

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang Penelitian

Permasalahan sosial di Indonesia kini marak tumbuh di tengah masyarakat, salah satunya adalah *bullying*. *Bullying* merupakan tindakan individu atau sekelompok orang untuk menyakiti individu lain sehingga menyebabkan orang lain merasa tertindas, cemas, dan tidak mempunyai kekuatan untuk mengatasi kejadian tersebut. Kasus seperti ini selain terjadi pada orang dewasa, tidak menutup kemungkinan hal ini terjadi pula pada insan muda. Perilaku *bullying* ini seringkali terjadi di sekolah, padahal sekolah merupakan rumah kedua siswa karena sejatinya sekolah adalah wadah atau tempat untuk menimba ilmu dan di dalamnya memiliki tujuan untuk menumbuhkan sikap dan perilaku teladan bagi siswa di dalam sekolah dan di luar sekolah.

Kasus pada tindakan *bullying* di sekolah ini terbukti melalui adanya data di lapangan dari beberapa sumber. Data yang bersumber pada *Global Education Digest 2011* UNESCO mengatakan bahwa sebagian besar sekolah yang ada di dunia ini pernah mengalami kasus tindak kekerasan dan *bullying* yang mempunyai pengaruh besar bagi siswanya. Kasus tersebut sebanyak 246 juta yang menimpa anak-anak dan remaja di setiap tahunnya. Persentase anak-anak dan remaja yang mengalami intimidasi di sekolah dapat diperkirakan antara 10% hingga 65%, hal ini tergantung pada setiap negara. Dari 100.000 remaja di 18 negara, dua pertiga dari mereka yang telah ditinjau mengatakan bahwa mereka pernah mengalami perundungan (Manto et al., 2020). Selanjutnya, pada tanggal 13 Februari 2023 data yang diambil dari KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) menjabarkan bahwa kasus *bullying* ini mengalami peningkatan sebanyak 1.138 mulai dari kekerasan fisik hingga psikis. Selain itu, data yang tercatat oleh Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) terhitung ada 16 perundungan yang terjadi di sekolah pada periode Januari

sampai Juli tahun 2023 dengan jumlah presentase SD dan SMP sebesar 25%, SMA dan SMK sebesar 18,75%, serta MTs dan Pondok Pesantren sebesar 6,25% (Yulianti, 2023). Hal ini sangat disayangkan bahwa pada kenyataannya sekolah bukan lagi tempat nyaman bagi siswa karena di dalamnya banyak penyimpangan yang terjadi.

Berdasarkan observasi dan tanya jawab yang sudah berhasil dilakukan oleh peneliti kepada salah satu guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 10 Cimahi, ternyata tindakan *bullying* masih sering terjadi antar siswa di lingkungan sekolah. Beberapa bentuk *bullying* yang ditunjukkan antara lain mengejek penampilan fisik, memperebutkan seorang perempuan atau laki-laki, dan mencaci teman melalui media sosial. Selain itu, faktor ekonomi keluarga juga menjadi bahan hinaan antar siswa. Hal tersebut terjadi karena timbulnya perasaan iri dan dengki antar siswa sehingga mendorong mereka untuk melakukan tindakan *bullying*. Menurut pernyataan dari guru Bimbingan dan Konseling permasalahan *bullying* ini sudah di tangani oleh guru dan masing-masing wali kelas, hanya saja pihak sekolah belum memiliki sebuah program khusus yang dilakukan untuk menangani kasus penindasan khususnya untuk siswa yang pernah mengalaminya.

Kasus *bullying* yang terjadi pada siswa kelas VIII masih terbilang cukup banyak, para siswa yang menjadi korban pun mendapatkan dampak yang buruk pada dirinya akibat dari adanya perilaku menyimpang yang menimpanya. Perilaku tersebut dapat memberikan dampak negatif bagi korbannya baik dari segi kesehatan mental, fisik, hingga sosial. Beberapa dampak negatif yang dirasakan seperti trauma, stres, *introvert* atau cenderung menutup diri, ketakutan, dan tidak percaya diri. Selain itu, kehilangan harta benda, gangguan kesehatan mental, bahkan kematian merupakan akibat yang paling berbahaya bagi seseorang yang tidak mampu mengatasi permasalahan perilaku menyimpang seperti *bullying* (Maftuh, 2008). Seorang siswa korban *bullying* cenderung akan mengalami perubahan pada keterampilan sosial yang ia miliki sehingga sulit untuk bersosialisasi dengan baik kepada masyarakat. Keterampilan

sosial adalah suatu kemampuan dasar yang dipunyai oleh individu dengan tujuan sebagai upaya membantu menyesuaikan diri dan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya (Wardiyanto, 2013). Keterampilan dalam berinteraksi, keterampilan berkomunikasi, keterampilan bekerja sama, dan keterampilan menyelesaikan suatu masalah termasuk ke dalam beberapa aspek yang perlu dimiliki siswa pada keterampilan sosialnya (Sudarmiani et al., 2022). Pada kenyataannya aspek dalam keterampilan sosial ini tidak sepenuhnya dimiliki oleh siswa yang mengalami tindakan *bullying*. Rasa percaya diri dan kemampuan sosial yang dimiliki oleh siswa akan hilang seketika setelah terjadinya tindakan buruk tersebut.

Berdasarkan temuan di tahun 2005 yang telah dilaksanakan oleh Fox & Boulton di mana siswa korban *bullying* di sekolah cenderung menunjukkan perubahan ke arah yang negatif seperti keterampilan sosial yang buruk (Wati, 2012). Siswa korban *bullying* menjadi cenderung tertutup dan tidak peduli akan keadaan sekitar karena ketakutan dan trauma yang ia alami. Ketakutan tersebut membuat korban *bullying* memiliki pemikiran yang negatif pada dirinya. Pemikiran-pemikiran negatif datang dari diri sendiri yang mengakibatkan stres atau tidak percaya diri, seperti “*Benar yang dikatakan teman saya, bahwa wajah saya jelek dan kulit saya kusam*”. Hal tersebut akan semakin membuat diri mereka merasa terpuruk. Perkataan yang diucapkan pada diri sendiri tersebut merupakan bentuk dari *self talk*. Seseorang yang sering berbicara atau menjalin komunikasi dengan dirinya sendiri mengenai hal-hal yang sedang dialami, maka hal tersebut akan membantu dirinya dalam mengambil sebuah tindakan atau keputusan yang terbaik. Begitupun dengan siswa korban *bullying*, jika dapat menjalin komunikasi dengan dirinya maka akan terhindar dari perilaku yang buruk.

*Self talk* merupakan suatu kata afirmasi yang di tujukan kepada diri sendiri baik dengan cara lisan maupun tulisan. Menerapkan *self talk* sebagai upaya dari mengatasi dampak *bullying*, tentunya dengan menerapkan pemikiran yang positif bukan negatif. Menerapkan *self talk* sebagai upaya dari mengatasi dampak *bullying*, tentunya melalui

mengadopsi pemikiran positif daripada pemikiran negatif, remaja dapat mengendalikan diri dan menanggung situasi tidak menyenangkan untuk mencapai keadaan psikologis yang lebih sehat (Fatimah, 2019). Jika penerapan *positive self talk* dilakukan pada diri kita, maka akan tumbuh rasa nyaman dan tenang dengan diri kita sendiri. Seseorang akan terdorong atau termotivasi oleh dirinya sendiri sehingga menjadi pribadi yang kuat, penuh percaya diri, dan selalu berpikiran positif terhadap diri dan kehidupannya. Melalui teknik *positive self talk* juga dapat mendorong dan melatih keterampilan sosial siswa korban *bullying* dengan membiasakan diri memikirkan hal-hal positif yang membangun pada dirinya. Sehingga dapat membantu siswa tersebut dalam bertingkah laku di masyarakat karena akan timbul rasa nyaman pada orang lain sehingga dapat menjalin pertemanan dengan orang lain.

Penelitian sebelumnya memberikan informasi yang berkaitan mengenai penerapan *positive self talk* yang sudah berhasil dilaksanakan oleh (Erwana, 2020; Hidayatullah & Al Aluf, 2021; Sawitri, 2021; Sianipar et al., 2022), bahwa berdasarkan hasil penelitian yaitu siswa yang mengalami tindakan *bullying* dari lingkungan sekitarnya akan mengalami perubahan negatif tidak hanya pada kesehatan mentalnya saja, tetapi keterampilan sosial yang dimilikinya pun menjadi rendah. Hal ini diakibatkan karena adanya tekanan atau rasa trauma pada diri siswa. Keterampilan sosial yang rendah perlu ditingkatkan kembali pada diri siswa korban *bullying* melalui implementasi metode *positive self talk*. Sehingga metode *positive self talk* dikatakan dapat menumbuhkan kemampuan komunikasi siswa dalam berinteraksi dengan orang lain yang di mana kemampuan komunikasi ini termasuk ke dalam aspek dari keterampilan sosial. Oleh karena itu, jika siswa didorong untuk membiasakan diri menerapkan teknik *positive self talk* pada kehidupan sehari-hari, maka akan semakin baik dan sehat pula kondisi fisik serta mentalnya.

Peneliti menyimpulkan bahwa penelitian mengenai topik ini belum pernah dilakukan, jika dilihat berdasarkan latar belakang dan hasil

penelitian sebelumnya. Penelitian yang kesatu berkaitan dengan pengelolaan kesehatan mental dengan menerapkan *self talk*. Penelitian yang kedua berkaitan dengan keterampilan berkomunikasi dengan menerapkan teknik *self talk*. Penelitian yang ketiga berkaitan dengan cara menumbuhkan rasa percaya diri dengan menerapkan *positive self talk* dan pengarahan pribadi. Sementara itu, penelitian yang keempat berkenaan mengenai pengaruh tindakan penindasan terhadap keterampilan sosial. Fokus penelitian mengenai keterampilan sosial dengan menerapkan teknik *positive self talk* bagi siswa korban *bullying* kelas VIII SMP. Berdasarkan semua penjelasan tersebut, peneliti tertarik melaksanakan penelitian dengan menuangkan dalam judul “*Penerapan Teknik Positive Self Talk Terhadap Keterampilan Sosial Siswa Korban Bullying Di SMP Negeri 10 Cimahi*”. Alasan peneliti mengambil judul penelitian ini karena dilihat dari salah satu prinsip Kurikulum Merdeka yang berkaitan dengan pengembangan keterampilan sosial yaitu prinsip kolaborasi. Prinsip ini sangat mendorong siswa untuk dapat berkolaborasi dan menjalin komunikasi dengan orang lain. Hal tersebut bertujuan agar siswa memiliki kesempatan untuk belajar dan mengembangkan keterampilannya dalam bekerja bersama tim pada lingkup sosial. Dalam Kurikulum Merdeka siswa diajak untuk saling bekerja sama dengan tim dalam berbagi ide, pemikiran serta pengetahuan yang cemerlang sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran (Permana, 2023). Kurikulum Merdeka juga menekankan pada siswa bahwa pentingnya memiliki keterampilan dalam berkomunikasi, sehingga siswa diajak untuk berbicara dengan jelas ketika mengemukakan pendapat dan belajar menghargai orang lain. Dengan demikian, dalam Kurikulum Merdeka keterampilan sosial ini menjadi urgensi bagi siswa.

Selanjutnya, dasar peneliti melakukan penelitian ini karena dalam Pendidikan IPS di tengah era globalisasi ini siswa perlu mempunyai keterampilan sosial yang baik. Dikatakan demikian karena adanya Pendidikan IPS bermaksud akan membimbing serta melatih siswa agar menjadi warga negara yang baik, yaitu warga negara yang mampu hidup

demokratis, mampu berintegrasi ke dalam masyarakat, dan berinteraksi secara positif dengan orang lain (Ginanjar, 2016). Sehingga siswa didorong untuk menjalin interaksi yang luas dengan terlibat secara bersungguh-sungguh dalam berkehidupan di tengah masyarakat. Berdasarkan semua penjelasan di atas, diartikan bahwa penelitian ini penting dilakukan karena berkaitan terhadap prinsip Kurikulum Merdeka dan Pendidikan IPS karena keterampilan sosial ini sangat urgensi bagi siswa, terutama bagi siswa korban *bullying* agar dapat ikut aktif berpartisipasi dalam masyarakat global. Oleh karena itu, untuk merealisasikan hal tersebut teknik *positive self talk* sangat diperlukan dalam membantu siswa korban *bullying* untuk meningkatkan berbagai kemampuan yang dimiliki siswa, misalnya kemampuan bekerja sama, kemampuan komunikasi, dan kemampuan berinteraksi dengan orang lain. Jika siswa korban *bullying* dapat menerapkan teknik *positive self talk* dan memberikan perubahan pada tingkat keterampilan sosialnya, maka siswa tersebut akan siap untuk menghadapi tantangan hebat dari dunia luar yang akan mendatang.

## 1.2 Rumusan Masalah

Pentingnya meningkatkan keterampilan sosial menggunakan teknik *positive self talk* dapat membantu siswa korban *bullying* untuk mampu bersosialisasi dengan orang lain di sekitarnya, tetapi belum banyak yang menggunakan teknik *positive self talk* pada peningkatan keterampilan sosial siswa di lingkungan sekolah. Berdasarkan hal tersebut, perlu dilakukannya penelitian mengenai Penerapan Teknik *Positive Self Talk* Terhadap Keterampilan Sosial Siswa Korban *Bullying* di SMP Negeri 10 Cimahi dengan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kemampuan keterampilan sosial siswa korban *bullying* sebelum diberikan teknik *positive self talk*?
2. Bagaimana kemampuan keterampilan sosial siswa korban *bullying* sesudah menerapkan teknik *positive self talk*?

3. Apakah terdapat perbedaan keterampilan sosial siswa korban *bullying* sebelum dan sesudah pemberian *treatment* dengan teknik *positive self talk*?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini mempunyai maksud yang jelas berdasarkan dari rumusan masalah yang sudah dipaparkan. Terdapat tiga poin yang menjadi tujuan dilakukannya penelitian, antara lain:

1. Menganalisis kemampuan keterampilan sosial siswa korban *bullying* sebelum diberikan teknik *positive self talk*
2. Menganalisis kemampuan keterampilan sosial siswa korban *bullying* sesudah menerapkan teknik *positive self talk*
3. Menganalisis perbedaan keterampilan sosial siswa korban *bullying* sebelum dan sesudah pemberian *treatment* dengan teknik *positive self talk*.

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### 1.4.1 Secara Teoritis

Diharapkan bisa membagikan beberapa gagasan, pengetahuan, ide baru agar dapat digunakan di dalam ranah sosial, khususnya sebagai upaya meningkatkan keterampilan sosial bagi siswa. Selain itu, penelitian ini diharapkan bisa berguna sebagai acuan bagi penelitian selanjutnya mengenai keterampilan sosial, serta untuk menambah wawasan yang lebih luas mengenai teknik *positive self talk* dalam permasalahan sosial dari tindakan *bullying* di sekolah.

#### 1.4.2 Secara Praktis

##### a. Bagi Siswa

Diharapkan dengan menerapkan teknik *positive self-talk*, siswa korban *bullying* akan selalu berusaha untuk tetap mempraktikkan perbuatan baik yang berguna. Maka siswa dapat memperlihatkan perkembangan antara sebelum dan sesudah menerapkan teknik *positive self-talk* pada tingkat keterampilan

sosial baik dalam bekerja sama, bersosialisasi, menghargai diri dan orang lain, serta senantiasa selalu berperilaku baik.

b. Bagi Orang Tua

Diharapkan bisa mengetahui pentingnya peran orang tua dalam mendidik anak supaya kelak tidak terbawa dampak pergaulan yang negatif.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini bisa berguna untuk dijadikan saran keterbaruan bagi sekolah mengenai cara menumbuhkan keterampilan sosial bagi siswa kelas VIII SMP serta upaya yang dapat dilakukan untuk menciptakan sekolah ramah dan aman. Sehingga pihak sekolah dapat memberikan pengarahan mengenai teknik *positive self talk* dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa dalam mencegah adanya tindakan penindasan *bullying* di sekolah.

### 1.4.3 Secara Etis

Penelitian ini diharapkan bisa menyampaikan wawasan kepada seluruh masyarakat terkait pentingnya penerapan *positive self talk* terhadap keterampilan sosial pada korban *bullying* agar dapat meningkatkan kekuatan dan kepercayaan diri dari adanya tindakan *bullying*.

## 1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi skripsi dirancang agar mempermudah pembahasan yang disusun pada urutan bab skripsi. Dalam struktur penelitian ini, terdapat lima bab yang dapat diuraikan sebagai berikut:

**BAB I Pendahuluan**, menjabarkan tentang latar belakang dilakukannya penelitian, perumusan masalah yang diangkat pada penelitian, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika penelitian.

**BAB II Kajian Pustaka**, menjabarkan teori dan pendapat para ahli mengenai *bullying*, keterampilan sosial, dan teknik *positive self talk*. Selanjutnya, ada rujukan dari penelitian terdahulu yang sesuai dengan topik yang dikaji, kerangka berpikir, serta terdapat hipotesis penelitian.



**BAB III Metode Penelitian,** menguraikan mengenai metode penelitian, variabel dan desain penelitian, tempat dan waktu penelitian, populasi dan sampel penelitian, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, teknik validasi, serta teknik analisis data

**BAB IV Hasil Temuan dan Pembahasan,** menyajikan hasil temuan dan pembahasan penelitian dimulai dari deskripsi umum lokasi penelitian, deskripsi pelaksanaan penelitian, penyampaian hasil wawancara dengan guru IPS mengenai gambaran keterampilan sosial siswa kelas VIII, serta pengolahan data dan hasil penelitian terkait penerapan teknik *positive self talk* terhadap keterampilan sosial siswa korban *bullying*. Adapun data yang diperoleh peneliti berdasarkan dengan teknik pengolahan data yang sudah dirumuskan. Hasil dan pembahasan pada penelitian ini disajikan dengan pemaparan data statistik yang dideskripsikan.

**Bab V Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi,** menyajikan hasil analisis yang disimpulkan oleh peneliti. Pada bagian implikasi menjabarkan dampak dari adanya penelitian yang dapat dirasakan oleh pihak-pihak tertentu. Bagian rekomendasi pada penelitian ini terdapat masukan yang direkomendasikan oleh peneliti demi memperbaiki mutu penelitian selanjutnya mengenai keterampilan sosial. Bagian pada akhir skripsi ini diakhiri dengan daftar pustaka yang di dalamnya berisi referensi berupa buku, jurnal, atau bahan lainnya yang digunakan sebagai bahan rujukan penelitian. Selain itu, bagian ini pun memuat lampiran-lampiran yang berisi data pelengkap penunjang penelitian.