani, *Save Our Children From School Bullying*,( Jogjakarta: AR-RUZZ MEDIA,2012),P. 11 [↑](#footnote-ref-1)
2. Departemen Agama RI, Al-Qur’an dan terjemahannya Juz 1-30, Mekar Surabaya. [↑](#footnote-ref-2)
3. Susanti, Febriana Werdiningsih, Sujiyanti, *Mencetak Anak Juara Belajar Dari Pengalaman 50 Anak Juara*, (Jogjakarta,2009),P.41-43 [↑](#footnote-ref-3)
4. Novan Ardy Wiyani, *Save Our Children From School Bullying*,( Jogjakarta: AR-RUZZ MEDIA,2012),P. 13 [↑](#footnote-ref-4)
5. Hendrianti Agustini, *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*,(Bandung, Reflika Aditama 2006),P. 138 [↑](#footnote-ref-5)
6. Gantina Komalasari dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2011),P. 201 [↑](#footnote-ref-6)
7. Ayu Puspita Sari, “konsep diri pelaku korban bullying pada siswa SMP Negeri 1 mojokerto” volume 03 nomor 03, 2015 http://ejournal. unesa. ac.id/index. php/jurnal-pendidikan-kewarganegaraa/article /view/ 13058 diakses pada kamis, 5 januari 2017, 09.57. [↑](#footnote-ref-7)
8. Fitrian Saifullah, “hubungan antara konsep diri dengan bullying pada siswa siswi SMP Negeri 16 samarinda”, (skripsi universitas Mulawarman 2016) [http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/02/ISI %20e Journal %20Psikologi%20online%20(02-12-16-06-56-36).pdf](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/02/ISI%20%20e%20Journal%20%20Psikologi%20online%20(02-12-16-06-56-36).pdf) diakses pada kamis, 5 januari 2017, 10.49 [↑](#footnote-ref-8)
9. Roshi Khoirunnisa, “konsep diri remaja korban bullying pada siswa korban bullying di SMA Muhammadiyah 7 yogyakarta”, (skripsi Universitas negeri yogyakarta 2015) [http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index. php/fipbk/article /download /276/252](http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.%20php/fipbk/article%20/download%20%20/276/252) diakes pada kamis, 5 januari 2017, 11.03 [↑](#footnote-ref-9)
10. Novan Ardy Wiyani, *Save Our Children From School Bullying*, (Jogjakarta AR-RUZZ MEDIA 2012) P. 11-14 [↑](#footnote-ref-10)
11. Abu Huraerah, *Kekerasan Terhadap Anak Fenomena Masalah Sosial Kritis Di Indonesia,* (Bandung, nuansa 2007) P.57 [↑](#footnote-ref-11)
12. Sudarsono, *kamus konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1997) P.52 [↑](#footnote-ref-12)
13. Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Remaja*, (ghalia indonesia, bogor 2004) P.80 [↑](#footnote-ref-13)
14. Jalaluddin rakhmat, *Psikologi Komunikasi Edisi Revisi*, (PT Remaja Rosdakarya, bandung 2007) P.100 [↑](#footnote-ref-14)
15. Jalaluddin rakhmat, *psikologi komunikasi*, (PT Remaja Rosdakarya, bandung 2007) P.105 [↑](#footnote-ref-15)
16. Stephen Palmer,“Introduction To Counselling and Psychotherapy”,Haris H. Setiadjid, *konseling dan psikoterapi*, (yogyakarta: pustaka pelajar, 2011)P.499-500 [↑](#footnote-ref-16)
17. Stephen Palmer,“Introduction To Counselling and Psychotherapy”,Haris H. Setiadjid, *konseling dan psikoterapi*, (yogyakarta: pustaka pelajar, 2011),P. 510 [↑](#footnote-ref-17)
18. Stephen Palmer,“Introduction To Counselling and Psychotherapy”,Haris H. Setiadjid, *konseling dan psikoterapi*, (yogyakarta: pustaka pelajar, 2011) P. 512-513 [↑](#footnote-ref-18)
19. Gantina Komalasari dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2011), P. 222 [↑](#footnote-ref-19)
20. Gantina Komalasari dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2011),P. 224 [↑](#footnote-ref-20)
21. Stephen palmer,“Introduction To Counselling and Psychotherapy”,Haris H. Setiadjid, *konseling dan psikoterapi*, (yogyakarta: pustaka pelajar, 2011)*,* P. 514 [↑](#footnote-ref-21)
22. Jalaluddin rakhmat, *Metode Penelitian Komunikasi*, (Bandung: PT Remaja rosdakarya,2005),P.24 [↑](#footnote-ref-22)
23. Jalaluddin rakhmat, *Metode Penelitian Komunikasi*, (Bandung: PT Remaja rosdakarya,2005) P.25 [↑](#footnote-ref-23)
24. Sugiyono*, Metode Penelitian Kualitatif Dan R&D*, (Bandung, Alfabeta, 2006), P.1 [↑](#footnote-ref-24)
25. Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Dan R&D*,( Bandung, Alfabeta, 2006), P.21 [↑](#footnote-ref-25)
26. Rosady Ruslan, *Metode Penelitian Public Relations Dan Komunikasi*, (Jakarta: PT. Raja grafindo persada,2006)P.221 [↑](#footnote-ref-26)
27. Rachmat Kriyantono, *Teknis Praktis Komunikasi*, (Jakarta: grafindo,2008) P.99 [↑](#footnote-ref-27)