**BAB II**

**KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR DAN HIPOTESIS**

1. **Kajian Pustaka**
2. **Menarik Diri *(Withdrawal)***
3. **Definisi Menarik Diri *(Withdrawal)***

*Withdrawal* (penarikan diri) merupakan satu pola tingkah laku yang memindahkan seseorang dari penghalang atau frustasi. Penarikan diri ini bisa menjadi suatu mekanisme pembelaan diri yang habitual, yang mencakup simptom serius berupa pengunduran atau penarikan diri dari realitas, kecanduan bahan narkotik, alkoholisme, dan seterusnya (Chaplin, 2011). Menurut Adler, menarik diri *(Withdrawal)* adalah perasaan seseorang untuk melarikan diri dari kesulitan, dengan mengadakan pengamanan diri terhadap kesulitan yang ada. Perasaan tersebut muncul sebagai akibat dari suatu kejadian atau hasil imajinasi saja (Ariyanti, 2013).

Winkel dan Hastuti (2006) menjelaskan *Withdrawal* (mengundurkan diri) yaitu suatu keadaan dimana individu menghindari akan mengalami kesulitan atau terluka hatinya, dengan cara mengambil sikap pasif dan tidak mau melibatkan diri secara emosional. Lanjut, Al-Mighwar (2006) menjelaskan bahwa Menarik diri *(Withdrawal)* merupakan bentuk perilaku yang menunjukkan kecenderungan putus asa dan merasa tidak aman sehingga menarik diri dari aktivitas dan takut memperlihatkan usahanya. Menurut Paulin (Irawan, 2017) menarik diri diartikan sebagai percobaan untuk menghindari interaksi dengan orang lain yakni dilakukan dengan menghindari hubungan dengan orang lain.

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpukan bahwa menarik diri *(Withdrawal)* merupakan perilaku menghindar atau melarikan diri dari segala aktivitas atau kegiatan sosial serta mengambil sikap pasif karena individu merasa tidak aman, takut menghadapi kesulitan yang ada, dan takut memperlihatkan usahanya, sehingga tidak terjadi interaksi sosial yang mengakibatkan individu tidak dapat mengembangkan potensinya dengan baik.

1. **Karakteristik Menarik Diri *(Withdrawal)***

Al-Mighwar (2006) menyebutkan beberapa gejala yang tampak pada individu menarik diri *(Withdrawal)* yaitu senang menyendiri, apatis terhadap aktifitas sekolah, sangat sensitif dan mudah terluka, membesar-besarkan kekurangannya sendiri, merasa khawatir terhadap dirinya sendiri, dan suka melamun pada sebagian besar waktunya. Menurut Keliat (Ariyanti: 2013), ciri-ciri individu menarik diri yaitu “perasaan malu terhadap diri sendiri, rasa bersalah terhadap diri sendiri (mengkeritik dan menyalahkan diri sendiri), gangguan hubungan sosial (menarik diri), percaya diri kurang (sukar mengambil keputusan), mencederai diri sendiri”.

Menurut Yusuf (2005: 126), ciri-ciri siswa menarik diri adalah sebagai berikut:

1) Bersifat minder, 2) Senang menyendiri/mengisolasi diri, 3) Kurang memiliki perasaan tengang rasa 4) Kurang memperdulikan norma dan perilaku 5) Ragu-ragu 6) Tidak bersemangat

Adapun uraiannya adalah sebagai berikut:

1. Bersifat minder

Siswa yang kurang percaya diri akan mengalami gangguan sosial. Misalnya saat mereka ingin bermain bersama namun takut akan diejek.

1. Senang menyendiri/mengisolasi diri.

Siswa menarik diri karena berbagai sebab, misalnya ketika bermain ia diejek oleh siswa lain karena suatu hal, atau bahkan siswa ini tidak memiliki minat untuk berinteraksi dengan teman sebayanya di kelas.

1. Kurang memiliki perasaan tenggang rasa.

Siswa dengan ciri seperti ini biasanya disebut kurang toleran dengan sesama. Misalnya kurang toleran ketika bermain, atau dengan mudahnya menertawakan teman lain dapat menjadikan siswa dijauhi oleh kelompoknya.

1. Kurang memperdulikan norma dan perilaku.

Siswa dengan perilaku demikian tergolong pada siswa yang suka bertindak agresif, sikapnya sembarangan terhadap temannya dan suka melanggar peraturan.

1. Ragu-ragu

Siswa yang peragu akan menjadi terisolir karena ia belum dapat memutuskan pada kelompok mana ia ingin terlibat, atau dengan kata lain siswa terlalu takut untuk memasuki suatu kelompok entah itu takut akan ditolak atau diejek.

1. Tidak bersemangat.

Siswa akan lebih menyukai siswa lain yang berapi-api ketika diajak bermain atau terlibat dalam kegiatan kelompok dari pada siswa yang tidak menunjukkan adanya semangat dalam dirinya.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri menarik diri siswa yaitu perasaan malu terhadap diri sendiri, rasa bersalah terhadap diri sendiri (mengkeritik dan menyalahkan diri sendiri), gangguan hubungan sosial (menarik diri), percaya diri kurang (sukar mengambil keputusan), mencederai diri sendiri

1. **Faktor-faktor Penyebab Menarik Diri *(Withdrawal)***

Menurut Al-Mighwar (2006), perilaku menarik diri *(Withdrawal)* diakibatkan oleh tiga hal yaitu:

1. Dirinya kurang mampu menyesuaikan diri dengan pertumbuhan dan perkembangannya serta tidak mampu menerima apa yang diraihnya
2. Adanya berbagai tekanan lingkungan, dari orang tua, teman sebaya, serta masyarakat yang lebih luas
3. Tidak mampu menyesuaikan diri dengan berbagai tekanan yang ada

Al-Mighwar (2006) kembali menjelaskan bahwa perilaku menarik diri *(Withdrawal)* merupakan akibat dari adanya berbagai perubahan fiski dan psikis dalam pertumbuhan dan perkembangan individu yang sebelumnya telah menunjukkan berbagai tanda yang mengarah pada adanya penyimpangan yang cenderung merugikan dirinya sendiri dan lingkungannya. Menurut Rubin dan Asendorpf (Fitriana, 2015) menjelaskan *Withdrawal* disebabkan oleh berbagai faktor internal seperti kecemasan, harga diri yang negatif dan persepsi negatif terhadap diri mengenai ketrampilan dan hubungan sosial. Kemudian terjadi pula konflik internal antara keinginan yang tinggi untuk dapat berinteraksi dan kekhawatiran untuk memulai interaksi sosial. Selanjutnya, menurut Carpenito (Sustiawan, 2013), bahwa penyebab dari menarik diri *(withdrawal)* adalah harga diri rendah, yaitu perasaan negatif terhadap diri sendiri, hilang kepercayaan diri, merasa gagal mencapai keinginan, yang ditandai dengan perasaan malu terhadap diri sendiri, rasa bersalah terhadap diri sendiri, gangguan hubungan sosial, merendahkan martabat, dan percaya diri kurang.

1. **Dampak Menarik Diri *(Withdrawal)***

Perilaku menarik diri *(withdrawal)* menurut Al-Mighwar (2006) memiliki dampak terhadap diri sendiri yaitu berpengaruh kuat terhadap pikiran, sikap, perasaan, tingkah laku, dan penyesuaian diri individu yang bersangkutan. Hingga sampai masa perkembangan selanjutnya, ada rasa tidak berharga serta tidak dibutuhkan oleh kelompoknya. Selain itu, juga berpengaruh terhadap citra diri seseorang yang menarik diri *(withdrawal).*

Menurut Rubin, Coplan dan Bowker (Fitriana, 2015), *withdrawal* pada anak yang tidak tertangani dengan baik dapat menyebabkan hambatan dari cara berkomunikasi, regulasi emosi dan kemampuan pemecahan masalah. Secara jangka panjang, anak-anak yang mengalami penarikan diri *(withdrawal)* memiliki risiko yang lebih besar untuk memiliki kemampuan penyesuaian diri yang rendah, termasuk kesulitan sosio-emosional (seperti kecemasan, rendahnya harga diri, gejala depresi), kesulitan berinteraksi dengan teman sebaya (misalnya penolakan, dijadikan korban, kualitas pertemanan yang rendah) dan kesulitan di sekolah (seperti rendahnya kualitas hubungan dengan guru, kesulitan akademik, dan menghindar untuk sekolah).

1. **Teknik *Reframing***
2. **Pengertian *Reframing***

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. Selanjutnya, Erford (2017) menjelaskan bahwa *reframing* mengubah sudut pandang konseptual atau emosional terhadap suatu situasi dan mengubah maknanya dengan meletakkannya dalam suatu kerangka kerja kontekstual lain yang juga cocok dengan fakta-fakta yang sama dari situasi aslinya.

Menurut Watzlawick, Weakland, dan Fisch (Nursalim, 2014) *reframing* adalah membingkai ulang, berarti mengubah konsepsi dan/atau cara pandang dalam hubungannya terhadap situasi yang sudah pernah dialami dan meletakkannya di bingkai lain yang sesuia dengan fakta-fakta dari situasi konkret yang sama baik atau lebih baik, dan dengan demikian mengubah artinya secara keseluruhan. Menurut Bandler, Grinder dan Andreas (Agustina, 2014) *reframing* adalah pengubahan kerangka pandang pada konseli. Menurut Wiwoho (Agustina,2014) *reframing* adalah upaya untuk membingkai ulang sebuah kejadian dengan mengubah sudut pandang tanpa merubah kejadian itu sendiri.

Asumsi yang mendasari strategi *reframing* adalah keyakinan, pemikiran, dan persepsi seseorang itu bisa menciptakan kesulitan emosional dan juga emosi yang salah (Nursalim, 2014: 70). Kemudian Erford (2017: 234) menjelaskan bahwa teknik *reframing* melibatkan asumsi bahwa orang memiliki semua sumber daya yang dibutuhkannya untuk membuat perubahan yang diinginkan. Dengan mengubah perspektik tentang suatu pola perilaku, perilaku baru akan berkembang.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa *reframing* adalah membingkai ulang suatu kejadian dengan cara mengubah sudut pandang tanpa mengubah kejadiannya. *Reframing* dapat digunakan dalam membantu konseli melihat masalahnya dari sudut pandang yang lebih positif.

1. **Jenis-jenis *Reframing***

Cormier (Nursalim, 2014) menyebutkan ada dua macam *reframing*, yaitu sebagai berikut:

1. **Meaning *Reframing***

*Meaning* *reframing* (susunan makna) menekankan pada proses untuk memberi istilah baru perilaku tertentu yang kemudian diikuti dengan perubahan makna. Cara lain untuk memandang sebuah persoalan dari perspektif yang berbeda yaitu dengan mencari arti lain dari sebuah perilaku yang sebelumnya dianggap buruk. Melalui *meaning* *reframing* ini, seseorang yang berhadapan dengan situasi masalah akan mampu memaknai situasi tersebut secara positif sehingga tetap merasa bahagia. Misalnya, seorang anak merasa jengkel karena memiliki ibu yang sangat cerewet, perasaan jengkel ini dapat diubah dengan mencari arti lain misalnya ibuku sangat perhatian dan tegas, itu semua demi kebaikan putrinya.

1. ***Context* *Reframing***

*Context* *reframing* (susunan konteks) menekankan pada proses yang memberikan kemampuan individu untuk melihat perilaku sebagai sesuatu yang dapat diterima atau diinginkan dalam satu situasi, tetapi tidak pada situasi lain. Konteks itu akan ketahuan kalau kita menjabarkan apa, siapa, di mana, dan bagaimana persisnya suatu kejadian. Konteks tertentu akan menentukan suatu tindakan itu boleh atau tidak boleh, baik buruk, pantas dan tidak pantas. *Context* *reframing* didasarkan pada asumsi bahwa semua perilaku berguna, namun tidak pada semua konteks atau kondisi.

Banyak kasus yang memandang suatu perilaku hanya dalam konteks yang sangat sempit sehingga dia merasa tidak berdaya, kecewa, stres, dan perasaan negatif lainnya. Misalnya, ada suami yang sangat tertekan dengan perilaku istrinya yang sangat cerewet. Padahal perilakunya merupakan pembawaan sang istri dan sulit diubah. Untuk mengatasi masalah itu caranya dengan bertanya, apa keuntungan mempunyai istri yang cerewet?

Jadi, bisa saja sebuah perilaku tampaknya negatif, tapi dalam konteks lain justru menguntungkan. Jadi dalam *context* *reframing*: mengubah konteks tanpa mengubah peristiwa, dan menunjukkan bahwa keberatan orang justru menjadi keuntungannya.

1. **Tahap-tahap *Reframing***

Cormier (Nursalim, 2014) menyatakan ada Enam tahapan strategi *reframing* yaitu:

1. Rasional

Rasional digunakan untuk memperkuat keyakinan konseli bahwa persepsi atau atribusi tentang situasi problem dapat menyebabkan tekanan emosional.

1. Identifikasi Persepsi Dan Perasaan Konseli Dalam Situasi Problem

Pada tahap ini konselor membantu konseli menyadari apa yang secara otomatis muncul dalam situasi problem. Konselor dapat menggunakan *imagery*  atau bermain perang untuk mengenang kembali suatu situasi dalam rangka untuk menyadari apa yang mereka perhatikan. Dengan pertanyaan: “apakah yang kamu perhatikan sekarang?” “apakah kamu menyadari sekarang?”

Selanjutnya melakukan identifikasi dan analisis terhadap persepsi atau pikiran konseli yang mengandung tekanan atau situasi yang menimbulkan kecemasan. Konselor juga membantu konseli melihat perubahan pada suara, perasaan, dan sensasi pasif yang disengaja oleh konseli yang mempengaruhi reaksi konseli terhadap situasi.

1. Mengenang Kembali Secara Sengaja Persepsi Yang Menimbulkan Masalah

Setelah konseli sadar terhadap apa yang secara otomatis menjadi perhatian, konseli diminta mengenang kembali suatu situasi problem dan persepsi yang muncul terhadap situasi tersebut. Misalnya pada uraian pendahuluan di atas, dicontohkan seorang gadis yang jengkel pada ibunya, maka gadis itu diminta mengenang ibunya (dapat melalui *role play* maupun *imagery*), maka ia akan menyatakan “ibu saya cerewet”. Pada tahap ini perlu beberapa kali latihan atau penugasan atau pekerjaan rumah.

1. Identifikasi Persepsi Alternatif

Konselor membantu konseli mengubah fokus perhatian terhadap persepsi terpilih dalam situasi problem. Konselor bersama konseli mencari persepsi alternatif lain terhadap situasi problem, dengan menanyakan tentang kegunaan, nilai positif dari kejadian, atau makna dari kejadian atau masalah. Ketika persepsi alternatif dapat dimunculkan maka persepsi lama konseli sulit dipertahankan.

1. Modifikasi Persepsi Dalam Situasi Problem

Modifiksi persepsi dapat dilakukan melalui bermain peran atau *imagery*. Konselor dapat meminta konseli mengenang peristiwa kembali dan memunculkan persepsi alternatif. Tahap ini butuh beberapa kali latihan, penugasan sebagai tugas rumah.

1. Memberikan Tugas Rumah Dan Tindak Lanjut

Konselor mendorong konseli melakukan apa yang telah dilakukan selama proses konseling ke dalam kehidupan nyata.

1. **Tujuan *Reframing***

*Reframing* menpunyai banyak tujuan yang dengannya dapat mengubah seseorang akan menjadi lebih baik. Menurut Cormier (Nursalim, 2014) fokus dari *reframing* terletak pada alasan yang salah serta keyakinan dan kesimpulan yang tidak logis. Tujuannya adalah untuk membedakan keyakinan irasional atau pernyataan diri yang negatif. Menurut Corey (Erford, 2017) tujuan *reframing* adalah untuk membantu klien melihat situsinya dari sudut pandang lain, yang membuatnya tampak tidak terlalu problematik dan lebih normal, dan dengan demikian lebih terbuka terhadap solusi.

Erford (2017) memberikan penjelasan teknik *Reframing* yang mempunyai tujuan sebagai berikut:

1. Untuk memperluas gambaran tentang dunianya dan untuk memungkinkannya mempersepsi situasinya secara berbeda dengan cara yang lebih konstruktif
2. Memberikan cara pandang yang baru dan positif
3. Mengubah keyakinan, pikiran, cara padang konseli dari negatif irasional menjadi positif rasional
4. Membingkai ulang cara pandang konseli, dari:
5. Sebuah masalah sebagai peluang
6. Sebuah kelemahan sebagai kekuatan
7. Sebuah kemustahilan sebagai kemungkinan yang jauh
8. Kemungkinan yang jauh sebagai kemungkinan yang dekat
9. Penindasan sebagai sesuatu yang netral
10. Perbuatan buruk karena kurangnya pemahaman
11. **Kaitan Teknik *Reframing* dengan Perilaku *Withdrawal* Siswa**

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.

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)

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 salah satunya melalui *reframing.*

Darminto (Agustina, 2014) menjelaskan *reframing,* yaitu teknik yang merubah, membentuk atau mengembangkan alternatif-alternatif pikiran terhadap suatu masalah sehingga individu dapat mengalihkan persepsinya yang lebih luas dan positif. *Reframing* menggunakan asumsi bahwa dengan mengubah perspektif tentang suatu pola perilaku, maka perilaku baru akan berkembang. Pada dasarnya *reframing* bekerja berdasarkan premis bahwa masalah perilaku dan emosi bukan disebabkan oleh kejadian-kejadian tetapi oleh bagaimana kejadian-kejadian itu dilihat (Erford, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Agustina (2014), teknik *reframing* digunakan untuk menurunkan perasaan rendah diri yang disebabkan karena pikiran-pikiran negatif atau irrasional yang ada dalam pikirannya sehingga individu tersebut mengalami kegagalan dalam menciptakan kepribadian yang sehat serta dalam mengoptimalkan kecerdasan dan penyesuaian diri dengan lingkungannya. Dengan menggunakan pengubahan kerangka pandang atau *reframing*, konselor akan dapat membantu mereka beralih pada pandangan yang lebih luas dan positif, dan hasilnya akan ada perubahan terhadap cara berfikir mereka tentang kondisi mereka. Dari hasil analisis per individu yang didasarkan pada hasil *pre-test* dan *post-*test semua subyek penelitian mengalami penurunan skor dalam menurunkan perasaan rendah diri.

Berdasarkan asumsi tersebut diketahui bahwa perilaku *withdrawal* yang dialami oleh siswa diakibatkan oleh pikiran irrasional dan berdampak pada perilaku siswa. Penanganan yang tepat untuk permasalahan yang diakibatkan oleh pikiran siswa adalah dengan mengganti pikiran siswa menjadi lebih rasional melalui *reframing.*

1. **Konseling Kelompok**
2. **Pengertian Konseling Kelompok**

Konseling kelompok merupakan suatu layanan pemberian bantuan dalam bentuk kelompok yang diberikan kepada siswa untuk mengatasi masalahnya. Juntika Nurihsan (Kurnanto, 2013) menyebutkan bahwa konseling kelompok merupakan suatu bantuan yang diberikan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.

Menurut Harrison (Kurnanto, 2013) konseling kelompok merupakan konseling yang terdiri dari 4 – 8 orang konseli yang bertemu dengan 1 – 2 konselor, dalam proses konseling dapat membicarakan berbagai masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubugan dan komunikasi, pengembangan harga diri, dan keterampilan-keterampilan dalam mengatasi masalah. Konseling kelompok memberikan dukungan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensinya secara maksimal sehingga dapat mewujudkan diri.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan suatu bantuan yang diberikan kepada individu dalam situasi kelompok yang memberikan dukungan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensinya secara maksimal.

1. **Tujuan Konseling Kelompok**

Winkel dan Hastuti (2006), konseling kelompok dilakukan dengan beberapa tujuan, yaitu:

1. Masing-masing konseli memahami dirinya dengan lebih baik dan menemukan dirinya sendiri. Berdasarkan pemahaman diri itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya.
2. Para konseli mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain, sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas untuk fase perkembangan mereka.
3. Para konseli memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan dirinya sendiri, mula-mula dalam kontak antarpribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari diluar lingkungan kelompoknya.
4. Para konseli menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan membuat mereka lebih sensitif juga terhadap kebutuhan psikologis dan alam perasaan sendiri.
5. Masing-masing konseli menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
6. Para konseli lebih menyadari dan menghayati makna dari kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima oleh orang lain.
7. Masing-masing konseli semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian, dia tidak akan merasa terisolir lagi, seolah-olah hanya dialah yang mengalami ini dan itu.
8. Para konseli belajar berkomunikasi dengan seluruh anggota kelompok secara terbuka, dengan saling menghargai dan saling menaruh perhatian. Pengalaman bahwa komunikasi yang demikian dimungkinkan akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang lain yang dekat padanya.
9. **Kerangka Pikir**

Perilaku menarik diri (*withdrawal*) merupakan kondisi di mana individu tidak memiliki kematangan dalam bergaul dan sering menahan diri dari kegiatan sosial di hadapan teman sebayanya. Perilaku penarikan diri *(withdrawal)* dapat merugikan diri sendiri serta dapat menghambat perkembangan yang bersifat kognitif, afektif, dan psikomotoriknya. Sehingga remaja tidak dapat memenuhi tugas perkembangan dalam usaha untuk menjadi remaja yang berkembang secara optimal.

Perilaku menarik diri *(withdrawal)* juga dapat berpengaruh pada prestasi akademik siswa di sekolah karena dengan perilaku penarikan diri *(withdrawal)* tersebut maka siswa sulit untuk berinteraksi atau berkomunikasi dengan guru dan teman sebayanya di sekolah. Padahal dalam proses belajar mengajar siswa dituntut untuk bisa mengadakan hubungan baik dengan guru maupun dengan teman sebayanya. Jika hal tersebut berjalan terus-menerus maka prestasi akademik siswa akan semakin menurun. Oleh sebab itu harus segera ditangani karena dapat berakibat pada pribadi siswa dan juga hubungan sosialnya.

Perilaku menarik diri *(withdrawal)* merupakan suatu perilaku yang bukan diturunkan atau dibawa sejak lahir melainkan perilaku yang dapat dikontrol dan dikurangi intensitasnya. Menarik diri *(withdrawal)* merupakan suatu bentuk penyimpangan dalam berperilaku (*behavior*), yang sebagian diakibatkan oleh pemikiran yang salah (*cognitive*). Persepsi negatif yang dialami individu akan meningkatkan perilaku menarik diri *(withdrawal)* seseorang yang sangat berpengaruh negatif pada diri sendiri maupun orang lain. Dapat dilihat dari berbagai gejala dari menarik diri yaitu senang menyendiri, apatis terhadap aktivitas sekolah, sangat sensitif dan mudah terluka, membesar-besarkan kekurangannya sendiri, merasa khawatir terhadap dirinya sendiri, dan suka melamun pada sebagian besar waktunya.

Melihat fenomena yang ada yang terjadi pada siswa di atas maka perlu mendapat perhatian sebagai solusi untuk mengatasinya. Salah satu alternatif solusi yang bisa dilakukan adalah dengan menerapkan model layanan konseling kelompok dengan teknik *reframing* dan pendekatan yang digunakan adalah kognitif-perilaku. Apabila perilaku menarik diri *(withdrawal)* terjadi dan dikaitkan dengan kurang mampunya berinteraksi dengan lingkungan dan mempunyai persepsi negatif terhadap orang lain serta melakukan tindakan-tindakan menghindar atau menarik diri dari orang lain 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 social

Teknik *reframing* membantu konseli dalam dengan menyediakan alternatif-alternatif dalam memandang suatu masalah, mengubah konsepsi atau cara pandang dalam hubungannya terhadap situasi yang sudah pernah dialami dan meletakkannya dalam bingkai lain yang sesuai dengan fakta-fakta dari situasi konkrit yang sama baik atau lebih baik dan dengan demikian merubah artinya secara keseluruhan. Teknik *reframing* ini membantu konseli dalam membingkai ulang suatu kejadian dengan merubah sudut pandang, tanpa mengubah kejadian itu. Hal ini bertujuan untuk membantu individu melihat masalahnya dari sudut pandang yang lebih positif. Adapun langkah-langkah dalam pelaksanaan teknik *reframing* yaitu rasional, identifikasi persepsi dan perasaan konseli dalam situasi problem, mengenang kembali secara sengaja persepsi yang menimbulkan masalah, identifikasi persepsi alternatif, modifikasi persepsi dalam situasi problem, memberikan tugas rumah dan tindak lanjut.

Sehubungan dengan di atas, maka digambarkan kerangka pikir sebagai berikut:

**Faktor Eksternal**

**Perilaku menarik diri (*Withdrawal*) Tinggi**

1. Senang menyendiri
2. Apatis terhadap aktivitas sekolah
3. Sangat sensitif dan mudah terluka
4. Membesar-besarkan kekurangan dirinya
5. Khawatir terhadap dirinya sendiri
6. Suka melamun disebagian besar waktunya

**Pengubahan kognitif**

**Pemberian teknik *reframing*:**

1. Tahap Pembentukan
2. Tahap Kegiatan :
3. Rasional
4. Identifikasi persepsi dan perasaan konseli dalam situasi problem
5. Mengenang kembali secara sengaja persepsi yang menimbulkan masalah
6. Identifikasi persepsi alternative
7. Modifikasi persepsi dalam situasi problem
8. Memberikan tugas rumah dan tindak lanjut.
9. Tahap Akhir

**Faktor Internal**

**Pasca *reframing* siswa:**

1. Senang bergaul
2. Antusias terhadap aktivitas sekolah
3. Tenang dan berpikiran terbuka
4. Optimis
5. Yakin terhadap dirinya sendiri
6. Menggunakan waktu dengan efektif

**Gambar 2.1 Skema Kerangka Pikir**

1. **Hipotesis**

Berdasarkan tinjauan pustaka dan kerangka pikir yang telah diuraiakan di atas, maka hipotesis penelitian ini adalah teknik *reframing* dapat menurunkan kecenderungan *withdrawal* siswa di SMA Negeri 1 Bulukumba.