**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang**

Individu dalam proses perkembangannya, akan mengalami beberapa fase pertumbuhan. Terdapat salah satu tahap yang disebut dengan masa remaja. Individu yang masuk dalam kategori remaja merupakan suatu usia yang rentang karena berada pada masa transisi dari kanak-kanak menuju ke dewasa. Menurut Sarwono (2014: 72) “Masa transisi ini seringkali menghadapkan individu yang bersangkutan kepada situasi yang membingungkan; di satu pihak ia masih kanak-kanak, tetapi dilain pihak ia sudah harus bertingkah laku seperti orang dewasa”. Tahap ini, individu akan mengenali beberapa tugas perkembangan dalam dirinya, salah satunya adalah perkembangan sosial, dimana individu akan banyak berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Hal ini akan menjadi proses pembelajaran bagi individu jika kelak ia telah berada di lingkungan masyarakat dan menjadi bagian dari suatu masyarakat secara langsung.

Bentuk perkembangan sosial salah satunya adalah interaksi sosial dengan teman sebaya. Interaksi sosial dengan teman merupakan bentuk aktualisasi diri di lingkungan sekolah, dimana aktualisasi diri adalah puncak kebutuhan manusia menurut Maslow. Menurut Sinring (2011: 108) “Aktualisasi diri akan hanya dapat dicapai dalam hubungan dan atau dengan bantuan orang lain”. Individu dapat menemukan jati dirinya dengan caranya sendiri melalui proses interaksi sosial. Apabila interaksi sosial tersebut tidak berjalan dengan baik, maka individu tersebut terindikasi mempunyai masalah dalam dirinya. Dalam hal ini, dibutuhkan kemampuan individu untuk memahami dirinya agar mendapatkan harga diri di lingkungannya. Terbentuknya harga diri individu akan mempengaruhi interaksi sosial individu tersebut.

Perlakuan positif yang diberika kepada individu dapat membuat hidup individu bahagia, sehat, berhasil, dan dapat menyesuaikan diri dengan baik. Sebaliknya, perlakuan negatif yang diberikan kepada individu dapat membuat hidup individu secara relatif tidak sehat, cemas, tertekan, dan pesimis tentang masa depannya, dan mudah atau cenderung gagal. Lebih lanjut Anas (2007: 43) menjelaskan bahwa “Orang yang harga diri rendah memiliki kecenderungan rendah diri *(self defeating)”.* Rendah diri dapat diartikan sebagai orang yang tidak memiliki keyakinan tentang kemampuan dirinya sendiri.

Munculnya rasa rendah diri pada individu akan memicu munculnya rasa tidak aman, cemas, takut untuk bertindak, ragu–ragu dan akhirnya akan menghambat perkembangan psikologis maupun sosial individu. Menurut Amilin (2014) dalam perkembangan sosial ada beberapa individu yang mengalami permasalahan, seperti tidak bisa bersosialisasi dengan teman, canggung berhubungan dengan orang lain, pendiam, pasif, dan mudah tersinggung. Hal ini dapat membuat individu akan menghindar dari kelompok teman sebaya dan memilih untuk menyendiri. Perilaku ini biasa disebut sebagai perilaku menarik diri atau *withdrawal*.

Menarik diri *(withdrawal)* yaitu individu menghindari akan mengalami kesulitan atau terluka hatinya, dengan cara mengambil sikap pasif dan tidak mau melibatkan diri secara emosional (Winkel dan Hastuti, 2006). Perilaku menarik diri merupakan suatu perilaku dimana individu tidak memiliki kematangan dalam bergaul dan sering menahan diri dari kegiatan sosial di hadapan teman sebayanya. Individu tidak mau melibatkan diri dalam kegiatan kelompok teman sebayanya dan kegiatan-kegiatan sekolah lainnya karena takut mengalami kekecewaan dan menghadapi tantangan dari teman sebayanya. Stuart dan Sundeen (Irawan, 2017) menjelaskan bahwa semakin sering seseorang menarik diri, semakin banyak kesulitan yang dialami dalam mengembangkan hubungan sosial dan emosional dengan orang lain. Individu merasa dirinya ditolak oleh lingkungan meskipun sebenarnya tidak ada penolakan dari orang-orang disekitarnya, mereka menganggap bahwa dirinya berbeda, tidak sepemahaman, dan tidak sepemikiran dengan orang-orang disekitarnya.

Menurut Maslow (Amilin, 2014) dampak menarik diri terhadap kebutuhan dasar manusia antara lain adalah secara fisiologis individu tidak memiliki motivasi untuk makan, minum dan kurang memperhatikan kebutuhan lain seperti kebutuhan istirahat dan tidur, karena asyik dengan pikirannya sendiri sehingga tidak ada minat untuk memperhatikan diri dan keberhasilannya. Perilaku menarik diri juga dapat mempengaruhi prestasi akademik siswa karena siswa sulit berinteraksi dan berkomunikasi dengan guru dan teman sebayanya. Dalam proses pembelajaran siswa diharapkan untuk aktif dan terjalinnya hubungan baik dengan guru dan teman sebayannya. Jika dibiarkan terus menerus, prestasi akademik siswa tersebut akan menurun, serta terjadi gangguan pada diri dan hubungan sosial siswa.

Perilaku menarik diri *(withdrawal)* adalah suatu bentuk penyimpangan dalam berperilaku (*behavior*), yang sebagian diakibatkan oleh pemikiran yang salah *(cognitive)* (Amilin, 2014). Persepsi negatif yang dialami individu akan meningkatkan perilaku menarik diri *(withdrawal)* seseorang yang sangat berpengaruh negatif pada diri sendiri maupun orang lain (Irawan, 2017). Menarik diri ini kurang baik dalam kehidupan sosial karena individu akan dianggap tidak mau berhubungan dengan orang-orang di sekitarnya, dianggap acuh kepada mereka, sehingga bisa jadi orang-orang akan menghindari atau menjauhi individu tersebut karena individu sendiri yang tidak mau berhubungan dengan orang-orang disekitarnya. Individu seharusnya dituntut untuk memiliki keterampilan dalam menjalin hubungan dalam lingkungan sosial shingga pergaulannya luas. Hal ini biasa disebut dengan perilaku *expansive* (Santrock, 2007)

Penelitian Pratiwi (2014) menmeukan terdapat 8 siswa dengan kategori menarik diri sangat tinggi. Peneliti menggunakan konseling rasional emotif perilaku untuk menangani siswa berperilaku menarik diri karena dalam konseling kelompok rasional emotif perilaku ketiga aspek dalam diri individu yaitu kognitif, emotif, dan perilaku menjadi kajian dalam proses konseling. Berdasarkan hasil analisis pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kelompok rasional emotif perilaku dapat menurunkan perilaku menarik diri (*withdrawl*) pada siswa. Hal ini sesuai dengan hasil analisis yang menunjukkan adanya perbedaan atara skor *pre-test* dengan *post-test* pada setiap siswa setelah diberikan perlakuan konseling kelompok rasional emotif perilaku.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Amilin (2014) menemukan terdapat 6 siswa dengan kategori menarik diri sangat tinggi. Intervensi yang diberikan adalah kegiatan konseling kelompok, dengan pendekatan kognitif perilaku. Hal ini dikarenakan kecenderungan menarik diri *(withdrawl)* yang didasari oleh keyakinan negatif *(irrasional believe)* yang menimbulkan perilaku yang salah pada diri individu. Dari hasil analisis per individu yang didasarkan pada hasil *pre-test* dan *post-*test maka dapat diketahui bahwa semua subyek penelitian mengalami penurunan skor menarik diri. Maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok kognitif perilaku dapat digunakan untuk menurunkan kecenderungan menarik diri *(withdrawl)*

Perilaku menarik diri *(withdrawl)* juga terjadi di beberapa sekolah tingkat menengah, baik menengah pertama maupun menengah atas. Berdasarkan hasil wawancara oleh guru BK SMA Negeri 1 Bulukumba bahwa terdapat beberapa siswa yang mengalami gejala menarik diri *(withdrawal)* yang ditandai dengan suka menyendiri, pendiam, kurang berpartisipasi dalam kegiatan sekolah baik dalam jam pelajaran maupun pada kegiatan diluar jam pelajaran, kurang aktif bersosialisasi dengan teman sebayanya, dan komunikasi verbal menurun atau tidak ada. Hal ini senada dengan apa yang dipaparkan oleh wali kelas XI.MIA3, XI.MIA5, dan XI.IIS3 bahwa ada beberapa siswa yang kurang aktif dalam proses pembelajaran terlebih khusus jika diberikan tugas dalam bentuk kelompok, individu hanya diam dan tidak berpartisipasi dalam pengerjaan tugas. Terdapat pula individu yang tergolong pintar namun apabila diberikan tugas berkelompok, dia hanya mengerjakan sendirian tanpa berkelompok. Hal tersebut dibuktikan dengan analisis nilai ulangan semester terhadap siswa yang teridentifikasi menarik diri (*withdrawal*). Hasil analisis tersebut menunjukkan terdapat 27 siswa dari 42 siswa yang memiliki nilai prestasi akademik rendah.

Observasi juga dilakukan dengan bantuan koordinator BK kelas XI pada saat jam istirahat, ditemukan beberapa siswa yang kurang melibatkan diri dalam aktifitas sosial, individu tidak terlibat dengan kelompok teman sebayanya, kurang komunikasi, pemurung, dan tidak bersemangat. Adapun hasil analisis sosiometri menunjukkan bahwa terdapat 42 siswa yang memiliki karakteristik menarik diri *(withdrawal).* Perilaku menarik diri *(withdrawal)* tersebut dapat merugikan dirinya sendiri karena individu tidak dapat mengembangkan potensinya dengan baik, baik dalam hal kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Melihat fenomena yang ada di lapangan, maka perlu adanya upaya untuk membantu menangani permasalahan menarik diri *(withdrawal)* pada siswa. Adapun intervensi yang diberikan adalah kegiatan konseling kelompok, dengan teknik *reframing.* Apabila individu mempunyai persepsi negatif terhadap orang lain serta melakukan tindakan-tindakan menghindar atau menarik diri dari orang lain sehingga menimbulkan perilaku yang salah maka dalam menangani permasalahan tersebut dibutuhkan layanan konseling yang menekankan pada kognitif dan perilaku. Menurut Darminto (Amilin, 2014) Konseling kognitif perilaku menggunakan teori atau perspektif perilaku sebagai kerangka kerja tetapi secara teknis menggabungkan teknik-teknik dari perspektif perilaku dan teknik dari perspektif kognitif. Apabila perilaku menarik diri *(withdrawal)* terjadi dan dikaitkan dengan kurang mampunya berinteraksi dengan lingkungan maka individu membutuhkan pengalaman interaksi secara langsung, maka akan diberikan perlakuan berupa kegiatan yang dilakukan secara berkelompok, dengan tujuan agar individu itu terbiasa dan tidak canggung hidup dengan lingkungan-lingkungan sosial. Dalam intervensi ini, peneliti menggunakan pendekatan kognitif dan perilaku dengan berfokus pada strategi *reframing.*

Teknik *reframing* merupakan turunan dari pendekatan prilaku-kognitif. Menurut Cormier (Nursalim, 2014) *reframing* yang disebut juga pelabelan ulang adalah suatu pendekatan yang mengubah atau menyusun kembali persepsi konseli atau cara pandang terhadap masalah atau tingkah laku. Hal ini bertujuan untuk membantu individu melihat masalahnya dari sudut pandang yang lebih positif. Pada saat *reframing*, konselor menawarkan sudut pandang baru kepada konseli dengan harapan bahwa konseli dapat melihat situasinya secara berbeda yang lebih positif dan dengan demikian konseliakan bertindak lebih pas. *Reframing* memandang bahwa masalah perilaku dan emosi bukan disebabkan oleh kejadian-kejadian tetapi bagaimana kejadian itu dilihat. Sebuah masalah timbul ketika kejadian dipandang dapat menghalangi tujuan konseli atau adanya gangguan terhadap nilai, keyakinan atau tujuan konseli.

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimanakah kecenderungan menarik diri *(withdrawal)* siswa di SMA Negeri 1 Bulukumba?
2. Bagaimanakah pelaksanaan teknik *reframing* di SMA Negeri 1 Bulukumba?
3. Apakah teknik *reframing* dapat menurunkan kecenderungan menarik diri *(withdrawal)* siswa di SMA Negeri 1 Bulukumba?
4. **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan masalah-masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dirumuskan tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

* 1. Kecenderungan menarik diri *(withdrawal)* siswa di SMA Negeri 1 Bulukumba.
  2. Pelaksanaan teknik *reframing* di SMA Negeri 1 Bulukumba.
  3. Teknik *reframing* dapat menurunkan kecenderungan menarik diri *(withdrawal)* siswa di SMA Negeri 1 Bulukumba.

1. **Manfaat Hasil Penelitian**

Hasil penelitian ini dapat diharapkan memberikan manfaat teoretis dan praktis sebagai berikut:

1. Manfaat teoretis
2. Bagi akademisi, menjadi bahan informasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi pendidikan dan bimbingan.
3. Bagi peneliti, dapat menjadi masukan dan perbandingan dalam meneliti hal yang berkaitan dengan layanan bimbingan konseling di sekolah.
4. Manfaat praktis
5. Bagi guru pembimbing, sebagai bahan masukan tentang pentingnya proses pemberian layanan bimbingan dan konseling kepada siswa di sekolah.
6. Bagi siswa, sebagai informasi seputar kecenderungan menarik diri siswa agar mampu meningkatkan keterampilan sosialnya dengan orang lain.