BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah merupakan salah satu tempat pendidikan yang bertanggungjawab membantu peserta didik untuk membentuk karakter pribadi yang positif serta mencapai perkembangan yang optimal. Akan tetapi yang terjadi sebenarnya di sekolah masih banyak peserta didik yang kurang mencapai perkembangan yang optimal. Hal tersebut dikarenakan adanya kasus penyimpangan perilaku kekerasan secara fisik ataupun verbal yang dilakukan di kalangan remaja. Kasus penyimpangan yang terjadi di sekolah tersebut ialah perilaku *bullying*.

Menurut Olweus (1993) *bullying* dapat diartikan sebagai perilaku yang dilakukan dengan sengaja untuk membahayakan seseorang yang dilakukan secara perorangan atau sekelompok orang yang lebih berkuasa dari pada korban serta dilakukan secara berulang-ulang dan biasanya dilakukan tanpa provokasi. Oleh karena itu, individu yang dapat dikatakan sebagai korban *bullying* ialah ketika individu tersebut menerima perlakuan negatif atau agresif secara disengaja, terus-menerus, sepanjang waktu, serta memiliki kekuatan yang lebih rendah dibandikan dengan pelaku *bullying,* sehingga ia mengalami kesulitan dalam membela dirinya.

Biasanya perilaku *bullying* terjadi secara tersembunyi tidak diketahui oleh pihak sekolah ataupun orangtua korban. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Glew, Rivara & Feudtner (2000) bahwa perilaku *bullying* sering terjadi secara tersembunyi dan tidak dilaporkan ke guru sehingga kurang disadari oleh kebanyakan orang. Korban *bullying* biasanya memiliki alasan tersendiri untuk tidak memberitahu kepada orangtua ataupun guru di sekolah. Salah satu alasannya ialah takut perilaku *bullying* makin tidak menyukai korban dan melakukan hal yang lebih dari sebelumnya.

Hal tersebut didukung oleh pendapat dari Sampson (2002) menjelaskan bahwa perilaku *bullying* yang dialami oleh peserta didik (korban *bullying*) biasanya tidak memberitahu ke pihak sekolah ataupun orangtua, hal terebut dikarenakan adanya rasa takut pada diri korban bahwa pelaku *bullying* akan membalas dendam, merasa malu karena tidak dapat mempertahankan diri sendiri, takut tidak akan dipercayai, tidak mau membuat orangtua khawatir, tidak percaya jika memberitahu akan membawa perubahan dalam dirinya, adanya pikiran bahwa saran dari orangtua atau guru akan membuat masalah menjadi lebih buruk, dan takut disebut sebagai individu yang suka mengadu.

Perilaku *bullying* terjadi di berbagai negara di dunia. Hal tersebut terjadi di negara Denmark yang melakukan survey pada tahun 2012 bahwa hasil yang diperoleh ialah sebanyak 20% peserta didik pernah menjadi

korban *bullying* yang terjadi di semua jenjang di sekolah (Wolke & Lereya, 2015). Lalu menurut *National Center for Education Statistics* (2016) di Amerika Serikat yang melakukan survey pada tahun 2014 sampai 2015 terdapat 20,8% peserta didik pernah menjadi korban *bullying* dan 33% peserta didik mengalami satu atau dua kali perilaku *bullying* dalam satu bulan selama sekolah. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Kim, Koh, dan Leventhal (2004) yang dilakukan pada 1.756 peserta didik sekolah menengah di Korea didapatkan hasil bahwa 14% peserta didik sebagai korban, 17% peserta didik menjadi pelaku dan 9% peserta didik menjadi korban dan pelaku.

Negara Indonesia merupakan salah satu negara yang di sekolah juga terdapat perilaku *bullying*. Menurut Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2011 sampai 2019 bahwa terdapat 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak, dengan kasus *bullying* mencapai 2.473 laporan (KPAI, 2020). Lalu hasil riset *Programme for International Students Assesment* (PISA) 2018 mengatakan bahwa peserta didik yang mengaku sebagai korban *bullying* di Indonesia sebesar 41,1%. Angka peserta didik yang menjadi korban *bullying* jauh di atas rata-rata negara anggota *Organisation for Economic Co-operation and Development* (OECD) yang sebesar 2,7%. Selain itu juga, Indonesia berada di posisi ke

5 dari 78 negara yaitu sebagai negara paling banyak peserta didik yang menjadi korban *bullying* (Schleicher, 2019).

Dari hasil wawancara dengan guru BK di SMK Muhammadiyah 6 Jakarta pada tanggal 19 Juni 2020 yang dilakukan secara online maka didapatkan bahwa terdapat beberapa orang peserta didik yang mendapatkan perlakuan *bullying*. Jenis *bullying* yang banyak terjadi di sekolah SMK Muhammadiyah 6 Jakarta ialah jenis *bullying* verbal. Bagi peserta didik yang mendapatkan perlakuan *bullying*, mereka tidak berani untuk melawan kepada pelaku *bullying*. Akan tetapi, ada beberapa peserta didik yang menjadi korban *bullying* menceritakannya kepada guru BK, walaupun guru BK di sekolah tersebut hanya mendengarkan saja cerita dari korban *bullying* dan memantau tanpa memberi penanganan dan arahan kepada korban.

Perilaku *bullying* di sekolah memiliki dampak bagi remaja terutama bagi korban *bullying*. Remaja yang mengalami korban *bullying* beresiko mengalami bermacam masalah kesehatan, yaitu secara fisik maupun psikis. Ketika korban mendapatkan perilaku *bullying*, maka akan merasakan banyak emosi negatif seperti marah, dendam, kesal, tertekan, takut, malu, sedih, tidak nyaman bahkan terancam, akan tetapi korban tidak memiliki kekuatan atau pun tidak berdaya menghadapi pelaku. Jika emosi negatif berada dalam jangka panjang pada diri korban emosi-emosi

tersebut akan memunculkan perasaan yang rendah diri ataupun tidak menganggap dirinya berharga. Selain itu, korban *bullying* akan mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri di lingkungan sosialnya (seperti ingin pindah ke sekolah lain bahkan prestasi akademiknya sangat terganggu serta sengaja untuk tidak masuk sekolah. Hal lainnya dampak dari *bullying* ialah korban akan merasakan cemas yang berlebihan, depresi bahkan ingin melakukan bunuh diri (Rigby, 2007).

Guru BK mengatakan bahwa tingkat asertif pada peserta didik di SMK Muhammadiyah 6 Jakarta cukup rendah. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan hasil instrumen asertif yang sudah diberikan kepada peserta didik oleh peneliti. Hasil yang diperoleh bahwa gambaran tingkat asertif peserta didik SMK Muhammadiyah 6 Jakarta adalah terdapat 19,2% peserta didik yang masuk dalam kategori rendah, lalu 68,5% peserta didik yang masuk dalam kategori sedang, dan 12,3% peserta didik yang kategori tinggi.

Lalu, jika ingin membantu korban berani melawan pelaku *bullying*, maka korban perlu memiliki keterampilan berkomunikasi yang baik dan salah satunya dengan kemampuan berprilaku asertif. Oleh karena itu, korban *bullying* perlu memiliki dan meningkatkan perilaku asertif. Asertif itu sendiri merupakan perilaku yang mengekspresikan pikiran dan perasaan baik secara positif maupun negatif, secara terbuka, langsung dan jujur,

serta kemampuan untuk membela hak orang lain, kemampuan untuk bertanggung jawab atas dirinya sendiri dan perilakunya tanpa menghakimi atau menyalahkan orang lain serta kemampuan untuk memecahkan masalah jika terdapat konflik (Holland & Ward, 1990). Remaja yang memiliki perilaku asertif kemungkinan akan menjadi korban *bullying* sangat kecil. Hal tersebut dikarenakan jika remaja memiliki perilaku asertif ia akan berani mengungkapkan apa yang sedang ia rasakan dan berani melawan pelaku *bullying* jika diperlakukan dengan tidak baik.

Maka dari itu, jika ingin membantu korban memiliki perilaku asertif maka perlu dilakukan dengan cara melalui pelatihan asertif. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azis (2015) kepada peserta didik kelas VII dan VIII SMPN 1 Jombang. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa pelatihan asertif efektif untuk meningkatkan perilaku asertif bagi peserta didik yang mendapatkan perlakuan *bullying*.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Wardah dan Farial (2019) pada peserta didik korban *bullying* di SMPN 4 Banjarmasin bahwa hasil yang diperoleh menunjukkan peserta didik mampu mengekspresikan dirinya lebih tegas yaitu posisi tubuh tegap dan mampu menatap mata lawan bicara serta mampu menolak dan meminta bantuan dengan tegas yang didasarkan pada keseimbangan antara pencapaian tujuan sendiri dan menghormati kebutuhan orang lain.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Karyanti, Atmoko, dan Hitipeuw (2015) pada peserta didik korban *bullying* di SMA Y Palangkaraya, bahwa hasil penelitian menunjukkan pelatihan keterampilan asertif dengan PLSIM efektif meningkatkan perilaku asertif bagi peserta didik korban *bullying*.

Upaya untuk memberikan bantuan kepada korban *bullying* memiliki perilaku asertif dapat dilaksanakan dalam layanan bimbingan dan konseling. Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk mengajarkan perilaku asertif kepada peserta didik menggunakan layanan dasar atau responsis. Layanan responsif ini memiliki tujuan yaitu untuk mengintervensi masalah-masalah pribadi peserta didik yang muncul dan dirasakan saat itu berkenaan dengan masalah pribadi, sosial belajar bahkan karir. Sedangkan layanan dasar bertujuan untuk membantu seluruh peserta didik dalam mengembangkan keterampilan dasar untuk kehidupannya (Lutfiyani & Bhakti, 2017).

Terkait dengan permasalahan yang terdapat di SMK Muhammadiyah 6 Jakarta, penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah strategi layanan yang bertujuan untuk membantu memberikan pengetahuan dan meningkatkan perilaku asertif dengan menggunakan layanan konseling individu. Hal tersebut disesuaikan dengan kondisi di SMK Muhammadiyah 6 Jakarta, layanan yang terlaksana ialah bimbingan

klasikal dan konsultasi. Layanan bimbingan klasikal dilakukan bagi peserta didik kelas XI, dikarenakan keterbatasan waktu jam bimbingan dan konseling di sekolah tersebut. Lalu pada layanan konsultasi dilakukan pada kelas X, XI, dan XII. Dengan terlaksananya layanan konsultasi di SMK Muhammadiyah 6 Jakarta dapat membantu guru BK untuk memberikan layanan konseling individu jika terdapat peserta didik yang melakukan konsultasi terkait permasalahan yang dialaminya terutama mendapatkan perilaku *bullying*. Guru BK juga dapat menggunakan bantuan media *self-help book* untuk meningkatkan perilaku asertif kepada peserta didik yang menjadi korban *bullying*.

Bagi guru BK untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik harus sesuai dengan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD). Berdasarkan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik, tugas perkembangan peserta didik yang harus dicapai dalam aspek perkembangan Kematangan Emosi diharapkan telah masuk dalam tataran tindakan, dimana peserta didik mampu mengekspresikan perasaan dalam cara-cara yang bebas, terbuka dan tidak menimbulkan konflik. Sehingga, tujuan layanan bimbingan dan konseling untuk membantu peserta didik agar mencapai tugas perkembangannya pada aspek tersebut dapat tercapai. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, bahwa dalam penelitiannya, peneliti ingin

peserta didik SMK Muhammadiyah 6 Jakarta yang menjadi korban *bullying* dapat mengekspresikan perasaannya dan mengungkapkan apa yang sedang ada dalam pikirannya dengan baik tanpa menyakiti lawan bicaranya.

Jika melihat peran bimbingan dan konseling di dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia nomor 111 tahun 2014 mengenai Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah; Bimbingan dan Konseling adalah upaya sistematis, objektif, logis, dan berkelanjutan serta terprogram yang dilakukan oleh konselor sekolah atau guru BK untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik atau konseli untuk mencapai kemandirian dalam kehidupannya. Bimbingan dan konseling disiapkan untuk memfasilitasi satuan pendidikan dalam mewujudkan proses pendidikan dengan memperhatikan dan menjawab berbagai kemampuan, kebutuhan, dan minat sesuai dengan karakteristik dari peserta didik. Sehingga guru BK di sekolah diharapkan dapat membantu menyelesaikan masalah yang terjadi pada peserta didik. Salah satu yang dapat dilakukan oleh guru BK ialah memberikan layanan konseling individu untuk membantu menyelesaikan masalah peserta didik yang menjadi korban *bullying* dengan meningkatkan perilaku asertifnya.

Media yang dapat digunakan oleh guru BK dalam layanan konseling individu ialah *self-help book* (buku bantuan diri). *Self-help book* dapat

mengajarkan peserta didik yang menjadi korban *bullying* untuk meningkatkan perilaku asertif secara mandiri. Hal tersebut sejalan karena peserta didik di SMK Muhammadiyah 6 Jakarta, ketika terdapat masalah lebih banyak yang mencari solusi sendiri dengan hasil persentase 73%. Secara umum bantuan diri ialah tindakan yang dilakukan individu untuk membantu atau memperbaiki dirinya sendiri tanpa bantuan orang lain (Bergsma, 2008). Adanya media bimbingan dan konseling di sekolah dapat dimanfaatkan oleh guru BK untuk menunjang efektivitas pemberian layanan kepada peserta didik, salah satunya ialah media buku. Norcross merekomendasikan untuk menggunakan buku dalam bantuan diri (Campbell & Smith, 2003). Berdasarkan survey yang dilakukan oleh Norcross bahwa jenis bantuan diri menunjukkan hasil 85% penggunaan buku bantuan diri (*self-help book*), lalu 82% penggunaan kelompok bantuan diri, 46% penggunaan film, 34% penggunaan situs web dan 24% penggunaan otobiografi (Campbell & Smith, 2003).

Menurut Bergsma (2008) bahwa *self-help book* memiliki arti dari *self-help* yaitu bantuan diri yang berupa tindakan untuk membantu atau memperbaiki diri sendiri tanpa memerlukan bantuan orang lain. Sehingga dapat dikatakan bahwa *self-help book* merupakan media untuk membantu atau memperbaiki diri sendiri atas masalah yang dialami oleh individu tersebut.

Anderson dalam (Tjalla, Komalasari, & Asharika, 2016) mengatakan bahwa *self-help book* memiliki tujuan yaitu untuk membimbing dan mendorong peserta didik atau klien agar melakukan perubahan, sehingga dapat meningkatkan manajemen diri bukan hanya memberikan informasi saja. Fokus masalah yang dibahas dalam *self-help book* yaitu beberapa gangguan tertentu, seperti serangan panik, depresi, imsonia dan lain-lain. Bentuk bantuan diri lebih tepat untuk terapi bagi korban *bullying*, dimana peserta didik didorong untuk belajar mengungkapkan perasaan dan pikiran serta dapat menolak dengan tegas jika pelaku *bullying* melakukan hal yang negatif kepada korban.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Suprapto dan Nurcahyo (2015) terhadap remaja yang mengalami kecanduan internet menjelaskan bahwa *self-help book* dapat membantu remaja untuk mengurangi kecanduan internet. Pada penelitian ini, bentuk dari *self-help book* berupa *bibiliotherapy*, yaitu intervensi *self-help* menggunakan buku. Pada *self-help book* tersebut, remaja dapat mengenali apakah dirinya mengalami kecanduan, memahami pola-pola dan masalah kecanduan, serta menangani masalah kecanduan dengan bantuan buku.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Tjalla, Komalasari dan Asharika (2016) yang berjudul Pengembangan Hipotetik Buku Bantuan Diri Tentang Bahaya Merokok bahwa hasil dari penelitian tersebut ialah buku

bantuan diri mengenai bahaya merokok dikategorikan sangat layak dengan rata-rata presentase sebesar 80,5%. Dari penelitian tersebut diharapkan juga buku bantuan diri mengenai bahaya merokok dapat diuji cobakan sehingga buku ini efektif digunakan oleh peserta didik.

Berdasarkan hasil wawanara dengan guru BK, bahwa guru BK di SMK Muhammadiyah 6 Jakarta sudah mengetahui terkait media *self-help book*, akan tetapi guru BK tidak mempunyai media *self-help book* di sekolah tersebut. Guru BK mengatakan bahwa *self-help book* merupakan media kreatif dan menarik untuk digunakan sebagai media dalam bimbingan dan konseling. Terlebih lagi karakteristik peserta didik di SMK Muhammadiyah 6 Jakarta sangat senang belajar sendiri dengan membaca buku. Dengan adanya media *self-help book* dapat membantu peserta didik yang menjadi korban *bullying* untuk meningkatkan perilaku asertif dengan mandiri tanpa bantuan dari orang lain. Guru BK juga sangat senang jika terdapat media menarik dan kreatif seperti *self-help book* yang membantu terselenggaranya layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Hasil yang diperoleh dari instrumen media yang diberikan kepada peserta didik didapatkan bahwa, peserta didik di SMK Muhammadiyah 6 Jakarta pada kelas XI 79% senang membaca buku (buku pelajaran, novel, komik, dll), 41% peserta didik mengetahui buku bantuan diri (*self-help book*), 19% peserta didik pernah membaca buku bantuan diri (*self-help*

book), dan 81% peserta didik tertarik untuk membaca buku bantuan diri (*self-help book*). *Self-help book* yang diinginkan oleh peserta didik ialah terdapat karakteristik individu yang memiliki perilaku asertif (70%), komponen perilaku asertif (63%), langkah-langkah memiliki perilaku asertif (78%), dan terdapat analisis contoh kasus orang lain yang berkaitan dengan perilaku asertif (82%).

Peserta didik juga lebih menyukai *self-help book* dengan berbentuk buku cetak (79%), lebih menyukai cover yang *softcover/paperback* yaitu buku bersampul tipis seperti novel, buku tulis dan buku pelajaran (71%), lebih menyukai *self-help book* yang memiliki warna-warna cerah (59%), lalu lebih menyukai *self-help book* dengan berukuran 12 x 19 cm yaitu standar ukuran seperti novel atau buku cerita (58%). Selain itu juga, menyukai *self-help book* yang kertasnya berjenis *artpaper* yaitu kertas yang memiliki warna putih mengkilap dengan ketebalan 100-180 gsm (36%), lebih menyukai *self-help book* dengan ukuran tulisan sebesar 12 (77%) dan *font* yang banyak disukai ialah arial (44%).

Peserta didik juga sangat menyukai bila *self-help book* terdapat gambar-gambar animasi sesuai dengan tema yang dikembangkan dalam buku (68%) dan lebih menyukai materi dalam *self-help book* dibuat secara point-point (79%) agar mudah dipahami. Tujuan yang diinginkan oleh peserta didik setelah membaca buku bantuan diri (*self-help book*) ialah

memiliki kemampuan untuk mengatasi masalahnya sendiri secara lebih mandiri dan mendapatkan kemampuan serta informasi baru sehingga dapat mengembangkan diri sendiri.

Berdasarkan penjabaran di atas, maka peneliti tertarik untuk membuat media *self-help book* untuk meningkatkan perilaku asertif dengan menggunakan teknik *assertive training* pada peserta didik kelas XI yang mengalami perilaku *bullying* di SMK Muhammadiyah 6 Jakarta. Media yang dikembangkan oleh peneliti dapat digunakan oleh guru BK di sekolah sebagai media kreatif dalam memberikan layanan bimbingan konseling salah satunya ialah layanan konseling individu.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran perilaku asertif peserta ddik kelas XI yang menjadi korban *bullying* SMK Muhammadiyah 6 Jakarta?
2. Bagaimana prosedur *self-help book* untuk membantu peserta didik yang menjadi korban *bullying* memiliki perilaku asertif?
3. Bagaimana mengembangkan *self-help book* untuk membantu peserta didik yang menjadi korban *bullying* di SMK Muhammadiyah 6 Jakarta dalam memberikan pengetahuan dan meningkatkan perilaku asertif?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, maka peneliti dapat memfokuskan yaitu pengembangan *self-help book* untuk memberikan pengetahuan dan meningkatkan perilaku asertif bagi peserta didik yang menjadi korban *bullying* menggunakan teknik *assertive training.*

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah "Bagaimana pengembangan *self-help book* untuk meningkatkan perilaku asertif pada peserta didik korban *bullying* kelas XI SMK Muhammadiyah 6 Jakarta?"

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoritis

   Manfaat secara teoritis yaitu pengembangan media *self-help book* sebagai bahan media yang membahas mengenai teknik *assertive training* untuk membantu korban *bullying* memiliki perilaku asertif.

Selain itu juga dapat membantu penelitian selanjutnya untuk menguji efektivitas dari *self-help book* untuk meningkatkan perilaku asertif, sehingga dapat berani bertindak tegas kepada pelaku *bullying*.

2. Kegunaan Praktis

a. Bagi Peserta Didik

Pengembangan media *self-help book* yaitu untuk meningkatkan perilaku asertif pada korban *bullying* agar dapat memberikan motivasi dan membantu peserta didik untuk meningkatkan perilaku asertif dalam dirinya.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini menjadi sarana bagi peneliti dalam menerapkan ilmu yang diperoleh selama kuliah di jurusan Bimbingan dan Konseling, serta menambah pengetahuan dan wawasan sebagai bekal untuk menjadi pendidik.

c. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Pengembangan media *self-help book* diharapkan dapat menjadi sumber informasi mengenai perilaku asertif. Selain itu, media *self-help book* juga dapat membantu guru bimbingan dan konseling untuk memberikan layanan BK dengan menggunakan media pembelajaran yang kreatif dan inovatif. Lalu media *self-help*

book juga diharapkan untuk menjadi sumber referensi bagi guru BK untuk memberikan pengetahuan yaitu cara memiliki perilaku asertif bagi peserta didik yang menjadi korban *bullying* di sekolah.

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA