



**SKRIPSI**

**ANALISIS KECEMASAN SOSIAL SISWA KORBAN PEDOFILIA  
(STUDI KASUS PADA SISWA SMA DI JENEPONTO)**

**SYAFITRI**

**PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR  
2019**



**ANALISIS KECEMASAN SOSIAL SISWA KORBAN PEDOFILIA  
(STUDI KASUS PADA SISWA SMA DI JENEPONTO)**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan pada Psikologi Pendidikan dan  
Bimbingan Strata Satu Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Negeri Makassar

**OLEH:**

**SYAFITRI  
1544040008**

**PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR  
2019**



KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
**JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN**  
Jalan : Tamalate 1 Tidung Makassar Kode Pos 90222  
Telepon (0411) 884457 Fax. (0411) 883076  
Laman : www.unm.ac.id

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan Judul: “**Analisis Kecemasan Sosial Siswa Korban Pedofilia (Studi Kasus Pada Siswa SMA Di Jeneponto)**”

Atas nama:

Nama : Syafitri  
NIM : 1544040008  
Jurusan/Prodi : PPB (Psikologi Pendidikan dan Bimbingan)  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Setelah diperiksa dan diteliti, naskah ujian skripsi pada tanggal 4 Juli 2019 telah memenuhi syarat untuk dinyatakan **LULUS**

Makassar, Juli 2019


Pembimbing I

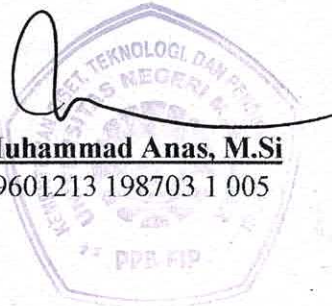
**Dr. Abdul Saman, M.Si, Kons**  
NIP. 19720817 200212 1 001

Pembimbing II

**Dr. Abdullah Pandang, M.Pd**  
NIP. 19601231 198701 1 000

Disahkan:  
Ketua Jurusan  
Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

  
**Drs. Muhammad Anas, M.Si**  
NIP.19601213 198703 1 005





### PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Skripsi dengan judul Analisis Kecemasan Sosial Siswa Korban Pedofilia (Studi Kasus Pada Siswa SMA Di Jenepono), atas nama Syafitri NIM: 1544040008, telah diterima oleh Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar dengan SK Dekan Nomor 4270/UN36.4/PP/2019 pada hari Kamis, tanggal 4 Juli 2019 untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan/Prodi Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.



Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan UNM

**Dr. Abdul Saman, M.Si.,Kons**  
**NIP. 19720817 200212 1 001**

#### Panitia Ujian:

1. Ketua : Dr. Ansar, M.Si
2. Sekretaris : Drs. Muhammad Anas, M.Si
3. Pembimbing I : Dr. Abdul Saman, M.Si, Kons
4. Pembimbing II : Dr. Abdullah Pandang, M.Pd
5. Penguji I : Dr. Abdullah Siring, M.Pd
6. Penguji II : Dra. Sitti Kasmawati, M.Si

(.....)  
(.....)  
(.....)  
(.....)  
(.....)  
(.....)

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : SYAFITRI

NIM : 1544040008

Jurusan : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Judul Skripsi : Analisis Kecemasan Sosial Siswa Korban Pedofilia

(Studi Kasus Pada Siswa SMA Di Jeneponto)

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai ketentuan yang berlaku.

Makassar, Mei 2019

Yang Membuat Pernyataan

  
**SYAFITRI**  
**1544040008**

## **MOTTO**

“Kalau Orang Tuamu Pernah Gagal, Kamu Jangan.

Wujudkan Impian Dan Cita-Cita Mereka Lewat Dirimu”

**(Syafitri)**

### **Karya sederhana ini kupersembahkan kepada**

Orang tuaku yang tercinta yang telah banyak berkorban baik moril maupun materil serta doanya yang tak terhingga demi anaknya yang terkadang mengecewakannya

Adik-adikku yang selalu bersama dalam suka duka diperantauan dan

Alm. Kakakku tercinta

Semua sahabat dan orang-orang yang telah memberi banyak makna dalam hidupku

## ABSTRAK

SYAFITRI, 2019. Analisis Kecemasan Sosial Siswa Korban Pedofilia (Studi Kasus Pada Siswa SMA Di Jeneponto). Skripsi. Dibimbing oleh Dr. Abdul Saman, S.Pd, M.Si, Kons. dan Dr. Abdullah Pandang, M.Pd. Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.

Permasalahan dalam penelitian ini yaitu kecemasan sosial siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui 1).Perilaku kecemasan sosial siswa korban pedofilia di SMAN Jeneponto. 2).Faktor penyebab anak menjadi korban pedofilia. 3).Teknik *Restrukturisasi Kognitif* dapat mengatasi kecemasan sosial siswa di SMAN Jeneponto. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus (*case study*). Subjek penelitian adalah 1 orang siswa yang dipilih melalui *purposive sampling*. Pengumpulan data dengan menggunakan pedoman wawancara, observasi dan dokumentasi. Analisis data menggunakan analisis deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1).Perilaku kecemasan sosial yang dialami oleh korban adalah bentuk perasaan yang muncul ketika melihat pelaku yaitu perasaan marah, takut dan cemas. Sementara pikiran yang muncul ketika melihat pelaku yaitu munculnya pikiran negatif akan kejadian sedangkan tindakan yang dilakukan ketika bertemu pelaku yaitu melakukan penghindaran sosial dengan orang sekitarnya seperti guru laki-laki, dan keluarga laki-lakinya. 2).Faktor penyebab anak menjadi korban pedofilia adalah kedekatan korban dengan pelaku, situasi sekolah, dan tidak adanya usaha atau tindakan dari pihak sekolah 3).Penanganan perilaku kecemasan sosial pada konseli dilakukan dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif terdiri atas 6 tahap yaitu *rational treatment*, identifikasi pikiran kedalam situasi, Pengenalan dan latihan *coping thought*, Peralihan pikiran negative ke *coping thought*, Latihan penguatan positif, dan evaluasi. Setelah intervensi diberikan, terjadi perubahan pikiran konseli dari irrasional ke rasional.

**Kata Kunci:** Kecemasan Sosial, Pedofilia, *Restrukturisasi Kognitif*

## **PRAKATA**

Lantunan kata yang indah untuk peneliti ucapkan ialah syukur atas karunia dan nikmat yang diberi oleh Allah *Subahanahuwata'ala* baik itu nikmat hidup, kesehatan dan juga Ilmu pengetahuan yang tiada batas untuk terus mencarinya, serta Rahmat dan Hidayah-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulisan skripsi ini dimaksudkan sebagai persyaratan dalam penyelesaian studi Strata Satu pada Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar. Selama penulisan skripsi ini, penulis menghadapi berbagai hambatan dan tantangan. Namun berkat bimbingan, motivasi, bantuan dan sumbangan pemikiran dari berbagai pihak, *Alhamdulillah* segala hambatan dan tantangan yang dihadapi penulis dapat teratasi. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat penulis menghaturkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orangtua saya yang telah banyak memberikan dukungan, semangat, doa dan kerja kerasnya selama saya menempuh pendidikan sampai saat ini dalam proses menyelesaikan skripsi ini dan terima kasih kepada pembimbing I yaitu Dr. Abdul Saman, M.Si. Kons dan pembimbing II yaitu Dr. Abdullah Pandang, M.Pd. Telah banyak meluangkan banyak waktu dan tenaga dalam memberikan arahan, petunjuk dan motivasi kepada penulis mulai dari penyusunan usulan penelitian hingga selesainya skripsi ini. Selanjutnya ucapan yang sama dihanturkan kepada:

1. Prof. Dr. H. Husain Syam, M.TP, Rektor Universitas Negeri Makassar, atas segala kebijakannya sebagai pimpinan Universitas Negeri Makassar.



2. Dr. Abdul Saman, S.Pd, M.Si, Kons. Sebagai Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar, atas segala kebijakan-kebijakannya sebagai pimpinan fakultas tempat peneliti menimba ilmu selama kuliah.
3. Dr. Mustafa, M.Si sebagai PD I, Dr. Pattaufi, M.Si sebagai PD II, dan Dr. Ansar, M.Si sebagai PD III Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar atas segala bantuan administrasinya.
4. Drs. Muhammad Anas, M.Si, dan Sahril Buchori M.Pd sebagai Ketua dan Sekretaris Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP UNM yang dengan penuh perhatian memberikan bimbingan dan memfasilitasi penulis selama proses perkuliahan.
5. Bapak, Ibu Dosen, dan Staf Fakultas Ilmu Pendidikan, khususnya Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang telah mendidik dan memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada peneliti.
6. Dra. Halwatiah sebagai kepala sekolah SMAN tempat penulis penelitian atas izin mengadakan penelitian di sekolah, dan semua guru dan staf yang telah memberikan informasi dan bantuan yang penulis butuhkan
7. Adikku Mona, Sidik, dan Alif. Terima kasih banyak selalu sabar bersama-sama diperantauan dalam sukaduka, Terima Kasih untuk dorongan, semangat dan doanya. Semoga kita menjadi orang yang sukses dan mampu membahagiakan orangtua.
8. Alm. Kakakku Wahyu terima kasih banyak selama 21 tahun menjadi seorang kakak yang luar biasa untuk saya, hidup dalam sukaduka yang selalu

memotivasi saya selama ini. Tenang dialam sana dan sampai bertemu di surganya Allah bersama keluarga kita di dunia. Aamiin

9. Pihak keluarga dari bapak dan mama yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terima kasih atas semua doa dan dukungan yang tiada hentinya. Dan Terima kasih juga untuk Iksan yang selalu membantu dan menyemangati dalam suka maupun duka.
10. Ayah dan Ibu Fira yang telah banyak berjasa dalam keluargaku. Terima Kasih banyak untuk semua kebaikan yang beliau berikan terhadap penulis. Semoga Allah membalas semua kebaikan Kakak
11. Sahabat-Sahabat ku, yakni Umi Wardanah Zaenal, Andi Wiwikarnilah, dan Fahmi Jasman yang senantiasa memberikan dukungan, dorongan dan motivasi kepada penulis dalam mengerjakan skripsi. Terimakasih atas kisah dan cerita yang telah kita bagi bersama selama ini baik suka maupun duka.
12. Teman-teman seperjuanganku mahasiswa jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, khususnya Angkatan 2015 *Experience* terima kasih atas kebersamaannya. Terimakasih telah mengisi hari-hariku selama ini di kampus.
13. Saudara-saudari ku saat KKN-PPL, Nurhidayah, Nunung, Magfirah, Andris, Ilha, Widya, Tata, Fifi, Ulfa, Ifan, Wahyu dan terkhusus Chalik Kurniawan yang banyak membantu dalam penelitian. Terima kasih banyak atas semangat dan doa yang kalian berikan terhadap penulis.
14. Kepada semua pihak yang tidak sempat saya sebutkan namanya satu-persatu, namun telah membantu penulis dalam penyelesaian studi. Terima kasih.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat sebagai bahan masukan dan informasi bagi pembaca, dan semoga kebaikan dan keikhlasan serta bantuan dari semua pihak bernilai ibadah di sisi Allah *Subhanahuwata'ala*. Amin.

Makassar, Mei 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMBUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
PRAKATA	viii
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PIKIR</b>	
A. Kajian Pustaka	10
1. Konsep Dasar Kecemasan Sosial	10
a. Pengertian Kecemasan Sosial	10
b. Aspek-Aspek Kecemasan Sosial	11
c. Bentuk-Bentuk Kecemasan Sosial	11
d. Ciri-Ciri Kecemasan Sosial	12
e. Faktor Penyebab Kecemasan Sosial	13
f. Dampak Kecemasan Sosial	15
2. Konsep Pedofilia	16
a. Pengertian Pedofilia	16
b. Macam-Macam Pedofilia	17
c. Bentuk-Bentuk Pedofilia	22
d. Faktor Penyebab Timbulnya Kekerasan	24
e. Dampak Penyebab Timbulnya Kekerasan	25

3. Teknik Restrukturisasi Kognitif	27
a. Pengertian Teknik Restrukturisasi Kognitif	27
b. Karakteristik Restrukturisasi Kognitif	29
c. Langkah-langkah Teknik Restrukturisasi Kognitif	30
B. Kerangka Pikir	36
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	38
B. Fokus dan Deskripsi Fokus	39
C. Lokasi dan Subjek Penelitian	40
D. Teknik Pengumpulan Data	41
E. Instrumen Penelitian	42
F. Teknik Analisis Data	42
G. Pengecekan Keabsahan Data	45
H. Tahap-Tahap Penelitian	47
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian	49
B. Pembahasan	75
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan	79
B. Saran	79
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	81
<b>LAMPIRAN</b>	84
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Nama Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2.1	Skema Kerangka Pikir	37
3.1	Subjek Penelitian	40
4.1	Komponen Analisis Data	43

## **DAFTAR LAMPIRAN**

<b>Nomor</b>	<b>Nama Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1.	Matriks Penelitian	84
2.	Pelaksanaan Kegiatan	87
3.	Skenario Pelaksanaan	89
4.	Lembar Kerja Siswa	97
5.	Lembar Respon Siswa	100
6.	Lembar Komitmen Siswa	101
7.	Observasi Siswa	102
8.	Pedoman Wawancara	103
9.	Identitas Responden	107
10.	Hasil Wawancara	109
11.	Hasil Verbatim Proses Konseling	131
12.	Dokumentasi Kegiatan	147
13.	Pengusulan Judul	152
14.	Pengesahan Judul	153
15.	Surat Penunjukan Pembimbing	154
16.	Permohonan Penunjukan Pembimbing Skripsi	155
17.	Surat Pengesahan Persetujuan Pembimbing	156
18.	Surat Berita Acara Seminar Proposal	157
19.	Surat Pengesahan Usulan Penelitian	158
20.	Surat Permohonan Izin Melakukan Penelitian	159

21. Surat Rekomendasi Penelitian dari BKPM	160
22. Surat Keterangan Penelitian	161
22. Surat Telah Melakukan Penelitian di Sekolah	162
23. Riwayat Hidup	163



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Setiap anak memiliki hak untuk mendapatkan perlindungan, perhatian, kasih sayang, dan pendidikan demi mendapatkan kesejahteraan anak tersebut. Oleh karena itu masing-masing anak perlu mendapat kesempatan yang seluas-luasnya untuk tumbuh dan berkembang secara optimal, baik fisik, mental, maupun sosial dalam masa pertumbuhan dan perkembangannya.

Anak merupakan aset berharga bagi masa depan suatu bangsa dan negara yang harus dijaga dan dilindungi setiap haknya untuk tumbuh dan berkembang sesuai dengan kodratnya. Karena kemajuan suatu bangsa ditentukan oleh mereka sebagai generasi penerus bangsa yang sepatutnya mendapatkan hak dan kebutuhan yang memadai. Sebaliknya jika tindakan yang kurang baik dalam menjaga anak-anak bangsa dari perlakuan yang tidak manusiawi maka kehancuran negara akan terjadi pada waktunya.

Pembentukan karakter seseorang ditentukan pada masa anak-anak bagi perkembangan manusia. Sehingga anak dikatakan sebagai tonggak kemajuan sebuah bangsa karna masa depan bangsa tergantung pada masa depan anak-anak bangsa itu sendiri sebagai generasi penerus. Sesuai dengan Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak yang menyatakan bahwa Anak adalah amanah dan karunia Tuhan Yang Maha Esa yang dalam dirinya melekat harkat dan martabat sebagai manusia yang seutuhnya yang perlu

dilakukan upaya perlindungan dalam mewujudkan kesejahteraan setiap anak dengan memberikan jaminan dan berhak atas perlindungan dari tindak kekerasan dan diskriminasi. Sehingga anak harus mendapat perlindungan terhadap kepentingan fisik dan mental. Hal ini diharapkan agar anak dapat tumbuh berkembang dengan baik dan anak terlindungi dari ancaman kejahatan yang membahayakan dirinya.

Pembahasan yang sesuai dengan Undang-undang diatas, faktanya masih banyak anak yang menjadi korban dari tindak kejahatan kekerasan maupun pelecehan itu sendiri, baik itu fisik maupun seksual yang salah satu fenomena yang kini sering terjadi. Kasus dan korbannya selalu meningkat setiap tahunnya. Seperti data penelitian (Ningsih, 2017) KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) yaitu tahun 2011 telah terjadi 2178 kasus kekerasan pada anak, tahun 2012 sebanyak 3512 kasus, tahun 2013 sebanyak 4311 kasus, dan pada tahun 2014 terjadi 5066 kasus kekerasan pada anak. Sementara kasus kekerasan anak dan perempuan tercatat di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Kota Makassar pada saat peneliti melakukan kunjungan ditempat pada bulan Mei 2018, pihak P2TP2A mengemukakan bahwa di sepanjang Tahun 2017 sebanyak 62 kasus kekerasan pada anak. Jumlah ini meningkat dari tahun sebelumnya, yang tercatat 52 kasus kekerasan pada anak tahun 2016. Sementara pada tahun 2018, tercatat sudah 5 laporan pelecehan seksual pada anak yang masuk di P2TP2A awal Januari hingga April 2018. Sementara Staf P2TP2A Rismawati mengungkapkan bahwa dari banyaknya

laporan kasus yang terjadi, jenis kasus yang mendominasi yakni pelecehan seksual dan perebutan anak.

Sebagaimana yang disebutkan dalam Pasal 1 ayat (1) UU 23/2002 bahwa Anak adalah semua orang yang usianya kurang dari 18 tahun dan termasuk yang masih dalam kandungan. Mereka selalu membutuhkan bantuan dalam menyesuaikan diri dan mengembangkan kesehatan mentalnya secara utuh. Namun yang terjadi, mereka tidak mudah mendapatkan bantuan. Malah sebaliknya mereka mendapatkan hambatan fungsi perkembangan akibat pelampiasan emosi dan agresi yang tidak semestinya dilakukan oleh orang dewasa.

Salah satu bentuk tindak kejahatan terhadap anak adalah tindak pidana pedofilia. Pedofilia adalah manusia dewasa yang memiliki perilaku seksual menyimpang yang mendapatkan kepuasan seksual melalui kontak fisik dengan anak-anak. Pedofilia sebagai gangguan atau kelainan jiwa pada seseorang untuk bertindak dengan menjadikan anak-anak sebagai sasaran dari tindakan itu, umumnya bentuk tindakan itu berupa pelampiasan nafsu seksual. Tindak kekerasan seksual memang berbeda-beda tergantung dari bagaimana perlakuan pelaku terhadap korban. Namun Para pelaku pedofilia seringkali menandakan ketidakmampuan berhubungan dengan sesama dewasa sehingga mencari anak-anak sebagai pelampiasannya secara seksual, atau perilaku yang berulang dan kuat berupa aktivitas seksual dengan anak dan kebanyakan penderita pedofilia adalah korban pelecehan seksual pada masa kanak-kanaknya.

Tindakan pelecehan seksual ini sangat meresahkan karena yang menjadi korban adalah anak-anak, pelecehan seksual ini menimbulkan trauma psikis yang

tidak bisa disembuhkan dalam waktu singkat. Efek pada korban sangat merusak seperti rasa percaya diri rendah, takut, depresi, tidak percaya siapapun, kebencian, dendam, dan sikap negatif terhadap hubungan antar pribadi dengan lawan jenis.

Khusus terhadap anak yang menjadi korban kejahatan, di Indonesia kasus kekerasan terhadap anak setiap tahunnya meningkat. Hal ini dapat dilihat dari data temuan berdasarkan informasi yang diterima oleh Komisi Nasional perlindungan anak, pada tahun 2013 kasus kekerasan dan pelecehan seksual pada anak di Indonesia yang semakin meningkat. 40% diantaranya terjadi di lingkungan sekolah, 30% di lingkungan keluarga, dan 30% di lingkungan sosial. Jumlah kasusnya meliputi sodomi sebanyak 52 kasus, perkosaan 280 kasus, pencabulan 182 kasus, dan hubungan seks sedarah 21 kasus (Amelia dkk, 2017)

Hasil tingginya angka kekerasan terhadap anak diatas sangat jelas bahwa kasus yang paling menonjol adalah kekerasan seksual. Kasus kekerasan seksual umumnya terjadi saat anak di luar jangkauan pengawasan orangtua. Bisa di rumah, saat orangtua tidak ada, bisa juga di sekolah. Yang makin meresahkan, umumnya pelaku pedofilia atau pelaku kekerasan anak adalah orang dekat atau yang berada di lingkungan kehidupan anak sehari-hari, seperti anggota keluarga, saudara, pengasuh, guru, teman sekolah, tetangga, sopir, dan asisten rumah tangga. Sementara anak sebagai korbannya umumnya tidak menyadari bahaya yang mengancam juga berasal dari orang-orang terdekatnya yang punya niat yang tidak baik terhadap dirinya. Pelaku menggunakan akalnya membuat anak-anak melakukan kemauannya. Mereka yang menjadi korban diperdaya dan dibujuk untuk melakukan sesuatu yang dikatakan pelaku. Korbannya pun tidak hanya

menimpa pada anak perempuan namun anak laki-laki juga sudah menjadi korban kekerasan seksual pelaku. Menurut Harkrisnowo (Reynald, 2012) secara umum anak yang menjadi korban tindak pelecehan seksual tidak dibatasi oleh perbedaan jenis kelamin, perempuan maupun laki-laki.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti selama 3 bulan dilapangan pada bulan November 2018, peneliti menemukan siswa yang teridentifikasi sebagai korban pedofilia di sekolahnya. Peneliti melakukan wawancara dengan kasus untuk mengetahui permasalahan dari kasus yang dialami. Dari hasil wawancara yang didapatkan bahwa korban yang masih duduk dibangku sekolah SMA telah mendapatkan perlakuan yang tidak senonoh berupa pelecehan seksual dari salah satu guru. Dari perlakuan tersebut menimbulkan dampak pada anak yang cukup memperhatikan karena anak merasa ketakutan dan cemas sehingga tidak mau masuk sekolah. Awal kejadian terjadi pada bulan Mei 2018. Efek dari kejadian tersebut kasus merasa takut dan cemas ketika melihat pelaku atau bertemu dengan orang yang memiliki ciri yang sama seperti pelaku. Akibat dari tekanan yang dialami oleh kasus tersebut sehingga menyebabkan si kasus mengalami emosional yang tidak menyenangkan dan juga berdampak pada belajarnya.

Penelitian yang dilakukan Ningsih (2017) mengenai “Dinamika psikologis korban pedofilia” menggambarkan bahwa kondisi pada korban pedofilia berubah antara sebelum dan sesudah kekerasan seksual, dimana korban memiliki banyak pikiran-pikiran negatif, emosi negatif dan perilaku negatif dengan munculnya kecemasan sosial atas apa yang sedang ia hadapi membuatnya mengembangkan

inferioritas atau rasa rendah diri untuk memanipulasi perilaku dilingkungan sosialnya. Sementara penelitian yang dilakukan oleh Fuadi (2011) ada 3 jenis dampak yang dialami korban yaitu (1) Gangguan perilaku, ditandai dengan malas untuk beraktivitas sehari-hari, (2) Gangguan Kognisi, ditandai dengan sulit untuk berkonsentrasi, tidak fokus ketika belajar, sering melamun dan termenung sendiri, (3) Gangguan emosional, ditandai dengan adanya gangguan mood dan suasana hati serta menyalahkan diri sendiri.

Berdasarkan hasil penelitian diatas sangat jelas bahwa efek yang terjadi pada korban kekerasan maupun pelecehan seksual pada anak sangat menimbulkan trauma psikis yang tidak bisa disembuhkan dalam waktu singkat dan dibutuhkan penanganan yang tepat pada korban. Seperti yang telah dibahas sebelumnya bahwa kebanyakan penderita pelaku pedofilia adalah korban pelecehan seksual pada masa kanak-kanaknya. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh Erich Fromm (Yuwono, 2015) bahwa penyebab kemunculan pedofilia disebabkan oleh dua hal, pertama pengalaman masa kecil yang tidak mendukung pendewasaan dan yang kedua trauma karena pernah mengalami kekerasan seksual dari orang dewasa.

Trauma yang dialami korban dari kejadian bisa saja berpotensi melakukan hal yang sama seperti pelaku pada saat dewasa karena adanya memori-memori yang tersimpan dari pengalaman masa lalu yang mempunyai pengaruh kuat terhadap perkembangannya. Sesuai dalam pandangan yang dikemukakan oleh Sigmund Freud bahwa manusia sangat dipengaruhi oleh masa lalu, oleh karena itu perilaku dan permasalahan yang muncul pada setiap individu merupakan implikasi proses yang terjadi sebelumnya. Sehingga anak yang menjadi korban

kekerasan perlu mendapatkan perhatian dan penanganan secara khusus yang melibatkan orang tua, keluarga, dan pihak yang bersangkutan. Maka anak-anak yang menjadi korban kekerasan sangat membutuhkan pertolongan dan dukungan dari orang dewasa agar kelak anak yang menjadi korban kekerasan dapat tetap tumbuh dewasa sesuai dengan tugas-tugas perkembangan dan dapat melanjutkan kehidupannya menjadi lebih baik lagi sehingga dapat meraih mimpi dan cita-cita yang sesuai dengan yang ia inginkan.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti berinisiatif untuk melakukan penelitian dengan analisis dan studi kasus dengan judul “**Analisis Kecemasan Sosial Siswa Korban Pedofilia (Studi Kasus Pada Siswa SMA Di Jenepono)**”. Dalam penelitian ini penulis tidak mencantumkan nama sekolah secara mendetail di karnakan alasan yang bersifat rahasia mengenai kasus yang ingin diteliti. Selain itu penelitian ini lebih memfokuskan efek dari korban dibanding masalah yang dialami oleh pelaku pedofilia. Peneliti tertarik dalam melakukan penelitian mengenai bagaimana untuk mengatasi pelaku namun banyak hambatan dan keterbatasan sebagai peneliti salah satunya yaitu tidak ada izin yang diberikan oleh pihak sekolah terkhusus kepala sekolah untuk melakukan penelitian mengenai pelaku.

## **B. Rumusan Masalah**

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran perilaku kecemasan sosial pada siswa korban pedofilia?

2. Apa faktor penyebab anak menjadi korban pedofilia?
3. Bagaimana upaya penanganan untuk mengatasi perilaku kecemasan sosial pada siswa korban pedofilia?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan dari rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Bagaimana gambaran perilaku kecemasan sosial pada siswa korban pedofilia.
2. Faktor penyebab anak menjadi korban pedofilia.
3. Upaya penanganan untuk mengatasi perilaku kecemasan sosial pada siswa korban pedofilia.

### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini ada dua sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
  - a. Bagi akademisi dapat menjadi bahan informasi, masukan serta pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang Psikologi Pendidikan dan Bimbingan dalam upaya meningkatkan mutu mahasiswa dalam jurusan tersebut.
  - b. Bagi peneliti, sebagai bahan tambahan motivasi dan perbandingan serta menjadi bahan acuan atau referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti lebih dalam khususnya berkaitan dengan kekerasan seksual terhadap siswa di sekolah



## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru BK dan pihak sekolah diharapkan menjadi bahan dan masukan dalam menghadapi permasalahan setiap siswa, terutama dalam mengubah perilaku siswa kearah yang lebih positif.
- b. Bagi mahasiswa, diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pelajaran atau referensi dalam melaksanakan tugas sebagai guru BK kelak.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PIKIR**

#### **A. Tinjauan Pustaka**

##### **1. Konsep Dasar Kecemasan Sosial**

###### **a. Pengertian Kecemasan Sosial**

Kecemasan sosial adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan suatu keadaan cemas yang ditandai dengan ketidaknyamanan emosional, rasa takut dan khawatir seseorang saat melakukan interaksi dengan orang lain.

Kecemasan sosial menurut La Greca dan Lopez (Prawoto, 2010) adalah ketakutan yang menetap terhadap situasi sosial yang berhubungan dengan performa diri dan menghadapi evaluasi dari orang lain, diamati, takut dipermalukan, dan dihina. Selain itu menurut Antony (Suryaningrum, 2016), kecemasan sosial adalah perasaan cemas ketika berada di lingkungan sosial tertentu, seperti ketika berada di tempat yang ramai, ketika harus berbicara di depan umum, wawancara, dan situasi-situasi sosial lainnya.

Menurut Richards (Hidayati, L 2012) mengemukakan kecemasan sosial adalah ketakutan dan kecemasan dihakimi dan dievaluasi secara negatif oleh orang lain, mendorong ke arah merasa kekurangan, kebingungan, penghinaan, dan tekanan.

Berdasarkan beberapa pendapat dari tokoh di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan sosial adalah emosi yang tidak menyenangkan ditandai perasaan yang tidak nyaman akan kehadiran orang lain, adanya

kecenderungan individu merasa malu karena takut tidak bisa berinteraksi dengan orang lain.

### **b. Aspek-Aspek Kecemasan Sosial**

La Greca dan Lopez (Solihat, 2011) menyatakan bahwa ada 3 aspek kecemasan sosial, yaitu :

1) Ketakutan akan evaluasi negatif.

Ketakutan akan evaluasi negatif seperti khawatir untuk melakukan atau mengatakan sesuatu yang memalukan atau membuat dirinya merasa hina.

2) Penghindaran sosial dan rasa tertekan pada orang baru.

Pada saat mengerjakana sesuatu individu merasa gugup, malu dan khawatir pada saat bertemu dengan orang yang baru dikenal. Hal tersebut membuat individu akan menghindari kontak mata dan situasi sosial.

3) Penghindaran sosial dan rasa tertekan pada orang yang dikenal.

Kemampuan individu dalam membangun relasi, yang membuat individu akan merasa tidak nyaman mengajak orang lain karena takut terhadap penolakan, merasa kesulitan bertanya kepada orang lain

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa aspek dari kecemasan social ada tiga: ketakutan akan evaluasi, penghindaran social orang baru dan penghindaran sosial orang lama.

### **c. Bentuk-Bentuk Kecemasan Sosial**

Febri dkk (Nainggolan, 2011) mengatakan bahwa terdapat beberapa bentuk kecemasan sosial,yaitu:

- 1) Kecemasan memperlihatkan diri di depan umum, seperti orang yang pemalu, penakut, merasa tidak tenang bila berkumpul dengan orang-orang yang masih asing baginya
- 2) Cemas apabila kehilangan kontrol akan dirinya, seperti cemas jika tanpa disadari ada sesuatu dari tubuhnya yang tidak beres terlihat di depan umum
- 3) Cemas apabila memperlihatkan ketidakmampuannya, seperti takut bila harus berbicara di depan umum tanpa ada persiapan sebelumnya. Sehingga merasa rendah diri, merasa bersalah, dan membenci dirinya sendiri.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa bentuk-bentuk dari kecemasan social adalah kecemasan memperlihatkan diri di depan umum, cemas apabila kehilangan kontrol akan dirinya, dan cemas apabila memperlihatkan ketidakmampuannya.

#### **d. Ciri-Ciri Kecemasan Sosial**

Ciri-ciri kecemasan social menurut Butler (Hidayati, L 2012) kecemasan sosial memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

##### 1) Ciri-ciri kognitif

Kesadaran yang tinggi, dimana mengkhawatirkan apa yang orang pikirkan dan sulit untuk berkonsentrasi. Kemudian kewaspadaan yang tinggi, dimana fokus terhadap diri sendiri sangat berhati-hati dengan apa yang akan dikatakan, selalu berpikir tentang kesalahan yang mungkin akan dilakukan, selalu berpikir tentang apa kesalahan yang telah dilakukan.

2) Ciri-ciri perilaku

Tidak berani melakukan kontak mata sehingga berbicara dengan cepat atau lambat Kata katanya menjadi tidak jelas, gelisah dan menolak interaksi sosial dengan melakukan sesuatu dengan hati-hati agar tidak menarik perhatian orang lain

3) Ciri-ciri respon tubuh

Wajah memerah, jantung berdetak kencang, berkeringat atau menggigil, mati rasa, sakit perut, nafas memburu dan pusing.

4) Ciri-ciri emosi atau perasaan

Tidak percaya diri, putus asa, cemas, takut, marah terhadap diri sendiri atau oranglain, takut terhadap sesuatu yang belum terjadi, frustrasi, merasa sedih dan depresi.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa ciri-ciri kecemasan sosial ada empat yaitu ciri-ciri secara kognitif, perilaku, respon tubuh dan perasaan.

**e. Faktor Penyebab Kecemasan Sosial**

Hidayah (2017) Faktor internal yang menyebabkan kecemasan sosial antara lain warisan sifat, kimia otak, struktur otak, serta pengalaman negatif. Selain factor internal individu, keluarga juga dapat menyebabkan kecemasan sosial. Faktor keluarga tersebut termasuk gaya pengasuhan orang tua, antara lain penolakan yang tinggi, overprotektif, kurangnya kehangatan emosional, tekanan atau permasalahan yang dialami orang tua seperti kecemasan, depresi, dan ketergantungan terhadap alkohol. Faktor penyebab kecemasan sosial lainnya yaitu

adanya pengalaman traumatis dari teman sebaya seperti penganiayaan, intimidasi, dan ancaman.

Faktor yang dapat meningkatkan resiko terserang gangguan kecemasan sosial menurut Tirto Jiwo (Saman, dkk. 2017) yaitu:

- 1) Perempuan, lebih memungkinkan dibandingkan laki-laki untuk terkena gangguan kecemasan sosial.
- 2) Riwayat keluarga, lebih mungkin untuk mengembangkan gangguan kecemasan sosial jika orang tua biologis atau saudara memiliki kondisi tersebut
- 3) Lingkungan, gangguan kecemasan sosial mungkin merupakan perilaku yang dipelajari. Artinya, anda dapat terkenagangguan setelah menyaksikan perilaku cemas orang lain. Selain itu, mungkin ada hubungan antara gangguan kecemasan sosial dan orang tua yang sangat mengendalikan atau terlalu melindungi anak-anak mereka
- 4) Temperamen, anak-anak yang pemalu, penakut, ditarik atau tertahan ketika menghadapi situasi yang baru atau orang-orang mungkin menghadapi resiko lebih besar
- 5) Tuntutan pekerjaan atau sosial baru. Bertemu orang baru, memberikan pidato didepan umum atau melakukan presentasi pekerjaan penting untuk pertama kalinya dapat memicu gejala gangguan kecemasan sosial. Gejala ini biasanya memiliki akar pada masa remaja

- 6) Memiliki kondisi kesehatan yang menarik perhatian. Cacat wajah, gagap, penyakit, dan kondisi kesehatan lain dapat meningkatkan perasaan rendah diri, dan dapat memicu gangguan kecemasan sosial pada beberapa orang

Berdasarkan penjelasan pada subbab ini, dapat diketahui bahwa penyebab kecemasan sosial yaitu faktor diri, faktor keluarga, dan faktor teman sebaya. Selain itu, faktor yang dapat meningkatkan resiko terserang gangguan kecemasan sosial yaitu perempuan, riwayat keluarga, lingkungan, temperamen, tuntutan pekerjaan atau sosial baru dan kondisi kesehatan yang menarik perhatian.

#### **f. Dampak Kecemasan Sosial**

Kecemasan sosial berdampak pada fungsi peran sosial dan perkembangan karir pada seseorang, karena kecemasan akan dapat memengaruhi beberapa aspek kehidupan. Bhamani (Marcellyna, 2017) mengemukakan bahwa akibat yang ditimbulkan adalah hambatan tingkah laku serta perubahan emosi dan juga perilaku, dimana individu akan menjadi serba ragu-ragu, takut-takut, dan tidak berani melakukan sesuatu.

Kecemasan sosial juga membuat individu berperilaku berdasarkan interpretasi subjektif yang mana interpretasi ini lebih banyak didominasi oleh evaluasi negatif pada peristiwa sosial yang tidak menyenangkan, dimana remaja dengan kecemasan social juga memiliki risiko untuk melakukan kenakalan, termasuk perilaku yang ekstrim, dimana remaja tersebut juga akan bisa menjurus kepada keadaan cemas yang neurotik yang sudah tergolong gangguan jiwa. (Marcellyna, 2017)

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat kita ketahui bahwa kecemasan sosial itu sendiri dapat memberikan berbagai dampak negative pada individu. Pada tingkatan yang lebih parah, kecemasan sosial akan menimbulkan hambatan tingkah laku serta menjurus pada kecemasan yang neurotik.

## **2. Konsep Pedofilia**

### **a. Pengertian Pedofilia**

Pedofilia menurut Hidayati (2014:69) yaitu “Pedofilia dalam bahasa Yunani yang terdiri dari kata *pais* (anak-anak) dan *phillia* (cinta yang bersahabat). Pedofilia didefinisikan sebagai gangguan kejiwaan pada orang dewasa atau remaja yang telah mulai dewasa (pribadi dengan usia 16 tahun atau lebih tua) biasanya ditandai dengan suatu kepentingan seksual primer atau eksklusif pada anak prapuber (umunya usia 13 tahun atau lebih muda, walaupun pubertitas dapat bervariasi). Anak harus minimal lima tahun lebih muda dalam kasus pedofilia remaja (16 tahun atau lebih tua) baru diklarifikasi sebagai pedofilia.”

Seorang pedofilis secara diagnosis klinis biasanya memilih menunjukkan aktivitas seksualnya kepada anak pra pubertas atau awal masa pubertas yang berumur dari 13 tahun dan 6 tahun.

Pedofilia adalah cinta kepada anak-anak, yang mana keintiman seksual dicapai melalui manipulasi alat genital anak-anak atau oleh anak, melakukan penetrasi penis sebagian atau keseluruhan terhadap alat genital anak. Kebanyakan kaum pedofilia adalah pria dengan korban anak perempuan yang disebut pedophilia heteroseksual sedangkan dengan anak laki-laki disebut dengan homoseksual Sadarjoen (Ningsih dkk, 2017:114)

Sejalan dengan pendapat diatas, Gorda (2017:7) mengatakan bahwa pedofilia adalah seorang manusia yang memiliki perilaku seksual menyimpang



pada anak-anak, dimana kata itu berasal dari bahasa Yunani, *paedo* (anak) dan *philia* (cinta). Menurutnya Pedofilia merupakan gangguan kelainan jiwa dengan menjadikan anak-anak sebagai sasaran dari tindakannya.

Yuwono (2015:25), mengemukakan definisi pedofilia sebagai berikut:

Pedofilia adalah salah satu bentuk penyakit jiwa kelainan keterkaitan seksual. Untuk melampiaskan nafsu birahinya seorang pedofili akan mencari anak-anak pra-pubertas-anak yang belum matang dan siap baik reproduksi seksualnya, tujuannya adalah agar pedofil bisa menguasai dan memaksakan penisnya dipentrasikan ke dalam dubur, liang vagina atau oral seks sehingga korban akan merasakan sakit yang amat sangat. Rasa sakit yang amat sangat inilah yang diharapkan oleh pelaku dialami oleh korban. Dengan serangan rasa sakit si pedofil akan semakin terangsang dan akan semakin gila mementrasikan penisnya kedalam dubur.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat diketahui bahwa pedofilia adalah orang dewasa yang memiliki perilaku seksual menyimpang pada anak-anak, dimana ia mencari anak-anak pra-pubertas-anak yang belum matang dan siap baik reproduksi seksualnya.

#### **b. Macam-Macam Pedofilia**

Khaidir (2007) mengemukakan pelecehan seksual pada anak oleh pelaku pada kelompok dapat merupakan bagian kecil dari gaya kehidupan kriminal dimana pedofilia pada kelompok ini hanya merupakan sebagian kecil dari total populasi pedofilia. Sisanya kemungkinan sebagai mayoritas populasi pelaku pelecehan seksual yang dibagi menjadi 3 tipe yaitu :

1) Pedofilia Tipe 1

Pedofilia tipe ini tidak dapat berinteraksi sosial dengan wanita karena kecemasan atau ketidakmampuan sosial atau keduanya. Individu ini dapat terangsang secara seksual baik oleh obyek normal dan anak-anak

2) Pedofilia Tipe 2

Pedofilia tipe ini dapat berinteraksi sosial dengan wanita dewasa namun tidak mampu terangsang seksual oleh mereka. Mereka hanya terangsang seksual oleh anak-anak

3) Pedofilia Tipe 3

Pedofilia ini tidak dapat berinteraksi sosial dengan wanita dan tidak dapat terangsang secara seksual oleh mereka mereka hanya terangsang secara seksual oleh anak-anak.

Jenis aktivitas seksual yang dilakukan oleh pelaku pedofilia sangat bervariasi, mulai dari menelanjangi anak, memamerkan tubuh pada anak-anak, melakukan masturbasi dengan anak serta bersenggama dengan anak. Ada lima macam bentuk pedofilia yang dikemukakan Setiawan (2016) yaitu:

1) Pedofilia Tipe Eksklusif (*Fixated*)

Pelaku pedofilia yang hanya tertarik pada anak-anak kecil, dan tidak mempunyai rasa ketertarikan pada orang dewasa. Pelaku kebanyakan laki-laki dewasa yang cenderung menyukai anak laki-laki.

2) Pedofilia Tipe Non Eksklusif (*Regressed*)

Pelaku pedofilia tidak hanya tertarik pada anak kecil tetapi juga pada orang dewasa. Umumnya pelaku adalah laki-laki dewasa yang sudah menikah, tetapi tetap memiliki ketertarikan pada anak perempuan berusia 8 sampai 10 tahun.

3) *Cross sex* Pedofilia

Pelaku pedofilia yang suka menyentuh secara seksual anak perempuan. Umumnya pelaku menjadi teman anak perempuan, kemudian secara bertahap melibatkan anak dalam hubungan seksual, dan sifatnya tidak memaksa. Biasanya pelaku hanya mencumbu anak, dan mungkin melakukan stimulasi oral, tetapi jarang bersetubuh.

4) *Same sex* Pedofilia

Pelaku pedofilia yang lebih suka melakukan aktivitas seksual dengan anak-anak sesama jenis dan mereka tidak melakukan hubungan seksual dengan orang dewasa yang berlawanan jenis. Aktivitas seksual yang biasa dilakukan berupa meraba-raba tubuh anak, masturbasi, stimulasi oral oleh anak laki-laki dan seks anal di mana pria yang berperan aktif.

5) Pedofilia Perempuan

Pedofilia yang lebih banyak dilakukan oleh laki-laki, namun demikian perempuan juga bisa mengidap pedofilia, meskipun hal ini jarang dilaporkan. Hal tersebut mungkin disebabkan karena sifat wanita yang keibuan dan anak laki-laki tidak menganggap hal ini sebagai sesuatu yang sifatnya negatif, sehingga kasus pedofilia perempuan jarang dilaporkan.

Reynald (2016:315) menjelaskan bahwa pelecehan seksual terhadap anak adalah keterlibatan seorang anak dalam segala bentuk aktivitas seksual yang terjadi sebelum anak mencapai batasan umur tertentu yang ditetapkan oleh hukum negara yang bersangkutan. Orang dewasa atau anak lain yang usianya lebih tua atau orang yang dianggap memiliki pengetahuan lebih dari anak memanfaatkannya untuk kesenangan seksual atau aktivitas seksual.

Menurut Wahyuni (2016:108-109) mengatakan bahwa :

Pelecehan seksual terhadap anak adalah suatu bentuk penyiksaan anak di mana orang dewasa atau remaja yang lebih tua menggunakan anak untuk rangsangan seksual. Bentuk pelecehan seksual anak termasuk meminta atau menekan seorang anak untuk melakukan aktivitas seksual (terlepas dari hasilnya), memberikan paparan yang tidak senonoh dari alat kelamin untuk anak, menampilkan pornografi untuk anak, melakukan hubungan seksual terhadap anak-anak, kontak fisik dengan alat kelamin anak (kecuali dalam konteks non-seksual tertentu seperti pemeriksaan medis), melihat alat kelamin anak tanpa kontak fisik (kecuali dalam konteks non-seksual seperti pemeriksaan medis), atau menggunakan anak untuk memproduksi pornografi anak.

Huraerah (Fathiyah, 2010:77-78) mengemukakan kekerasan seksual pada anak merupakan seks yang menyimpang karena dilakukan dengan cara kekerasan yang bertentangan dengan ajaran nilai-nilai agama serta melanggar hukum yang berlaku dan berdampak sangat merugikan anak secara fisik dan psikologis.

Nitibaskara (Kurniawan dan Hidayati, 2017), menyimpulkan terdapat 3 faktor yakni yang pertama, pelaku menderita psikopat, sehingga sulit disembuhkan dan tidak akan pernah menyesali perbuatannya. Kedua, pelaku sedang melakukan ritual ilmu hitam dengan syarat harus melakukan hubungan seks dengan anak di bawah umur. Ketiga, pelaku menderita penyimpangan seksual (pedofilia), bahkan ada yang sampai melakukan mutilasi.

Cahyono (2018) mengemukakan bahwa pelaku pedofilia dalam mendekati anak-anak tidak ceroboh, ia mendekati anak-anak dengan cara-cara yang halus. Karena anak-anak tidak menyukai cara yang kasar tetapi anak-anak lebih membutuhkan belaian kasih sayang dari orang yang lebih dewasa. Pelaku bisa melakukan hal-hal seperti:

- 1) Bagi pelaku aktif ia mendekati anak-anak yang cenderung pendiam, kurang perhatian, terlihat lemah dan sedang ada masalah di rumah atau di sekolah. Anak-anak yang seperti ini sangat membutuhkan perhatian dan kasih sayang dari orang yang lebih dewasa.
- 2) Membangun kepercayaan anak dan orangtua dengan cara memberikan perhatian yang lebih terhadap anak-anak. Sehingga jika kepercayaan anak dan orang tua tinggi, maka mereka tidak akan menaruh curiga terhadap pelaku pedofilia, dia akan dengan leluasa melancarkan aksinya terhadap anak.
- 3) Pelaku selalu mencari alasan untuk memberi bimbingan atau hukuman terhadap anak-anak agar dirinya selalu berdua dengan mereka di tempat-tempat yang telah ditentukan sebelumnya. Pelaku pedofilia dianggap menculik anak-anak, karena pada waktu-waktu tertentu dia membawa anak-anak di tempat tersembunyi yang asing bagi anak.
- 4) Kepolosan anak-anak banyak dimanfaatkan oleh mereka karena mereka terlihat penyayang anak dan perhatian, sehingga untuk mendekatinya tidak dengan kekerasan, tetapi dengan rayuan dan ancaman.

Setiawan (2016) mengemukakan bahwa penyebab Pedofilia yaitu (1) Hambatan dalam perkembangan psikologis yang menyebabkan ketidakmampuan

penderita menjalin relasi heterososial dan homososial yang wajar. (2) Kecenderungan kepribadian anti sosial yang ditandai dengan hambatan perkembangan pola seksual yang matang disertai oleh hambatan perkembangan moral. (3) Terdapat kombinasi regresi, ketakutan impoten, serta rendahnya tatanan etika dan moral.

### c. Bentuk-Bentuk Pedofilia

Menurut Kristi (Amelia dkk, 2017:4) mengatakan bahwa :

Beberapa bentuk kekerasan yaitu sebagai berikut: Kekerasan fisik, seperti memukul, menampar, mencekkik, menendang, dan lain sebagainya. Kekerasan Seksual, seperti melakukan tindakan yang mengarah keajakan, desakan seksual seperti menyentuh, mencium, memaksa berhubungan seks tanpa persetujuan korban. Kekerasan Psikologis, seperti berteriak-teriak, menyumpah, mengancam, melecehkan. Kekerasan Finansial, seperti mengambil uang korban, menahan atau tidak memberikan pemenuhan kebutuhan finansial. Kekerasan spiritual, merendahkan kepercayaan dan keyakinan korban, memaksa korban mempraktikkan ritual dan keyakinan tertentu.

Levianti, (Amelia dkk, 2017:4-5) menyatakan bahwa bentuk-bentuk tindak kekerasan yaitu:

#### 1) Kontak Fisik Langsung

Gangguan berupa serangan secara fisik yang dilakukan oleh pelaku kepada korban dimana terlibat kontak langsung yang berupa mencubit, mendorong, memukul, menendang dan sebagainya

#### 2) Kontak Verbal Langsung

Serangan berupa kata-kata yang dilisankan langsung dari pelaku kepada korban yang berupa mempermalukan, mengejek, mengancam, menggertak, menyebarkan gosip dan sebagainya

3) Perilaku non-verbal langsung

Perilaku yang ditunjukkan melalui gerakan tubuh pelaku *bullying* dengan korban. Perilaku yang ditunjukkan seperti mendiamkan seseorang, berbuat curang pada orang lain, mengucilkan teman, menghasut teman dan sebagainya.

4) Perilaku non-verbal tidak langsung

Perilaku ini tidak melibatkan kontak langsung antara pelaku dengan korban. Perilaku yang dilakukan seperti mendiamkan seseorang, berbuat curang, sengaja mengucilkan teman, menghasut teman yang lain dan mengirim sms ancaman tanpa nama pengirim. Perilaku ini dilakukan dengan maksud agar lawan merasa tidak nyaman, gelisah, terancam atau ketakutan.

5) Perilaku seksual

Pelecehan seksual yang biasanya dilakukan oleh laki-laki terhadap perempuan, yang dilakukan secara fisik lisan atau menggunakan ejekkan atau kata-kata yang tidak sopan untuk menunjukkan pada sekitar yang sensitif pada seksual. Secara fisik pelecehan seksual bisa dilakukan dengan sengaja memegang wilayah-wilayah seksual lawan jenis atau dalam bentuk penghinaan seperti halnya mengatakan teman laki-laki “banci”

Menurut pandangan Russel (Anggraini, 2017) mengemukakan ada tiga bentuk kekerasan seksual pada anak yaitu :

- 1) Kekerasan seksual yang sangat serius berupa hubungan seksual anal, oral, dan oral-genital seks

- 2) Kekerasan seksual yang serius dimana memperlihatkan adegan seksual pada anak, berhubungan badan didepan anak dengan menyuruh anak untuk memegang alat kelaminnya dengan kata lain melakukan kegiatan seksual namun belum mencapai hubungan kelamin dalam arti persetubuhan
- 3) Kekerasan seksual yang cukup serius yaitu memaksa membuka baju dan menyentuh alat kelamin yang merupakan bagian-bagian tertutup privasi anak.

#### **d. Faktor Penyebab Timbulnya Kekerasan**

Kekerasan terhadap anak dapat terjadi akibat banyak faktor, baik yang berdiri sendiri ataupun kombinasi dari beberapa faktor. Menurut Rahkmat (Amelia dkk, 2017:4-5) faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya kekerasan membagi faktor sosial penyebab kekerasan terhadap anak antara lain:

- 1) Norma sosial, yaitu tidak ada kontrol sosial pada tindakan kekerasan pada anak-anak. Dimana ketika muncul kekerasan pada anak tidak ada orang dilingkungannya yang memperhatikan dan mempersoalkannya
- 2) Nilai-nilai sosial, yaitu hubungan anak dengan orang dewasa berlaku seperti hirarki sosial di masyarakat. Dimana anak-anak berada dalam tangga terbawah yang tidak punya hak apapun, sedangkan orang dewasa dapat berlaku apapun kepada anak-anak
- 3) Ketimpangan sosial, para pelaku dan juga korban kebanyakan berasal dari kelompok sosial ekonomi yang rendah. Kemiskinan, tentunya menekankan pada ekonomi rendah orangtua mengalami stress yang berkepanjangan dan menjadi sangat sensitif. Ia mudah marah, kelelaham fisik tidak memberinya



kesempatan untuk bercanda dengan anak-anak dan terjadilah kekerasan emosional

Menurut Gelles Richard J (Probosiwi dan Bahransyaf,2015:31)

mengemukakan beberapa faktor penyebab kekerasan terhadap anak adalah :

Faktor penyebab kekerasan terhadap anak adalah 1) Pewarisan kekerasan antar generasi yaitu saat seseorang mengalami kekerasan pada masa kecilnya, cenderung akan menjadi pelaku kekerasan; 2) Stres sosial mencakup pengangguran, penyakit, kondisi perumahan yang buruk, orang cacat, dan kematian anggota keluarga; 3) Isolasi sosial dan keterlibatan masyarakat bawah; dan 4) Struktur keluarga, misalnya orangtua tunggal lebih memungkinkan melakukan tindak kekerasandibandingkan keluarga

#### **e. Dampak Penyebab Timbulnya Tindak Kekerasan**

Kekerasan sangat memberikan dampak yang sangat menyakitkan pada saat sedang berlangsung dan sesudahnya sehingga meninggalkan luka dramatis dan konsekuensinya menetap yang menghambat perkembangan, kemampuan belajar dan prestasi disekolah dan bahkan berlangsung seumur hidup. Kekerasan terhadap anak akan berdampak secara langsung sampai anak tersebut tumbuh dewasa.

Raijaya dan Sudibia (2017) mengatakan bahwa dampak yang dapat ditimbulkan dari tindak kekerasan yang dilakukan pelaku terhadap korban (anak) dapat mengganggu beberapa kondisinya, yakni berupa dampak :

- 1) Fisik, anak akan mendapatkan luka berupa robekan pada selaput darah
- 2) Psikologis, berupa trauma gangguan mental dimana anak akan merasakan ketakutan yang mendalam, menimbulkan rasa malu serta menyalahkan dan kecewa terhadap diri sendiri

- 3) Dampak secara sosial, anak akan mendapatkan perlakuan yang tidak wajar dari beberapa orang dilingkungan sekitarnya, anak lebih tertutup dan takut untuk bertemu dengan orang-orang baru dalam kesehariannya

Adapun dampak terhadap korban pedofilia sebagaimana pendapat yang dikemukakan oleh Moh. Asmawi (Hidayati, 2014:70) dalam “Liku-Liku Seks Menyimpang, Bagaimana solusinya” adalah sebagai berikut :

- 1) Tanda-tanda perilaku:
  - a. Perubahan-perubahan mendadak pada perilaku dari bahagia ke depresi atau permusuhan, dari bersahabat ke isolasi, atau dari komunikatif ke penuh rasahasia
  - b. Gangguan tidur, takut pergi ke tempat tidur, sulit tidur atau terjaga dalam waktu yang lama, mimpi buruk
  - c. Perilaku menghindar, takut akan menghindar dari orang tertentu (orantua, kakak, saudara lain, tetangga atau pengasuh),
- 2) Tanda-tanda kognisi
  - a. Tidak dapat berkonsentrasi, sering melamun dan menghayal, focus perhatian peccah atau singkat
  - b. Minat sekolah memudar, menurunnya perhatian terhadap pekerjaan sekolah dibandingkan dengan sebelumnya
  - c. Respon reaksi berlebihan, khususnya terhadap gerakan tiba-tiba dan oranglain dalam jarak dekat
- 3) Tanda-tanda sosial dan emosional
  - a. Rendahnya kepercayaan diri, perasaan tidak berharga

- b. Menarik diri, mengisolasi diri dari teman, lari kedalam khalayan atau ke bentuk-bentuk lain yang tidak berhubungan
  - c. Ketakutan berlebihan: kecemasan, hilang kepercayaan terhadap orang lain
- 4) Tanda-tanda fisik
- a. Luka-luka pada alat kelamin atau mengidap penyakit kelamin
  - b. Perasaan sakit yang tidak jelas, sakit kepala, sakit perut, berat badan turun, dan sering muntah-muntah dan Hamil.

### **3. Teknik Restrukturisasi Kognitif**

#### **a. Pengertian Teknik Restrukturisasi Kognitif**

Restrukturisasi kognitif merupakan salah satu teknik yang berfokus pada modifikasi pikiran-pikiran yang maladaptif pada individu. Restrukturisasi kognitif menggunakan asumsi respon-respon perilaku dan emosi yang tidak adaptif dipengaruhi oleh persepsi konseli (Erford, 2015).

Metode ini agak berbeda dengan metode yang lain, karena metode ini menginginkan perubahan kognitif tidak seperti metode lain yang berakhir ketika adanya perubahan perilaku. Meichenbaum dan Deffenbacher menjelaskan peristiwa kognitif dapat berupa apa yang konseli katakan tentang dirinya sendiri, bayangan yang mereka miliki, apa yang mereka sadari dan rasakan. Proses kognitif berupa proses pemrosesan informasi. Struktur kognitif berupa anggapan dan kepercayaan tentang dirinya sendiri dan dunia yang berhubungan dengan dirinya. Jika premis umum dari pendekatan kognitif adalah bahwa pikiran seseorang menentukan bagaimana perasaan mereka dan bagaimana mereka akan bertindak (Lesmana, 2005), dan pendekatan behavioral menekankan

perilaku manusia sebagai hasil belajar yang dapat dimanipulasi dengan mengkreasi kondisi-kondisi belajar (Surya, 2004).

Istilah *cognitive* berasal dari kata *cognition* yang padanannya *knowing*, berarti mengetahui. Dalam arti luas, kognisi ialah perolehan, penataan dan penggunaan pengetahuan Neiser, (Mardianty, 2015). Dalam perkembangan selanjutnya istilah kognitif menjadi populer sebagai salah satu bagian dari psikologis manusia yang meliputi perilaku mental yang berhubungan dengan pemahaman, pertimbangan, pengolahan informasi, pemecahan masalah, kesengajaan dan keyakinan.

Proses kognitif terjadi dalam diri individu seringkali mempunyai implikasi terhadap perubahan perilaku. Restrukturisasi kognitif adalah proses menemukan dan menilai kognisi seseorang, memahami dampak negatif pemikiran tertentu terhadap perilaku, dan belajar mengganti kognisi tersebut dengan pemikiran yang lebih real lebih cocok. Teknik ini dapat dilakukan dengan jalan memberikan informasi yang korektif, belajar mengendalikan pemikiran sendiri dan menandai kembali diri sendiri (Mardianty, 2015).

Tujuan dari implementasi teknik restrukturisasi kognitif adalah membangun pola pikir yang lebih sesuai dan adaptif. Restrukturisasi kognitif memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah kesalahan kognisi atau persepsi konseli tentang diri dan lingkungan. Kesalahan kognisi di ekspresikan melalui diri yang negatif. Pernyataan diri yang negatif mengindikasikan adanya pikiran, pandangan dan keyakinan yang tidak rasional (Nursalim, 2014).

*Restrukturisasi Kognitif* adalah proses belajar untuk menyangkal distorsi kognitif atau fundamental “kesalahan berfikir” dengan tujuan menggantikan pikiran seseorang yang tidak rasional, keyakinan yang rasional (Mardianty, 2015).

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa restrukturisasi kognitif adalah proses pemberian bantuan kepada konseli dengan mengubah sudut pandang dan interpretasi negative dengan pikiran dan tindakan yang lebih positif.

#### **b. Karakteristik Restrukturisasi Kognitif**

Dasar pemikiran yang digunakan dalam Restrukturisasi Kognitif adalah upaya untuk memperkuat keyakinan bahwa konseli dapat mempengaruhi kinerja dan komunikasi interpersonal khususnya pikiran yang merugikan diri sendiri atau pernyataan diri yang negative dapat menyebabkan gangguan kinerja, sehingga dapat mengganti pemikiran yang lebih rasional, Ellis dan Harper, (Nursalim, 2014). Kognitif-Behavioral pada dasarnya merupakan perkembangan dari teori Behaviorisme yang pertama kali digunakan oleh Krumboltz.

Dalam konseling Behavioristik perilaku merupakan sesuatu yang harus diusahakan melalui proses belajar. Pendekatan ini berpegang pada keyakinan bahwa “banyak perilaku manusia merupakan hasil dari proses belajar dan karena itu dapat diubah dengan belajar baru” (Winkel: 2004). Dengan demikian maka proses konseling juga bisa dianggap sebagai suatu proses belajar karena berupaya menghasilkan suatu perubahan dalam perilaku nyata.

Pendekatan kognitif behavioral dengan teknik restrukturisasi kognitif dapat digunakan dalam rangka membantu menangani berbagai masalah yang

dihadapi individu seperti depresi, kecemasan, gangguan panik, atau dalam menghadapi masalah hidup lainnya seperti kematian, perceraian, kecacatan, pengangguran, dan stres. Menurut Nursalim (2011) tujuan restrukturisasi kognitif yakni berusaha mengubah pikiran atau pembicaraan diri. Dalam terapi restrukturisasi kognitif, konselor dan konseli bekerjasama untuk mengidentifikasi dan mengubah pola pikir dan perilaku negatif yang menyebabkan timbulnya gangguan fisik emosional (Erford, 2016).

Lebih lanjut, Corey (2015) menjelaskan bahwa tujuan dari restrukturisasi kognitif adalah memeriksa dan mengubah pikiran yang belum teramati dan negatif. Restrukturisasi kognitif memfokuskan pada distorsi kognitif yang berlebihan, seperti pola pikir semua atau tidak sama sekali, prediksi negatif, generalisasi berlebihan, melabeli diri sendiri, mengkritik diri sendiri, dan personalisasi. Bersama-sama konselor bekerja dengan konseli untuk mengatasi kurangnya motivasi yang seringkali berhubungan dengan kecenderungan bahwa konseli memandang permasalahannya sebagai sesuatu yang terlalu besar untuk dipecahkan

### **c. Langkah-langkah Teknik Restrukturisasi Kognitif**

Terdapat empat hal yang harus diperhatikan dalam implementasi teknik restrukturisasi kognitif oleh para praktisi konseling. Dobson, (Mardianty. 2015), menguraikannya sebagai berikut :

#### **a) Assesmen dan Diagnosis**

Asesmen dan diagnosis ditahap awal bertujuan untuk memperoleh data tentang kondisi konseli yang akan ditangani serta mengantisipasi

kemungkinan kesalahan penanganan pada proses konseling. Di tahap pertama dilakukan kegiatan Melakukan kontrak konseling dengan konseli supaya konseli mampu berkomitmen untuk mengikuti proses konseling dari tahap awal sampai tahap akhir.

b) Identifikasi pikiran-pikiran negatif konseli

Sebelum konseli diberikan bantuan untuk mengubah pikiran-pikiran yang mengalami disfungsi, terlebih dahulu konselor perlu membantu konseli untuk menyadari disfungsi pikiran-pikiran yang konseli miliki dan memberitahukan secara langsung kepada konselor. Konseli didorong untuk kembali pada pengalaman dan melakukan intropeksi atau merefleksikan pengalaman-pengalaman yang sudah dilalui.

Wells mengemukakan kemampuan konseli dalam mengidentifikasi pikiran-pikiran negatif memerlukan pembiasaan dan latihan. Beberapa konseli dapat dengan cepat memiliki "*psychological minded*" dan mengerti arahan konselor, namun terdapat konseli yang memiliki kesulitan untuk melakukan identifikasi pikiran negatif yang dimiliki. Terkait dengan perbedaan kondisi konseli dalam mengawali konseling, konselor dituntut untuk dapat mengantisipasi dan bersiap untuk merespon kemampuan dan keterampilan konseli.

Awalnya konseli seringkali mengemukakan pernyataan-pernyataan negatif sebagai representasi dari pemikirannya mengenai stimulus yang dihadapi. Konselor dituntut untuk menemukan pernyataan yang lebih positif dan

konstruktif. Beberapa masalah yang muncul dalam tahap identifikasi pikiran-pikiran negatif konseli sebagai berikut :

- 1) Konseli yang berusaha keras mengidentifikasi peristiwa
- 2) Konseli yang memiliki kesulitan mengidentifikasi kondisi emosi
- 3) Konseli yang mengalami kebingungan akan perasaan yang sebenarnya dirasakan
- 4) Konseli yang mengalami kesulitan untuk mengidentifikasi pikiran-pikiran
- 5) Konseli yang menyatakan pikiran melalui pertanyaan-pertanyaan

c) Metode pengumpulan pikiran-pikiran negatif

Para praktisi konseling kognitif perilaku menggunakan *Dysfunctional Thoughts Record* (DTR). DTR dianggap dapat mendefinisikan karakteristik asesmen kognitif konseli. Di tahap awal konseling, konseli dapat diminta untuk membawa buku catatan kecil yang berguna untuk menuliskan hal-hal yang berhubungan dengan perlakuan dalam konseling, dan mencatat pikiran-pikiran negatif.

d) Intervensi Pikiran-Pikiran Negatif Konseli

Langkah intervensi pikiran-pikiran negatif diberikan kepada konseli apabila konselor sudah mendapatkan banyak informasi mengenai pikiran-pikiran negatif konseli itu sendiri. Merencanakan Proses dan Sesi Konseling

Perencanaan diperlukan untuk mempermudah proses konseling. Pada umumnya konseli lebih merasa nyaman ketika mereka mengetahui apa yang akan didapatkan dari setiap sesi konseling, mengetahui dengan jelas apa yang dilakukan



dari setiap sesi konseling, merasa sebagai tim dalam proses konseling, serta ketika konseli memiliki ide-ide konkrit mengenai proses konseling dan ketercapaian konseling. Perencanaan dari setiap sesi konseling tentunya harus didasarkan pada gejala-gejala yang ditunjukkan oleh konseli, konseptualisasi konselor, kerjasama yang baik antara konselor dan konseli, serta evaluasi tugas rumah yang dilakukan oleh konseli.

Dari beberapa teknik dalam Kognitif Behavior Terapi, peneliti memilih teknik Restrukturisasi Kognitif karena dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif dalam pendekatan Kognitif-Behavioral, diharapkan agar siswa yang bermasalah, dalam hal satu siswa berperilaku cemas, dapat menyadari bahwa mereka memiliki pola pikir yang keliru sehingga melahirkan perilaku yang tidak diharapkan oleh lingkungan. Dengan adanya kesadaran akan hal tersebut diharapkan terbentuknya insan-insan berkualitas yang selalu mengedepankan pikiran-pikiran positif dalam setiap langkah hidupnya dan tentu saja hal ini akan memberi pengaruh positif bagi masa depan siswa dan lingkungan dimana mereka berada

Pola pembentukan perilaku dalam pendekatan Kognitif-Behavioral dengan teknik restrukturisasi kognitif dianggap sesuai digunakan untuk kasus perilaku kecemasan sosial, dengan asumsi bahwa perilaku kecemasan sosial terbentuk dari pola pikir yang keliru yang dimiliki oleh seseorang dalam merespon stimulus yang muncul. Sehingga upaya yang harus dilakukan dalam membentuk perilaku yang diinginkan adalah dengan memperkuat fungsi keterampilan kognitif. Dengan perubahan mekanisme pola pikir, diharapkan dapat memperbaiki reaksi emosi dan

tingkah laku, demi mengatasi masalah yang timbul serta kualitas hidup yang lebih baik.

Dalam kaitannya dengan fenomena siswa yang berperilaku cemas yang akan dibahas dalam penelitian ini, dinyatakan bahwa perilaku kecemasan itu muncul sebagai akibat dari pola pikir yang keliru. Seseorang berperilaku setelah menerima stimulus yang membuatnya tidak mampu melalui aktifitas kognisinya dengan baik. Karena itu untuk menangani perilaku ini harus dilakukan suatu proses konseling yang mampu memberikan mereka keterampilan bagaimana mengenali pikiran-pikiran yang muncul setelah menerima rangsangan dari luar. Setelah mereka dapat menyadari adanya pikiran-pikiran yang muncul kemudian mereka berlatih untuk menentukan apakah pikiran yang muncul tersebut positif atau negatif. Dengan menanamkan pola pikir positif dan memberikan latihan intensif dalam proses konseling, diharapkan siswa/konseli dapat memiliki konsep berpikir positif yang permanen dalam diri mereka sehingga mereka terlepas dari pola pikir yang keliru lagi dalam merespon stimulus yang muncul. Pola pikir positif yang terbentuk dalam diri individu dapat menjadi kontrol dalam pengambilan keputusan dalam bertingkah laku.

Teori Restrukturisasi Kognitif menyatakan bahwa kepercayaan yang tidak realistis. Metode ini agak berbeda dengan metode yang sendiri secara langsung bertanggung jawab untuk menghasilkan disfungsi emosi dan perilaku seperti stress, depresi, kecemasan, dan penarikan social, dan bahwa kita manusia dapat menghilangkan emosi tersebut dan pengaruhnya dengan membongkar keyakinan yang memberi mereka kehidupan. Restrukturisasi Kognitif kemudian

menyarankan untuk mengubah keyakinan irasional. Peristiwa kognitif dapat berupa apa yang konseli katakan tentang dirinya sendiri, bayangan yang mereka miliki, apa yang mereka sadari dan rasakan. Proses kognitif berupa proses pemrosesan informasi. Struktur kognitif berupa anggapan dan kepercayaan tentang dirinya sendiri dan dunia yang berhubungan dengan dirinya.

Istilah *cognitive* berasal dari kata *cognition* yang padanannya *knowing*, berarti mengetahui. Dalam arti luas, kognisi ialah perolehan, penataan dan penggunaan pengetahuan. Dalam perkembangan selanjutnya istilah kognitif menjadi populer sebagai salah satu bagian dari psikologis manusia yang meliputi perilaku mental yang berhubungan dengan pemahaman, pertimbangan, pengolahan informasi, pemecahan masalah, kesengajaan dan keyakinan.

Pendekatan kognitif menjelaskan bahwa perilaku itu sebagai proses internal (Surya, 2004). Pendekatan ini menganggap bahwa perilaku merupakan suatu proses input-output yaitu penerimaan dan pengolahan informasi, untuk kemudian menghasilkan keluaran. Setelah menerima rangsangan pasif, di dalam otak terjadi suatu proses yang aktif mengolah dan mengubah informasi yang diterima sehingga menjadi bentuk baru yang lebih sesuai.

Proses kognitif terjadi dalam diri individu seringkali mempunyai implikasi terhadap perubahan perilaku. Restrukturisasi kognitif adalah proses menemukan dan menilai kognisi seseorang, memahami dampak negatif pemikiran tertentu terhadap perilaku, dan belajar mengganti kognisi tersebut dengan pemikiran yang lebih realistis dan lebih cocok. Teknik ini dapat dilakukan dengan jalan

memberikan informasi yang korektif, belajar mengendalikan pemikiran sendiri dan menandai kembali diri sendiri.

Sedangkan menurut Safaria, Saputra dan Triantoro (2004:45):

Terapi perilaku kognitif adalah terapi yang merupakan hasil dari penggabungan dua bentuk terapi (terapi kognitif dan perilaku) yang memiliki paradigma humanis yang menerapkan teori belajar dalam pengembangan teknik terapinya dan menginginkan konseli untuk memperkuat fungsi keterampilan perilaku dan kognitif untuk menciptakan perubahan pandangan hidup yang negatif menjadi positif dan mengharapkan klien agar menjadi aktif dan dinamis dalam menjalankan segala bentuk terapinya.

Terapi kognitif bertujuan memelihara perilaku yang efisien dengan memperkuat fungsi keterampilan kognitif untuk menciptakan perubahan. Terapi ini didasarkan pada asumsi bahwa emosi dan perilaku seseorang banyak dipengaruhi oleh caranya mempersepsi dunianya, dirinya, dan lingkungan yang ada disekitarnya.

## **B. KERANGKA PIKIR**

Dalam situasi lingkungan sekolah, siswa seringkali menghadapi sebuah permasalahan baik itu masalah sosial, pribadi, belajar maupun karir. Salah satu masalah yang peneliti temukan di sekolah menyangkut masalah sosial yaitu kecemasan sosial yang dialami oleh siswa.

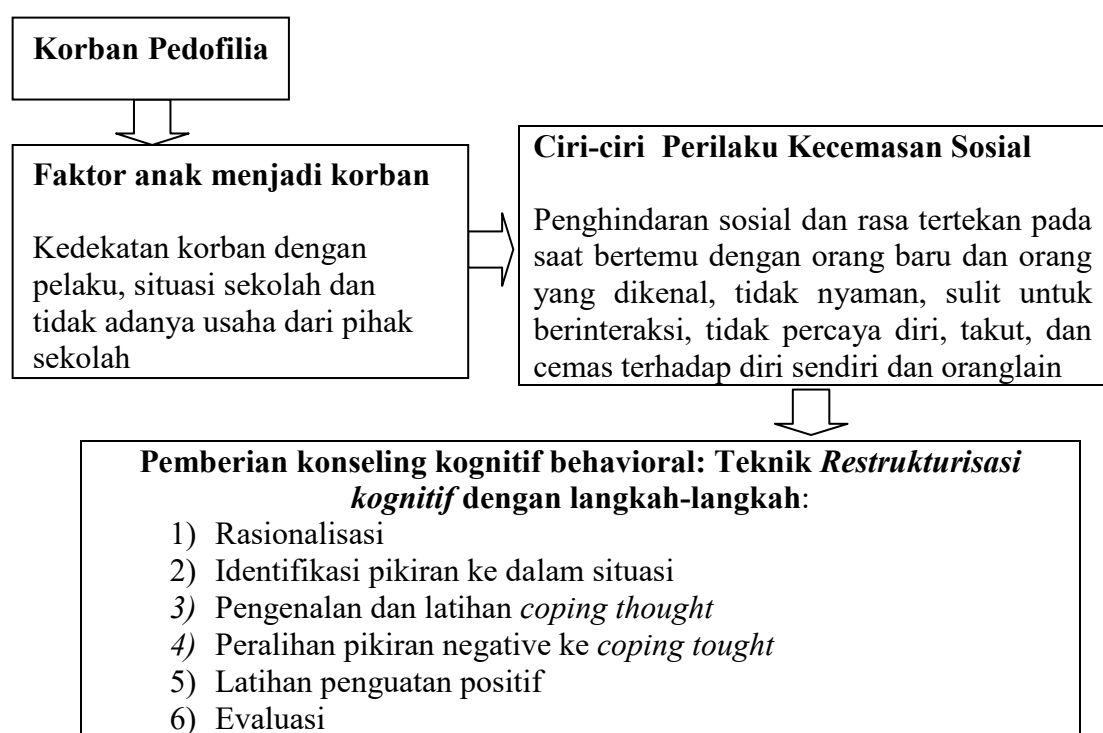
Kecemasan sosial menggambarkan suatu keadaan cemas yang ditandai dengan ketidaknyamanan emosional, rasa takut dan khawatir seseorang saat melakukan interaksi dengan orang lain.

Teknik restrukturisasi kognitif yang ada dalam pendekatan Kognitif-Behavioral, diharapkan agar siswa yang bermasalah, dalam hal satu ini siswa yang berperilaku kecemasan sosial, dapat menyadari bahwa mereka memiliki pola pikir

yang keliru atau irasional sehingga melahirkan perilaku yang tidak diharapkan oleh lingkungan. Dengan adanya kesadaran akan hal tersebut diharapkan terbentuknya insan-insan berkualitas yang selalu mengedepankan pikiran-pikiran rasional dan tentu saja hal ini akan memberi pengaruh positif bagi masa depan siswa dan lingkungan dimana mereka berada.

Pola pembentukan perilaku dalam pendekatan Kognitif-Behavioral dengan teknik restrukturisasi kognitif dianggap sesuai digunakan untuk kasus perilaku kecemasan sosial, dengan asumsi bahwa perilaku cemas terbentuk dari pola pikir yang keliru atau irasional yang dimiliki oleh seseorang dalam merespon stimulus yang muncul. Sehingga upaya yang harus dilakukan dalam membentuk perilaku yang diinginkan adalah dengan memperkuat fungsi keterampilan kognitif. Dengan, diharapkan dapat memperbaiki reaksi emosi dan tingkah laku, demi mengatasi masalah yang timbul.

Adapun kerangka pikir penelitian ini pada bagan sebagai berikut:



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Dimana pendekatan kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis maupun lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati melalui pemberian treatment yang sesuai dengan masalah yang dialami oleh siswa

Penelitian kualitatif merupakan suatu penelitian yang bermaksud memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain secara holistic dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah serta dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah. Tohirin (2013:2)

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode studi kasus (*case study*). Studi kasus digunakan untuk mengetahui dengan lebih mendalam dan terperinci tentang suatu permasalahan atau fenomena yang hendak diteliti. Yin (2014) mengemukakan bahwa studi kasus merupakan strategi yang lebih cocok bila pokok pertanyaan suatu penelitian berkenaan dengan mengapa atau bagaimana. Sedangkan menurut Suharsimi (Tohirin, 2013:20) menjelaskan bahwa studi kasus merupakan suatu penelitian yang dilakukan secara terperinci dan mendalam tentang apa yang diteliti oleh peneliti. Dalam studi kasus peneliti mencoba untuk mencermati individu secara mendalam. Sehingga peneliti menggunakan metode

studi kasus terhadap kecemasan sosial siswa secara mendalam mengenai kasus yang dialami.

## **B. Fokus dan Deskripsi fokus penelitian**

Fokus dalam penelitian ini pada dasarnya adalah masalah yang bersumber pada konselor atau melalui pengetahuan yang diperolehnya melalui keputusan lainnya (Moleong, 2015). Adapun fokus dalam penelitian adalah kecemasan sosial siswa yang menjadi korban pedofilia. Untuk menghindari perbedaan persepsi terhadap fokus penelitian, maka dikemukakan deskripsi fokus penelitian atau definisi operasional, yaitu:

Dalam kasus ini, peneliti memfokuskan penelitian pada:

1. Gambaran perilaku kecemasan sosial yang dialami pada siswa korban pedofilia yaitu dari kondisi kecemasan sosial yang meliputi perasaan dan tindakan korban dalam berinteraksi dilingkungan sosialnya.
2. Faktor penyebab anak menjadi korban pedofilia yaitu latar yang menjadi penyebab mengapa anak bisa menjadi korban pedofilia yang dilihat dari lingkungan sekolah maupun rumah serta kedekatan pelaku dan anak
3. Teknik restrukturisasi kognitif digunakan sebagai treatment untuk mengatasi kecemasan sosial dengan prosedur assesmen dan diagnosa berupa mencari tahu bentuk dan penyebab perilaku kecemasan sosial, mengidentifikasi pikiran-pikiran negatif berupa memilah dan memilih pikiran-pikiran negatif yang berdampak pada perilaku cemas, memonitor pikiran-pikiran negatif melalui *thought record* (rekam pikiran) berupa mencatat pikiran-pikiran negatif yang muncul pada saat individu mengalami kecemasan sosial dan

melakukan intervensi pikiran-pikiran negatif siswa menjadi pikiran-pikiran yang positif berupa mengubah atau menyusun ulang pikiran negatif individu ke pikiran yang lebih baik.

### C. Lokasi dan Subjek Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di sekolah si kasus yaitu salah satu SMAN yang ada di Kabupaten Jeneponto. Pemilihan lokasi berdasarkan pada pengalaman peneliti dan informasi yang didapatkan sebelumnya mengenai adanya masalah yang ingin diteliti.

Subjek penelitian ini adalah 1 orang siswa korban pedofilia yang dipilih secara *purposive sampling* (sampel bertujuan) yaitu teknik pengambilan sumber data dengan mengkhhususkan pada subjek yang mengalami masalah yang diteliti (Moleong, 2015). Kriteria yang dipakai memilih subyek penelitian ini yakni subyek yang mengalami kecemasan sosial, termasuk siswa pada tempat penelitian.

Adapun profil tentang subjek penelitian tersebut yakni Subjek AM lahir di Kulanga, umur 16 tahun, berjenis kelamin perempuan. Bapak bernama Mansyur, pekerjaan sebagai petani sedangkan ibu bernama Irawati dan bekerja sebagai ibu rumah tangga.

Untuk lengkapnya data subyek penelitian dapat dilihat pada table berikut:

Subyek	Inisial Subyek	Tempat/Umur	Jenis Kelamin	Agama	Alamat
1	AM	Kulanga, 16 Tahun	Perempuan	Islam	KP. Ba'Do



#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data sangat dibutuhkan dalam Penelitian, sebab - dapat menentukan keberhasilan suatu penelitian. Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengumpulan data yang cukup valid. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### **1. Wawancara**

Melalui teknik ini, peneliti menjalin hubungan dengan beberapa narasumber yang dianggap mengetahui kejadian atau peristiwa yang diteliti. Dimana peneliti, kasus dan subjek lainnya secara terbuka dan akrab sehingga dapat diperoleh informasi yang akurat dan lengkap mengenai permasalahan yang dikaji. Peneliti mengamati langsung dan segala yang dihadapi dalam proses wawancara. Peneliti berkomunikasi, bertatap muka, yang disengaja, terencana, dan sistematis antara pewawancara dengan individu yang diwawancarai.

##### **2. Observasi**

Kegiatan observasi yang dilakukan adalah merupakan teknik untuk melihat kenyataan yang terjadi dilapangan. Dimana peneliti melakukan pengamatan secara berulang kali dengan langsung terhadap objek penelitian. Adapun yang diamati pada saat melakukan observasi adalah berbagai perilaku atau aktivitas korban yang dilakukan secara langsung termasuk interaksi korban dengan orang sekitarnya

##### **3. Dokumentasi**

Teknik pengumpulan data melalui studi dokumentasi dimaksudkan untuk mempelajari data-data kasus yang telah didokumentasikan untuk mempelajari

data-data kasus yang telah didokumentasikan. Adapun dokumen yang dimaksudkan yaitu buku pribadi. Secara ideal, buku pribadi menyajikan suatu catatan progresif dan terorganisir yang dibuat secara kronologis dalam waktu yang lama mengenai keadaan khusus, yang berisi tentang: keadaan diri pribadi kasus, latar belakang keluarga kasus, dan kepribadian pada umumnya.

#### **E. Instrumen Penelitian**

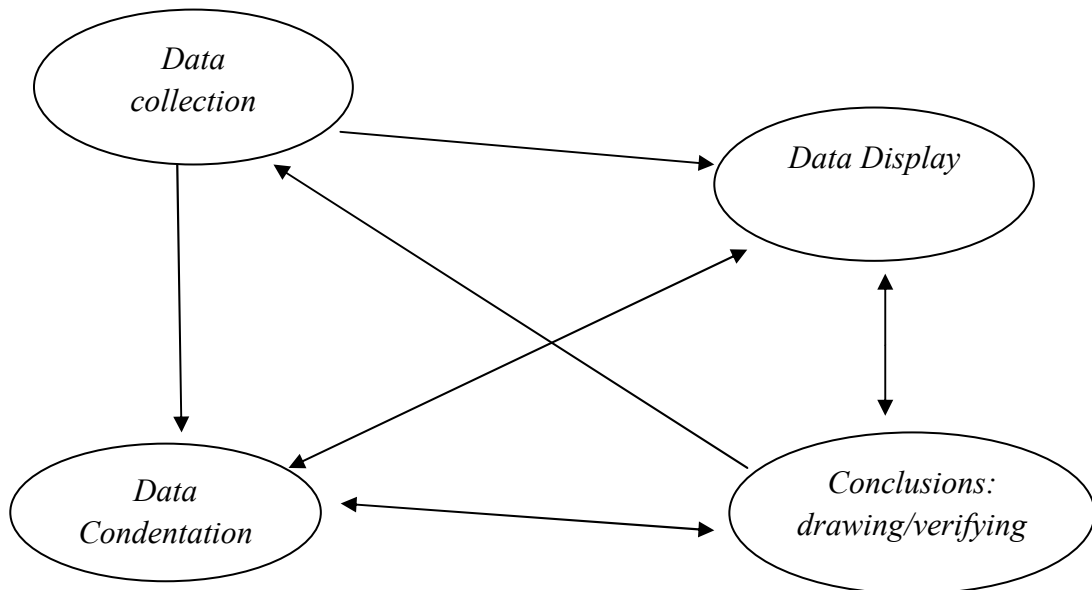
Dalam penelitian kualitatif instrumen utamanya adalah peneliti itu sendiri. Oleh karena itu peneliti diharapkan peka dalam menggalih permasalahan-permasalahan yang muncul pada saat penelitian berlangsung. Peneliti harus paham terhadap metode kualitatif, menguasai teori dan wawasan terhadap bidang yang diteliti, serta memiliki keinginan untuk memasuki lapangan (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pedoman wawancara yang ditujukan kepada si kasus, teman sebaya, orang tua dan guru BK. Selain itu, peneliti juga menggunakan pedoman observasi untuk melihat perilaku kecemasan sosial dan keaktifan si kasus dalam mengikuti treatment yang diberikan yakni restrukturisasi kognitif

#### **F. Teknik Analisis Data**

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu dan analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung terus menerus sampai tuntas.

Miles dan Huberman (1992) mengemukakan empat tahapan yang harus dikerjakan dalam menganalisis data yaitu, (1) reduksi data (*data reduction*) yang

diperoleh melalui *collection data*; (2) Kondensasi data (*condentation data*); (3) paparan data (*data display*); dan (4) penarikan kesimpulan dan verifikasi (*conclusion drawing/verifying*).



Gambar 3.1 Komponen Analisis Data Model Interaktif

#### 1. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Mereduksi data adalah merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dengan menggunakan instrumen-instrumen yang telah dibuat sebelumnya seperti pedoman wawancara, pedoman observasi, catatan lapangan, dan dokumentasi. Setelah mengumpulkan data, data disaring dengan memilah dan memilih pokok bahasan, merangkum dan memfokuskan pada hal-hal yang penting

Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data

selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan. Adapun data yang akan saya reduksi hanya yang berkaitan dengan perilaku kecemasan sosial

## 2. *Condensation Data* (Kondensasi Data) .

Kondensasi data merupakan proses menyeleksi data dalam artian mengubah data yang sebelumnya menguap menjadi lebih padat. Kondensasi menyesuaikan seluruh data yang dijarah tanpa harus mengurangi (memilihah) data.

Pada tahapan ini setelah data dipilih kemudian disederhanakan, data yang tidak diperlukan disortir agar memberi kemudahan dalam penampilan. Data yang akan direduksi yaitu data yang berasal hasil wawancara dan hasil dokumentasi yang peneliti dapatkan di lapangan. Kondensasi data dilakukan dengan menulis ringkasan, pengkodean (*coding*), mengembangkan kategori, menghasilkan kategori dan penulisan memo analisis.

## 3. *Data Display* (Penyajian Data)

Langkah selanjutnya adalah menyajikan data langkah yang digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian ini adalah teks yang berupa naratif juga maupun tabel yang disajikan secara jelas tentu saja hal tersebut harus berkaitan dengan penelitian yang dilakukan.

Selanjutnya data yang sudah direduksi dan di kondensasi akan dipaparkan. Pemaparan data sebagai sekumpulan informasi yang tersusun. *Display* data dilakukan dengan menguraikan data yang telah disortir/direduksi kemudian diuraikan secara mendetail. Penguraian dilakukan sesuai dengan data yang di dapatkan di lapangan. Penguraian data dilakukan menurut kelompoknya

dan disusun sesuai dengan kategori yang sejenis untuk ditampilkan agar selaras dengan permasalahan yang dihadapi. Setelah melakukan pemaparan data selanjutnya dilakukan penarikan kesimpulan/verifikasi, verifikasi data dilakukan secara terus-menerus sepanjang proses penelitian dilakukan.

Sejak pertama memasuki lapangan dan selama proses pengumpulan data, peneliti berusaha untuk menganalisis dan mencari makna data yang dikumpulkan. Dalam tahapan untuk menarik kesimpulan dari data telah direduksi dan dipaparkan untuk selanjutnya menuju kesimpulan akhir mampu menjawab permasalahan yang dihadapi.

#### 4. *Conclusion drawing/verification* (Pengambilan Kesimpulan)

Langkah terakhir dalam penelitian ini adalah kesimpulan dan verifikasi, kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan masih akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tapi bila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali mengumpulkan data ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel atau dapat dipercaya.

#### **G. Pengecekan Keabsahan Data**

Pada penelitian ini untuk menjamin validitas dan data temuan yang diperoleh, peneliti melakukan beberapa upaya disamping menanyakan langsung kepada subyek, peneliti juga berupaya mencari jawaban dari sumber lain, yaitu guru pembimbing, walikelas, teman dekat, dan orang tuanya.

Setiap peneliti memerlukan standart untuk melihat derajat kepercayaan atau kebenaran setiap hasil penelitian, dalam penelitian kualitatif, standar tersebut dinamakan keabsahan data.

Moleong, (2015) mengemukakan beberapa keabsahan data antara lain:

#### 1. Derajat Kepercayaan

- a. Melakukan diskusi (*Peer Debriefing*), yaitu membicarakan hasil penelitian dengan orang tidak berkepentingan dan tidak turut dalam penelitian ini sehingga dapat bersikap jujur, objektif, dan kritis. Hal ini dapat dijadikan umpan balik yang berharga guna mengadakan perubahan dan perbaikan.
- b. Melakukan Triangulasi (*cek-riccek*), triangulasi adalah berusaha untuk mengecek kebenaran data dengan mencari informasi lagi dari sumber-sumber lain.

#### 2. Keteralihan (*Transferbility*)

Peneliti harus menyajikan data dengan memperkaya deskripsi dan lebih rinci, penelitian yang dilakukan harus cukup lama untuk mengenal baik responden dan keadaan lapangan.

#### 3. Ketergantungan (*Dependability*)

Peneliti harus banyak berdiskusi dengan pakar dan berkonsultasi secara bertahap, demikian dapat diketahui kebenaran dan ketrkaitan antara data mentah, data yang direduksi, rekonstruksi data sampai dengan hasil akhir penelitian tersebut.

## H. Tahap-Tahap Penelitian

Penelitian dengan pendekatan kualitatif ini dilakukan dengan metode studi kasus. Daruma dkk (2004) mengemukakan langkah-langkah dalam metode studi kasus, yaitu sebagai berikut :

### 1. Identifikasi Kasus

Pertanyaan esensial yang harus terjawab dalam langkah identifikasi kasus adalah siapa individu atau sejumlah individu yang dapat ditandai atau patut diduga bermasalah atau memerlukan layanan bantuan

### 2. Identifikasi Masalah

Pertanyaan yang paling urgen untuk dijawab dalam langkah ini adalah “jenis masalah apakah yang dialami kasus dan bagaimana karakteristik masalah tersebut?”

### 3. Diagnosis

Diagnosis adalah melakukan analisis masalah untuk menetapkan faktor-faktor penyebabnya berdasarkan hasil identifikasi masalah. Maka pada langkah ini, pertanyaan yang harus dijawab adalah “apa yang menjadi faktor penyebab masalah yang dialami kasus?”

### 4. Prognosis

Langkah prognosis merupakan estimasi alternatif pemecahan masalah yang mungkin dilakukan berdasarkan hasil diagnosis. Langkah ini diarahkan untuk menjawab pertanyaan : “apakah masalah yang dialami kasus masih mungkin diatasi dan alternatif pemecahan untuk ditempuh?”

## 5. Pelaksanaan Terapi/ *Treatment*

Pada langkah ini dilakukan tindak pemecahan masalah (*therapy/treatment*) menetapkan dan melakukan cara yang tepat dalam mengatasi kesulitan atau masalah kasus dengan program yang teratur dan sistematis. Hal ini dilakukan dengan bekerja sama kepada semua pihak yang mau dan mampu ikut serta mengatasi kesulitan dan permasalahan kasus

## 6. Evaluasi

Cara manapun yang ditempuh, evaluasi atas usaha pemecahan masalah tersebut hendaknya dilakukan, kalau usaha pemberian bantuan dilaksanakan oleh guru/konselor sendiri, maka guru/konselor yang bersangkutan hendaknya meneliti seberapa jauh pengaruh tindakan terapi/treatment itu telah menunjukkan efek atau pengaruh positif bagi pemecahan masalah. Jika tindakan penanganan masalah dilakukan oleh petugas/ahli lain, maka guru/konselor meminta laporan dari mereka

## 7. Tindak Lanjut

Kegiatan tindak lanjut (*follow-up*) berkaitan erat dan tidak dapat dilepaskan dari kegiatan evaluasi (penilaian) dalam kepustakaan bimbingan dan konseling, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut hampir selalu disebut sebagai salah satu rangkaian kegiatan yang tidak terpisah. Demikian adanya upaya tindak lanjut, maka pelayanan terhadap kasus tidak berhenti di tengah jalan.

Tindak lanjut hasil layanan ialah usaha tindakan (kegiatan, layanan, usaha bantuan) bersifat lanjutan yang perlu ditempuh, yang diputuskan berdasarkan hasil penelitian yang telah dijalankan.



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Berikut ini akan dipaparkan hasil penelitian dari data yang diperoleh dilapangan tentang gambaran perilaku siswa yang memiliki kecemasan sosial dan upaya penanganannya untuk mengatasi perilaku kecemasan sosial tersebut. Data tersebut disesuaikan dengan langkah-langkah dalam studi kasus sebagai berikut:

##### **1. Gambaran Perilaku Kecemasan Sosial**

Langkah memperoleh gambaran perilaku kecemasan sosial dengan mengikuti langkah-langkah studi kasus yaitu pertama peneliti melakukan identifikasi masalah. Identifikasi masalah mencari tahu masalah dan identitas kasus yang menjadi subjek penelitian.

Hal-hal yang dilakukan dalam identifikasi kasus adalah peneliti melakukan wawancara dengan guru, teman, orangtua dan si kasus. Sebelum melakukan wawancara dengan guru, teman, orangtua dan si kasus mengenai kasus terlebih dahulu peneliti mengumpulkan informasi tentang identitas kasus. Berikut identitas kasus yang menjadi subjek penelitian dalam penelitian ini adalah AM yang merupakan salah satu siswa yang tercatat sebagai siswa kelas XI yang berumur 16 tahun dengan jenis kelamin perempuan. Anak pertama dari dua bersaudara yang memiliki warna kulit kuning langsung dengan tinggi badan 155 cm dengan berat badan 40 Kg. AM berasal dari keluarga yang cukup mampu dan Ayah bekerja sebagai Petani.

Dalam melakukan identifikasi masalah, peneliti mengumpulkan data melalui teknik wawancara dan observasi. Berikut ini akan dipaparkan mengenai gambaran perilaku kecemasan sosial yang dialami AM. Sesuai dengan indikator perilaku kecemasan sosial (Hidayati, L. 2012) yaitu:

a. Bentuk perasaan yang muncul pada korban ketika bertemu dengan pelaku

1) Perasaan Takut

Rasa takut adalah ketika seseorang sedang menghadapi suatu kondisi yang nyata, dimana saat seseorang dalam keadaan yang membahayakan dirinya. Seperti yang dialami oleh si kasus rasa takut yang muncul pada saat kasus berada disekolah, Febri dkk (Nainggolan, 2011). Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap si kasus didapatkan informasi bahwa bentuk perasaan yang dialami oleh AM ketika bertemu dengan pelaku adalah AM merasa takut ketika ingin memulai aktivitas dilingkungan sekolah. Rasa takut itu muncul ketika AM melihat atau bertemu pelaku disekolah. Adapun kutipan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 Maret 2019 dengan si kasus yaitu:

Takut-takut k kak, itu kalau mau kesekolah berpikir k lagi kalau ketemu k sama itu bapak lale a.

**(Hal.113/Lampiran.9/wwcr01/1a/AM/S)**

Hal ini diperjelas oleh teman sebayanya yaitu SK yang menyatakan bahwa sikap AM berubah setelah kejadian, dimana AM memiliki rasa takut yang berlebihan terhadap orang disekitarnya yang mirip dengan pelaku. Berikut petikan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 15 Maret 2019 dengan teman kasus yaitu:

Selama sudah itu kejadian kak berubah sekali AM lebih banyak diamnya. Kalau ketemu sama orang yang persis pak SL takut sekali **(Hal.118/Lampiran.9/wwcr02/1a/SK/TMNAM)**

Selain teman sebayannya, peneliti juga mewawancarai guru bk. Dari hasil wawancara diketahui bahwa AM telah meminta bantuan kepada ibu SR untuk memberitahukan ibu Kepsek agar mengeluarkan pak SL dari sekolah, hal ini dilakukan AM karna adanya perasaan takut yang dialami oleh AM sehingga untuk mengantisipasi adanya kejadian yang sama terhadap dirinya maupun oranglain AM berusaha untuk meminta kepada guru untuk mengeluarkan pak SL dari sekolah. Berikut petikan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 13 Maret 2019 dengan guru bk yaitu:

Pernah minta sama saya untuk kasih tau kepala sekolah supaya dikeluarkan ki pak SL dari sekolah. Karna takut ki nanti ada korban selanjutnya atau pak SL melakukan hal yang sama lagi terhadap dirinya **(Hal.130/Lampiran.9/wwcr04/1a/SR/GRBK)**

Dari hasil wawancara yang dipaparkan diatas dapat disimpulkan bahwa kasus merasa takut ketika ingin memulai aktivitas dilingkungan sekolah. rasa takut itu muncul ketika AM melihat atau bertemu dengan pelaku disekolah. Selain itu kasus pernah meminta bantuan kepada guru untuk mengeluarkan pelaku dari sekolah karna kasus merasa takut akan kejadian yang dialami terulang kembali pada dirinya atau orang lain dilingkungan sekolahnya.

## 2) Perasaan Cemas

Rasa cemas adalah ketika mengkhawatirkan sesuatu secara berlebihan yang belum tentu terjadi, dimana pada saat seseorang dalam kondisi yang membuatnya khawatir dan mulai membayangkan sesuatu yang belum tentu itu akan terjadi, Febri dkk (Nainggolan, 2011). Seperti yang dialami oleh si kasus

rasa cemas yang berlebihan ketika bertemu dengan setiap bapak guru maupun pelaku disekolah. Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap si kasus didapatkan informasi bahwa ketika AM melihat atau bertemu dengan bapak guru disekolah, timbul perasaan cemas yang berlebihan terhadap bapak guru. Dimana AM berusaha untuk mencegah atau menghindari kejadian yang dialami karna AM beranggapan bahwa bapak guru tersebut akan melakukan hal yang sama seperti yang dilakukan oleh pelaku. Selain itu perasaan marah dialami oleh AM ketika melihat pelaku. Adapun kutipan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 Maret 2019 dengan kasus yaitu:

Itu kalau kuliati ki itu bapak kayak marah sekali k kak, cemas ma juga kakak nanti ada korban atau na dekati k lagi  
**(Hal.113/Lampiran.9/wwcr01/1a/AM/S)**

Hal ini diperjelas oleh teman sebayanya yaitu SK yang mengatakan bahwa kecemasan AM timbul ketika AM melihat pelaku dan selalu mengira bahwa pelaku akan masih melakukan hal tersebut terhadap dirinya karna pelaku merupakan guru pindahan dari sekolah lain yang memiliki kasus yang sama sebelum kasus yang dialami oleh AM. Berikut petikan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 15 Maret 2019 dengan SK yaitu:

Cemas sekali sebenarnya juga itu kak, karna napikir ki sempat itu bapak masih begitui karna guru pindahan itu kak dari SMK karna bermasalahi disana SMK seperti kasusnya AM kak  
**(Hal.119/Lampiran.9/wwcr02/1a/SK/TMNAM)**

jarangmi kekantin kak. kalau jam istirahat itu biasanya antara mau kekantin atau tidak. Karna satuji kantin juga kak baru guru biasa makan disana juga kak. Jadi kalau jam istirahat biasanya dia didalam kelas atau disamping kelas duduk-duduk dibawah pohon kak  
**(Hal.120/Lampiran.9/wwcr02/1a/SK/TMNAM)**

Dari hasil wawancara yang dipaparkan diatas dapat disimpulkan bahwa kasus merasa cemas jika nantinya ada korban atau pelaku melakukan kembali aksinya ketika ingin memulai aktivitas dilingkungan sekolah.

### 3) Perasaan Marah

Selain perasaan takut dan cemas yang dialami oleh AM, perasaan marah juga timbul ketika melihat pelaku. Dari pengakuan AM bahwa perasaan marah serta jengkel itu muncul ketika AM melihat pelaku disekolah maupun diluar sekolah yang menimbulkan rasa ingin memukul pelaku. Adapun kutipan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 Maret 2019 dengan kasus yaitu:

Tidak ku tau juga kak kenapa kalau kuliatki itu bapak marah sekali  
k kak baru jengkel k mau pukul ki  
**(Hal.113/Lampiran.9/wwcr01/1a/AM/S)**

Berdasarkan hasil wawancara yang dipaparkan diatas, dapat disimpulkan bahwa bentuk perasaan yang dialami oleh konseli ketika bertemu dengan pelaku adalah perasaan takut dimana konseli takut jika bertemu dengan pelaku disekolah, perasaan cemas akan terjadinya kejadian yang lalu dan perasaan marah ketika melihat pelaku.

#### b. Pikiran yang muncul ketika bertemu atau melihat pelaku

Adapun pikiran yang muncul dialami oleh AM ketika bertemu dengan pelaku adalah AM menganggap jika pelaku akan masih melakukan hal yang sama seperti kejadian yang telah dialami. Adapun kutipan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 Maret 2019 dengan kasus yaitu:

Lain-lain sekali kalau kuliati i kak, jengkel k kak. itu kalau kuliati mi kak langsung muncul dipikiranku sempat mau k na kasih begitu lagi **(Hal.108/Lampiran.9/wwcr01/1b/AM/S)**

Selain itu AM memberikan pengakuan bahwa selain pikiran negatif yang muncul terhadap pelaku, AM juga berpikir negatif terhadap bapak guru disekolah maupun keluarga dirumahnya. AM beranggapan bahwa orang-orang tersebut akan melakukan hal yang sama sesuai dengan yang dilakukan oleh pak SL terhadap dirinya. Berikut petikan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 Maret 2019 dengan kasus yaitu:

Itu toh kak bukan Cuma pak SL saja yang saya takuti, bapak guru juga disekolah lain-lain pikiranku sama mereka kak. bahkan itu saudaraku laki-laki kak pernah kutakuti juga karna lain-lain pikiranku kalau takut k mau naksih bgtu juga kak. pernah juga itu kak omku sendiri dtg bertamu dirumah takut sekali k langsung muncul dipikiranku seperti kejadian itu kak **(Hal.114.Lampiran.9/wwcr01/1b/AM/S)**

Hal ini diperjelas oleh teman sebayanya yaitu SK dari pengakuannya bahwa ketika AM bertemu dengan orang yang hampir sama dengan pelaku atau yang lebih tua dari si kasus perasaan takut itu muncul dan menimbulkan pikiran-pikiran negatif suatu ancaman yang akan terjadi seperti kejadian yang dialami. Berikut petikan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 15 Maret 2019 dengan teman kasus yaitu:

Siapa pun itu kak kalau tua atau miripki sama pak SL kak pasti itu lain-lain pikirannya. Dulu itu kak waktu pas awal-awal kejadiannya biar itu saudara laki-lakinya na takuti juga kak nah **(Hal.118/Lampiran.9/wwcr02/1a/SK/TMNAM)**

Berdasarkan hasil wawancara yang dipaparkan diatas, dapat disimpulkan bahwa pikiran yang muncul ketika bertemu dengan pelaku adalah konseli menganggap jika pelaku akan masih melakukan hal yang sama seperti kejadian

yang telah dialami, selain itu konseli juga berpikir negatif terhadap bapak guru disekolah maupun keluarga dirumahnya, dimana ia beranggapan bahwa orang-orang tersebut akan melakukan hal yang sama seperti pelaku

c. Tindakan yang dilakukan saat bertemu pelaku

Sesuai dengan hasil wawancara yang didapatkan bahwa tindakan yang dilakukan AM ketika bertemu dengan pelaku adalah dengan menghindar. Dimana AM berusaha untuk tidak mendekati pelaku ketika bertemu disekolah. Adapun kutipan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 Maret 2019 dengan kasus yaitu:

Menghindar k kak. itu kalau masuk k kantor cepat-cepat k keluar kak, pokoknya tidak mau sekali ma dekat sama itu bapak, kuliati saja mukanya dari jauh kek mau k pukul i  
(Hal.113/Lampiran.9/wwcr01/1c/AM/S)

Selain menghindari pelaku, AM juga menghindari beberapa guru laki-laki disekolahnya. Berikut kutipan wawancaranya:

Takut-takut k bicara sama laki-laki yang tua-tua kak. apalagi kalau ketemu k didalam ruangan. Makanya itu kak takut k masuk kantor kalau bapak guru semua di dalam. itu kalau ketemu k sama bapak guru disekolah kalau sendiri k berusaha k itu kak menghindar  
(Hal.113/Lampiran.9/wwcr01/1c/AM/S)

Hal ini diperjelas oleh teman sebayanya yaitu SK. Dimana AM selalu berusaha untuk menghindar setiap bertemu dengan bapak guru disekolah. Berikut petikan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 15 Maret 2019 dengan kasus yaitu:

AM kak selalui na hindari setiap bapak guru disekolah. Kuperhatikan itu kak kalau sementara jalan i na ketemu sama bapak guru langsung mengarah lain ki  
(Hal.118/Lampiran.9/wwcr02/1c/SK/TMNAM)

Sementara itu AM memberikan pengakuan mengenai alasannya untuk menghindari bahwa AM takut kejadian yang lalu akan terulang terhadap dirinya dengan karakteristik yang sama oleh pelaku. Berikut kutipan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 Maret 2019 dengan kasus yaitu:

Kalau ketemu k sama bapak guru kak atau orang yang seperti pak SL langsung muncul dipikiranku kalau bakal nakasih bgtu k juga seperti pak SL **(Hal.114/Lampiran.9/wwcr01/1c/AM/S)**

Misalnya juga toh kak, kalau ada omku pergi dirumahku takut-takut k kak. langsung itu muncul dipikiranku kak padahal sebelum kejadian tidakji kutakut k, biasa-biasaji **(Hal.114/Lampiran.9/wwcr01/1c/AM/S)**

Pernyataan tersebut diperjelas oleh teman konseli bahwa AM selalu menghindari dari bapak guru disekolah dikarenakan AM menganggap bahwa bapak guru disekolah tidak jauh beda dengan pelaku, dalam artian bahwa AM berpikir bapak guru akan melakukan hal yang sama seperti pelaku terhadap dirinya. Berikut kutipan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 15 Maret 2019 dengan teman kasus yaitu:

Itu kak toh kalau ke kantor k sama atau keruang guru k, kalau ada pak guru naliat langsung mau keluar tidak mau ketemu sama bapak guru, seperti dg suro kak **(Hal.118/Lampiran.9/wwcr02/1c/SK/TMNAM)**

Nakira itu kak mau dikasih bgtu sama bapak guru yang lain. mungkin napikir kalau orang-orang seperti pak SL begitu juga na bikin kak **(Hal.118/Lampiran.9/wwcr02/1a/SK/TMNAM)**

Peneliti juga melakukan wawancara dengan guru bk mengenai perilaku AM disekolah. Berikut kutipan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 13 Maret 2019 dengan guru bk yaitu:



Saya perhatikan memang itu anak ada yang berubah. Salah satunya itu mengenai perilakunya yang menghindar sama guru disekolah semenjak setelah kejadian yang tempo hari  
**(Hal.129/Lampiran.9/wwcr04/1c/SR/GRBK)**

Saya pernah tanya itu, kenapa dia menghindar dan takut sama bapak gurunya padahal mereka tidak melakukan hal seperti itu. Tapi AM bilang dia takut dan berusaha untuk melawan rasa takutnya itu tapi pikirannya selalu mengarah kesitu kalau nantinya terlalu dekat atau bagaimana takutnya kejadian tempo hari terjadi lagi  
**(Hal.129/Lampiran.9/wwcr04/1c/SR/GRBK)**

Selain si kasus, teman dan guru bk, peneliti juga melakukan wawancara dengan orangtua kasus. Dari hasil wawancara yang didapatkan bahwa AM juga pernah berusaha untuk menghindar dari salah satu pihak keluarganya yang pada saat itu datang bertamu dirumahnya yakni om AM itu sendiri. Pada saat itu AM merasa takut dan berpikir bahwa omnya seperti dengan pelaku yang akan melakukan hal yang sama. Adapun kutipan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 13 Maret 2019 dengan orangtua kasus yaitu:

Ada omnya bertamu dirumah baru nahindari omnya tidak mau ketemu karna na pikir kalau om-om begitu seperti Pak SL orang lale semua  
**(Hal.125/Lampiran.9/wwcr03/1c/IR/ORGAM)**

Berdasarkan hasil wawancara yang dipaparkan diatas, dapat disimpulkan bahwa tindakan yang dilakukan oleh konseli ketika bertemu dengan pelaku adalah dengan menghindar. Selain wawancara, peneliti juga melakukan pengamatan atau observasi terhadap perilaku AM. Dari hasil pengamatan AM disekolah AM memang sangat terlihat jelas bentuk penghindaraan yang dilakukan. Dimana ketika teman-temannya bertemu dengan setiap guru yang ada disekolah mereka ikut menyapa dan salam. Sementara AM hanya diam dan berusaha untuk mengindar kecuali dengan ibu guru disekolah. selain itu AM didalam kelas cenderung pendiam dan lebih memilih menyendiri. Ketika jam

istirahat AM lebih memilih duduk di dalam kelas atau dibawah pohon yang terdapat di samping kelasnya dari pada ikut berkumpul bersama teman-teman di kantin. Ketika AM bertemu dengan pelaku dan bapak guru disekolah, AM berusaha untuk menghindar. Selain berdampak pada hubungan sosial dengan orang sekitarnya juga berdampak pada efek belajarnya, dimana si kasus konsentrasinya cukup baik pada saat proses belajar berlangsung. Namun ada perbedaan pada proses pembelajaran ketika bapak dan ibu guru yang mengajar didalam kelas. Ketika ibu guru kasus lebih aktif didalam kelas sementara ketika bapak guru konseli lebih banyak diam. **(Hal.102/Lampiran.7/Observasi)**

## **2. Faktor Penyebab Anak Menjadi Korban**

Untuk mendapatkan data mengenai penyebab terjadinya masalah maka dilakukan diagnosis setelah identifikasi kasus. Diagnosis merupakan proses mencari penyebab terjadinya masalah berdasarkan hasil analisis kemudian melakukan prognosis.

Berdasarkan identifikasi masalah dan pengamatan yang dilakukan peneliti dilapangan, adapun faktor yang membuat anak menjadi korban adalah:

### **a. Kedekatan Korban dengan pelaku**

Adanya ketidaktahuan dan pemahaman anak terhadap pelaku sehingga pelaku mendekati anak dengan cara pendekatan memperlakukan anak dengan membangun hubungan yang baik sehingga anak semua dekat dengan pelaku, dari keadaan ini memudahkan pelaku untuk melakukan aksinya. Sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan kasus. Berikut petikan jawaban

dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 Maret 2019 dengan kasus yaitu:

Biasaji kak, baik ji seperti anak-anak disekolah akrab semua ji sama itu bapak. baik sekali juga itu bapak baru sering k na ajak cerita kalau di sekolah sama diluar juga. Baru sering k juga na panggil kerumahnya. Kalau tidak pergi k sekolah kak na telpon a natanyanya ma kenapa k tidak pergi sekolah  
(Hal.112/Lampiran.9/wwcr01/1c/AM/S)

Hal ini diperjelas oleh teman sebayanya. Berikut petikan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 15 Maret 2019 dengan guru bk yaitu:wawancara dengan SK:

Baik memang kak, ramah sama semua anak-anak, kalau pagi itu kak cepat sekali datang di sekolah na sapa ki  
(Hal.120/Lampiran.9/wwcr02/1c/SK/TMNAM)

Selain wawancara peneliti juga melakukan pengamatan terhadap pelaku. Dari hasil pengamatan tersebut menunjukkan bahwa pelaku memang akrab dengan semua siswa, terlihat pada saat ketika pelaku bertemu dengan setiap siswa pelaku menyapa, senyum dan bercanda dengan mereka selain itu pelaku lebih dekat dengan siswa perempuan dibanding laki-laki.

#### b. Situasi sekolah

Berdasarkan hasil wawancara dengan kasus, awal kejadian terjadi di ruang kantor yang sudah sepi sebelum pulang. Kasus dipanggil oleh pelaku dengan tujuan untuk menanyakan kabar dan alasan mengapa korban tidak masuk sekolah. Pada saat itu suasana kantor dalam keadaan sepi, guru-guru sudah banyak yang pulang dan sebagian masih ada yang mengajar, sehingga pelaku melakukan aksinya dikantor. Berikut petikan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 Maret 2019 dengan kasus yaitu:

Na pegang-pegang tangan ku kak baru na dempet sekali sama saya kak. Kalau mau k menjauh na tarik lagi tanganku kak pokoknya lain sekali mukaknya kak kayak orang lale sekali memang kak. na pegang-pegang juga pipiku sampai ituku kak. Seandainya tidak melawan k kak tidak tau na apai ma itu kak  
**(Hal.111/Lampiran.9/wwcr01/1c/AM/S)**

Selain wawancara peneliti juga melakukan observasi mengenai situasi sekolah. Dari hasil pengamatan menunjukkan bahwa kondisi sekolah memang sangat sepi dan masih sangat minim. Tidak ada satpam dan pagar disekeliling sekolah sehingga siswa semaunya untuk keluar atau membolos. Sementara jarak ruang kantor dengan ruang kelas dan lab cukup berjauhan.

c. Tidak adanya usaha atau tindakan dari pihak sekolah

Berdasarkan hasil wawancara yang didapatkan peneliti dilapangan diketahui bahwa tindakan pihak sekolah dalam menangani kasus yang dialami oleh korban tidak ada usaha atau tindakan yang sungguh-sungguh dalam menekan perilaku, sekolah seakan-akan mengabaikan dan membiarkan anak dalam kondisi cemas. Berikut petikan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 Maret 2019 dengan kasus yaitu:

Na tauji semua pihak sekolah itu kak. Tapi biasa biasaji responnya karna kepala sekolah itu hari langsungji na tanya pak SL, katanya kalau masih begitui di kasih keluar i dari sekolah kak dan dikasih sanksi adat kak. begituji saja kak  
**(Hal.112.Lampiran.9/wwcr01/1c/AM/S)**

Hal ini diperjelas oleh teman sebayanya. Berikut petikan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 15 Maret 2019 dengan SK yaitu:

Katanya tidak adaji respon apa-apa dari pihak guru. Dinasehatiji bede AM kak kalau tidak na sengajaji itu pak SL bgtu. Baru sudahmi katanya juga dikasih tau pak SL baik-baik kak dikasih peringatan **(Hal.120/Lampiran.9/wwcr02/1c/SK/TMNAM)**

Selain itu peneliti juga melakukan wawancara dengan orangtua korban mengenai hal tersebut. Dari hasil wawancara yang didapatkan bahwa pihak sekolah telah mendatangi rumah korban dengan tujuan untuk memberitahukan kepada orangtua korban bahwa kasus yang dialami oleh AM sudah ditangani dengan baik-baik sehingga tidak perlu dibesar-besarkan atau dipermasalahkan kembali. Berikut kutipan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 13 Maret 2019 dengan orangtua kasus yaitu:

Datanggi saja dirumah bicara baik-baik kalau masalah ini tidak perlu diperbesar. Karna katanya itu pak SL tidak adaji maksud lain. Dan mengenai tindakan sekolah mereka yang akan kasih tau pak SL **(Hal.125/Lampiran.9/wwcr02/1c/IR/IA)**

Selain itu peneliti juga melakukan wawancara dengan guru bk mengenai tindakan apa yang dilakukan mengenai permasalahan yang dialami oleh AM. Dari hasil wawancara tersebut guru bk hanya memberikan nasehat dan motivasi kepada AM untuk tidak larut dalam masalahnya. Berikut kutipan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 13 Maret 2019 dengan guru bk yaitu:

Menasehati saja sama memotivasi mengenai permasalahannya **(Hal.130.Lampiran.9/wwcr04/1c/SR/GRBK)**

Berdasarkan beberapa hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa pihak sekolah dalam menangani kasus yang dialami oleh AM hanya sebatas peringatan untuk pelaku sementara pada korban berupa nasehat dan motivasi, tidak ada tindakan atau lanjutan khusus mengenai kasus tersebut dan membiarkan anak dalam situasi tidak aman.

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang dialami oleh si kasus adalah adanya perilaku kecemasan yang muncul karna diakibatkan pola pikir yang keliru atau salah. Ini dapat ditelusuri dari pengakuan si kasus pada wawancara yang mengatakan bahwa adanya pikiran yang muncul seperti rasa takut akan kejadian yang terulang pada konseli saat melihat atau ingin memulai aktivitas dengan orang-orang yang ada disekitarnya yang lebih tua atau memiliki karakteristik yang sama dengan pelaku seperti bapak guru disekolah maupun keluarganya dirumahnya. Berikut petikan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 Maret 2019 dengan kasus yaitu:

Kalau ketemu k sama bapak guru kak atau orang yang seperti pak SL langsung muncul dipikiranku kalau bakal nakasih bgtu k juga seperti pak SL. Pernah juga toh kak, kalau ada omku pergi dirumahku takut-takut k kak. langsung itu muncul dipikiranku kak padahal sebelum kejadian tidakji kutakut k, biasa-biasaji  
(Hal.114/Lampiran.9/wwcr01/1b/AM)

Ini juga disampaikan pada guru bk yang mengatakan bahwa perilaku AM muncul karna adanya pikiran-pikiran yang negatif yang selalu mengarah ke ancaman yang dialami. Berikut petikan jawaban dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 13 Maret 2019 dengan guru bk yaitu:

Saya pernah tanya itu, kenapa dia menghindar dan takut sama bapak gurunya padahal mereka tidak melakukan hal seperti itu. Tapi AM bilang dia takut dan berusaha untuk melawan rasa takutnya itu tapi pikirannya selalu mengarah kesitu kalau nantinya terlalu dekat atau bagaimana takutnya kejadian tempo hari terjadi lagi (Hal.129/Lampiran.9/wwcr04/1c/SR/GRBK)

Sehingga dapat diketahui bahwa permasalahan yang dialami AM muncul karna ia merespon ancaman dari luar yang sangat berlebihan seperti yang

dialami, dimana pikiran negatifnya lebih dulu muncul menganggap bahwa orang disekitarnya yang lebih tua darinya yang memiliki karakteristik yang sama dengan pelaku adalah orang yang ingin berbuat jahat terhadapnya. Seperti halnya bapak guru disekolah dan keluarga AM itu sendiri, sehingga AM memilih untuk menghindari situasi yang membuatnya takut dan cemas yang menimbulkan perilaku menghindar. Dari perilaku tersebut membawa dampak yang negatif terhadap diri dan lingkungannya.

### **3. Gambaran Penanganan Masalah Kecemasan**

Setelah diagnosis langkah selanjutnya adalah tahap prognosis. Prognosis merupakan langkah yang ditempuh untuk menetapkan jenis atau teknik bantuan yang diberikan kepada konseli.

Berdasarkan hasil diagnosis masalah yang telah dipaparkan dapat diketahui bahwa permasalahan yang dialami oleh AM adalah melakukan perilaku menghindar. Diketahui bahwa perilaku tersebut diakibatkan adanya pola pikir yang keliru dimiliki oleh konseli. Dimana AM selalu berfikiran negatif menganggap bahwa orang yang lebih tua darinya atau yang memiliki karakteristik yang sama dengan pelaku adalah orang yang ingin berbuat jahat terhadapnya. Seperti halnya bapak guru disekolah dan keluarga AM itu sendiri, sehingga AM memilih untuk menghindari situasi yang membuatnya takut. Dari perilaku tersebut membawa dampak yang negatif terhadap diri dan lingkungannya.

Oleh karena itu peneliti menawarkan alternatif penanganan dengan mengubah struktur berpikir AM dengan melakukan bimbingan konseling

menggunakan teknik *restrukturisasi kognitif* untuk mengurangi perilaku kecemasan sosial yang dialami AM.

Teknik *restrukturisasi kognitif* yang ada dalam pendekatan Kognitif-Behavioral merupakan proses menemukan dan menilai kognisi seseorang, memahami dampak negatif pemikiran tertentu terhadap perilaku, dan belajar mengganti kognisi tersebut dengan pemikiran yang lebih real atau lebih cocok. Teknik ini dapat dilakukan dengan jalan memberikan informasi yang korektif, belajar mengendalikan pemikiran sendiri. Tujuan dari implementasi restrukturisasi kognitif membangun pola pikir yang lebih sesuai dan adaptif, memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah kesalahan kognisi atau persepsi tentang diri dan lingkungan. Kesalahan kognisi di ekspresikan melalui diri yang negatif, pernyataan diri yang negatif mengindikasikan adanya pikiran, pandangan dan keyakinan yang irasional. Dalam hal siswa yang berperilaku menghindar, yang dimana perilaku tersebut muncul akibat adanya pola pikir yang keliru sehingga melahirkan perilaku yang tidak diharapkan oleh lingkungan. Dengan adanya kesadaran akan hal tersebut diharapkan terbentuknya insan-insan berkualitas yang selalu mngedepankan pikiran-pikiran positif dalam setiap langkah dan tentu saja hal ini akan memberi pengaruh positif bagi masa depan siswa dan lingkungan dimana mereka berada.

Peneliti memberikan alternative solusi yang akan digunakan untuk mengatasi masalah yang dialami oleh AM berupa pemberian teknik *restrukturisasi kognitif*. Adapun prosedur teknik *restrukturisasi kognitif* yang digunakan yaitu:



- a. Asesmen dan diagnosa
- b. Mengidentifikasi pikiran-pikiran negatif
- c. Memonitor pikiran-pikiran siswa melalui thought record atau rekaman pikiran
- d. Intervensi pikiran-pikiran negatif siswa menjadi pikiran-pikiran yang positif.

Treatment merupakan usaha pemberian bantuan kepada konseli atau merupakan tahap mengimplementasikan rencana yang telah dirumuskan dalam prognosis. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode *case study*, untuk melihat menangani permasalahan yang dialami oleh siswa. Pelaksanaan penelitian dengan Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* teknik restrukturisasi kognitif dalam mengurangi perilaku kecemasan sosial dilaksanakan dalam 6 tahap, Dobson (Mardianty, 2015) yaitu:

**a. Pertemuan Pertama : Rasionalisasi Treatment**

Kegiatan tahap pertama ini dilakukan pada senin, 18 Maret 2019. Pada tahap ini peneliti menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan. Dimana peneliti berusaha untuk memberikan pemahaman masalah yang dialami oleh konseli. Setelah menjelaskan tujuan kegiatan, peneliti menjelaskan tentang perilaku kecemasan sosial kepada konseli. Berikut petikan wawancaranya:

Peneliti : Ok. Sebelumnya kakak akan menjelaskan tujuan dari pertemuan kita kali ini. Seperti yang kita diketahui bahwa adek memiliki masalah terkait dengan permasalahan yang adek alami dengan pak SL yang menimbulkan kecemasan sosial yang kita alami saat ini.

Konseli : Iye kak, ditauji toh kak bagaimana

Peneliti : Iye dek, tidak saya sangka juga kalau ternyata ada permasalahan begini di sekolah da kita yang menjadi korbanya. Jadi. Apa kira-kira perilaku ta yang ingin diubah ?

Konseli : Mau ka ubah ki ini perilaku ku kak yang selalu k menghindar kalau kuliati ki bapak guru k, karena mulaimi saya rasa juga orang-orang sekitarku perhatikanka kak kayak lain-lain begitu  
(Hal.132/Lampiran.10/verbatim.kons)

Berdasarkan kutipan wawancara di atas diketahui bahwa peneliti berusaha untuk memberikan pemahaman masalah yang dialami oleh konseli. Setelah menjelaskan tujuan kegiatan, konselor menjelaskan tentang perilaku kecemasan sosial pada kasus dan memperkuat konseli bahwa perilaku kecemasan sosial dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Berikut petikan wawancaranya

Peneliti : Jadi di tauji perilaku kecemasan sosial dek?.

Konseli : cemas toh kak. seperti kalau kuliati pak SL di sekolah atau kalau ketemu k bapak guru menghindar k kak karena takut kak

Peneliti : Iye perilaku kecemasan sosial itu dek takutki berinteraksi dengan oranglain, orang disekitarta dikarnakan takut atau malu seperti yang kita alami sekarang.

Konseli : Iye kak. Tidak enak sekali kurasa kak, kayak terbatas sekali interaksi ku pokoknya beda sekali kurasa kak sebelumnya. Cuma takut2 k juga kak

Peneliti : Bagaimana pun dek kita makhluk sosial, tidak mungkin mauki begitu terus, butuhki teman atau orang disekitarta untuk bersosialisasi. apalagi ini kita bermasalah dengan guru ta sampai keluargapun juga terlibat, kan tidak mungkin mauki menghindar terus dengan orangtua keduata disekolah.

Konseli : iya kak itumi selalu juga kupikir kak tidak mungkin mau k begini terus sama guruku sendiri kecuali pak SL memang iya kak

Peneliti : Nah yang seperti itu mi merugikan dek. Bukan hanya dirita yang rugi, tapi orang lain disekitarta juga

(Hal.133/Lampiran.10/verbatim.kons)

Untuk menguji pemahaman konseli mengenai perilaku kecemasan sosial, peneliti mengajukan pertanyaan tentang contoh pernyataan diri yang mempengaruhi perilaku konseli.

Peneliti : seperti itu dek akibat dari perilaku kecemasan sosial. Saya kasi contoh dek, kita anggap itu perilaku ta sebagai hal yang

biasa ji karena kita anggap sebagai bentuk mencegah atau berjaga-jaga jadi kita pikir dihindarimi saja, tapi apakah orang lain yang disekitarta itu na anggap bentuk pencegahan?

Konseli : Belum tentu mungkin kak. Tapi kan ku anggap mereka bisa ji mengerti keadaanku

Peneliti : Memang itu menurutta. Tapi orang lain?

Konseli : Iya kak. Itu mi na ada juga yang tidak senang bahkan tidak na suka sekali k dengan perilakuku sekarang kak.

**(Hal.133/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Lima menit menjelang batas waktu (60 menit) sesi analisis pernyataan diri yang mempengaruhi selesai, peneliti melakukan terminasi. Berikut petikan wawancaranya:

Peneliti : Kalau begitu terus cara ta berpikir, perilkuta tidak akan berubah dek. Coba mi kita pikir saja tidak mungkin mauki seperti itu terus dek, butuhki teman atau orang disekitarta untuk berinteraksi

Konseli : Iye kak. Itu mi kasian juga coba mau ku atasi. makanya waktu kutahu ada anak KKN datang kak baru kuperhatikanki kalau masuk dikelas kucobs untuk terbuka sama kita kak. karna kupikir mgkin bisaki bantu k kak. bisa ki bantu ka cara berfikirku sama perilakuku kak

Peneliti : Iya dek.Insya Allah akan saya bantuki. Selama ada niat dan betul-betulki mau berubah

Konseli : Iye kak. Jadi kesini ka lagi besok?

Peneliti : Iye dek

**(Hal.134/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Berdasarkan pertemuan pertam diketahui bahwa peneliti menyampaikan tujuan pelaksanaan restrukturisasi kognitif. Konseli juga memahami bahwa perilaku kecemasan sosial yang dilakukan merugikan diri dan orang lain.

#### **b. Pertemuan Kedua : Identifikasi pikiran kedalam situasi**

Kegiatan tahap kedua identifikasi pikiran kedalam situasi yang dilaksanakan pada hari Selasa, 19 Maret 2019. Peneliti menjelaskan kembali tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan dan melakukan penyegaran ulang mengenai kegiatan sebelumnya yaitu pemahaman akan masalah. Pada inti

kegiatan, terlebih dahulu peneliti memberikan contoh tentang pikiran yang mengikuti agar mempermudah konseli mengidentifikasi bentuk pikiran yang positif dan negatif. Berikut petikan wawancaranya:

Peneliti : Jadi begini dek, kecemasan sosial yang menimbulkan perilaku menghindar yang kita lakukan kepada guru dan beberapa orang dilingkungan ta itu di karenakan cara berpikir ta

Konseli : Bagaimana itu kak?

Peneliti : Tindakan ta itu di karenakan cara ta mengartikan suatu peristiwa. Kalau ketemuki sama bapak guru ada dua itu pilihan, menghindar atau mendekati. Kalau menghindar ki pikiran ta yang ke negatif trus akan kita bawa dek. Tetapi kalau kita mendekati sama saja kita lawan pikiran negatif ta nah jadi kalau kita lawan sama saja itu jadi penyembuh ta

Konseli : Iya kak. Paham

**(Hal.135/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Selanjutnya peneliti meminta konseli untuk menjelaskan pikiran yang mengikuti, baik beberapa saat sebelum peristiwa terjadi, saat peristiwa terjadi, dan beberapa saat setelah peristiwa itu terjadi. Berikut petikan wawancaranya:

Peneliti : Coba bawa masalah yang kita alami ke alur berpikirta

Konseli : Itu k ak waktu ketemu k sama pak guru yang dibilang daeng RD dikantor kayak takut-takut k mau masuk didalam. Tinggal k dulu diam antara masuk atau tidak, tidak lama itu kak langsung k putar balik. Begitu kak?

Peneliti : Iya ok

**(Hal.136/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Setelah konseli mampu menganalisis perilakunya, peneliti meminta konseli untuk mencatat perilaku-perilaku tersebut kedalam lembar kerja yang dibagikan kepada konseli. Dimana konseli diminta untuk mencatat pikiran positif dan negatifnya. Selanjutnya peneliti membantu siswa memisahkan pikiran positif dan negatifnya sendiri, dan terakhir peneliti membantu konseli tersebut mengubah pikiran negatif tersebut menjadi positif

Sepuluh menit menjelang batas waktu (60 menit) sesi identifikasi perilaku kedalam situasi berakhir, peneliti melakukan terminasi. Berikut petikan wawancaranya:

Peneliti : Kakak kasih tugas rumah, ini ada lembar kertas berfungsi untuk melatih diri ta mengenali pikiran yang negatif dan yang positif.

Konseli : Iye kak.

**(Hal.136/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Berdasarkan hasil pertemuan tersebut, diketahui konseli telah mampu memisahkan pikiran-pikiran negatif dengan pikiran positif pada sebuah situasi dalam kehidupan sehari-harinya.

### **c. Pertemuan Ketiga: Pengenalan dan latihan *coping thought***

Kegiatan tahap ketiga mengenal dan latihan *coping thought* dilaksanakan pada hari Rabu, 20 Maret 2019. Peneliti menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan yaitu memberikan kemampuan perpindahan fokus dari pikiran yang merusak diri/mengalahkan diri menuju pikiran yang lebih konstruktif dan membangun keyakinan akan kemampuannya dalam memperoleh perilaku adaptif yang diinginkan dan diharapkannya. Berikut petikan wawancaranya:

Peneliti : Baiklah hari ini kita akan melatih kemampuan perpindahan fokus dari pikiran yang merusak diri/mengalahkan diri menuju pikiran yang lebih konstruktif dan membangun keyakinan?.

Konseli : bagaimana itu kak?

Peneliti : Kakak akan memberikan situasi-situasi yang berkaitan dengan perilaku ta lalu coba kita pindahkan ki pikiran negatif ta ke pikiran yang positif

Konseli : iye kak

Peneliti : Oke kita mulai dek nah, Coba kita bayangkan situasinya ketika bertemu sama bapak guru didepan pagar. Terus pada saat itu teman-temanta berjabat tangan. Bagaimana perasaan dan pikiran ta?

Konseli : masih ada perasaan takut-takutku kak mau salam juga

Peneliti : Jadi apa yang mau kita perbuat ?

Konseli : Mau k terus saja jalan kak

Peneliti : Itu yang kita pikirkan sekarang. Coba pikirkan hal yang lain mengenai tindakan yang akan kita lakukan.

Konseli : lewat k saja jalan kak sambil senyum

Peneliti : ganti ke yang lebih positif

Konseli : Coba ka untuk menyapa kak sambil salam juga tapi tidak bersentuhan tangan kak

Peneliti: Bagus. Nah begitu mi caranya mengalihkan pikiran negatif ke pikiran positif dek.

**(Hal.137/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Selanjutnya, konseli diminta untuk berlatih memverbalisasikan pikiran-pikiran positifnya lalu mencatat semua pikiran pikiran positif yang muncul pada selembar kertas yang diberikan.

Peneliti : Coba kita ucapkan itu pikiran positif ta?

Konseli : Coba ka untuk menyapa kak sambil salam juga tapi tidak bersentuhan tangan kak

Peneliti : Oke. Tuliskan mi itu pikiran-pikiran positif ta. Ini ada selembar kertas. Tulis di situ mi

Konseli : iye kak. Semuanya itu pikir positifku kak?

Peneliti : iye

**(Hal.138/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Lima belas menit menjelang batas waktu (60 menit) sesi berakhir, peneliti meminta untuk mengakhiri kegiatan kemudian peneliti melakukan terminasi sesi.

Berikut petikan wawancaranya:

Peneliti : Bagaimana perasaan dek latihan tadi. Adami kita rasa perubahan?

Konseli : iye kak. Mulai ma bisa berpikir yang baik kak

Peneliti: Iya dek. Latihan terus di rumah karena akan susahki itu berinteraksi ke orang. Lantas kalau susahki berinteraksi akan berdampak itu untuk kita nantinya. semisal mauki cari kerja sama kalau mauki kuliah nanti

Konseli : Iye kak. Berusaha jika kak latihan trus dirumah. Kalau latihan k didepan cermin k juga kak

Peneliti : Iye dek alhamdulillah. Latihan terus nah Insya Allah bisaki dekku.

Konseli : Siap kak. Janganki bosan bimbing ka terus kakak di

Peneliti : Iye tugasku memang beginiji dek membantu adek-adekku yang punya masalah **(Hal.139/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Hasil yang diperoleh pada pertemuan ini, konseli mampu mengalihkan pikiran negatifnya ke pikiran yang lebih positif. Pengalihan tersebut dilatihkan oleh peneliti sehingga konseli terbiasa untuk berpikir yang lebih positif ketika menghadapi situasi atau peristiwa yang dihadapi

**d. Pertemuan Keempat: Peralihan pikiran negative ke *coping thought***

Pada tahap keempat kegiatan peralihan pikiran negative ke *coping thought* dilaksanakan pada hari Senin, 25 Maret 2019. Peneliti menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan yaitu memberikan kemampuan mengatasi kecemasan sosial yang dialami oleh konseli. Berikut petikan wawancaranya:

Peneliti : bagaimanaji dengan tugas rumah yang kakak berikan pertemuan lalu dek?

Konseli: Sudah mi ku latih di rumah kak. Banyak mi latihan-latihan ku ikuti. Setiap saat ku coba terus

Peneliti : Alhamdulillah. Kakak senang dengan semangatmu. Hari ini kita akan mencoba untuk mengalihkan pikiran negatif ta ke permasalahan yang kamu alami.

Konseli : iye kak. Siap ma **(Hal.140/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Setelah membangun *rapport*, peneliti memulai dengan memberikan cerita pendek untuk stimulan yaitu mengenai masalah pikiran negative yang mempengaruhi perilaku dengan memodelkan diri sendiri. Berikut Petikan wawancaranya:

Peneliti : Misalnya dek kalau na suruhki ibu guru isi tinta spidol di kantor, lalu dikantor lumayan banyakji bapak sama ibu guru sementara pak SL (pelaku) ada juga. Apa kira-kira yang akan kamu lakukan?

Konseli : Deh kak malla'ku deng. Biasanya itu kak tidak mau k atau kalau pergi k biasa langsung k putar kembali ke kelas. Tapi ku usahakan untuk tidak kembali sebelum terisi tinta iya kak.

Peneliti : Jadi apa tindakan ta?

Konseli : Langsung jika saja masuk to kak kutanyai ibu guru yang ada didalam. Karna tidak mungkin juga mau k na dekati itu bapak kalau banyak guru kak. **(Hal.141/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Berdasarkan pernyataan di atas diketahui bahwa peneliti mengajak konseli untuk latihan menghentikan pikiran negatif. Dengan menggali pikiran-pikiran positifnya kemudian konseli menghentikan pikiran negatif.

Lima belas menit menjelang batas waktu (60 menit) sesi berakhir, peneliti meminta untuk mengakhiri kegiatan kemudian peneliti melakukan terminasi sesi. Berikut petikan wawancaranya:

Peneliti : Bagaimana perasaanmu setelah latihan tadi. Ada mi kita rasa perubahan dengan pikiran ta?

Konseli : iye kak. Mulai ma bisa berpikir yang baik kak beda sama kemarin-kemarin

Peneliti : Iye dek alhamdulillah. Latihan terus di rumah nah dek

Konseli : Iye kak.

Hasil yang diperoleh pada pertemuan ini, peneliti mampu mengalihkan pikiran negatifnya ke pikiran yang lebih positif. Pengalihan tersebut dilatihkan oleh peneliti sehingga konseli terbiasa untuk berpikir yang lebih positif ketika menghadapi situasi atau peristiwa yang dihadapi

#### **e. Pertemuan Kelima: Latihan Penguatan positif.**

Pada tahap kelima kegiatan latihan penguatan positif dilaksanakan pada hari Rabu, 26 Maret 2019. Peneliti menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan yaitu memberikan kemampuan mengatasi kecemasan sosial dan menghilangkan perilakunya sendiri yang negatif.

Pada latihan ini, peneliti meminta konseli untuk mengulangi dan memverbalisasikan perpindahan pikiran negative ke *coping thought* secara bergantian, dengan sendirinya konseli dengan cepat menggantikan pikiran negatifnya tersebut.



Peneliti : Baiklah hari ini kita akan melatih verbalisasi pikiran ke *coping thought*?

Konseli : bagaimana itu kak?

Peneliti : Jadi kakak akan memberikan situasi-situasi yang berkaitan dengan perilaku ta lalu coba kita pindahkan ki pikiran negatif ta ke pikiran yang positif. Nah setelah itu langsungki verbalisasikan ki atau ucapkan dengan cepat di

Konseli : Iye kak

Peneliti : Ok. Coba ta bayangkan kembali situasinya nah. Sementara sendiriki dirumah tiba-tiba ada om ta bertamu. Apa yang kita lakukan?

Konseli : Kusuruh masuk k baru saya tanyai apa tujuannya datang.

Peneliti : Ok. Terus kalau sementara jalanki disekolah baru ketemuki sama bapak guru dan pak SL (pelaku), apa yang kita lakukan?

Konseli : Kalau ketemu k sama bapak guru kak langsung saya sapa dan salam seperti yang kita ajarkan siswa kak tapi kalau ketemu k sama itu bapak (pelaku) menghindar atau ku diamkan saja kak. Selama tidak na ganggui jika kak

Peneliti : Alhamdulillah. Sudah bagus mi pengalihan ta dek. Mulai mki berpikir positif

**(Hal.142/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Berdasarkan petikan wawancara tersebut, diketahui peneliti meminta konseli selalu mengulang-ulangnya tanpa menverbalkannya. dan akhirnya peneliti menjelaskan manfaat dan diharapkan konseli bisa mengaplikasikannya ketika mendapatkan pikiran negatif.

Lima belas menit menjelang berakhirnya batas waktu sesi ini (60 menit).

Berikut petikan wawancaranya:

Peneliti : Bagaimana perasaanta dek setelah latihan tadi. Ada mi kta rasa perubahan dengan pikiran ta?

Konseli : alhamdulillah iye kak. Mulai ma bisa berpikir yang baik kak sedikit demi sedikit mulai ma juga kontrolki perilaku ku yang kemarin kak

Peneliti : Iye dek. Latihan terus ki rumah nah

Konseli : Iye kak.

**(Hal.143/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Berdasarkan petikan wawancara tersebut, diketahui peneliti meminta konseli menyampaikan pengalaman yang didapatkan melalui kegiatan yang telah dilakukan lalu peneliti meminta konseli merefleksikan kegiatan tersebut berulang-ulang di rumah.

Hasil yang diperoleh dari pertemuan ini adalah konseli mampu mengubah pikiran negatif ke pikiran positif. Selain itu konseli juga dapat menahan diri dari perilaku kecemasan sosial yang selama ini dilakukannya.

#### **f. Pertemuan keenam: Evaluasi**

Kegiatan evaluasi dilaksanakan pada hari Senin, 01 April 2019. Peneliti menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan yaitu mengurangi atau menghilangkan ide-ide dan perasaan-perasaan yang negatif, irasional dan tidak logis dalam situasi-situasi tertentu. Tercapainya kemampuan konseli mengatasi pikiran, perasaan, dan perilaku yang menghambat keyakinan akan kemampuannya dalam mencapai karir yang di inginkan dan harapkan yang diakibatkan oleh pemikiran yang negatif dan pemaknaan yang salah. Berikut petikan wawancaranya:

Peneliti : Baiklah coba kita dengar hasil yang sudah kita dapat selama ini?

Konseli : Alhamdulillah kak sudah bagus mi kak. Bisa ma kendalikan ki rasa takutku disekolah kak, bedami dari sebelumnya kak

Peneliti : Alhamdulillah. Tidak adaji kendala dek?

Konseli : Iye tdk adaji kak. sisa itu mami kalau ketemu k sama itu pak SL (pelaku) kak kuhindari atau kudiammi saja kak, selama tidak pernahji na sentuh atau macam-macam sama saya kak

**(Hal.145/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Tiga puluh menit menjelang batas waktu (60 menit) peneliti mengarahkan individu untuk melakukan diskusi. Sepuluh menit terakhir konselor melakukan terminasi. Berikut petikan wawancaranya:

Peneliti : Bagaimana perasaan setelah kita ikuti semua ini latihan?

Konseli : Baik sekali kak. Banyak sekali kurasa manfaatnya untuk saya. Terima kasih banyak kak

Peneliti : Iye dek. Belajar terus di rumah dek nah. Kalau dapat masalah seperti itu lagi terapkan kembali teknik ini sampai bisa terkontrol kembali pikiranta dek

Konseli : Iye kak.

Peneliti : Alhamdulillah, jadi sekarang sudah saatnya mengakhiri sesi konseling. Tujuanta juga sudah tercapai. Pesan ku dek, gunakan kemampuan ta dengan sebaik-baiknya karena kita adalah makhluk sosial yang pasti membutuhkan interaksi dengan orang lain. Tanpa teman, sahabat, keluarga maupun guru kita tidak bisa apa-apa dan bukan siapa-siapa

Konseli : Iye kak terima kasih banyak kak

**(Hal.145/Lampiran.10/verbatim.kons)**

Berdasarkan hasil wawancara di atas, disimpulkan bahwa konseli telah mampu mengatasi perilaku kecemasan sosial yang dialaminya dengan menampilkan perilaku baru yang lebih baik. Hal tersebut tidak lepas dari perubahan pikiran negatif ke pikiran positif.

Berdasarkan proses pelaksanaan *treatment* di atas, diketahui bahwa AM telah dapat mengurangi perilaku kecemasan sosial yang selama ini dilalaminya. Dimana AM telah menyadari bahwa perilaku menghindar yang dilakukannya berdampak pada aktivitas dan lingkungannya, serta merugikan dirinya sendiri.

## **B. Pembahasan**

Manusia hidup tidak terlepas dari permasalahan yang dihadapi, tidak terkecuali permasalahan yang berpengaruh pada kesehatan psikologisnya. Respon manusia untuk bereaksi ketika menghadapi permasalahan atau situasi yang tidak

menyenangkan bermacam-macam, dua yang sering dialami manusia yaitu stress dan cemas. Dua respon ini yang paling banyak dialami dan bisa mengganggu kehidupan sehari-hari. Kecemasan banyak jenisnya, ada kecemasan sosial, kecemasan menyeluruh, kecemasan secara umum, phobia, dan sebagainya. Salah satu kecemasan yang sering dijumpai adalah kecemasan sosial.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa AM merupakan siswa yang teridentifikasi mengalami kecemasan sosial. Berdasarkan identifikasi masalah yang dibahas adalah jenis-jenis masalah apakah yang dialami oleh konseli dan bagaimana karakteristik masalah tersebut. Adapun karakteristik siswa tersebut adalah AM menganggap semua laki-laki yang berkarakteristik yang sama dengan pelaku adalah orang yang akan berbuat hal yang sama seperti yang dilakukan pelaku terhadap dirinya. Selain menghindari pelaku, AM juga menghindari beberapa guru laki-laki di sekolahnya serta keluarga AM itu sendiri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseli termasuk siswa yang memiliki pola pikir yang keliru dan perbuatannya tersebut dapat merugikan dirinya sendiri dan orang disekitarnya serta dapat menghambat proses interaksinya dilingkungan.

Seseorang berperilaku menghindar setelah menerima stimulus yang membuatnya tidak mampu melalui aktifitas kognisinya dengan baik. Karena itu untuk menangani perilaku ini harus dilakukan suatu proses konseling yang mampu memberikan keterampilan bagaimana mengenali pikiran-pikiran yang muncul setelah menerima rangsangan dari luar. Setelah mereka dapat menyadari adanya pikiran-pikiran yang muncul kemudian mereka berlatih untuk menentukan apakah pikiran yang muncul tersebut positif atau negatif. Dengan menanamkan

pola pikir positif dan memberikan latihan intensif dalam proses konseling, diharapkan AM dapat memiliki konsep berpikir positif yang permanen dalam diri mereka sehingga ia terlepas dari pola pikir yang keliru lagi dalam merespon stimulus yang muncul. Pola pikir positif yang terbentuk dalam diri individu dapat menjadi kontrol dalam pengambilan keputusan dalam bertindak laku.

Berdasarkan hasil penelitian ini, tampak bahwa penerapan teknik restrukturisasi kognitif merupakan teknik yang sangat efektif untuk mereduksi perilaku kecemasan sosial siswa. Pada pemberian teknik restrukturisasi kognitif konseli dapat menghilangkan perilaku yang maladaptif seperti individu yang melakukan perilaku menghindar. Untuk itu teknik restrukturisasi kognitif perlu diaplikasikan di sekolah-sekolah dalam rangka menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang terjadi pada siswa khususnya masalah kecemasan, sehingga terwujudlah peserta didik yang mampu meraih keberhasilan di sekolah maupun di masyarakat.

Teknik restrukturisasi membantu individu mengurangi perilaku kecemasan dengan cara memodifikasi pola pikir dan perilaku tertentu. Teknik ini juga lebih memfokuskan pada upaya membelajarkan konseli agar mampu memiliki cara berpikir yang lebih positif dalam berbagai peristiwa-peristiwa kehidupan. teknik restrukturisasi kognitif adalah teknik yang dilakukan untuk membantu konseli menetapkan hubungan antara persepsi dan kognisinya dengan emosi dan perilakunya, dan untuk mengidentifikasi persepsi atau kognisinya yang salah atau merusak diri, dan mengganti persepsi atau kognisi tersebut dengan persepsi yang lebih meningkatkan diri.

Dalam proses terapeutik, teknik restrukturisasi kognitif lebih memfokuskan konseli untuk menjadi sadar dengan kata-kata yang diarahkan pada dirinya sendiri. Prosesnya terdiri dari melatih konseli memodifikasi pembelajaran yang diberikan kepada dirinya sendiri sehingga konseli bisa menangani masalah yang mereka hadapi dengan lebih efektif.

Pada saat proses pelaksanaan restrukturisasi kognitif berlangsung, peneliti mendapatkan perubahan yang positif pada AM awalnya dimana perubahan yang dimaksud adalah AM sudah menunjukkan adanya perubahan dimana dirinya sudah mulai menyadari perilakunya selama ini, hubungan sosial dengan teman-teman dan guru baik dirumah maupun disekolah secara perlahan sudah terbangun dengan baik.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa teknik restrukturisasi kognitif dengan beberapa perlakuan-perlakuan tersebut dapat membantu siswa mengurangi kecemasan sosialnya. Hal ini berarti penggunaan teknik restrukturisasi kognitif dapat mengurangi kecemasan sosial.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Adapun kesimpulan dari hasil penelitian tentang perilaku kecemasan sosial siswa, faktor dan penanganannya adalah sebagai berikut:

1. Gambaran perilaku kecemasan sosial yang ditunjukkan oleh kasus adalah adanya perasaan takut, cemas dan marah, munculnya pikiran yang menganggap jika pelaku akan masih melakukan hal yang sama seperti kejadian, serta tindakan menghindar yang dilakukan saat kasus bertemu pelaku, guru maupun keluarga kasus yang berkarakteristik sama dengan pelaku.
2. Faktor penyebab anak menjadi korban adalah kedekatan korban dengan pelaku, situasi sekolah dan tidak adanya usaha atau tindakan dari pihak sekolah
3. Penanganan perilaku kecemasan sosial pada konseli dilakukan dengan menggunakan *teknik restrukturisasi kognitif* yang ada dalam pendekatan Kognitif-Behavioral terdiri atas 6 tahap yaitu *rational treatment*, identifikasi pikiran kedalam situasi, Pengenalan dan latihan *coping thought*, Peralihan pikiran negative ke *coping thought*, Latihan penguatan positif, dan evaluasi.

#### B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian di atas, diajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi Konselor.

Konselor dapat mempergunakan teknik *restrukturisasi kognitif* sebagai teknik layanan untuk mengurangi kecemasan sosial siswa. Teknik *restrukturisasi*

*kognitif* dapat dikembangkan menjadi penelitian tindakan konseling dengan menerapkannya pada permasalahan yang berbeda.

2. Bagi Sekolah.

Hasil penelitian ini diharapkan dijadikan bahan pertimbangan bagi pihak sekolah sebagai model bimbingan pribadi sosial dalam menyelesaikan setiap masalah yang timbul disekolah khususnya.

3. Bagi peneliti selanjutnya.

Teknik *restrukturisasi kognitif* dapat dikembangkan lebih lanjut dengan mengaitkan variable terikat lainnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, F. Bakar, A. Zuliani, H. 2017. Strategi Pencegahan Tindakan Kekerasan Terhadap Anak Di Sekolah Dasar Negeri Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, Vol. 2 (1): 3-5
- Anggraini, A. D. 2017. Penanganan Anak Korban Kekerasan Seksual Di Pusat Pelayanan Terpadu (Ppt) Seruni Kota Semarang. *Skripsi*. Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
- Cahyono, H. Suhono. Khumairo, A. 2018. Pendidikan Karakter bagi Pelaku Pedofilia (Sebuah Strategi dalam Mengatasi Amoral). *Jurnal Manajemen, Kepemimpinan, dan Supervisi Pendidikan*, Vol. 3 (1): 5-6
- Daruma, R. 2004. *Studi Kasus*. Makassar: FIP-UNM
- Elford, Brandle T. (2015). 40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor (edisi kedua). Pustaka Pelajar. Yogyakarta
- Fathiyah, K.N. 2010. Peran Konselor Sekolah Untuk Penanganan Kekerasan Seksual Pada Anak. *Jurnal Paradigma*, Vol. V (09):78-79
- Gorda, T. R. 2017. *Hukum Perlindungan Anak Pedofilia*. Malang. Setara Press
- Hidayati, L. 2012. Hubungan Antara Self Esteem Dengan Sosial Anxiety Remaja Awal Siswa SMP Terpadu. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri. Malang
- Hidayati, N. 2014. Perlindungan Anak Terhadap Kejahatan Kekerasan Seksual (Pedofilia). *Jurnal Pengembangan Humaniora*, Vol. 14 (1): 69-70
- Hidayah Kholidatul. 2017. Hubungan Konsep Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas 2 SMAN 1 Tumpang. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- Khaidir, M. 2007. Penyimpangan Seks (Pedofilia). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 1 (2): 84
- Kurniawan, D. & Hidayati, F. 2017. Penyalahgunaan Seksual Dengan Korban Anak-Anak (Studi Kualitatif Fenomenologi Terhadap Pelaku Penyalahgunaan Seksual dengan Korban Anak-Anak). *Jurnal Empati*, Vol. 6 (1): 123-124.
- Mardianty. 2015. Studi Kasus Tentang Perilaku Kecemasan Didepan Umum dengan Menggunakan Teknik Restrukturisasi Kognitif. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Makassar: Tidak diterbitkan.

- Marcellyna, C. 2017. Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Sosial Dengan Kuantitas Merokok Pada Remaja Akhir. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta
- Moleong, L.J. 2015. *Metode Penelitian Kualitatif. (Edisi Revisi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Nainggolan, T. (2011). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Pengguna NAPZA: Penelitian di Balai Kasih Sayang Parmadi Siwi. *Jurnal Sosiokonsepsia*, Vol. 16 (2):161-174.
- Ningsih, Y. 2017. Dinamika Psikologis Anak Korban Pedophilia Homoseksual (Sebuah Fenomenologis). *Jurnal RAP UNP*, Vol. 8 (1): 114
- Nursalim, M. 2014. *Strategi Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademia Permata.
- Prawoto, Y, B. 2010. Hubungan Antar Konsep Diri dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Kelas XI SMA Kristen 2 Surakarta. *Skripsi*. Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret. Surakarta
- Probosiwi, R. dan Bahransyaf, D. 2015. Pedofilia Dan Kekerasan Seksual: Masalah Dan Perlindungan Terhadap Anak. *Jurnal Sosio Informa*, Vol. 01 (1): 31-35
- Raijaya, I. G. & Sudibia, I. K. 2017. Faktor-Faktor Sosial Ekonomi Penyebab Terjadinya Kasus Pelecehan Seksual Pada Anak Di Kota Denpasar. *Jurnal PIRAMIDA*, Vol. XIII (1):9
- Reynald, D.I. 2016. Dampak Psikologis Pada Individu Yang Mengalami Pelecehan Seksual Di Masa Kanak-Kanak. *Jurnal PSIKOBORNEO*, Vol. 4 (2):315
- Safari, T dan Saputra. 2004. *Terapi Kognitif-Perilaku untuk Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Saman, A. Aryani, F. Bakhtiar, M, I. 2017. Mengatasi Kecemasan Sosial Melalui Pendekatan *Behavioral Rehearsal*. Seminar Nasional Dies Natalis Ke 56. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Makassar
- Setiawan, E. 2016. Kejahatan Seksual Pedofilia Dalam Perspektif Hukum Pidana dan Islam. *Jurnal Hukum Islam*, Vol. 14 (2): 8-11
- Sinring, A. Saman, A. Pattaufi. Amir, R. 2016. *Pedoman Penulisan Skripsi Program S-1 (Proposal Skripsi, Skripsi, & Karya Ilmiah)*. Makassar: Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Makassar

- Solihat, I.S. (2011). Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk mereduksi kecemasan sosial remaja. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Surya, M. 2004. *Teori-Teori Konseling*. Bandung: Bani Quraizy.
- Suryaningrum, C. 2016. Efikasi Diri dan Kecemasan Sosial: Stdi Meta Analisis. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol. 04 (02) : 182
- Tohirin. (2013). *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 Tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak
- Wahyuni, S. 2016. Perilaku Pelecehan Seksual dan Pencegahan Secara Dini Terhadap Anak. *Jurnal RAUDHAH*, Vol. IV (2): 3
- Winkel. 2004. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Yin, Robert K. (2014). *Studi Kasus Desain & Metode*. Jakarta: Rajawali Pers
- Yuwono, I, D. 2015. *Penerapan Hukum Dalam Kasus Kekerasan Seksual Terhadap Anak*. Yogyakarta : Pustaka Yustisia

# LAMPIRAN

**LAMPIRAN 1****MATRIKS PENELITIAN**

**Judul : Analisis Kecemasan Sosial Siswa Korban Pedofilia  
(Studi Kasus Pada Siswa SMA Di Jeneponto)**

Fokus Penelitian	Rincian informasi	Sumber data	Hasil Data
1. Gambaran Perilaku Kecemasan Sosial Siswa	a. Bentuk perasaan yang muncul pada korban ketika bertemu dengan pelaku	1.2.3.4	Observasi wawancara
	b. Pikiran yang muncul ketika bertemu atau melihat pelaku	1.2.3.4	Observasi Wawancara
	c. Tindakan yang dilakukan saat bertemu pelaku	1.2.3.4	Observasi Wawancara
2. Faktor Penyebab Anak Menjadi Korban Pedofilia	a. Kedekatan Korban dengan Pelaku	1.2.3.4	Observasi Wawancara
	b. Situasi Sekolah	1.2.3.4	Observasi Wawancara
	c. Tidak Adanya Usaha Atau Tindakan Dari Pihak Sekolah	1.2.3.4	Observasi Wawancara

Keterangan :

1. Subjek    2. Teman Konseli    3. Guru Bk    4. Orangtua.

Fokus Penelitian	Indikator	Rincian Informasi	Sumber Data	Alat Pengumpulan Data
2. Bentuk Penanganan Yang Tepat Perilaku Kecemasan Sosial Siswa	a. Rasionalisasi	Menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan	1.2.3	Observasi
	b. Identifikasi pikiran dalam situasi	Melakukan penyegaran kembali mengenai kegiatan yaitu pemahaman akan masalah	1.2.3	Observasi
	c. Pengaruh dan latihan <i>couping thought</i>	Memberiakan kemampuan fokus dari pikiran yang merusak diri/mengalahkan diri menuju yang lebih konstruktif	1.2.3	Observasi
	d. Peralihan pikiran negative ke <i>couping thought</i>	Mengatasi perilaku kecemasan sosial yang dialami oleh konseli	1.2.3	Observasi
	e. Latihan penguatan positif	Kemampuan mengatasi perilaku kecemasan sosial dan menghilangkan	1.2.3	Observasi

		perilaku sendiri yang negatif		
	f. Evaluasi	Mengurangi atau menghilangkan ide-ide dan perasaan yang negative	1,2,3	Observasi

Keterangan :

1. Subjek      2. Teman Konseli      3. Guru BK      4. OrangTua

## LAMPIRAN 2

**PELAKSANAAN KEGIATAN**  
**RESTRUKTURISASI KOGNITIF**  
**DI SMAN JENEPONTO**

Pertemuan ke	Kegiatan	Tujuan	Skenario	Rentang waktu
I	Identifikasi kasus	Mengetahui karakteristik si kasus baik penampilan fisik maupun kepribadiannya	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peneliti mengenalkan diri</li> <li>2. Menjelaskan tujuan pertemuan</li> <li>3. Menjelaskan asas kegiatan</li> <li>4. Memberikan informasi mengenai <i>Restrukturisasi kognitif</i></li> <li>5. Diskusi</li> </ol>	60 menit
II	Diagnosis	Untuk mengetahui faktor- faktor yang melatar belakangi perilaku kecemasan sosial	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan wawancara dengan guru BK, teman, orangtua dan si kasus</li> <li>2. Menyimpulkan hasil wawancara yang telah dilakukan</li> </ol>	60 menit
III	Prognosis	Agar siswa dapat mengetahui dampak yang timbul jika masalah yang mereka alami tidak diatasi dan dapat mengetahui alternative bantuan yang akan diberikan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan wawancara terbuka dengan konseli</li> <li>2. Memberikan penjelasan singkat kepada para konseli</li> <li>3. Menjelaskan tahapan pelaksanaan teknik.</li> <li>4. Membuat jadwal untuk pertemuan selanjutnya</li> </ol>	45 menit
IV.	Treatment	Untuk membantu siswa mengatasi masalah perilaku kecemasan sosial	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membangun raport</li> <li>2. Konselor menjelaskan secara singkat prosedur pelaksanaan teknik</li> </ol>	45 Menit



		yang dilakukan	<i>restrukturisasi kognif.</i> 3. Melaksanakan setiap tahapan pelaksanaan teknik.	
V	Evaluasi dan terminasi	Untuk mengakhiri kegiatan konseling	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membangun rapport</li> <li>2. Memberi gambaran agar bagaimana konseli tidak mengulangi kesalahannya</li> <li>3. Membangun kompetensi dan kepercayaan diri menjadi seorang terapis bagi dirinya sendiri</li> <li>4. Konseli merangkum pendapat kebermanfaatan pengalaman konseling yang mereka peroleh dan bagaimana perubahan perilaku setelah melakukan <i>restrukturisasi kognitif</i></li> <li>5. Penutup</li> </ol>	60 menit

### LAMPIRAN 3

#### SKENARIO PELAKSANAAN *RESTRUKTURISASI KOGNITIF* DALAM MENANGANI SISWA YANG BERPERILAKU KECEMASAN SOSIAL DI SMAN JENEPONTO

##### A. Tujuan

Konseling *restrukturisasi kognitif* bertujuan untuk mengubah jalan pikiran yang irrasional ke rasional atau mengganti kognisi tersebut dengan pemikiran yang lebih realistis dan lebih cocok.

##### B. Persiapan

Pada tahap ini konselor mempersiapkan hal-hal yang dibutuhkan dalam pelaksanaan Konseling *restrukturisasi kognitif* yaitu:

1. Menyiapkan media yaitu :
  - a. Lembar kerja perilaku kecemasan sosial
  - b. Pedoman wawancara
  - c. Pedoman observasi
  - d. Lembar komitmen
  - e. Lembar biodata konseli
2. Menata setting pertemuan
  - a. Tempat : Ruang BK dan Ruang Kelas
  - b. Perlengkapan : Meja, kursi, buku, pulpen dan kamera.

### **C. Pelaksanaan**

Pelaksanaan Konseling *restrukturisasi kognitif* dalam menangi siswa yang berperilaku kecemasan sosial di SMAN Jeneponto terbagi ke dalam 5 tahapan studi kasus yaitu Identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, dan evaluasi. Adapun kegiatan tersebut sebagai berikut :

#### **I. Pendahuluan**

Membentuk, mengembangkan, dan memelihara hubungan

1. Peneliti membangun rapport :
  - a. Peneliti memperkenalkan diri kepada konseli
  - b. Peneliti meminta kepada siswa untuk memperkenalkan dirinya
2. Peneliti menjelaskan tujuan pertemuan dan tahapan kegiatan yang akan dilakukan.
3. Peneliti menjelaskan asas kegiatan.
4. Peneliti mengajak siswa untuk melakukan percakapan bebas yang mengarah kepada pembahasan tentang perilaku kecemasan sosial. Dalam hal ini peneliti tidak memberikan materi, akan tetapi siswa yang lebih banyak bicara (aktif) memberikan pandangan mereka tentang kecemasan sosial. Misalnya peneliti memberikan pertanyaan “apakah kalian tahu apakah yang dimaksud dengan kecemasan sosial?”
5. Peneliti memberikan informasi tambahan dari pandangan-pandangan siswa tentang pemilihan karir.

6. Peneliti memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya jika ada yang belum dimengerti
7. Peneliti merencanakan jadwal pertemuan selanjutnya dan mengungkapkan kegiatan yang akan dilakukan pada pertemuan selanjutnya.

## **II. Pelaksanaan**

### **Tahap I : Identifikasi Masalah**

#### **a. Pendahuluan**

1. Peneliti membangun rapport
  - a. Peneliti menanyakan kabar siswa
  - b. Peneliti mengajak siswa untuk melakukan refleksi pertemuan sebelumnya
2. Peneliti menjelaskan tujuan pertemuan dan tahapan kegiatan yang akan dilakukan.

#### **b. Inti Kegiatan**

1. Peneliti mengenalkan diri
2. Menjelaskan tujuan pertemuan
3. Menjelaskan asas kegiatan
4. Memberikan informasi mengenai *Restrukturisasi kognitif*
5. Peneliti mempersilahkan siswa untuk memberi tanggapan atau komentar

#### **c. Penutup**

1. Peneliti melakukan *review* hasil kegiatan yang telah dilakukan
2. Peneliti merencanakan jadwal pertemuan selanjutnya dan mengungkapkan kegiatan yang akan dilakukan pada pertemuan selanjutnya.

## **Tahap II : Tahap Diagnosis**

### **a. Pendahuluan**

1. Peneliti menanyakan kabar siswa
2. Peneliti mengajak siswa untuk melakukan refleksi pertemuan sebelumnya
3. Peneliti menjelaskan tujuan pertemuan dan tahapan kegiatan yang akan dilakukan.

### **b. Inti Kegiatan**

1. Melakukan wawancara dengan guru BK, teman, orangtua dan si kasus
2. Menyimpulkan hasil wawancara yang telah dilakukan

### **c. Penutup**

1. Peneliti merencanakan jadwal pertemuan selanjutnya dan mengungkapkan kegiatan yang akan dilakukan pada pertemuan selanjutnya.

## **Tahap III : Prognosis**

### **a. Pendahuluan**

1. Peneliti menanyakan kabar siswa
2. Peneliti mengajak siswa untuk melakukan refleksi pertemuan sebelumnya
3. Peneliti menjelaskan tujuan pertemuan dan tahapan kegiatan yang akan dilakukan.

### **b. Inti Kegiatan**

1. Melakukan wawancara terbuka dengan konseli

2. Memberikan penjelasan singkat kepada para konseli
3. Menjelaskan tahapan pelaksanaan teknik
4. Membuat jadwal untuk pertemuan selanjutnya

**c. Penutup**

1. Peneliti merencanakan jadwal pertemuan selanjutnya dan mengungkapkan kegiatan yang akan dilakukan pada pertemuan selanjutnya.

**Tahap IV : Treatment**

**a. Pendahuluan**

Adapun tahapan kegiatan yang dilakukan yaitu:

1. Tahapan pertama: Mengidentifikasi Pikiran-Pikiran Negatif Siswa
2. Tahapan kedua : Mengidentifikasi Pikiran-Pikiran Negatif Siswa
3. Tahapan Ketiga: Memonitor Pikiran-Pikiran Siswa Melalui *Thought Record*  
Atau Rekaman Pikiran

**b. Inti Kegiatan**

Program intervensi Teknik *Restrukturisasi Kognitif* dalam mengatasi perilaku *cyberbullying* dilakukan selama 7 sesi sebagai berikut:

**Sesi 1**

Sesi 1 berjudul “*Fun Learning*” sesi pertama bertujuan untuk memodifikasi pikiran negatif tentang perilaku kecemasan sosial. Melalui sesi ini konseli diajarkan bagaimana menyelesaikan masalahnya dengan cara berbeda yaitu dengan cara pembelajarin yang menyenangkan seperti memberikan games, dan motivasi. Hasil

dari sesi pertama yaitu konseli mampu menuliskan situasi, pemikiran yang negatif/pikiran otomatis dan pernyataan diri yang negatif terhadap perilaku kecemasan sosial yang biasa dilakukan.

### **Sesi 2**

Sesi dua berjudul “*Lets Burn Our Spirit*” sesi kedua bertujuan untuk mereduksi rasa cemas dan takut konseli yang sering kali menyebabkan mereka melakukan perilaku kecemasan sosial. Pada sesi ini pikiran-pikiran irasional siswa yang bisa berdampak pada perilakunya dimodifikasi menjadi pikiran-pikiran yang rasional. Hasil dari sesi kedua yaitu siswa mampu menuliskan situasi yang menyebabkan pikiran *negative* serta membuat pikiran yang lebih positif sebagai cara mengendalikan pikiran *negative*

### **Sesi 3**

Sesi tiga berjudul “*Rank It*” sesi ketiga bertujuan untuk mereduksi kesulitan menentukan prioritas ketika mengalami perilaku kecemasan sosial. Hasil dari sesi ketiga yaitu siswa mampu menuliskan situasi, pemikiran otomatis yang membuat bersikap menghindar. Selanjutnya siswa mengubahnya menjadi pernyataan diri yang positif sebagai cara untuk menghilangkan perilaku kecemasan sosial yang sering dilakukan.

### **Sesi 4**

Sesi empat berjudul “*Keep Positive Thinking*”, sesi keempat bertujuan untuk memodifikasi pikiran-pikiran negatif siswa. Melalui sesi ini konseli diharapkan untuk

selalu berpikir positif. Hasil dari sesi ini konseli mampu melakukan penentangan terhadap pikiran-pikiran negatif yang dimiliki dan menggantinya dengan alternatif-alternatif pikiran yang positif.

#### **Sesi 5**

Sesi lima berjudul “*Yes, I Can*” sesi kelima bertujuan membantu konseli memiliki semangat untuk menghilangkan perilaku kecemasan sosial yang dilakukan. Target dari sesi ini adalah konseli mampu menumbuhkan kemauan untuk menghilangkan perilaku kecemasan sosial yang dialami. Hasil dari sesi ini yaitu siswa dapat lebih memahami kerugian yang didapatkan.

#### **Sesi 6**

Sesi enam berjudul “*Keep Cool Calm And Confident*”. Sesi enam bertujuan membantu mereduksi kebiasaan konseli yang menghindar dari orang sekitarnya. Orientasi sesi ini adalah konseli mampu menumbuhkan rasa memiliki perasaan percaya diri dan mampu bergaul dengan teman-temannya. Hasil dari sesi ini konseli mampu mengurangi perilaku kecemasan sosialnya sehingga ia dapat menyesuaikan diri dengan orang sekitarnya.

#### **Sesi 7**

Sesi ketujuh berjudul “*Reinforce Your Self*”. Sesi ketujuh bertujuan agar konseli mampu merencanakan langkah-langkah dari setiap masalah dalam situasi berperilaku kecemasan sosial. Target sesi ini adalah konseli memiliki penguatan terhadap keterampilan berpikir positif dalam menghadapi berbagai situasi. Hasil dari sesi ini yaitu konseli mampu menuliskan situasi dan pikiran positif dengan



kemungkinan masalah yang dihadapi. Menuliskan strategi yang dipersiapkan untuk mengatasi kemungkinan masalah dalam upaya menghilangkan kebiasaan perilaku menghindar dari orang sekitarnya

#### **Tahap V : Evaluasi**

Pada tahap evaluasi peneliti diminta untuk menjelaskan kembali bahan bacaan/materi dari keterampilan-keterampilan mengenai perilaku kecemasan sosial yang telah diberikan pada intervensi teknik *restrukturisasi kognitif*. Kemudian siswa mengungkapkan perasaan, pendapat, dan harapannya setelah melaksanakan kegiatan melalui teknik *restrukturisasi kognitif*.

**LAMPIRAN 4**

**LEMBAR KERJA SISWA**

Nama : Jenis Kelamin :

Nis : Tgl. Pengisian :

- 1. Tuliskan masalah yang anda hadapi berkaitan dengan perilaku kecemasan sosial yang anda alami saat ini !

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

- 2. Apa solusi yang anda lakukan ketika menghadapi masalah tersebut !

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**LEMBAR KERJA SISWA**

Nama : Jenis Kelamin :

Nis : Tgl. Pengisian :

1. Tuliskan situasi apa saja yang membuat anda cemas!

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Pikiran apa yang muncul ketika dalam situasi tersebut !

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Apa tindakan yang anda lakukan dalam menghadapi situasi tersebut !

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**LEMBAR KERJA SISWA**

Nama : Jenis Kelamin :

Nis : Tgl. Pengisian :

Lengkapi pernyataan dibawah ini berdasarkan situasi yang sedang terjadi

1. Ketika saya bertemu dengan pelaku disekolah  
maka saya akan.....
2. Ketika saya bertemu bapak guru  
maka saya akan.....
3. Ketika saya diminta oleh ibu guru untuk ke kantor  
maka saya akan.....
4. Apabila teman-teman berjabat tangan dengan bapak guru  
maka saya akan.....
5. Ketika saya bertemu dengan keluarga seperti om  
maka saya akan.....
6. Apabila saya bertemu dengan orang yang mirip dengan pelaku  
maka saya akan.....
7. Ketika teman-teman saya berkumpul atau kekantin pada saat jam istirahat  
maka saya akan.....
8. Apabila pada saat proses pembelajaran berlangsung  
maka saya akan.....
9. Ketika saya tidak mengerti mengenai tugas atau pembelajaran dari bapak guru  
maka saya akan.....

## LAMPIRAN 5

## LEMBAR RESPON SISWA

Nama : Jenis Kelamin :

Nis : Tgl. Pengisian :

1. Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti kegiatan teknik *restrukturisasi kognitif*?  
Senang / Tidak senang, kemukakan alasannya!

.....  
 .....

2. Bagaimana tanggapan anda mengenai pelaksanaan kegiatan teknik *restrukturisasi kognitif*?  
Bagus/ Tidak, kemukakan alasannya!

.....  
 .....

3. Apakah anda berminat untuk mengikuti kembali kegiatan teknik *restrukturisasi kognitif*?  
Ya/Tidak, kemukakan alasannya!

Alasan bila Ya

.....  
 .....

Alasan bila Tidak

.....  
 .....

4. Apakah anda tertarik untuk menerapkan teknik *restrukturisasi kognitif* ini dalam kehidupan sehari-hari anda?  
Ya/Tidak, kemukakan alasannya!

Alasan bila Ya

.....  
 .....

Alasan bila Tidak

.....  
 .....

## LAMPIRAN 6

### LEMBAR KOMITMEN PERENCANAAN

Dalam proses konseling konseli dan konselor masing-masing mengikuti kegiatan agar konseli dengan sukarela bersedia mengikuti proses konseling agar masalah yang dihadapinya sekarang dapat diselesaikan dengan bantuan konselor. Sedangkan konselor dengan perhatian yang cukup kepada konseli menerima dan membantu mereka dalam memenuhi kebutuhan konseli.

Setelah perencanaan disusun secara realistis, harus ditindak lanjuti dengan komitmen yang tinggi, pada lembar komitmen ini diharapkan kepada konseli untuk menuliskan komitmen yang akan dilakukan.

SELAMAT BEKERJA

## LAMPIRAN 7

## PEDOMAN OBSERVASI

No.	Perilaku yang diamati	Situasi	Hasil
1.	Perilaku dikelas/sekolah	Kegiatan belajar dan aktivitas konseli di sekolah	Konseli lebih banyak diam dan lebih suka menyendiri di kelas maupun diluar kelas.
2.	Hubungan sosial	Kegiatan belajar dan aktivitas konseli di sekolah	Interaksi konseli dengan temannya cukup baik tapi konseli lebih banyak menyendiri dibanding ikut bergabung bersama teman-temannya. Sementara dengan beberapa guru disekolah khususnya bapak guru konseli lebih banyak diam dan menghindar ketika konseli bertemu dengan bapak guru di sekolah
3.	Konsentrasi belajar	Kegiatan belajar mengajar di kelas	Konseli konsentrasinya cukup baik pada saat proses belajar berlangsung. Namun ada perbedaan pada proses pembelajaran ketika bapak dan ibu guru yang mengajar didalam kelas. Ketika ibu guru konseli lebih aktif didalam kelas sementara ketika bapak guru konseli lebih banyak diam
4.	Lingkungan sekolah	Kondisi dan aktivitas di lingkungan sekolah	Kondisi sekolah sangat sepi dan masih sangat minim. Tidak ada satpam dan pagar disekeliling sekolah sehingga siswa semaunya untuk keluar atau membolos. Hanya ada 6 ruang kelas. Sementara jarak ruang kantor dengan ruang kelas dan lab cukup berjauhan.

Observer

**LAMPIRAN 8****PEDOMAN WAWANCARA UNTUK SI KASUS**

Nama Siswa :  
 Kelas :  
 Tempat :  
 Waktu :  
 Jenis kelamin :

<b>No.</b>	<b>Pertanyaan</b>	<b>Jawaban</b>
1.	Bagaimana perasaan anda setelah kejadian ?	
2.	Bagaimana bentuk pelecehan yang anda alami ?	
3.	Apa dampak yang anda rasakan setelah kejadian ?	
4.	Apakah ada kesulitan yang anda alami setelah kejadian ?	
5.	Bagaimana kedekatan anda dengan pelaku ?	
6.	Apakah pernah diancam oleh pelaku ?	
7.	Bagaimana perasaan atau yang muncul dipikiran anda ketika melihat pelaku ?	
8.	Apa yang anda lakukan ketika bertemu dengan pelaku ?	
9.	Siapa saja yang tau mengenai kejadian yang anda alami ?	
10.	Apakah ada yang membantu setelah kejadian ?	
11.	Bagaimana tanggapan sekolah mengenai kejadian ini ?	
10.	Apa rencana dan harapan anda kedepannya ?	



### PEDOMAN WAWANCARA UNTUK GURU BK

Nama Siswa :  
 Kelas :  
 Tempat :  
 Waktu :  
 Jenis kelamin :

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Bagaimana perilaku sehari-hari si kasus di sekolah ?	
2.	Bagaimana hubungan si kasus dengan teman dan guru di sekolah ?	
3.	Apakah klien pernah mengemukakan keluhannya tentang perasaan yang dirasakan dikelas seperti merasa gelisah, sedih, takut atau cemas ?	
4.	Upaya apa yang ibu lakukan terkait tindakan penanggulangan masalah yang digadapi klien ?	

### PEDOMAN WAWANCARA UNTUK ORANGTUA

Nama Siswa :  
 Kelas :  
 Tempat :  
 Waktu :  
 Jenis kelamin :

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Bagaimana perilaku sehari-hari si kasus di rumah ?	
2.	Apakah ada perubahan yang anda rasakan terhadap anak anda setelah kejadian ?	
3.	Apakah klien pernah mengemukakan keluhannya tentang perasaan yang dirasakan dikelas seperti merasa gelisah, sedih, takut atau cemas ?	
4.	Upaya apa yang ibu lakukan terkait tindakan penanggulangan masalah yang dihadapi klien ?	

### PEDOMAN WAWANCARA UNTUK TEMAN KASUS

Nama Siswa :  
 Kelas :  
 Tempat :  
 Waktu :  
 Jenis kelamin :

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Bagaimana perilaku sehari-hari si kasus di rumah ?	
2.	Bagaimana sikap klien di kelas ?	
3.	Bagaimana hubungan klien dengan teman-temannya dilingkungan sekolah maupun diluar?	
4.	Apakah ada perubahan yang anda rasakan terhadap anak anda setelah kejadian ?	
5.	Apakah klien pernah mengemukakan keluhannya tentang perasaan yang dirasakan dikelas seperti merasa gelisah, sedih, takut atau cemas ?	
6.	Upaya apa yang ibu lakukan terkait tindakan penanggulangan masalah yang dihadapi klien ?	

**LAMPIRAN 8****IDENTITAS RESPONDEN**

1. Nama : AM
2. Jenis Kelamin : Perempuan
3. TTL : Kulanga, 4 Oktober 2003
4. Agama : Islam
5. Umur : 16 Tahun
6. Pendidikan : SMA
7. Kelas : XI
8. Alamat Rumah : KP. Ba'Do
9. Suku : Makassar
10. Warga Negara : Indonesia

## 11. Keterangan tentang Orang Tua/ Wali

## a. Identitas Ayah

- |            |            |
|------------|------------|
| Nama       | : Mansyur  |
| Alamat     | : Kulanga  |
| Pekerjaan  | : Petani   |
| Pendidikan | : SMA      |
| Agama      | : Islam    |
| Suku       | : Makassar |

## b. Identitas Ibu:

Nama : Irawati  
Alamat : Kulanga  
Pekerjaan : IRT  
Pendidikan : SMP  
Agama : Islam  
Suku : Makassar

## 12. Keterangan kesehatan :

## a. Keadaan jasmani

Tinggi badan : 155cm  
Berat badan : 40kg  
Warna kulit : Kuning Langsung

## LAMPIRAN 9

### HASIL WAWANCARA

#### Hasil Wawancara Dengan Subjek

Kode : wwcr01/110319/AM/S  
 Lokasi : Sekolah  
 Teknik : Wwcr (Wawancara)  
 Informan : S (Subyek)  
 Nama : AM  
 Hari/Tanggal : Senin, 11 Maret 2019  
 Tempat : Ruang Kelas  
 Jam : 12:17 s/d 13:03 WITA

#### Keterangan :

P : Peneliti

AM : Subyek

Kode :

a. Bentuk perasaan yang muncul pada korban ketika bertemu dengan pelaku-1.a

b. Pikiran yang muncul ketika bertemu atau melihat pelaku – 1.c

c. Tindakan yang dilakukan saat bertemu pelaku– 1.d

d. Kedekatan Korban dengan Pelaku- 2.a

e. Situasi Sekolah- 2.b

f. Tidak Adanya Usaha Atau Tindakan Dari Pihak Sekolah- 2.c

g. Rasionalisasi– 3.a

h. Identifikasi pikiran kedalam situasi– 3.b

i. Pengenalan dan latihan *couping thought*– 3.c

j. Pengalihan pikiran negatif ke *couping thought*–3.d

k. Latihan penguatan positif-3.e

l. Evaluasi-.f

**Tujuan wawancara :**

Pembentukan hubungan baik antara peneliti dan informan/konseli dan mencari tahu permasalahan yang dialami

Subyek	Uraian Percakapan	Kode
P	Assalamualaikum..	
AM	Waalaikumsalam kak	
P	Dek tidak belajarki ?	
AM	Iye tidakji kak. tidak ada ibu masuk	
P	Bagaimana kabar ta dek?	
RS	Baik ji kak. kita kak ?	
P	Iye dek. Alhamdulillah baikji	
AM	Alhamdulillah kak	
P	Dek bisa k ambil waktuta sebentar untuk bincang-bincang	

AM	Iye kak bicara mki, tidak adaji juga saya bikin ini	
P	Begini dek, ada mau saya tanyakanki karna ada yang berbeda sama tingkah lakuta saya liat selama disini k dek	
AM	Dari segi mananya itu kak	
P	Kayak beda tingkahta sama guru-guru disini dek. Terkhusus sama pak SL dek beda sekaliki	
AM	Oh itu kak	
P	Iye dek. kalau tidak keberatanki dan mau untuk cerita dek apa permasalahan yang kita alami dengan bapak atau ada masalahta selama ini dek	
AM	Orang lale itu bapak kak	
P	Maksudnya dek? Lale bagaimana	
AM	Hampir k nakasih begitu-begitu kak. na lecehkan k	
P	Na lecehkan bagaimanaki dek?	
AM	Na pegang-pegang tangan ku kak baru na dempet sekali sama saya kak. Kalau mau k menjauh na tarik lagi tanganku kak pokoknya lain sekali mukaknya kak kayak orang lale sekali memang kak. na pegang-pegang juga pipiku sampai ituku kak. Seandainya tidak melawan k kak tidak tau na apai ma itu kak	
P	Kapan kejadiannya itu dek	
AM	Bulan 5 kak pas bulan puasa orang	
P	Bulan 5 kapan itu dek, bulan 5 kemarin ini, tahun 2018?	
AM	Iye kak	



P	Dimana kejadiannya dek?	
AM	Dikantor ji kak	
P	Bagaimana k memang kedekatanta sama itu bapak dek?	
AM	Biasaji kak, baik ji seperti anak-anak disekolah akrab semuaji sama. baik sekali juga itu bapak baru sering k na ajak cerita kalau di sekolah sama diluar juga. Baru sering k juga na panggil kerumahnya. Kalau tidak pergi k sekolah kak na telpon a natanya-tanya ma kenapa k tidak pergi sekolah.	
P	Perhatiannya itu bapak di'	
AM	Iye kak. na dari situmi awalnya kak gara-gara tidak masuk k itu hari sekolah, nacari k bede itu bapak kak nblg temanku. Natelpon k juga itu hari kak natanya k kenapa k tidak pergi sekolah.	
P	Terus apa responta dek?	
AM	Na panggil k masuk kantor kak baru natanya-tanya ma kenapa tidak pergi sekolah baru na kasih begituma di kantor kak	
P	Jadi siapa saja yang tau ini kejadian dek ?	
AM	Na tauji semua pihak sekolah itu kak, baru teman 1 kelasku na tau semua sama sebagian siswa kelas lain. Kalau orang dirumah mama ku ji kak karna waktu kejadian tidak ada bapakku pergi kerja, baru nalarang k mamaku kasih tau bapakku krna takut ki nanti marah besar i	
P	Jadi apa responnya pihak guru atau sekolah?	

AM	Biasa biasaji kak karna kepala sekolah itu hari langsungji na tanya pak SL, katanya kalau masih begitui di kasih keluar i dari sekolah kak dan dikasih sanksi adat kak. begitui saja kak	
P	Jadi bagaimana perasaanta setelah kejadian ?	
AM	Takut-takut k kak, itu kalau mau kesekolah berpikir k lagi kalau ketemu k sama itu bapak lale a	
P	Tidak pernah jki na ancam itu bapak setelah kejadian	
AM	Tidakji kak, cuma ituji pas kejadian dulu nabilang mau k bede nacium lagi kak. nabilang tunggumi saya ciumko	
P	Bagaimana perasaanta dek kalau ketemuki sama itu bapak?	
AM	Itu kalau kuliati ki itu bapak kayak marah sekali k kak, kadang cemas ma juga kakak nanti ada korban atau na dekati k lagi	
P	Selain itu dek	
AM	Ituji kak tidak ku tau juga kak kenapa kalau kuliati ki itu bapak marah sekali k kak baru jengkel k mau pukul ki	
P	Apa yang kita lakukan kalau ketemuki sama itu bapak?	
AM	Menghindar k kak. itu kalau masuk k kantor cepat-cepat k keluar kak, pokoknya tidak mau sekali ma dekat sama itu bapak, kuliati saja mukanya dari jauh kek mau k pukul i	
P	Kenapa cepatki keluar dek?	
AM	takut-takut k bicara sama laki-laki yang tua-tua kak. apalagi kalau ketemu k didalam ruangan. Makanya itu kak takut k masuk kantor kalau bapak guru semuaji didalam. itu kalau	

	ketemu k sama bapak guru disekolah kalau sendiri k berusaha k itu kak menghindar	
P	Kenapa itu dek	
AM	Hampir dulu dipukul sama anak-anak 1 kelasku kak pas na tau anak-anak kalau dikasih begitu k kak	
P	Beraninya anak-anak di	
AM	Iye kak	
P	Apa yang muncul dipikiranta kalau kita lihat itu bapak?	
AM	lain-lain sekali kalau kuliati i kak, jengkel k kak. itu kalau kuliati kak langsung muncul dipikiranku sempat mau k na kasih begitu lagi	
P	Begitu dek	
AM	Itu toh kak bukan Cuma pak SL saja yang saya takuti, bapak guru juga disekolah lain-lain pikiranku sama mereka kak. bahkan itu saudaraku laki-laki kak pernah kutakuti juga karna lain-lain pikiranku kalau takut k mau naksih bgtu juga kak. pernah juga itu kak omku sendiri dtg bertamu dirumah takut sekali k langsung muncul dipikiranku seperti kejadian itu kak	
P	Apa dampak yang kita rasakan dari kejadian dek ?	
AM	Kalau ketemu k sama bapak guru kak atau orang yang seperti pak SL langsung muncul dipikiranku kalau bakal nakasih bgtu k juga seperti pak SL. Pernah juga toh kak, kalau ada omku pergi dirumahku takut-takut k kak. langsung itu muncul	

	dipikiranku kak padahal sebelum kejadian tidakji kutakut k, biasa-biasaji	
P	Apa kesulitanta sekarang dek?	
AM	Ituji kak takut-takut k bicara sama laki-laki yang lebih tua apalagi kalau ketemu k didalam ruangan kak. Makanya itu takut k masuk kantor k. Kalau ketemu k sama bapak guru disekolah menghindar k kak	
P	Siapa yang bantuki tangan ini masalah dek?	
AM	Anuji kak teman-temankuji na kasih k semangat	
P	Jadi apa rencana dan harapanta kedepannya dek?	
AM	Tidak adaji kak, Cuma ituji mauku kasih keluarki itu bapak dari sekolah supaya tidak adami korban lagi selanjutnya di sekolah kak. Sama mau k belajar ubah ini sikapku kak sama orang disekitarku	
P	Kenapa dek?	
AM	Ini kak sikapku yang selalu menghindar sama bapak guru disekolah. Sebenarnya tidak nyaman sama enak k jg mau bgtu trus kak	

## HASIL WAWANCARA

### Hasil Wawancara Dengan Teman Subjek

Kode : wwcr02/150319/SK/TS  
 Lokasi : Sekolah  
 Teknik : Wwcr (Wawancara)  
 Informan : Teman Subjek (TS)  
 Nama : SK  
 Hari/Tanggal : Jumat, 15 Maret 2019  
 Tempat : Samping Kelas  
 Jam : 13:04 s/d 13:58 WITA

#### **Keterangan :**

P : Peneliti

SK : Teman Subyek

Kode :

- a. Bentuk perasaan yang muncul pada korban ketika bertemu dengan pelaku-1.a
- b. Pikiran yang muncul ketika bertemu atau melihat pelaku – 1.c
- c. Tindakan yang dilakukan saat bertemu pelaku– 1.d
- d. Kedekatan Korban dengan Pelaku- 2.a
- e. Situasi Sekolah- 2.b
- f. Tidak Adanya Usaha Atau Tindakan Dari Pihak Sekolah- 2.c

g. Rasionalisasi– 3.a

h. Identifikasi pikiran kedalam situasi– 3.b

i. Pengenalan dan latihan *couping thought*– 3.c

j. Pengalihan pikiran negatif ke *couping thought*–3.d

k. Latihan penguatan positif-3.e

l. Evaluasi-.f

Subyek	Uraian Percakapan	Kode
P	Assalamualaikum	
SK	Waalaikumsalam kak	
P	Tidak belajarki k dek duduk-duduk diluar	
SK	Tidak kak, tidak masuk i ibu kak sakit i	
P	Oh. Kalau bgtu pale dek bisa k minta waktuta sebentar dek mau wawancara	
SK	Iye kak bisaji. Mau wawancara apa kak?	
P	Tentang AM dek	
SK	Oh iye kak. kenapa itu kak	
P	Kita tau permasalahannya AM di sekolah dek?	
SK	Kasusnya sama pak SL kak?	
P	Iye dek	
SK	Ohiye kak tau	

P	Jadi begini dek, disini saya butuh beberapa informasi tentang AM. Nah kita salah satu orang yang saya wawancarai untuk itu.	
SK	Iye kak	
P	Akrab jki sama AM toh dek?	
SK	Iye kak selalu k sama, bisa dibilang sahabatan ma iyya	
P	Bagaimana perilakunya dek di sekolah?	
SK	Seperti biasanya kak. Cuma semenjak kejadian itu kak yaa kek berubah iya kak Selama sudah itu kejadian kak berubah sekali AM lebih banyak diamnya. Kalau ketemu sama orang yang persis pak SL takut sekali	
P	Apa itu dek?	
SK	Kayak menghindar i sama bapak guru disekolah kak AM kak selalui na hindari setiap bapak guru disekolah. Kuperhatikan itu kak kalau sementara jalan i na ketemu sama bapak guru langsung mengarah lain ki	
P	Menghindar bagaimana itu dek?	
SK	Itu kak toh kalau ke kantor k sama atau keruang guru k, kalau ada pak guru naliat langsung mau keluar tidak mau ketemu sama bapak	
P	Jadi bagaimanami itu dek kalau proses pembelajaran	
SK	Tidak ji kak kalau banyak anak-anak. Ituji kak siapa pun itu kalau tua atau miripki sama pak SL kak pasti itu lain-lain pikirannya. Dulu itu kak waktu pas awal-awal kejadiannya biar itu saudara laki-lakinya na takuti juga kak nah	
P	Kalau didalam kelas dek bagaimana sikapnya?	
SK	Dulu itu kak waktu belumpi kejadian, suka sekali bercanda didalam	

	kelas. Main-main ikut gabung sama kita-kita dikelas kalau kumpulki tapi sekarang itu kak banyak sekalimi diammnya didalam kelas	
P	Jadi apaji nabikin dikelas?	
SK	Diamji saja kak, biasa tidur-tidur i dibelakang. Itupi nagabung kalau dipanggil i atau dipaksai ketawa ikut gabung atau sembarang na bikin anak-anak kak	
P	Pernah k curhat sama kita dek tentang masalahnya atau keluhannya disekolah seperti merasa gelisah, sedih, takut atau cemas ?	
SK	Kalau curhat kak iye pernahji tapi jarang. Terakhir itu curhat kak masalah itu kejadian kak tidak ada bedede tindakan bagusnya guru disekolah	
P	Ituji dek?	
SK	Iye kak, oh sama itu juga kak takut i kalau ada korban lagi dikasih bgtu kak, makanya mintai sama ibu dipindahkan itu bapak.	
P	Hm, begitu dek di'	
SK	Iye kak. Cemas sekali sebenarnya juga itu kak, karna napikir ki sempat itu bapak masih begitui karna guru pindahan itu kak dari SMK karna bermasalahi disana SMK seperti kasusnya AM kak	
P	Bermasalah bagaimana itu dek	
SK	Masalah begitu juga kak ada korban disana na kasih begitu juga itu bapak dan lebih parah dia dibanding AM kak dan itu korban yang kudengar kak keluarganya tongji juga AM katanya kak	
P	Bahayanya itu dek	



SK	Iye kak itumi takut-takut juga anak-anak kak tapi tidak semuanya kak yang tau tongji iyya kak ini masalah	
P	Padahal baiknya itu bapak selama ku disini	
SK	Baik memang kak, ramah sama semua anak-anak, kalau pagi itu kak cepat sekali datang di sekolah na sapa ki	
P	Hmm, begitu di	
SK	Iye kak	
P	Tapi akrabji AM sama teman-teman lain dikelas ?	
SK	Iye akrabji kak tapi tidak terlalu. Jarangmi kekantin kak. kalau jam istirahat itu biasanya antara mau kekantin atau tidak. Karna satuji kantin juga kak baru guru biasa makan disana juga kak. Jadi kalau jam istirahat biasanya dia didalam kelas atau disamping kelas duduk-duduk dibawah pohon kak	
P	Apa tindakan atau upaya apa yang dilakukan pihak sekolah mengenai ini kasusunya AM dek?	
SK	Katanya tidak adaji respon apa-apa dari pihak guru. Dinasehatiji bede AM kak kalau tidak na sengajaji itu pak SL bgtu. Baru sudahmi katanya juga dikasih tau pak SL baik-baik kak dikasih peringatan.	
P	Maksudnya peringatan?	
SK	Iye kak, dikasih peringatan kalau masih bgtui di kasih katanya sanksi adat kak	
P	Hmm begitu di	
SK	Iye kak	

P	Oke ple dek terima kasih atas waktunya dek nah	
SK	Iye kak. Sama-sama	

## HASIL WAWANCARA

### Hasil Wawancara Dengan OrangTua

Kode : wwcr03/130319/IR/IA  
 Lokasi : Rumah AM  
 Teknik : Wwcr (Wawancara)  
 Informan : Ibu AM (IA)  
 Nama : IR  
 Hari/Tanggal : Selasa, 13 Maret 2019  
 Tempat : Ruang Tamu  
 Jam : 16:30 s/d 17:04 WITA

#### **Keterangan :**

P : Peneliti

IR : Ibu Subyek

Kode :

- a. Bentuk perasaan yang muncul pada korban ketika bertemu dengan pelaku-1.a
- b. Pikiran yang muncul ketika bertemu atau melihat pelaku – 1.c
- c. Tindakan yang dilakukan saat bertemu pelaku– 1.d
- d. Kedekatan Korban dengan Pelaku- 2.a
- e. Situasi Sekolah- 2.b
- f. Tidak Adanya Usaha Atau Tindakan Dari Pihak Sekolah- 2.c

g. Rasionalisasi– 3.a

h. Identifikasi pikiran kedalam situasi– 3.b

i. Pengenalan dan latihan *couping thought*– 3.c

j. Pengalihan pikiran negatif ke *couping thought*–3.d

k. Latihan penguatan positif-3.e

l. Evaluasi-.f

Subyek	Uraian Percakapan	Kode
P	Assalamualaikum bu'	
IR	Waalaikumsalam. Masuk ki nak.	
P	Iye Bu	
IR	Oh kita anak KKN yang disekolahnya AM nak?	
P	Iyye ibu	
IR	Mahasiswa dari mana ki nak?	
P	Universitas Negeri Makassar bu' jurusan bimbingan konseling	
IR	Oh jadi dimanki tinggal disini?	
P	Dirumahnya pak dusun bu'	
IR	Iya baik sekali itu bapak nak, rata-rata disanaji itu anak mahasiswa kalau ada datang dikampung	
P	Iye bu' alhamdulillah. Mohon maaf bu sdh saya ganggu	

	waktuta	
IR	Iye tidak apa-apaji nak. Sudah dikasih tau memang sama AM tadi malam kalau ada kakak KKN kemarin mau datang	
P	Ohiye bu'. Jadi begini bu maksud kedatangan saya dtg kesini untuk wawancara terkait masalah AM disekolah dengan pak SL. Di tauji bu	
IR	Oh, iye nak saya tau karna pas kejadian itu langsung k dikasih tau AM kalau dikasih bgtu disekolah	
P	Apa yang ibu lakukan pada saat itu	
IR	Emosi k nak langsung kerumahnya ibu Ros kasih tau kenapa bisa ini anakku dikasih bgtu	
P	Apa responnya bu	
IR	Na suruh k diam, sabar katanya diapi yang kasih tau itu pak SL	
P	Hmm bgtu bu'. Terus bagaimana perilaku sehari-hari AM dirumah ?	
IR	Perilaku bagaimana itu nak?	
P	Aktivitasnya dirumah bu'	
IR	Seperti biasaji nak pulang sekolah makan, istirahat, kalau sore biasa keluar rumah duduk diteras rumah	
P	Setelah kejadian apakah ada perubahan yang anda rasakan terhadap AM?	
IR	Yaa semenjak kasian sudah anakku dikasih begitu banyak	

	sekali perubahannya anakku. Biasanya selalui keluar sama temannya, aktifji sama sepupunya tapi lebih banyakmi didalam rumah dibanding diluar. Sampai ada Omnya itu hari bertamu dirumah na takut i juga kasian itu.	
P	Na takuti bagaimana itu bu'	
IR	Ada omnya bertamu dirumah baru nahindari omnya tidak mau ketemu karna na pikir kalau om-om begitu seperti Pak SL orang lale semua	
P	Selain itu bu'	
IR	Awalnya tidak mau pergi sekolah. Ada berapa hari itu tidak masuk sekolah	
P	Apakah AM pernah mengemukakan keluhannya tentang perasaan yang dirasakan seperti merasa gelisah, sedih, takut atau cemas ?	
IR	Kalau bicara masalah itu tidak pernah , tapi saya sebagai orangtua pasti tau bgaman perasaanya anak apalagi kalau dalam masalah seperti itu. Perasaan seperti itu pasti dia rasa Cuma mungkin dia tidak ungkapkan	
P	Mengenai kejadian ini, upaya apa yang dilakukan pihak sekolah?	
IR	Datangji saja dirumah bicara baik-baik kalau masalah ini tidak perlu diperbesar. Karna katanya itu pak SL tidak adaji maksud lain. Dan mengenai tindakan sekolah mereka yang	

	akan kasih tau pak SL.	
P	Hm begitu bu di'	
IR	Iye nak	
P	Kebetulan bu' dsini saya jurusan BK dimana saya akan mencoba untuk memberikan penanganan kepada AM mengenai permasalahan yang dialami	
IR	Penanganan bagaimana itu?	
P	Penanganan yang dilakukan dalam BK. Jadi nantinya AM akan diberikan sebuah metode atau teknik yang cocok untuk menangani masalahnya yakni saat ini yang dialami adalah perilaku menghindar dari beberapa orang disekitarnya.	
IR	Oh, iya. Bagus itu nak kalau bisa. Saya setuju sekali.	
P	Jadi ibu setuju kalau AM ditangani dengan layanan BK disekolah?	
IR	Iye nak bagaimana baiknya selama itu untuk kebaikan	
P	Iye bu'. Terimakasih banyak untuk waktunya	
IR	Iye nak. Sama-sama.	
P	Kalau begitu saya pamit pulang Bu	
IR	Iye nak hati-hati	

## HASIL WAWANCARA

### Hasil Wawancara Dengan Guru BK

Kode : wwcr04/130319/SR/GRBK  
Lokasi : Sekolah  
Teknik : Wwcr (Wawancara)  
Informan : Guru BK  
Nama : SR  
Hari/Tanggal : Selasa, 13 Maret 2019  
Tempat : Depan Kelas  
Jam : 11:15 s/d 12:01 WITA

#### **Keterangan :**

P : Peneliti

SR : Guru BK

Kode :

- a. Bentuk perasaan yang muncul pada korban ketika bertemu dengan pelaku-1.a
- b. Pikiran yang muncul ketika bertemu atau melihat pelaku – 1.c
- c. Tindakan yang dilakukan saat bertemu pelaku– 1.d
- d. Kedekatan Korban dengan Pelaku- 2.a



e. Situasi Sekolah- 2.b

f. Tidak Adanya Usaha Atau Tindakan Dari Pihak Sekolah- 2.c

g. Rasionalisasi– 3.a

h. Identifikasi pikiran kedalam situasi– 3.b

i. Pengenalan dan latihan *couping thought*– 3.c

j. Pengalihan pikiran negatif ke *couping thought*–3.d

k. Latihan penguatan positif-3.e

l. Evaluasi-.f

Subyek	Uraian Percakapan	Kode
P	Assalamualaikum tabe' bu..	
SR	Waalaikumsalam iye nak	
P	Bu' bisa k ambil waktuta sebentar?	
SR	Banyak juga boleh	
P	Heheh iye bu'	
SR	Kenapa memangi nak	
P	Ini bu' saya mau wawancara mengenai kasus yang di alami AM disekolah	
SR	Oh iye nak, kenapa dengan AM	
P	Ditauji toh bu' kasusnya AM disekolah	
SR	Iya tau, semua guru tauji itu	

P	bagaimana respon pihak guru bu'	
SR	Baikji. Ditangani dan terselesaikanji kasusnya	
P	Bagaimana perilaku sehari-hari AM di sekolah bu'?	
SR	AM itu baik orangnya, ramah, sopan sama guru-guru di sekolah. Cuma semenjak kejadian itu memang berubahki sikapnya. Selalu menghindar sama bapak guru disekolah dan lebih banyakmi diamnya.	
P	Menghindar bagaimana itu bu?	
SR	Saya perhatikan Saya perhatikan memang itu anak ada yang berubah. Salah satunya itu mengenai perilakunya yang menghindar sama guru disekolah semenjak setelah kejadian yang tempo hari. setiap ketemu bapak guru dikantor atau tidak sengaja berpapasan langsung dia menghindar itu. Saya pernah coba suruh kekantor isi tinta, sebelum kejadian rajin kalau saya suruh kalau ke kantor setelahnya tidak mau	
P	Pernah kita tanya bu kenapa kira-kira dia begitu?	
SR	Saya pernah tanya itu, kenapa dia menghindar dan takut sama bapak gurunya padahal mereka tidak melakukan hal seperti itu. Tapi AM bilang dia takut dan berusaha untuk melawan rasa takutnya itu tapi pikirannya selalu mengarah kesitu kalau nantinya terlalu dekat atau bagaimana takutnya kejadian tempo hari terjadi lagi	
P	Bagaimana hubungan AM dengan teman dan guru di sekolah?	
SR	Bagusji. Sepertiji siswa-siswa lainnya. Cuma seperti yang saya katakan tadi, semenjak kejadian itu banyak berubah	
P	Apakah AM pernah mengemukakan keluhannya tentang perasaan yang	

	dirasakan dikelas seperti merasa gelisah, sedih, takut atau cemas ?	
SR	Kalau masalah perasaan tidakji tapi. Cuma ituji pernah naminta sama saya untuk kasih tauki kepala sekolah supaya dikeluarkan ki pak SL dari sekolah. Karna takut ki nanti katanya ada korban selanjutnya. Cuma karna saya tidak punya hak dan kepala sekolah juga bilang sudah terselesaikanmi kasusnya.	
P	Upaya apa yang ibu lakukan terhadap AM terkait tindakan penanggulangan mengenai masalah ini ?	
SR	Menasehati saja sama memotivasi mengenai permasalahannya	

**LAMPIRAN 10****VERBATIM PROSES KONSELING****Pertemuan Pertama**

Nama : AM  
 Hari/Tanggal : Senin, 18 Maret 2019  
 Tempat : Ruang kelas

**Keterangan :**

P : Peneliti

AM : Inisial kasus

**Gambaran situasi :**

Wawancara dilakukan pada sore hari pukul 16:00 diruangan kelas. Subjek mendatangi peneliti diruangan sesuai dengan izin dan kesepakatan konseli beserta kesepakatan guru, kepala sekolah dan orangtua untuk melaksanakan konseling.

**Tujuan wawancara :**

Membantu menyadarkan konseli bahwa gejala tidak sama (identik) dengan dirinya, tetapi merupakan suatu kondisi yang dapat dikendalikan oleh konseli dan membantu konseli mendapatkan pandangan baru terhadap diri sendiri serta kondisi yang dialaminya sehingga dapat menemukan sikap baru dalam menemukan arah dan tujuan hidupnya.

**a. Rasionalisasi Treatment**

<b>Subyek</b>	<b>Uraian Percakapan</b>
P	Assalamualaikum, bagaimana kabarta dek?
AM	Alhamdulillah baik-baikji kak. Kita ya kak?
P	Iye alhamdulillah baikji juga dek. Terima kasih karna sudah menyempatkan waktunya hari ini. Tidak sibuk jki toh dek?

AM	Iye kak tidakji
P	Ok. Sebelumnya kakak akan menjelaskan tujuan dari pertemuan kita kali ini. Seperti yang kita diketahui bahwa adek memiliki masalah terkait dengan permasalahan yang adek alami dengan pak SL yang menimbulkan kecemasan sosial yang kita alami saat ini.
AM	Iye kak ditauji toh kak bagaimana. Tidak ku tauji juga kak kenapa bisa banyak kujauhi padahal pak SL tonji itu kutemani bermasalah, na kenapanjo ikut2 ki juga bapak guru kutakuti kak sm keluargaku juga itu kodong kak nah
P	Iye dek, tidak saya sangka juga kalau ternyata ada permasalahan begini di sekolah dan kita yang menjadi korbanya. Jadi. Apa kira-kira perilkunta yang ingin diubah
AM	Mau ka ubah ki ini perilaku ku kak yang selalu k menghindar kalau kuliat ki bapak guru k, karena mulaimi saya rasa juga orang-orang sekitarku perhatikanka kak kayak lain-lain begitu
P	Iye dek. Jadi di tauji perilaku kecemasan sosial dek?
AM	cemas toh kak. seperti kalau kuliat pak SL di sekolah atau kalau ketemu k bapak guru menghindar k kak karena takut kak
P	Iye perilaku kecemasan sosial itu dek takutki berinteraksi dengan oranglain, orang disekitarta dikarnakan takut atau malu seperti yang kita alami sekarang.
AM	Iye kak. Tidak enak sekali kurasa kak, kayak terbatas sekali interaksi ku pokoknya beda sekali kurasa kak sebelumnya. Cuma takut2 k juga kak
P	Bagaimana pun dek kita makhluk sosial, tidak mungkin mauki begitu terus, butuhki teman atau orang disekitarta untuk bersosialisasi. apalagi ini kita bermasalah dengan guru ta sampai keluargapun juga terlibat, kan tidak mungkin

	mauki menghindar terus dengan orangtua kedua disekolah.
AM	iya kak itumi selalu juga kupikir kak tidak mungkin mau k begini terus sama guruku sendiri kecuali pak SL memang iya kak
P	Nah yang seperti itu mi merugikan dek. Bukan hanya dirita yang rugi, tapi orang lain disekitarta juga
AM	Iye kak
P	seperti itu dek akibat dari perilaku kecemasan sosial. Saya kasi contoh dek, kita anggap itu perilaku ta sebagai hal yang biasa ji karena kita anggap sebagai bentuk mencegah atau berjaga-jaga jadi kita pikir dihindarimi saja, tapi apakah orang lain yang disekitarta itu na anggap bentuk pencegahan?
AM	Belum tentu mungkin kak. Tapi kan ku anggap mereka bisa ji mengerti keadaanku
p	Memang itu menurutta. Tapi orang lain?
AM	Iya kak. Itu mi na ada juga yang tidak senang bahkan tidak na suka sekali k dengan perilakuku sekarang kak.
P	Setiap orang dek berbeda-beda. Memang ada yang jahat ada yang baik. Kalau begitu terus cara berpikirta, tidak akan bisaki berinteraksi baik dengan orang dilingkunganta.
AM	Iye kak itumi sy pikir-pikir juga sampai kapan k mau bgtu terus
P	Coba kita pikir dek, mulai pagi sampai siang menjelang sore di sekolahki tidak mungkin mauki diam dan sendiri terus. Dirumah ada orangtua dan disekolah orangtua penggantita yaa ibu dan bapak guruta
AM	Iye kak. kadang sedih k kurasa liat teman-temanku kalau sementara akrab i sm bapak guru. adami yang bercanda, main dilapangan sementara saya biar itu kalau tidak sengaja k liat matanya bapak guru kak langsung k melihat lain

P	Jadi bagaimana itu kalau sementara belajarki dek didalam kelas baru yang mengajar bapak guru?
AM	Diam-diam jika saja kak, kadang kalau ada yang tidak ku mengerti temankuji saya tanya kak. Atau karna keadaan mendesak betulmi baru k beranikan diriku bertanya sama bapak guru kak
P	Susahta mi itu begitu dek
AM	Iye kodong kak. tapi na mengertiji itu guru-guru kak.karna na tauji semua masalahku guru dikantor kak
P	Iye biarpun na mengerti dek apapun itu tetap tidak bagus. Kalau begitu terus cara ta berpikir, perilkuta tidak akan berubah dek. Coba mi kita pikir saja tidak mungkin mauki seperti itu terus dek, butuhki teman atau orang disekitarta untuk berinteraksi
AM	Iye kak. Itu mi kasian juga coba mau ku atasi. makanya waktu kutahu ada anak KKN datang kak baru kuperhatikanki kalau masuk dikelas kucobs untuk terbuka sama kita kak. karna kupikir mgkin bisaki bantu k kak. bisa ki bantu ka cara berfikirku sama perilkuku kak
P	Iya dek.Insya Allah akan saya bantuki. Selama ada niat dan betul-betulki mau berubah
AM	Iye kak mau sekali ka kak. Cuma karna tidak adanyaji kasian yang bantu k kak jadi begini k kak
P	Iye dek. Tapi sampai di sinimi dulu pertemuanta Insya Allah besok kalau tidak ada halangan ketemuki lagi.
AM	Iye kak.bantuka k di kak, jadi besok ketemu di sini ki lagi?
P	Iye dek. Besok saya kabariki nah Insya Allah kalau tidak ada halangan
AM	Iye kak
P	Oke pale dek. Pulang mki hati-hatiki nah

## VERBATIM PROSES KONSELING

### Pertemuan Kedua

Nama : AM  
 Hari/Tanggal : Selasa, 19 Maret 2019  
 Tempat : Ruang kelas

#### Keterangan :

P : Peneliti

AM : Inisial kasus

#### Gambaran situasi :

Wawancara dilakukan pada sore hari pukul 16:00 diruangan kelas. Subjek mendatangi peneliti diruangan sesuai dengan izin dan kesepakatan konseli beserta kesepakatan guru, kepala sekolah dan orangtua untuk melaksanakan konseling.

#### Tujuan wawancara :

Memberikan kemampuan mengenali dan menganalisa perilaku yang di alami.

#### b. Identifikasi Pikiran Kedalam Situasi

Subyek	Uraian Percakapan
P	Assalamualaikum
AM	Waalaikumsalam. Masukki kak
P	Iye dek. Dari tadi ki?
AM	Tidakji kak baruji
P	Saya kira lamaki menunggu dek
AM	Hehe.. tidakji kak
P	Baiklah dek seperti kesepakatan kemarin hari ini kita akan mencoba mengidentifikasi pikiranta ke dalam situasi yang selalu dilakukan.
AM	Iye kak
P	Jadi begini dek, kecemasan yang selalu menghindar yang



	kita lakukan kepada guru dan beberapa orang dilingkungan ta itu di karenakan cara berpikir ta
AM	Bagaimana itu kak ?
P	Tindakan ta itu di karenakan cara ta mengartikan suatu peristiwa. Kalau ketemuki sama bapak guru ada dua itu pilihan, menghindar atau mendekati. Kalau menghindar ki pikiran ta yang ke negatif trus akan kita bawa dek. Tetapi kalau kita mendekati sama saja kita lawan pikiran negatif ta nah jadi kalau kita lawan sama saja itu jadi penyembuh ta
AM	Ohiye kak. Pahami
P	Coba bawa masalah yang kita alami ke alur berpikirta.
AM	Itu kak kalau mau ma pergi sekolah mulaimi lagi timbul rasa cemas kak. Waktu ketemu k sama pak guru yang dibilang daeng RD dikantor kayak takut-takut k mau masuk didalam. Tinggal k dulu diam antara masuk atau tidak, tidak lama itu kak langsung k putar balik. Begitu kak?
P	Iye dek. Ini ada lembaran kertas, disini coba kita tulis dan pisahkan itu pikiran positif sama negatifta di situ.
AM	Iye kak
P	Kalau sudah atau masih ada yang belum kita mengerti, tanyakan langsung ke saya.
AM	Siap kak
P	Oke. Dek kakak kasih tugas rumah, ini ada lembar kertas berfungsi untuk melatih diri ta mengenali pikiran yang negatif dan yang positif.
AM	Iye kak
P	Sampai di sinimi dulu pertemuanta Insya Allah besok kalau tidak ada halangan ketemuki lagi.
AM	Ohiye kak
P	Oke pale dek. Pulang mki hati-hatiki nah

## VERBATIM PROSES KONSELING

### Pertemuan Ketiga

Nama : AM  
 Hari/Tanggal : Rabu, 20 Maret 2019  
 Tempat : Ruang kelas

#### Keterangan :

P : Peneliti

AM : Inisial kasus

#### Gambaran situasi :

Wawancara dilakukan pada sore hari pukul 16:00 diruangan kelas. Subjek mendatangi peneliti diruangan sesuai dengan izin dan kesepakatan konseli beserta kesepakatan guru, kepala sekolah dan orangtua untuk melaksanakan konseling.

#### Tujuan wawancara :

Memberikan kemampuan perpindahan fokus dari pikiran yang merusak diri/mengalahkan diri menuju pikiran yang lebih konstruktif dan membangun keyakinan akan kemampuannya dalam memperoleh karier yang diinginkan dan diharapkannya.

#### c. Pengenalan Dan Latihan *coping thought*

Subyek	Uraian Percakapan
AM	Assalamualaikum
P	Waalaikumsalam, masuk dek
AM	Kita lagi menunggu kak, hehehe
P	Hehee, iye tdk apa-apaji dek
AM	Ada tadi kekerja sedikit kak jadi lambat k datang
P	Iye adekku. Santai saja dek
AM	Iye kak. jadi kegiatan apalagi selanjutnya ini hari kak?
P	Baiklah hari ini kita akan melatih kemampuan perpindahan fokus dari

	pikiran yang merusak diri/mengalahkan diri menuju pikiran yang lebih konstruktif dan membangun keyakinan dek
AM	Bagaimana itu kak?
P	Kakak akan memberikan situasi-situasi yang berkaitan dengan perilaku lalu coba ki pindahkan ke pikiran negatif ke pikiran yang positif.
AM	Ohiye kak
P	kita mulai dek nah, Coba kita bayangkan situasinya ketika bertemu sama bapak guru didepan pagar. Terus pada saat itu teman-temanta berjabat tangan. Bagaimana perasaan dan pikiran ta?
AM	Masih ada perasaan takut-takutku kak mau salam juga
P	Jadi apa yang mau kita perbuat ?
AM	Mau k terus saja jalan kak
P	Itu yang kita pikirkan sekarang. Coba pikirkan hal yang lain mengenai tindakan yang akan kita lakukan
AM	Lewat k saja jalan kak sambil senyum
P	Ganti ke yang lebih positif
AM	Coba ka untuk menyapa kak sambil salam juga tapi tidak bersentuhan tangan k kak.
P	Bagus. Nah begitu mi caranya mengalihkan pikiran negatif ke pikiran positif dek. Coba ucapkan itu pikiran-pikiran positif ta?
AM	Kucoba juga untuk ikut menyapa kak sambil salaman tapi tidak bersentuhan tangan k kak. Setidaknya sedikit demi sedikit kak
P	Oke good. Tulismi itu pikiran-pikiran positifta, Ini ada selembar kertas tulis disituki.
AM	Iye siap kak. Semuanya ini pikiran positifku ?
P	Iye dek
<b>(Konseli mempraktekkan latihan tersebut)</b>	
P	Bagaimana perasaanta dek latihan tadi. Ada mi ta rasa

	perubahan?
AM	Iye kak. Mulai ma bisa berpikir yang baik kak
P	Iya dek. Latihan terus di rumah karena akan susahki itu berinteraksi ke orang lantas kalau susahki berinteraksi akan berdampak itu untuk kita nantinya semisal mauki cari kerja sama kalau mauki kuliah nanti
AM	Iye kak. Berusaha jika kak latihan trus dirumah. Kalau latihan k didepan cermin k juga kak
P	Iye dek alhamdulillah. Latihan terus nah Insya Allah bisaki dekku.
AM	Siap kak. Janganki bosan bimbing ka terus kakak di.
P	Iye tugasku memang beginiji dek membantu adek-adekku yang bermasalah. Sampai di sinimi dulu pertemuanta Insya Allah kita lanjut lagi dipertemuan selanjutnya kalau tidak ada halangan.
AM	Ohiye kak
P	Oke pale dek. Pulang mki hati-hatiki nah
AM	Iye kak

## VERBATIM PROSES KONSELING

### Pertemuan Keempat

Nama : AM  
 Hari/Tanggal : Senin, 25 Maret 2019  
 Tempat : Ruang kelas

#### Keterangan :

P : Peneliti

AM : Inisial kasus

#### Gambaran situasi :

Wawancara dilakukan pada sore hari pukul 16:00 diruangan kelas. Subjek mendatangi peneliti diruangan sesuai dengan izin dan kesepakatan konseli beserta kesepakatan guru, kepala sekolah dan orangtua untuk melaksanakan konseling.

#### Tujuan wawancara :

Memberikan kemampuan mengatasi perilaku yang negative

#### d. Peralihan Pikiran Negatif ke *coping thought*

Subyek	Uraian Percakapan
AM	Assalamualaikum kak
P	Waalaikumsalam adekku. Masukki
AM	Bagaimana kabarta kak
P	Alhamdulillah dek baikji
AM	Rindu ta deh kak, padahal baruji berapa hari tidak ketemu, hehe..
P	Hehe, iye deku. Bagaimanaji dengan tugas rumah yang kakak berikan pertemuan lalu dek?
AM	Sudah mi ku latih di rumah kak. Banyak mi latihan-latihan ku ikuti. Setiap saat ku coba terus
P	Alhamdulillah. Kakak senang dengan semangatmu. Hari ini kita akan mencoba untuk mengalihkan pikiran negatif ta ke

	permasalahan yang kamu alami.
AM	Iya kak siap ma
P	Misalnya dek kalau na suruhki ibu guru isi tinta spidol di kantor, lalu dikantor lumayan banyakji bapak sama ibu guru sementara pak SL (pelaku) ada juga. Apa kira-kira yang akan kamu lakukan?
AM	Deh kak malla'ku deng. Biasanya itu kak tidak mau k atau kalau pergi k biasa langsung k putar kembali ke kelas. Tapi ku usahakan untuk tidak kembali sebelum terisi tinta.
P	Jadi apa tindakan ta?
AM	Langsung jika saja masuk to kak kutanyai ibu guru yang ada didalam. Karna tidak mungkin juga mau k na dekati itu bapak kalau banyak guru kak.
P	Alhamdulillah. Jadi bagaimana perasaanta dek setelah latihan tadi. Ada mi ta rasa perubahan dengan pikiran ta?
AM	Iye kak. Mulai ma bisa berpikir yang baik kak beda sama kemarin-kemarin
P	Iye dek alhamdulillah. Latihan teruski di rumah nah dek
AM	Iye kak

## VERBATIM PROSES KONSELING

### Pertemuan Kelima

Nama : AM  
 Hari/Tanggal : Selasa, 26 Maret 2019  
 Tempat : Ruang kelas

#### Keterangan :

P : Peneliti

AM : Inisial kasus

#### Gambaran situasi :

Wawancara dilakukan pada sore hari pukul 16:00 diruangan kelas. Subjek mendatangi peneliti diruangan sesuai dengan izin dan kesepakatan konseli beserta kesepakatan guru, kepala sekolah dan orangtua untuk melaksanakan konseling.

#### Tujuan wawancara :

Memberikan kemampuan mengatasi kecemasan sosial dalam menghadapi dan menghilangkan perilakunya sendiri yang negatif.

#### e. Latihan Penguatan Positif

Subyek	Uraian Percakapan
AM	Assalamualaikum
P	Waalaikumsalam, masuk dek
AM	Iye kak, jadi kegiatan apalagi selanjutnya kak?
P	Baiklah jadi hari ini kita akan melatih verbalisasi pikiran ke <i>coping thought</i> ?
AM	Bagaimana itu kak?
P	Jadi kakak akan memberikan situasi-situasi yang berkaitan dengan perilaku ta lalu coba kita pindahkan ki pikiran negatif ta ke pikiran yang positif. Nah setelah itu langsungki verbalisasikan ki atau ucapkan dengan cepat di

AM	Ohiye kak. Jadi cepat k ucapkan i kak?
P	Iye dek diucapkan dengan cepat
AM	Ohiye kak siap
P	Ok. Coba ta bayangkan kembali situasinya nah. Sementara sendiriki dirumah tiba-tiba ada om ta bertamu. Apa yang kita lakukan?
AM	Kusuruh masuk k baru saya tanyai apa tujuannya datang.
P	Ok. Terus kalau sementara jalanki disekolah baru ketemuki sama bapak guru dan pak SL (pelaku), apa yang kita lakukan?
AM	Kalau ketemu k sama bapak guru kak langsung saya sapa dan salam seperti yang kita ajarkan siswa kak tapi kalau ketemu k sama itu bapak (pelaku) menghindar atau ku diamkan saja kak. Selama tidak na ganggui jika kak
P	Alhamdulillah. Sudah bagus mi pengalihan ta dek. Mulai mki berpikir positif
<b>(Konseli Mempraktikkan Latihan tadi)</b>	
P	Bagaimana perasaan Bagaimana perasaanta dek setelah latihan tadi. Ada mi ta rasa perubahan dengan pikiran ta?
AM	Alhamdulillah iye kak. Mulai ma bisa berpikir yang baik kak, sedikit demi sedikit mulai ma juga kontrolki perilaku ku yang kemarin kak
P	Iye dek. Latihan terus ki rumah nah
AM	Iya kak.



## VERBATIM PROSES KONSELING

### Pertemuan Keenam

Nama : AM  
 Hari/Tanggal : Rabu, 27 Maret 2019  
 Tempat : Ruang kelas

#### Keterangan :

P : Peneliti

AM : Inisial kasus

#### Gambaran situasi :

Wawancara dilakukan pada sore hari pukul 16:00 diruangan kelas. Subjek mendatangi peneliti diruangan sesuai dengan izin dan kesepakatan konseli beserta kesepakatan guru, kepala sekolah dan orangtua untuk melaksanakan konseling.

#### Tujuan wawancara :

Mengurangi atau menghilangkan ide-ide dan perasaan-perasaan yang negatif, irasional dan tidak logis dalam situasi-situasi tertentu.

#### f. Evaluasi

Subyek	Uraian Percakapan
AM	Assalamualaikum
P	Waalikumsalam, masukki dek.
AM	Iye kak
P	Bagaimana kabarta hari ini dek?
AM	Alhamdulillah baik-baikji kak, kita?
P	Iye alhamdulillah baik dek. Terima kasih dek nah sudah meluangkan waktunya kembali untuk hari
AM	Baa iye kak tidak apa-apaji. Justru kusuka iya kak
P	Baiklah coba kita dengar hasil yang sudah kita dapat selama ini?

AM	Alhamdulillah kak sudah bagus mi kak. Bisa ma kendalikan ki rasa takutku disekolah kak, bedami dari sebelumnya kak
P	Alhamdulillah. Tidak adaji kendala dek?
AM	Iye tdk adaji kak. sisa itu mami kalau ketemu k sama itu pak SL (pelaku) kak kuhindari atau kudiammi saja kak, selama tidak pernahji na sentuh atau macam-macam sama saya kak
P	Iye dek ini khusus untuk si pelaku kalau selama tidak diganggu atau diapaiki, tindakanta cukup diam atau menjauhki saja
AM	Iye kak, kalau sama yanag lain alhamdulillah baik-baikji kak.
P	Tetap perthankan itu karena itu pikiran semua ji sebenarnya bias kontrol perilaku.
AM	Iye kak
P	Bagaimana perasaanta dek setelah kita ikuti semua ini latihan?
AM	Baik sekali kak. Banyak sekali kurasa manfaatnya untuk saya. Terima kasih banyak kak
P	Iye dek. Belajar terus di rumah dek nah. Kalau dapat masalah seperti itu lagi terapkan ki kembali teknik ini sampai bisa terkontrol kembali pikiranta dek
AM	Iye kak
P	Alhamdulillah, jadi sekarang sudah saatnya mengakhiri sesi konseling. Tujuanta juga sudah tercapai. Pesan ku dek, gunakan kemampuan ta dengan sebaik-baiknya karena kita adalah makhluk sosial yang pasti membutuhkan interaksi dengan orang lain. Tanpa teman, sahabat, keluarga maupun guru kita tidak bisa apa-apa dan bukan siapa-siapa
AM	Iya kak terima kasih banyak kak. saya usahakan untuk terus mempertahankan perilaku ku
P	Iye dek terimakasih banyak dek nah atas waktuta selama ini, maaf kalau saya ganggu jam istirahatta. Semoga bermanfaat untuk kita

AM	Iye kak saya seharusnya banyak berterimakasih kak sudah kita bantuka
P	Iye dek

**LAMPIRAN 11****DOKUMENTASI**

**(Wawancara dengan Guru BK untuk mengidentifikasi perilaku kecemasan sosial yang dialami oleh siswa)**



**(Wawancara dengan konseli)**



**(Wawancara dengan Teman Konseli untuk mengidentifikasi perilaku konseli di dalam kelas dan lingkungan sekolah)**



**(Wawancara dengan Orangtua Konseli untuk mengidentifikasi perilaku konseli di rumah)**



**(Identifikasi perilaku kecemasan sosial yang dialami oleh konseli)**



**(Konseli membuat komitmen untuk mengubah perilaku)**



**(Peneliti mendebat pikiran irasional konseli dan mengubahnya menjadi pikiran yang rasional)**



**(Peneliti dan konseli menceritakan hasil yang diperoleh dari restrukturisasi kognitif)**



**(Konseli mengisi lembar evaluasi diri)**



## RIWAYAT HIDUP



**SYAFITRI**, lahir di Lanipa Kabupaten Luwu, Provinsi Sulsel pada tanggal 22 Januari 1997. Anak Kedua dari pasangan suami istri Bapak Muh. Suaib dan Ibu Darna.

Mengikuti pendidikan formal pada Tahun 2003 di SDN 54 Lanipa dan lulus pada tahun 2009. Tahun 2009 melanjutkan ke SMP Negeri 3 Bupon, lulus pada tahun 2012. Dan pada tahun yang sama melanjutkan ke SMA Negeri 2 Belopa, lulus tahun 2015. Kemudian pada tahun yang sama penulis terdaftar sebagai Mahasiswa di Universitas Negeri Makassar, pada Fakultas Ilmu Pendidikan, jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan (PPB) dengan program studi Bimbingan dan Konseling (BK).