

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia yang hidup pasti mengalami masa dimana kondisi manusia ada di posisi terendah yang menyebabkan manusia dapat terpuruk. Tidak ada manusia yang tidak pernah mengalami masalah dalam hidupnya. Kondisi ini menuntut manusia untuk dapat bertahan dan bangkit dari keterpurukan atau beradaptasi dari kondisi yang sedang dialami. Apalagi disituasi pandemic COVID 19, berbagai masalah bermunculan dari segi kesehatan, pendidikan, ekonomi, dan sosial. Semua orang di seluruh dunia mengalami keadaan yang membuat manusia terpuruk. Situasi yang mengharuskan kita memiliki kemampuan bertahan dan bangkit dari dampak Covid 19. Salah satu dampak yang terjadi di situasi yang membuat manusia dapat tertekan adalah kekerasan anak yang disebabkan KDRT (Kekerasan dalam rumah tangga) berdasarkan data dari LBH APIK dalam (kandedes, 2020) dari pengaduan kekerasan anak 33 dari 97 kasus pengaduan merupakan kasus KDRT. Menurut Abdullah dalam calista dan garvin (2018) lemahnya hukum dan budaya yang ada membuat korban KDRT semakin meningkat. Selain KDRT kasus perceraian juga ikut meningkat dikarenakan perbedaan pendapat, masalah ekonomi, perselingkuhan, dan lainnya. Menurut ketua KPAI, Susanto kekerasan anak di masa pandemic disebabkan konflik antara orang tua dikarenakan masalah ekonomi. Akibat dari kasus itu dapat menyebabkan perkembangan anak menjadi terganggu. Anak yang menyerahkan hidupnya pada orang tua, anak mengharapkan orang tua menjadi orang yang memberi kasih sayang, rasa aman, dan mengajari sesuatu

hal. Tetapi dikarenakan kasus yang dialaminya membuat anak tidak mendapatkan aspek tersebut dan merasakan dampak dari kasus yang terjadi. Terutama anak yang memasuki masa yang merupakan fase yang sangat rentan dalam pencarian jati diri. Dampak dari ketidakhadiran orang tua pada masa remaja akan membuat remaja mengalami krisis perkembangan dan berakibat kecacauan identitas. Remaja akan merasa kebingungan, merasa sendiri, dan tidak memiliki kemampuan untuk memilih hal yang benar atau salah.

Menurut Papalia, Olds, dan Feldman dalam Calista, Garvin (2018) Remaja merupakan fase perpindahan dari anak-anak ke dewasa dengan rentang usia 12 sampai 21 tahun. Pada masa ini terjadi maturitas emosional, fisik, kognitif dan sosial menurut mulia, elita, dan Woferst, (2014). Kasus kekerasan juga marak terjadi di lingkungan sekolah dan sosial. Siswa sekolah jenjang SMP sampai SMA masuk dalam kategori remaja cukup rentan mengalami kekerasan di sekolah. Kekerasan yang sering dikenal sebagai *bullying* kasusnya meningkat setiap tahun. Data dari Komisi Perlindungan Anak (KPAI) menunjukkan terdapat 2.473 kasus *bullying* dan jumlah terus meningkat. Data yang diperoleh oleh Prasetyo (2011) terdapat kasus bunuh diri yang dilakukan siswi SMP dikarenakan mengalami *bullying* secara verbal. Survey yang dilakukan oleh Yayasan Semai Jiwa terhadap 1.500 pelajar SMP dan SMA di Yogyakarta dan Surabaya menyatakan 67% *bullying* pernah terjadi di sekolah. Penelitian yang dilakukan oleh Widayanti & Siswati (Widayanti & Siswati (2009) terdapat perbedaan perilaku *bullying* yang dilakukan laki-laki dan perempuan. Siswa laki-laki lebih banyak melakukan *bullying* berupa fisik dan verbal, seperti memukul, berkelahi, atau mengancam. Sedangkan siswi

perempuan lebih banyak *bullying* berupa verbal dan bersifat relasi, seperti gossip atau pengabaian dalam relasi sosial.

Kasus *bullying* di sekolah dapat menyebabkan dampak dan dapat menghambat perkembangan siswa di sekolah. *Bullying* dapat menyebabkan perasaan tidak aman, *low self esteem*, depresi, stress, dan bahkan menyebabkan bunuh diri. Dalam jangka panjang korban *bullying* dapat memiliki masalah emosional dan perilaku. Secara umum korban *bullying* dapat menghindari lokasi *bullying* terjadi. Jika *bullying* terjadi di sekolah maka akan mempengaruhi kegiatan belajar yang disebabkan adanya perasaan tidak aman sehingga berdampak pada resiliensi siswa dalam menghadapi masalah. Respon yang ditunjukkan siswa bisa berupa mengabaikan tugas sekolah, kehadiran menurun, perubahan perilaku seperti, malas bergabung dalam kegiatan sosial dan keinginan untuk tidak sekolah. Ketidaktertarikan dalam bergabung pada kegiatan sosial menyebabkan korban *bullying* terisolasi dan depresi. Korban *bullying* yang mengabaikan tugas sekolah dan ketidakhadiran meninggalkan dapat berdampak pada prestasi belajar siswa. Berdasarkan data yang diperoleh terdapat 35 siswa yang memiliki resiliensi rendah, 160 siswa memiliki 160 resiliensi sedang, dan 45 siswa dengan resiliensi tinggi..

Pengalaman *bullying* berdampak pada psikologis dan fisik yang menyebabkan siswa merasa terpuruk, trauma, perubahan perilaku dan tertekan di masa remaja membutuhkan kemampuan resiliensi untuk dapat bertahan dan bangkit. Santrock dalam Mulia, Elita, dan Woferst (2014) berpendapat perkembangan resiliensi sangat penting dicapai remaja untuk mengalami perubahan yang mengharuskan remaja dapat menjadi dewasa. Sering kali minimnya kemampuan resiliensi membuat remaja terjerumus dalam

masalah disebabkan ketidakmampuan dalam beradaptasi dan kemampuan resiliensi remaja berbeda-beda. Ketika remaja mengalami kondisi yang sama, cara remaja menghadapi situasi tersebut sangat berbeda hal ini tergantung pada bagaimana lingkungan mengajarkan remaja untuk mencapai tahap perkembangan resiliensinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2014) menunjukan bahwa resiliensi yang meningkat dapat membuat remaja melihat perceraian dari sudut pandang lain sehingga remaja tidak memiliki perilaku maladaptif. Jika remaja dari korban perceraian memiliki resiliensi rendah dapat mengakibatkan remaja terjerumus pada perilaku maladaptif dan negatif. Rendahnya resiliensi berdampak pada perkembangan remaja yang membuat remaja tidak berkembang secara emosional, kognitif. Pengalaman yang menyakitkan dapat membuat remaja menjadi depresi jika tidak memiliki resiliensi yang tinggi. Penelitian dari Mujahidah & Listiyandini (2018) menunjukan penambahan skor resiliensi diikuti oleh penurunan angka depresi pada remaja. Depresi yang meningkat dapat membuat remaja rentan terkena gangguan jiwa yang diakibatkan rendahnya resiliensi remaja yang dipengaruhi oleh lingkungan yang menjadi sumber stressor mengakibatkan dapat mempengaruhi psikis, kognitif, dan sosial. Didukung oleh penelitian oleh Barimbing (2020) lingkungan keluarga yang suportif dapat mendatangkan coping stress yang positif. Lingkungan merupakan salah satu komponen penting yang mempengaruhi resiliensi. Dengan lingkungan yang membuat individu merasa diterima, kehangatan pola asuh, lingkungan penuh cinta, keamanan dan dukungan social membuat individu dapat membentuk resiliensi. Pertemuan antara stressor dan kepercayaan diri saat menghadapi kesulitan dan mengambil pembelajaran dari

kekecewaan merupakan proses resiliensi seseorang untuk terus bertumbuh.

Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh sekolah untuk meningkatkan resiliensi remaja dengan menggunakan modul yang digunakan dalam kelas. Tidak semua siswa memiliki orang tua yang dapat membimbing dan membantu mengatasi masalah yang dialami. Selain itu tidak semua siswa terbuka dengan orang tua untuk membicarakan masalah. Oleh karena itu materi yang diajarkan di kelas sangat bermanfaat untuk siswa mengetahui mengenai *bullying* dan mengatasi trauma yang dialami korban *bullying*. Modul dapat diterapkan pada layanan bimbingan klasikal atau kelompok. Alasan memilih modul didukung oleh penelitian yang pernah dilakukan oleh Katodhia & C. Sinambela (2020) peserta menunjukkan peningkatan kecerdasan emosional dan resiliensi pada setiap sesi pelatihan sesuai modul yang dibuat. Diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Aini (2017) terjadi peningkatan resiliensi pada siswa yang mengikuti modul kegiatan layanan konseling sebaya. Materi yang akan digunakan dalam modul penelitian ini adalah *art therapy*. Siswa diajarkan untuk mengenal diri, mengeskspresikan diri, dan mengatasi trauma dengan menggunakan *art therapy*.

Art Therapy kegiatan terapeutik yang terdapat proses kreatif dan terapi ekspresif untuk konseli. Proses kreatif bisa dilakukan dengan menggambar membuat produk, bernyanyi, bermain musik, menari, bermain drama dan menulis puisi. *Art therapy* dapat dijadikan cara untuk meningkatkan resiliensi pada remaja. Ada beberapa metode yang dapat digunakan seperti *draw your strength*, mandala, *mindfulness exercise*, dan sebagainya. Alasan memilih *art therapy* dibandingkan terapi lain adalah *art therapy* dapat memberikan kesempatan yang unik sebagai pengalaman dalam penggalian perasaan,

pengetahuan, keinginan, dan kebutuhan. *Art therapy* dapat menjadi penghubung antara alam sadar dan tidak sadar dan masa lalu dan masa kini menurut Atkins dan Williams dalam Roghanchi et al (2013). Resiliensi dapat dibangun melalui kreatifitas dalam *art therapy* untuk membantu konseli/klien dalam mendukung proses menghadapi peristiwa traumatis. Menurut terapis *art therapy* Vija Lusebrink dalam Slater (2004) gambar merupakan jembatan antara tubuh dan pikiran, tingkat pemrosesan informasi yang disadari, dan perubahan fisiologis. Membuat gambar dapat membantu konseli/klien dalam menghadapi tekanan emosional atau penyakit fisik dalam proses terapi untuk mencapai kesejahteraan. Selain itu *art therapy* membuat konseli/klien aktif mencoba, berkesperimen, atau melatih perubahan diri sehingga konseli/klien dapat membingkai ulang perasaan, menanggapi suatu peristiwa dan mengerjakan perubahan emosional dan perilaku.

Salah satu teknik *art therapy* yang akan digunakan adalah mandala. Mandala berasal dari bahasa sansekerta kuno yang memiliki arti "lingkaran" yang berkonotasi keseluruhan alam semesta. Makna dari mandala merupakan wadah keadan psikologis yang diproyeksikan ke dalam lingkaran. Dasar dari religious mandala digunakan dalam Buddha di Tibet, Hindu, dan pribumi Amerika. Jung (2014) berpendapat mandala merupakan bentuk pola dasar dan representasi dari diri bawah sadar. Mandala dapat membantu penyembuhan dan perkembangan manusia. Rogers dalam Quinn (Quinn 2014) berpendapat bentuk seni dapat membantu kita menemukan diri seseorang yang berasal dari kedalaman emosional dan intuitif aspek melalui berbagai seni. Kometiani & Farmer (Kometiani and Farmer 2020) berpendapat mandala merupakan proses

terapi yang menekankan kebutuhan dengan pemilihan warna, simbol, dan bentuk yang merepresentasikan perasaan dan emosi.

Keunggulan dari mandala Jung dalam Duong et al., (Duong, Stargell, and Mauk 2018) berpendapat manfaat dari proses kreatif ketika pembuatan mandala bermanfaat untuk konseli menumbuhkan efek ketenangan. Mandala juga dapat membantu penyembuhan psikologis sesuai kemampuan konseli dan mengintegrasikan pikiran, perasaan, dan perilaku. Small berpendapat dalam mandala dapat membantu konseli mengatur emosi. Pembuatan mandala membantu individu untuk mengeksplorasi, mengidentifikasi, memahami, dan mengendalikan pikiran yang menjadi penyebab kecemasan. Fincher berpendapat dalam Duong et al., (Duong et al. 2018) mengungkapkan pengalaman melalui menggambar lingkaran yang dikombinasikan dengan warna dan bentuk dapat memungkinkan pengembangan kesadaran dan wawasan mengenai diri. Duong et al., (Duong et al. 2018) berpendapat mandala dapat membantu konselor untuk memahami dunia konseli. Hal ini dikarenakan membuat mandala memungkinkan individu untuk mengkomunikasikan pikiran dan perasaan. Mandala juga bermanfaat untuk meningkatkan suasana hati dan kesejahteraan psikologis

Berdasarkan hasil pengambilan data siswa tertarik dengan pembuatan modul terapi seni untuk membantu siswa meningkatkan resiliensi. Sebanyak 187 responden menyadari manfaat mengetahui resiliensi, *art therapy*, dan *bullying*. Sebanyak 152 responden tertarik dengan materi yang relevan dengan kehidupan sehari-hari. Terdapat 208 responden yang senang belajar secara mandiri. Sebanyak 169 siswa pernah membaca modul dengan tujuan yang diharapkan siswa dari modul adalah menambah pengetahuan, lebih mudah

mengerti materi, untuk. Sebanyak 221 responden menginginkan adanya gambar atau ilustrasi dalam modul dengan materi berupa informasi resiliensi, bullying, dan langkah-langkah kegiatan art therapy melalui menggambar. Hasil berupa ebook dengan 197 responden menginginkan adanya glossarium dengan adanya evaluasi kegiatan.

B. Identifikasi Masalah

1. Apakah modul dapat meningkatkan resiliensi remaja yang mengalami bullying?
2. Bagaimana langkah-langkah dalam modul art therapy dapat meningkatkan resiliensi siswa?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka penulis melakukan pembatasan masalah penelitian, yaitu : “Pengembangan modul art therapy untuk meningkatkan resiliensi peserta didik korban bullying di SMK Negeri 31 Jakarta”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dirumuskan permasalahannya yaitu : “Bagaimana modul art therapy dapat meningkatkan resiliensi siswa korban bullying?”

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai teknik art therapy untuk meningkatkan resiliensi siswa korban bullying.

2. Bagi peserta didik

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan mengenai cara meningkatkan resiliensi

3. Guru bk

Penelitian ini dapat dijadikan metode untuk siswa lain yang merupakan korban bullying agar dapat meningkatkan resiliensi.

4. Pihak Sekolah

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai tingkat resiliensi siswa sehingga sekolah mengetahui kondisi siswa.

5. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat memberikan gambaran modul art therapy untuk meningkatkan resiliensi siswa dan dapat mengembangkan pengembangan modul lebih lanjut.