**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang Masalah**

Setiap individu pasti mengalami fase tumbuh dan berkembang dalam hidupnya. Selama proses perkembangan tersebut, terdapat salah satu tahapan yang disebut sebagai tahap masa remaja. Individu yang memasuki masa remaja rentang karena berada pada masa transisi dari kanak-kanak menuju ke dewasa. Menurut Sarwono (2014: 72) “Masa transisi ini seringkali menghadapkan individu yang bersangkutan kepada situasi yang membingungkan; di satu pihak ia masih kanak-kanak, tetapi dilain pihak ia sudah harus bertingkah laku seperti orang dewasa”. Pada tahap ini, individu akan mengenali beberapa tugas perkembangan dalam dirinya, salah satunya adalah perkembangan sosial, dimana pada umumnya individu akan banyak berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

Bentuk perkembangan sosial salah satunya adalah interaksi sosial dengan teman sebaya. Interaksi sosial dengan teman merupakan bentuk aktualisasi diri di lingkungan sekolah, dimana aktualisasi diri adalah puncak kebutuhan manusia menurut Maslow. Individu dapat menemukan jati dirinya dengan caranya sendiri melalui proses interaksi sosial. Apabila interaksi sosial tersebut tidak berjalan dengan baik, maka individu tersebut terindikasi mempunyai masalah dalam dirinya. Dalam hal ini, dibutuhkan kemampuan individu untuk memahami dirinya agar mendapatkan harga diri di lingkungannya. Terbentuknya harga diri individu akan mempengaruhi interaksi sosial individu tersebut.

Perlakuan positif yang diberikan kepada individu dapat membuat hidup individu bahagia, sehat, berhasil, dan dapat menyesuaikan diri dengan baik serta mampunyai kepercayaan diri yang tinggi. Sebaliknya, perlakuan negatif yang diberikan kepada individu dapat membuat hidup individu secara relatif tidak sehat, cemas, tertekan, rendah diri, dan pesimis tentang masa depannya, dan mudah atau cenderung gagal. Orang yang harga diri rendah memiliki kecenderungan rendah diri *(self defeating).* Rendah diri dapat diartikan sebagai orang yang tidak memiliki keyakinan tentang kemampuan dirinya sendiri.

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

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

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

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

Penelitian yang dilakukan oleh Janah (2017) dengan jumlah 2 orang siswa dengan kategori *withdrawal* tinggi dan sedang. Peneliti menggunakan pendekatan REBT dengan model *single subject research design A-B-A* untuk menangani siswa yang berperilaku menarik diri karena dalam pendekatan REBT pemikiran *irrational* dapat diubah menjadi pemikiran *rational*. Hal ini terbukti dari hasil penelitiannya bahwa dari 2 siswa tersebut mengalami penurunan perilaku *withdrawal.*

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

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Amilin (2014) menemukan terdapat 6 siswa dengan kategori menarik diri sangat tinggi. Intervensi yang diberikan adalah kegiatan konseling kelompok, dengan pendekatan kognitif perilaku yang berfokus pada restrukturisasi kognitif yang di bantu dengan *self* *monitoring*. Hal ini dikarenakan kecenderungan menarik diri *(withdrawal)* yang didasari oleh keyakinan negatifyang menimbulkan perilaku yang salah pada diri individu. Dari hasil analisis per individu yang didasarkan pada hasil *pre-test* dan *post-*test mengalami penurunan skor menarik diri.

Perilaku *withdrawal* bukan hanya terjadi di sekolah tingkat menengah tetapi juga terjadi di beberapa sekolah tingkat menengah kejuruan, salah satunya di SMK Katika Wirabuana XX-I Makassar. Berdasarkan hasil wawancara oleh guru BK SMK Kartika Wirabuana XX-I Makassar pada tanggal 13 Agustus 2018 bahwa terdapat beberapa siswa yang mengalami gejala menarik diri *(withdrawal)* yang ditandai dengan suka menyendiri, pendiam, kurang berpartisipasi dalam kegiatan sekolah baik dalam jam pelajaran maupun pada kegiatan diluar jam pelajaran, kurang aktif bersosialisasi dengan teman sebayanya, dan komunikasi verbal menurun atau tidak ada. Hal ini senada dengan apa yang dipaparkan oleh beberapa wali kelas bahwa ada beberapa siswa yang kurang aktif dalam proses pembelajaran terlebih khusus jika diberikan tugas dalam bentuk kelompok, individu hanya diam dan tidak berpartisipasi dalam pengerjaan tugas. Terdapat pula individu yang tergolong pintar namun apabila diberikan tugas berkelompok, dia hanya mengerjakan sendirian tanpa berkelompok.

Berdasarkan observasi yang juga dilakukan dengan bantuan koordinator BK di tanggal 13 Agustus 2018 pada saat jam istirahat, ditemukan beberapa siswa yang kurang melibatkan diri dalam aktifitas sosial, individu tidak terlibat dengan kelompok teman sebayanya, kurang komunikasi, pemurung, dan tidak bersemangat. Kemuadian peneliti membagikan skala *withdrawal* yang dikembangkan oleh Riskikah Hidayanti. Adapun hasil dari skala *withdrawal* menunjukkan bahwa terdapat 37 siswa dari 318 siswa yang memiliki karakteristik menarik diri *(withdrawal)* yang berada di kategori tinggi dan sangat tinggi. Tingginya perilaku menarik diri pada siswa ditunjukan dengan suka menyendiri, pendiam, kurang berpartisipasi dalam kegiatan sekolah baik dalam jam pelajaran maupun pada kegiatan diluar jam pelajaran, kurang aktif bersosialisasi dengan teman sebayanya, dan komunikasi verbal menurun atau tidak ada*.* Perilaku *withdrawal* tersebut dapat merugikan dirinya sendiri karena individu tidak dapat mengembangkan potensinya dengan baik, baik dalam hal kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Melihat fenomena yang ada di lapangan, maka dipandang perlu adanya upaya untuk membantu menangani permasalahan menarik diri *(withdrawal)* pada siswa. Apabila perilaku *withdrawal* terjadi dan dikaitkan dengan kurang mampunya berinteraksi dengan lingkungan maka individu membutuhkan pengalaman interaksi secara langsung, maka akan diberikan perlakuan berupa kegiatan yang dilakukan secara berkelompok, dengan tujuan agar individu itu terbiasa dan tidak canggung hidup dengan lingkungan sosial.

Perilaku *withdrawal* diakibatkan oleh pikiran atau keyakinan yang negatif terhadap dirinya sendiri sehingga berdampak pada perilaku siswa yang ditandai dengan perilaku rendah diri, kehilangan kepercayaan diri, merasa gagal akan mencapai keinginan, rasa bersalah terhadap diri sendiri, gangguan hubungan sosial, merendahkan martabat, dan percaya diri kurang, maka dari fenomena tersebut perlu untuk mengkonstruksi ulang pikiran irasional atau keyakinan negatifsiswamenjadi pikiran atau keyakinan positf yang di tandai dengan senang bergaul, antusias terhadap aktivitas sekolah, tenang dan berpikiran terbuka sikap optimis, yakin terhadap dirinya sendiri, dan menggunakan waktu dengan efektif.

Adapun intervensi yang diberikan dari fenomena tersebut adalah kegiatan konseling kelompok, dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* (CBT)melalui teknik restrukturisasi kognitif. Apabila individu mempunyai persepsi negatif atau pikiran irasional terhadap orang lain serta melakukan tindakan-tindakan menghindar atau menarik diri dari orang lain sehingga menimbulkan perilaku yang salah, maka dalam menangani permasalahan tersebut dibutuhkan layanan konseling yang menekankan pada kognitif dan perilaku. Restrukturisasi kognitif berakar pada penghapusan distorsi kognitif atau kesimpulan yang salah, pikiran, keyakinan irasional, dan mengembangkan kognisi baru dengan pola respon yang lebih baik atau sehat.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Damayanti & Nurjannah (2016) menjelaskan berdasarkan hasil rata-rata skor harga diri sebelum mengikuti layanan konseling kognitif perilaku teknik restrukturisasi kognitifadalah rendah dan setelah mengikuti layanan konseling kognitif perilaku dengan teknik restrukturisasi kognitifmeningkat. Dari hasil pelitiannya terdapat ada pengharuh penerapan layanan konseling kognitif perilaku dengan teknik restrukturisasi kognitifterhadap harga diri peserta didik kelas VIII di MTs N 2 Bandar Lampung*.*

Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan oleh Agustine (2018) menjelaskan berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan terdapat perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* yaitu skor *post-test* lebih besar dibanding skor *pre-test*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan strategi restrukturisasi kognitif dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas X IPS 1 SMAN 1 Ponggok Kabupaten Blitar.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian tentang teknik restrukturisasi kognitif dapat disimpulkan bahwa teknik tersebut dapat mengubah pikiran negatif siswa menjadi pikiran positif. Berdasarkan penjelasan di atas maka peneliti ingin mengkaji lebih dalam mengenai teknik restrukturisasi kognitif terhadap perilaku *withdrawal* siswa dengan judul penerepan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi perilaku *withdrawal* di SMK Katika Wirabuana XX-I Makassar.

1. **Rumusan Masalah**

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

1. Bagaimanakah kecenderungan perilaku *withdrawal* siswa di SMK Katika Wirabuana XX-I Makassar?
2. Bagaimanakah pelaksanaan teknik restrukturisasi kognitif di SMK Katika Wirabuana XX-I Makassar?
3. Apakah teknik restrukturisasi kognitif dapat mengurangi perilaku *withdrawal* siswa di SMK Katika Wirabuana XX-I Makassar?
4. **Tujuan Penelitian**

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

* 1. Kecenderungan perilaku *withdrawal* siswa di SMK Katika Wirabuana XX-I Makassar.
  2. Pelaksanaan teknik restrukturisasi kognitif di SMK Katika Wirabuana XX-I Makassar.
  3. Teknik restrukturisasi kognitif dapat mengurangi perilaku *withdrawa)* siswa di SMK Katika Wirabuana XX-I Makassar.

1. **Manfaat Hasil Penelitian**

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

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