

BAB 1

PENDAHUULUAN

1.1 Latar Belakang

Perilaku *bullying* merupakan salah satu permasalahan tertinggi di dunia pendidikan. Dampak dari perilaku *bullying* tidak hanya mempengaruhi korban secara fisik tetapi juga secara psikologis dan sosial (Hidayah & Hapsari, 2023). Masalah *bullying* juga dapat merusak hubungan antar-siswa, ketika *bullying* dibiarkan berlanjut tanpa intervensi, konflik dan ketegangan antar-siswa meningkat, dan memecah belah komunitas sekolah dan menciptakan polarisasi di antara siswa. Hal ini juga dapat menghambat perkembangan keterampilan sosial yang sehat, karena siswa mungkin cenderung menghindari interaksi sosial atau bahkan membalas dendam (Arumsari & Setyawan, 2019). Usia rentan remaja yang mengalami *bullying* adalah usia remaja yaitu sekitar 13-18 tahun, dimana dalam periode tersebut dianggap sebagai masa yang sangat penting dalam kehidupan seseorang khususnya dalam pembentukan kepribadian.

Berdasarkan data dari sekolah dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dari peneliti melalui kuisisioner pada tanggal 14 april 2025, di dapatkan data bahwa sebagian besar siswa yang pernah melakukan *bullying* di kategori sedang sebanyak 44 anak , namun tindakan sekolah sudah diterapkan adanya bimbingan konseling, tetapi hanya dilakukan untuk siswa yang bermasalah. Pada penelitian sebelumnya menurut Mirnawati & Pratiwi, (2024), temuan

penelitian menunjukkan bahwa siswa yang mendapatkan terapi *cognitive behavioral therapy* menunjukkan penurunan perilaku *bullying* pada remaja sebelum dan sesudah terapi *cognitive behavioral therapy (restrukturing kognitif)* Terapi perilaku kognitif (CBT) dengan teknik *restrukturing kognitif* adalah teknik dalam konseling yang mampu merubah kepercayaan yang negatif atau tidak logis menjadi kepercayaan yang lebih realistis dan mengubah pikiran yang irasional menjadi rasional, realistis dan positif (Camnloy dalam Damayanti 2016).

Menurut *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2020 bahwa pada remaja perempuan rata-rata 37% dan remaja laki laki 42% menjadi korban *bullying*. Jenis perilaku *bullying* yang terjadi yaitu kekerasan seksual, pertengkaran fisik, dan perundungan. Data kasus *bullying* di Indonesia pada tahun 2024 menunjukkan peningkatan, Data ini dikumpulkan oleh Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI) melalui berbagai laporan yang diterima, baik melalui media sosial maupun situs resmi pada 2024 mencatat terdapat 573 kasus kekerasan yang dilaporkan di lingkungan pendidikan, termasuk sekolah, madrasah, dan pesantren. Jumlah ini mengalami lonjakan yang signifikan. Sebagai perbandingan kemudian meningkat menjadi 142 kasus pada 2021, 194 kasus pada 2022, dan 285 kasus pada 2023. Menurut data Lembaga perlindungan anak (LPA) Jawa Timur menyebut jumlah *bullying* di tahun 2023 periode Januari hingga Juli sebanyak 280 kasus. Terbaru, data FSGI menunjukkan terdapat setidaknya 30 kasus perundungan sepanjang 2023, sebanyak 50% terjadi di jenjang SMP/ sederajat, 30% di jenjang SD/ sederajat, 10% di jenjang SMA/ sederajat, dan

10% di jenjang SMK/ sederajat dimana sebanyak 80% kasus ini terjadi disekolah yang dinaungi oleh kemendikbud ristek. Laporan badan pusat statistik (BPS) (2023) menunjukkan, presentase siswa yang mengalami perundungan naik pada tahun 2022, baik di kalangan siswa kelas 5 SD/ederajat, kelas 8 SMP/ sederajat, dan kelas 11 SMP/ sederajat.

Teknik restrukturisasi kognitif menurut Ellis merupakan *Cognitif Restructuring* yaitu memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-pikiran atau pernyataan diri negative dan keyakinan-keyakinan klien yang tidak rasional menjadi pikiran-pikiran yang positif dan rasional (Nurkia & Sulkifly, 2020). Penyebab terjadinya perilaku *bullying* yang paling utama adalah dari pola hidup keluarga yang tidak stabil seperti perceraian orang tua, orang tua yang saling menyakiti, dan bertengkar didepan anak, orang tua yang kurang edukasi dan empati pada anaknya, sehingga memicu sifat emosional yang berlebih pada anak, pergaulan teman juga menyebabkan adanya *bullying* seperti beberapa anak membully hanya untuk menunjukkan kepada teman sebayanya bahwa mereka diterima dalam kelompok, perilaku *bullying* juga mengakibatkan gangguan kepribadian, gangguan emosional, perilaku *self-destruktif* , mengurangi kepercayaan diri untuk dirinya sendiri dan kesulitan mengembangkan hubungan sosial (firdaus, 2019). Bimbingan konseling juga sering mengabaikan keberadaan intimidasi terhadap anak, fenomena ini berkembang pesat di lingkungan sekolah karena seringnya memberikan masukan negatif, seperti hukuman yang tidak membangun, sehingga tidak mendorong perkembangan rasa menghargai dan menghormati antar siswa (syahreny et at.,2020).

Berdasarkan fenomena diatas Penanganan *bullying* dapat di lakukan dengan terapi *Cognitive Behavioral Theray (Restrukturing kognitif)* yang dimana terapi tersebut dapat mengubah cara berfikir, kepercayaan, sikap, asumsi, imajinasi dan memfasilitasi klien belajar mengenali, mengubah kesalahan dalam aspek kognitif, aspek *behavioral* dalam *cognitive behavior therapy* yaitu mengubah hubungan yang salah antara situasi permasalahan dengan kebiasaan mereaksi permasalahan, belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, serta berpikir lebih jelas. Teknik restrukturisasi kognitif menurut Ellis merupakan *Cognitif Restructuring* yaitu memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-pikiran atau pernyataan diri negative dan keyakinan-keyakinan klien yang tidak rasional menjadi pikiran-pikiran yang positif dan rasional (Nurkia & Sulkifly, 2020).

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh *Cognitive Behaioral Therapy (Restrukturing Kognitif)* terhadap perilaku *bullying* pada remaja?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh *Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing kognitif)* terhadap perilaku *bullying* pada remaja

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi perilaku *bullying* pada remaja sebelum diberikan *Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif)*

2. Mengidentifikasi perilaku *bullying* pada remaja sesudah diberikan *Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif)*
3. Menganalisis pengaruh perilaku *Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif)* terhadap perilaku *bullying* pada remaja

1.4 Manfaat

1.4.1 Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini di harapkan dapat mengembangkan khasanah keilmuan keperawatan jiwa., terutama mengenai pengaruh *Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif)* terhadap perilaku *bullying* pada remaja.

1.4.2 Praktis

1. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan

Merupakan sumbangan bagi ilmu pengetahuan pemahaman dan terapi dalam mengetahui pengaruh *Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif)* terhadap perilaku *bullying* pada remaja.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai bahan masukan bagi petugas kesehatan dalam hal karakteristik anak dengan pengaruh *Cognitive Behavioral Therapy (Restrukturing Kognitif)* terhadap perilaku *bullying* pada remaja

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar penelitian selanjutnya sehingga dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan.

