

SKRIPSI
PENERAPAN TEKNIK REFRAMING DALAM
MENGATASI PERSEPSI NEGATIF PADA
SANTRI KORBAN BULLYING

**(Studi Kasus Santri Baru Asrama Al Qohiroh
Pondok Pesantren Darussalam Blokagung)**



Oleh :

Faisal Ahmad Al Birruni

NIM : 2012211017

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN
KONSELING ISLAM FAKULTAS DAKWAH DAN
KOMUNIKASI ISLAM UNIVERSITAS KH.
MUKHTAR SYAFAAT BLOKAGUNG
BANYUWANGI
2024

SKRIPSI
PENERAPAN TEKNIK REFRAMING DALAM
MENGATASI PERSEPSI NEGATIF PADA SANTRI
KORBAN BULLYING

**(Studi Kasus Santri Baru Asrama Al Qohiroh Pondok
Pesantren Darussalam Blokagung)**



Oleh :

Faisal Ahmad Al Birruni

NIM : 2012211017

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
ISLAM FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
ISLAM UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
BLOKAGUNG BANYUWANGI
2024

PRASYARAT GELAR

PENERAPAN TEKNIK REFRAMING DALAM MENGATASI PERSEPSI NEGATIF PADA SANTRI KORBAN BULLYING

**(Studi Kasus Santri Baru Asrama Al Qohiroh Pondok Pesantren
Darussalam Blokagung)**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH.
Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi untuk memenuhi salah satu
persyaratan dalam menyelesaikan Program Sarjana Sosial (S.Sos)

FAISAL AHMAD AL BIRRUNI

2012211017

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
BLOKAGUNG BANYUWANGI
2024**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi Dengan Judul:

**PENERAPAN TEKNIK REFRAMING DALAM MENGATASI
PERSEPSI NEGATIF PADA SANTRI KORBAN BULLYING
(Studi Kasus Santri Baru Asrama Al Qohiroh Pondok Pesantren
Darussalam Blokagung)**

Telah disetujui untuk diajukan dalam sidang ujian skripsi

Pada tanggal: 29 Juli 2024

Mengetahui,

Ketua Prodi
Bimbingan dan Konseling Islam

Pembimbing



Halimatus Sa'diah, S.Psi., M.A
NIDN. 32101019008



Abdul Karim, S.Sos, M.A
NIDN. 2106068903

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi saudara Faisal Ahmad Al Birruni telah di munaqosah kepada Dewan
Penguji Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH.
Mukhtar Syafaat (UIMSYA) Blokagung Banyuwangi pada

tanggal:

(08 Juli 2024)

dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat untuk
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Tim Penguji:

Ketua



Abdul Karim, S.Sos, M.A

NIPY. 3152211069701

Penguji I



Magnida, M.Ag
NIDN. 2106068903

Penguji II



Halimatus Sa'diah, S.Psi., M.A
NIDN. 2105078101

Dekan



Agus Baihaqi, S.Ag, M.I.Kom

NIDN. 2128107201

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

عَيْنُ الرَّضَا عَنْ كُلِّ عَيْبٍ كَلِيلَةٌ، كَمَا أَنَّ عَيْنَ السُّخْطِ تُبْدِي الْمُسَاوِيَا

“Pandangan yang didasarkan pada kerelaan akan selalu tumpul dalam melihat sebuah cacat (pada orang lain). Sebaliknya pandangan yang didasarkan pada kebencian akan selalu menangkap kesalahan (pada orang lain).”

(Mahfudzot)

Skripsi ini ku persembahkan kepada :

- Kedua orang tua ku tercinta, yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta doa, dukungan, nasihat yang tiada henti untuk setiap pencapaian saya. Ucapan terimakasih saja takkan pernah cukup untuk membalas kebaikan beliau.
- Saudara kembar dan adik saya Khaidar Ahmad Al Birruni yang saat ini juga sedang berjuang menyelesaikan skripsinya dan Sallima Kamila yang sedang berjuang untuk Qurannya atas semua dukungan, semangat, terimakasih dan sayang ku untuk kalian.
- Seluruh Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam khususnya Bapak Rizqon Al Musafiri, S.Pd, M.Pd selaku Dosen pembimbing, penguji dan pengajar, yang selama ini telah tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengarahkan saya, memberikan bimbingan dan pelajaran yang tiada ternilai harganya, agar saya menjadi lebih baik. Terimakasih banyak atas jasa kalian akan selalu terpatrit di hati.
- Seluruh teman seperjuangan Prodi BKI angkatan 2020 kelas A dan B, yang saling mendukung, mengingatkan dalam menyelesaikan skripsi bersama.
- Teman-teman ngopi dan gesah politik, masa depan, konspirasi dunia di Markas Mas Barok seperti Kandar, Amiq, Fajar, Awi, Haul, dkk, satire dan sarkas kalian menjadi cerita tersendiri di ingatan saya. Terimakasih untuk kebersamaan nya selama menempuh kuliah.

**PERNYATAAN
KEASLIAN SKRIPSI**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya:

Nama : Faisal Ahmad Al Birruni
NIM : 2012211017
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat Lengkap : Dusun IV, Kampung Wates, Kec. Bumi Ratu Nuban, Kab.
Lampung Tengah, Lampung

Dengan sungguh-sungguh menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Banyuwangi, 23 Juni 2024

Yang Menyatakan,



Faisal Ahmad Al Birruni

NIM: 2012211017

ABSTRAK

Faisal Ahmad Al Birruni. 2024. Penerapan Teknik Reframing Dalam Mengatasi Persepsi Negatif Pada Santri Korban Bullying (Studi Kasus Santri Baru Asrama Al Qohiroh Pondok Pesantren Darussalam Blokagung). Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas KH. Mukhtar Syafaat. Pembimbing: M Rizqon Al Musafiri, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci : Teknik Reframing, Persepsi Negatif, Santri Korban Bully, Pondok Pesantren

Bullying di kalangan santri dapat menyebabkan dampak negatif yang signifikan terhadap kesehatan mental dan emosional korban. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman individu terkait penerapan teknik reframing dalam mengatasi pikiran negatif pada santri korban bullying. Teknik reframing adalah metode psikologis yang bertujuan untuk mengubah cara pandang individu dari persepsi negatif ke persepsi positif terhadap situasi yang dialami, sehingga membantu mengurangi dampak negatif dari peristiwa tersebut dan meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus pada satu partisipan, seorang santri yang mengalami bullying di rumah dan di Asrama Al Qohiroh Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi . Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi partisipatif selama tiga bulan Analisis data dilakukan dengan menggunakan metode analisis tematik untuk mengidentifikasi perubahan dalam pola pikir dan persepsi partisipan setelah menerima intervensi teknik reframing.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik reframing memberikan dampak positif yang signifikan bagi partisipan. Perubahan utama yang diidentifikasi meliputi pergeseran perspektif dari memandang diri sebagai korban menjadi melihat bullying sebagai pengalaman yang dapat memberikan pembelajaran dan pertumbuhan pribadi. Partisipan melaporkan peningkatan rasa percaya diri, pengurangan pikiran negatif, dan kemampuan yang lebih baik dalam mengelola emosi. Teknik reframing juga membantu partisipan untuk memaknai ulang pengalaman bullying secara lebih positif dan konstruktif.

ABSTRACT

Faisal Ahmad Al Birruni. 2024. The Application of Reframing Techniques in Overcoming Negative Perceptions in Santri Victims of Bullying (A Case Study of New Santri at Al Qohiroh Dormitory, Darussalam Blokagung Islamic Boarding School). Ungraduate Thesis, Islamic Guidance and Counseling Study Program, KH. Mukhtar Syafaat University. Supervisor: M Rizqon Al Musafiri, S.Pd., M.Pd.

Keywords: Reframing Technique, Negative Perception, Islamic Boarding School Students Who Are Victims of Bullying, Islamic Boarding School.

Bullying among Islamic boarding school students can cause significant negative impacts on the mental and emotional health of the victims. This study aims to explore the individual experience related to the application of reframing techniques in overcoming negative thoughts in an Islamic boarding school student who has been a victim of bullying. Reframing is a psychological method aimed at changing an individuals perspective on their situation, thereby helping to reduce the negative impact of such events and improve psychological well-being.

This study employs a qualitative approach with a case study design focusing on one participant, an Islamic boarding school student who experienced bullying both at home and at the Al Qohiroh Dormitory of the Darussalam Blokagung Islamic Boarding School in Banyuwangi. Data were collected through in-depth interviews and participatory observation over a period of three months. Data analysis was conducted using thematic analysis to identify changes in the participants thought patterns and perceptions after receiving the reframing technique intervention.

The results of the study show that the application of reframing techniques has a significant positive impact on the participant. Key changes identified include a shift in perspective from viewing oneself as a victim to seeing bullying as an experience that can offer learning and personal growth. The participant reported increased self-confidence, a reduction in negative thoughts, and better emotional management skills. The reframing technique also helped the participant to reframe the bullying experience in a more positive and constructive manner.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji pada Allah SWT, skripsi ini hanya bisa selesai semata karena rahmat, ridho dan kasih-Nya.

Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW. yang menjadi teladan bagi umatnya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, proposal skripsi ini tidak akan terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang tulus dan ikhlas kepada :

1. Pengasuh Pondok Pesantren Darussalam Blokagung KH Ahmad Hisyam Syafaat S.Sos.I., M.H.
2. Dr. H. Ahmad Munib Syafaat, Lc., M.E.I selaku Rektor Universitas KH Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi.
3. Agus Baihaqi, S.Kom., M.I.Kom. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi.
4. Halimatus Sadiyah, S.Psi., M.A selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling (BKI) Universitas KH Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi.
5. M. Rizqon Al Musafiri. M.Pd selaku Dosen Pembimbing.
6. Seluruh Dosen Universitas KH Mukhtar Syafaat (UIMSAYA) Blokagung Banyuwangi.
7. Kepada kedua orang tua, para ustadz dan guru yang selalu memberikan dukungan, motivasi serta doa.
8. Serta semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung telah menyumbangkan tenaga dan pikirannya demi terselesaikannya Penulisan Proposal skripsi ini.

Tiada balas jasa yang dapat diberikan oleh penulis kecuali hanya doa kepada Allah SWT yang Maha Pemurah lagi Maha Pengasih, semoga kebaikan beliau semua mendapat balasan dari-Nya. Tiada gading yang tak retak, tiada manusia yang sempurna. Demikian juga dengan proposal skripsi ini, tentunya masih ada kekurangan. Oleh karena, dengan kerendahan hati, penulis berharap akan saran dan kritik yang konstruktif. Dan atas segala kekhilafan dalam penulisan proposal skripsi ini mohon maaf sebagai insan yang dhoif. Akhirnya kepada *Allah Azza Wajalla*, penulis kembalikan segala suatunya dengan harapan semoga proposal skripsi ini tersusun dengan ridho-Nya serta dapat memberikan manfaat. *Amin Ya Robbal Alami.*

FAISAL AHMAD AL BIRRUNI

DAFTAR ISI

Cover	
Cover Dalam.....	i
Halaman Pengesahan Penguji	ii
Halaman Motto Dan Persembahan	iii
Halaman Pernyataan Keaslian Tulisan	iv
Abstrak	v
Abstract.....	vi
Kata Pengantar.....	ix
Daftar Isi	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.5 Definisi Istilah	5
a. Teknik Reframing.....	5
b. Persepsi Negatif.....	6
c. Bullying	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
2.1 Kajian Teori	8
a) Teknik Reframing.....	8
1. Pengertian Teknik Reframing	8
2. Jenis Teknik Reframing	9
3. Tahap Pada Teknik Reframing	10
4. Tujuan Teknik Reframing	11
b) Persepsi Negatif	12
1. Pengertian Persepsi	12
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Persepsi.....	13
3. Proses Terjadinya Persepsi	20
4. Macam-macam Persepsi	21
c) Bullying	23
1. Pengertian Bullying	23
2. Karakteristik Bullying.....	25
3. Faktor Terjadinya Tindakan Bullying.....	26
4. Tokoh dalam Tindakan Bullying	28
5. Gejala –gejala Dampak tindakan bullying.....	22
6. Dampak perilaku <i>bullying</i>	23
2.2 Penelitian Terdahulu	24
2.3 Alur Pikir Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Jenis Penelitian	27
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	27
C. Kehadiran Peneliti	27

D. Informan Penelitian	28
E. Data dan Sumber Data	28
F. Teknik Pengumpulan Data	29
G. Teknik Analisi Data	30
H. Keabsahan Data	31
I. Tahapan-tahapan penelitian	32
BAB IV PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN	34
A. Gambaran Umum Penelitian	34
B. Analisis Data Lapangan	35
BAB V PEMBAHASAN	37
BAB VI PENUTUP	39
A. Kesimpulan	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN	42
BIOGRAFI	55

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Salah satu fenomena yang menyita perhatian dalam dunia pendidikan zaman sekarang adalah kekerasan di sekolah, baik yang dilakukan siswa terhadap gurunya, maupun siswa terhadap siswa lainnya. Maraknya aksi tawuran dan perundungan (*bullying*) yang dilakukan oleh siswa di sekolah yang semakin banyak menghiasi deretan berita baik di media cetak maupun elektronik menjadi bukti telah tercerabutnya nilai-nilai kemanusiaan. Tentunya kasus-kasus kekerasan tersebut tidak saja mencoreng citra pendidikan yang selama ini dipercaya oleh banyak kalangan sebagai sebuah tempat dimana proses pembelajaran secara optimal dan bermutu untuk dapat melahirkan siswa yang berkualitas. Pernyataan ini sejalan dengan Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No. 1 Tahun 2003 yaitu,

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara”.

Akan tetapi jika dilihat dari fakta yang ada, akan terasa berlawanan dan ini juga menimbulkan sejumlah pertanyaan, bahkan gugatan dari berbagai pihak yang semakin kritis mempertanyakan esensi pendidikan di berbagai Lembaga Pendidikan. Memang benar, sebagai suatu lembaga pendidikan, sekolah tidak hanya fokus pada perkembangan *rational intelligence* peserta didik, namun juga selalu memastikan peserta didik untuk terus mendapatkan rasa aman dan nyaman dalam mengikuti proses pembelajaran.

Perilaku perundungan (*bullying*) pada akhir-akhir ini sangat memprihatinkan bagi para pendidik, pengajar, orang tua dan masyarakat. Bagaimana mungkin sekolah, madrasah, pondok pesantren yang notabennya sebagai lembaga pendidikan dan menjadi tempat bagi setiap generasi dalam menimba ilmu dan membentuk karakter pribadi yang positif dan ternyata mulai menjadi tempat tumbuhnya berbagai macam perilaku perundungan. Hal ini akan menjadi satu mata rantai yang sulit terputus. Setiap generasi akan melakukan hal yang sama untuk merespon kondisi situasional yang menekannya, hingga pola perilaku yang diwariskan ini menjadi budaya kekerasan. Remaja yang tertekan dengan perilaku kekerasan yang diterimanya akan mengadopsi budaya kekerasan seperti itu. Pada titik tertentu kemungkinan dia akan melakukan perbuatan kekerasan yang pernah diterimanya kepada orang lain. Sedangkan McRae mengatakan bahwa anak yang menjadi korban perilaku kasar yang

menyebabkan trauma memungkinkan akan terhambat perkembangan diri pada anak.

Tercapainya hasil belajar yang optimal sangat dipengaruhi oleh sikap dan tingkah laku peserta didik selama proses pembelajaran. Bagaimana orang bertingkah laku dalam situasi tertentu tergantung kepada resiprokal antara lingkungan dan kondisi kognitif, khususnya faktor kognitif yang berhubungan dengan keyakinan bahwa ia mampu atau tidak mampu melakukan tindakan yang memuaskan. Di sekolah siswa melakukan interaksi sosial dengan teman sebayanya, dimana kepribadian siswa akan terbentuk melalui interaksi sosial yang mereka lakukan sehari-hari. Interaksi yang menyenangkan akan membuat siswa senang dan bersemangat dalam menjalani hari-harinya disekolah. Namun sebaliknya jika interaksi di sekolah dirasa kurang menyenangkan dan memberi kesulitan maupun masalah bagi siswa, maka hal tersebut dapat menghambat proses belajar siswa.

Awaliyah berpendapat ketika siswa mengalami tindak perundungan, sering muncul pemikiran negatif pada siswa, hal itu menyebabkan siswa merasa lemah, menganggap bahwa ia tidak memiliki kemampuan, tidak percaya diri, seakan-akan merasa mengira dirinya pantas untuk mendapatkan perundungan, hingga tercegahnya usaha untuk melakukan pembelaan. Remaja yang tidak percaya diri cenderung akan menarik diri dari lingkungannya karena menganggap dirinya lebih rendah dari temannya.

Dalam catatan data yang dikumpulkan oleh Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) mengemukakan bahwa sepanjang tahun 2023 telah terjadi 30 kasus perundungan di satuan lembaga pendidikan. Jumlah ini meningkat sembilan kasus dari tahun sebelumnya yang mana aturan yang dibuat belum terealisasi dengan optimal. Dari 30 kasus tersebut, setengahnya terjadi di jenjang SMP, 30 % terjadi di jenjang SD, 10 % di jenjang SMA, dan 10 % di jenjang SMK. Jenjang SMP paling banyak terjadi perundungan, baik yang dilakukan peserta didik ke teman sebaya maupun yang dilakukan pendidik. Sementara itu untuk jenis bullying yang sering dialami korban ialah bullying fisik (55,5%), bullying verbal (29,3%), dan bullying psikologis (15,2%). Untuk tingkat jenjang pendidikan, siswa SD menjadi korban bullying terbanyak (26%), diikuti siswa SMP (25%), dan siswa SMA (18,75%).¹

Sebagian besar permasalahan kegiatan belajar peserta didik saat ini, berhubungan dengan keyakinan dan kepercayaan terhadap diri sendiri, padahal hal itu bagi peserta didik sangat menentukan perkembangannya kedepan, tidak dapat disangkal lagi bahwa untuk mencapai suatu pencapaian dalam hidup manusia membutuhkan keyakinan terhadap diri sendiri bahwa ia mampu dan sanggup melakukan suatu tugas tertentu, pandangan ini juga selaras dengan 2 bait dalam muqoddimah Nadzom Al Imrithy karya Syaikh Syarofuddin Yahya, yang berbunyi:

¹<https://www.dpr.go.id/berita/detail/id/46802/t/Pemerintah+Harus+Petakan+Faktor+Penyebab+Bullying+Anak>

إِذْ الْفَتْى حَسَبَ الْإِعْتِقَادِ رُفِعَ # وَكُلُّ مَنْ لَمْ يَعْتَقِدْ لَمْ يَنْتَفِعْ

“Karena pencapaian seorang pemuda itu sesuai dengan keyakinannya, barang siapa yang tidak memiliki keyakinan maka tidak akan memperoleh kesuksesan”.²

Karena begitu pentingnya keyakinan diri dalam memperoleh kesuksesan, maka ada beberapa hal yang kiranya sangat mempengaruhi keyakinan diri ini, salah satunya berfikir positif terhadap segala hal sesuatu, sebab jika fikiran gagal untuk mengolah informasi yang diterima secara positif, maka hal itu akan menghasilkan rasa kurang percaya diri terhadap diri sendiri dan orang lain sehingga bisa saja menjadi indikasi dan berpotensi terjadinya kegagalan dalam karirnya.

Sebagaimana yang tercantum dalam Al Quran pada surah Al Baqoroh ayat 216, yang berbunyi:³

....عَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

“... Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal itu baik bagimu dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu buruk bagimu. Allah mengetahui, sedangkan kamu tidak mengetahui”.

Dalam potongan ayat ini, penjelasan sebenarnya lebih mengarah kepada perintah untuk berjihad fi sabilillah ditengah kaum muslimin mengalami banyak ujian iman, dan kaum muslimin saat itu hampir berpersepsi negatif, bahwa mereka tidak mampu, kurangnya finansial untuk berperang, perlu mengorbankan harta benda dan jiwa, lalu Allah sampaikan bahwa boleh saja mereka tidak menyukai sesuatu *perperangan* (dengan berbagai persepsi negatif lainnya tentang perang), padahal pada hakikatnya itu baik bagi mereka (sebab Allah akan memenangkan mereka di perperangan itu), begitu juga sebaliknya.

Pada hal ini pikiran atau akal merupakan salah satu yang membedakan manusia dengan makhluk hidup lainnya, pikiranlah yang sangat menentukan perilaku kita, semuanya berawal dari pikiran kita. Wongsorejo mengatakan bahwa para ahli dan pakar motivasi mengatakan jangan pernah berpikir gagal ketika ingin melakukan sesuatu karena akan mempengaruhi syaraf kita dan ini berdampak pada kemauan kita dalam meraih apa yang kita inginkan. Setiap orang mempunyai persepsi dan pemikiran yang berbeda, dan cara orang lain melihat segala sesuatu mungkin berbeda dengan cara kita melihat segala sesuatu. Tak jarang beberapa konseli datang untuk konseling dan saat itu konseli memiliki pandangan negatif terhadap dunia. Sebuah frame dapat merujuk kepada suatu keyakinan, apa yang membatasi pandangan mereka tentang dunia. Mereka mengeinterpretasikan peristiwa-peristiwa saat mereka melihatnya,

² Syaikh Syarofuddin Yahya al-Amrithy, *Panduan Nadzom al-Imrithy Praktis* (Blokagung:LTN MADA, 2021) hal.3

³ Al-Qur'an, 2:216.

akan tatapi yang sering terjadi adalah mereka melihatnya dari posisi mereka yang sedang mengalami depresi atau harga diri rendah. Oleh karena itu seorang konselor harus cermat mendengarkan penjelasan mereka tentang peristiwa-peristiwa yang mereka ceritakan, lalu kemudian mencoba melihat peristiwa-peristiwa dan situasi tersebut dari sudut pandang konseli dan menyusun gambaran tentang hal yang mereka utarakan. Gambaran dalam benak konseli yang terbentuk dari persepsinya sendiri akan memiliki sebuah kerangka pandang yang sesuai bagi mereka karena sesuai dengan kondisi hari dan sudut pandang mereka sendiri

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa efek dari perundungan menyebabkan siswa mengalami kegagalan dalam mengembangkan persepsi positif pada orang lain, rasa percaya diri, yang ditunjukkan dengan perilaku yang tampak seperti minder, menutup diri, menarik diri dari teman-temannya, takut mengungkapkan pendapat, canggung dalam menjawab pertanyaan, dan cenderung diam. Oleh sebab itu dalam lembaga pendidikan khususnya di pondok pesantren, peran pembimbing asrama dan BK pesantren yang dinaungi oleh lembaga LBKD (*Lembaga Bimbingan dan Konseling Darussalam*) sangat dibutuhkan dalam menangani berbagai permasalahan yang berkaitan dengan kasus pelecehan, perundungan, dan berbagai kasus bullying lainnya dan mengembangkan potensi siswa dalam bidang pribadi-sosial. Sehingga siswa dapat memiliki pribadi yang baik, persepsi baik terhadap orang lain, mudah bergaul, dan memiliki sikap asertif.

Selaras dengan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di Asrama Santri Baru Al Qohiroh Takhossus SLTA keatas, peneliti kemudian menemukan ada beberapa santri yang memiliki pengalaman bullying yang sangat parah, seperti dianggap memiliki ketertarikan yang dianggap tidak normal, dimanfaatkan, dipukul, ditindas, dan dilecehkan. Dari kriteria tersebut peneliti menemukan ada 1 santri yang termasuk dalam kriteria yang telah disebutkan yang mana setelah ditelusuri masalah yang timbul sebab ia punya persepsi negatif dengan dirinya dan lingkungan sekitarnya, seperti saat setiap temannya mengatakan tentang kebiasaannya menggunakan skincare, alat-alat perawatan wajah yang biasa digunakan oleh perempuan, dan juga bersikap lebih feminim yang mana hal ini tidak sesuai dengan sikap yang seharusnya dilakukan oleh seorang laki-laki santri tersebut merasa perkataan temannya tersebut tujuannya untuk mengolok-olok, menghina dirinya, lalu ia merasa tidak terima, kemudian berikap menjauh dari teman-temannya, padahal yang dilakukan oleh temannya hanya sekedar ingin ia merubah kebiasaan yang seharusnya tidak ia lakukan.⁴

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara terhadap salah satu pengurus asrama Al Qohiroh tentang santri yang mengalami kurang percaya diri mengemukakan bahwa santri yang mengalami kepercayaan diri rendah, disebabkan oleh paksaan orang tua untuk mondok dan rasa trauma yang berkelanjutan terhadap pergaulan di pondok pesantren yang dulu pernah ia

⁴ Hasil observasi peneliti tanggal 1 Januari 2024

tempati, sehingga santri tersebut selalu berpikiran negatif terhadap orang yang baru ia kenal. Adapun wawancara yang dilakukan terhadap klien, mengemukakan bahwa ia selalu mempunyai pemikiran negatif terhadap orang lain sebab rasa trauma di masa lalunya, sehingga lebih memilih untuk menutup diri, susah bergaul, was-was dalam menghadapi orang lain dan sulit menerima realita dirinya

Upaya yang sudah dilakukan pengurus kamar dan asrama Al Qohiroh dalam membantu mengurangi pemikiran negatif siswa adalah memberikan layanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan layanan konseling individu yang diyakini dapat menyelesaikan permasalahan dari siswa untuk mengatasi permasalahan kurang percaya diri, akan tetapi hal itu belum mampu meningkatkan kepercayaan diri secara signifikan, sehingga peneliti tertarik untuk memberikan inovasi layanan yang baru yaitu konseling individu teknik reframing.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan teknik reframing mampu mengurangi persepsi negatif pada santri korban bullying?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk menjelaskan penerapan konseling kelompok teknik reframing dalam mengatasi persepsi negatif pada santri korban bullying.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini dapat ditinjau secara teoritis maupun secara praktis.

1. Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan penelitian bagi bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam yang berkaitan dengan pengaruh konseling kelompok teknik reframing dalam mengurangi persepsi negatif terhadap kepercayaan diri santri korban bullying.
2. Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada para korban bullying agar mereka mampu mengubah sudut pandang, persepsi, mindset diri terhadap orang lain.
3. Sebagai masukan bagi para guru, konselor Islam, guru BK dan ustadz di sekolah ataupun di pondok dalam melatih dan belajar menerapkan Teknik Reframing agar siswa/santri dapat belajar mengubah pola pikir, persepsi ataupun sudut pandang negatif menjadi positif.

1.5 Definisi Istilah

a. Teknik Reframing

Reframing adalah teknik konseling yang memproses tingkat emosional dalam pikiran seseorang dan mengubahnya menjadi

pemikiran rasional, sehingga memungkinkan mereka untuk memahami berbagai aspek.⁵

Berdasarkan pendapat di atas, yang dimaksud peneliti mengenai teknik reframing dalam hal ini ialah upaya untuk melakukan perubahan atau membingkai ulang pikiran negatif menjadi positif pada konseli terhadap masalah serta tingkah lakunya.

b. Persepsi Negatif

Persepsi adalah pandangan atau tanggapan pada suatu masalah tertentu dan memerlukan pemikiran untuk dapat mengungkapkan masalah tersebut.⁶ Dengan adanya persepsi individu dapat mempersepsikan suatu hal yang diperoleh dari alat inderanya. Persepsi menentukan apakah kita memilih satu pesan atau mengabaikan pesan lainnya

Persepsi seseorang ditentukan oleh makna dan evaluasi diri terhadap rangsangan atau peristiwa yang dialaminya, dan peristiwa ini disebut dengan stimulus. Stimulusnya bisa netral, tapi terkadang diri kita menganggapnya sebagai sesuatu yang negatif, sehingga kita menciptakan kebencian, kemarahan, kebencian, ketidakterimaan, dan emosi negatif lainnya dalam diri kita. Ketika suatu kejadian terjadi, seringkali kita mempunyai persepsi yang berbeda dengan orang lain. Hal ini dikarenakan hubungan antara persepsi dan kenyataan dapat menimbulkan respon emosional positif atau negatif pada orang yang berbeda.

Dalam penelitian ini, yang dimaksud persepsi negatif oleh peneliti ialah suatu persepsi atau pandangan terhadap suatu objek dan menunjuk pada keadaan dimana subjek yang mempersepsi cenderung menolak objek yang ditangkap karena tidak sesuai dengan pribadinya.

c. Bullying

Bullying berasal dari bahasa Inggris “*bull*” yang berarti banteng atau “*bully*” yang berarti menggertak atau mengganggu. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, *Bullying* berarti intimidasi, yaitu tindakan yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok kepada orang lain, dengan cara mengganggu, menyakiti, melecehkan yang dilakukan secara berulang-ulang. *Bullying* adalah sebuah situasi di mana terjadinya penyalahgunaan kekuatan atau kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok.⁷

Dalam penelitian ini, pembahasan yang dimaksud dalam definisi *bullying* itu dilihat dari aspek obyek *bully* /korban *bullying* atau *victim* yang mana yang menjadi korban *bully* ialah salah seorang santri yang pernah mengalami tindakan *bullying* semasa di

⁵ Stephen Palmer, *Konseling dan Psikoterapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hal.99

⁶ Dwi Arini dkk, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Depdiknas, 2006), hal. 173

⁷ SEJIWA (YAYASAN SEMAI JIWA AMINI). *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak*(2008). h. 2

sekolah sebelumnya, seperti di pelonco, dipukul, diancam, di lecehkan dan dimanfaatkan yang saat mondok di Pondok yang baru ia memiliki persepsi negatif sebab trauma di masa lalu, sehingga menjadikan santri tersebut menganggap setiap perkataan teman-teman yang mengkritik atas tingkah lakunya yang tidak sesuai, ia merasa teman-teman mem-*bully*-nya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Kajian Teori

a) Teknik Reframing

1. Pengertian Teknik Reframing

Mengubah sudut pandang atau *reframing* sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari, yang biasa disebut dengan berpikir positif, *look at the bright side*, petik manfaat, ambil hikmahnya. *Reframing* merupakan pencarian makna baru dari suatu yang sebelumnya dimaknai tertentu.⁸

Reframing berasal dari bahasa Inggris yaitu *reframe*, re (pengulangan) dan frame (bingkai). *Reframing* adalah pembingkai ulang sebuah kejadian dengan cara mengubah sudut pandang tanpa mengubah kejadian itu sendiri.⁹ Pada dasarnya *reframing* bekerja berdasarkan premis bahwa masalah perilaku dan emosi berasal dari bagaimana kejadian atau peristiwa itu dilihat.¹⁰ Ada beberapa pendapat para ahli mengenai pengertian *reframing*, di antaranya:

1) Cormier

Reframing, atau pelabelan ulang, adalah teknik untuk merubah cara pandang konseli terhadap suatu masalah dengan menata ulang persepsi mereka.

2) Wiwoho

Reframing adalah usaha untuk menempatkan suatu kejadian dalam bingkai perspektif yang baru.

3) Corey

Reframing adalah mengubah sudut pandang konseptual atau emosional terhadap suatu situasi dan mengubah maknanya dengan meletakkannya dalam suatu kerangkakerja kontekstual lain yang juga cocok dengan fakta-fakta yang sama dari situasi aslinya.¹¹

4) Donald Meichenbaum

Reframing yaitu mengubah konsep atau setting emosi atau cara pandang dalam kaitannya dengan suatu peristiwa dan menempatkannya di frame atau bingkai yang sama baiknya atau bahkan

⁸ Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2013), 70.

⁹ J.I. Michell Suhardi, *Habit Delapan Kebiasaan Mengubah Nasib Kamu*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2009), 57

¹⁰ Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 234.

¹¹ Bradley T. Erford, "40 Tehnik yang Harus Diketahui Setiap Konselor", Yogyakarta, 2017, Hlm. 233

yang lebih baik untuk mengubah seluruh maknanya.¹²

5) Froggart

Reframing ialah salah satu pendekatan dari metode kognitif-behavior yang bertujuan mengorganisir konten emosi yang dipikirkan dan mengarahkan kearah pikiran yang rasional, sehingga dapat mengerti berbagai sudut pandang dalam berbagai situasi.¹³

Dari beberapa pengertian reframing pendapat para ahli di atas dapat dimengerti bahwa *reframing* adalah cara atau teknik yang membantu seseorang melihat sebuah keadaan dengan cara berbeda sehingga bisa menghasilkan respon terbaik. *Reframing* merupakan teknik membingkai ulang suatu peristiwa dengan sudut pandang yang lebih positif. Pada Teknik *reframing* ditemukan bahwa manusia didominasi oleh prinsip-prinsip emosi dan pemikiran, sehingga manusia memiliki kecenderungan yang inheren untuk menjadi *rasional* dan *irasional*.

2. Jenis Teknik Reframing

Ada dua jenis bentuk teknik *reframing* dalam NLP, yaitu¹⁴:

a. Context Reframing

(*Context Reframing* adalah pemaknaan kembali pengalaman yang sama dalam konteks berbeda, sehingga menghasilkan pemaknaan yang sama sekali berbeda dengan pemaknaan sebelumnya.

(*Context Reframing* menekan pada proses yang memberikan sebagai sesuatu yang dapat diterima atau diinginkan dalam dalam satu situasi lain. Konteks itu akan ketahuan kalau kita menjabarkan apa, siapa, dan bagaimana persisnya suatu kejadian. Konteks tertentu akan menentukan suatu tindakan itu boleh atau tidak boleh, baik buruk, pantas dan tidak pantas. *Context Reframing* didasarkan pada asumsi bahwa semua perilaku berguna, namun tidak pada semua konteks dan kondisi.¹⁵

b. Content Reframing

Content Reframing adalah pemaknaan kembali pada isi pengalaman yang sama sehingga menghasilkan pemaknaan yang berbeda dengan pemaknaan selanjutnya.)

¹² Rosalia Dewi Nawantara, "Perbedaan Komitmen Tugas Siswa Dalam Penerapan Reframing dan Self Intruction," *Jurnal Skripsi*, 2016

¹³ Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, hlm.70.

¹⁴ M Virgiawan Bayu, "Penerapan Strategi Reframing Untuk Meningkatkan Kemampuan Berfikir Positif Siswa Kelas X APK-2 SMKN 1 Surabaya," *Jurnal Skripsi*, 2015.

¹⁵ Siti Fatimah, *Pengembangan Paket Keterampilan Komunikasi Konseling Melalui Teknik Reframing Bagi Mahasiswa BKI Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Sunan Ampel Surabaya*, (Surabaya: Skripsi, 2016) hal 46.

Content Reframing menekankan pada proses untuk memberi istilah baru perilaku tertentu yang kemudian diikuti dengan perubahan makna. Melalui reframing ini, seseorang yang mendapatkan musibah tragis, maka mampu memaknai apa yang terjadi secara proses sehingga tetap merasa bahagia.¹⁶

3. Tahap Pada Teknik Reframing

Cormier menyatakan, ada enam tahapan teknik reframing, antara lain:¹⁷

1) Rasional:

Rasional yang digunakan dalam strategi *reframing* bertujuan untuk meyakinkan konseling bahwa persepsi atau retribusi masalah dapat menyebabkan tekanan emosi. Tujuannya adalah agar konselor mengetahui alasan atau gambaran singkat mengenai strategi *reframing* dan untuk meyakinkan konseli bahwa cara pandang terhadap suatu masalah dapat menyebabkan tekanan emosional.

2) Identifikasi Persepsi dan perasaan siswa dalam situasi masalah

Dalam tahap ini, peneliti membantu siswa untuk mengidentifikasi persepsi yang muncul dalam situasi yang menimbulkan rasa rendah diri. Tujuannya adalah untuk membantu siswa menjadi waspada pada apa yang mereka hadapi dalam situasi masalah karena siswa sering tidak memperhatikan detail-detail yang mereka hadapi dan informasi tentang situasi yang mereka pikirkan. Untuk menghubungkan perasaan dengan persepsi individu, pertanyaan-pertanyaan yang dapat digunakan adalah : Apa yang Anda rasakan saat ini, Apa yang anda rasakan dalam tubuh Anda? Tujuannya adalah membantu siswa mengidentifikasi terhadap persepsi dalam situasi yang menimbulkan rasa cemas.

3) Menguraikan peran dari fitur-fitur persepsi terpilih

Setelah konseling menyadari kehadiran otomatis mereka. Mereka diminta untuk memerankan situasi dan sengaja menghadapi fitur-fitur terpilih yang telah mereka proses secara otomatis. Tujuannya adalah agar konseling dapat mengenali pikiran-pikiran dalam situasi yang mengandung tekanan atau situasi yang menimbulkan kecemasan, yang dirasakan mengganggu diri konseling dan mengganti pikiran-pikiran tersebut agar tidak menimbulkan kecemasan.

4) Identifikasi persepsi alternatif

Pada tahap ini konselor dapat membantu konseling mengubah fokus perhatiannya dengan menyeleksi fitur-fitur lain dari masalah yang dihadapi. Tujuannya adalah agar konseling

¹⁶ Siti Fatimah, *Pengembangan Paket Keterampilan Komunikasi Konseling Melalui Teknik Reframing Bagi Mahasiswa BKI Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Sunan Ampel Surabaya*, (Surabaya: Skripsi, 2016) hal 47.

¹⁷ Mochammad Nursalim. *Strategi & Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademia Permata: 2013. h. 72.

mampu menyeleksi gambaran-gambaran lain dari perilaku yang dihadapi.

5) Modifikasi dan persepsi dalam situasi masalah

Konselor dapat membimbing konseling dengan mengarahkan konseling pada titik perhatian lain dari situasi masalah. Tujuannya adalah agar konseling dapat menciptakan respon dan pengamatan baru yang didesain untuk memecahkan perumusan model lama dan meletakkan draf untuk perumusan baru yang lebih efektif. Beralih dari pikiran-pikiran konseling dalam situasi yang mengandung tekanan atau situasi yang menimbulkan kecemasan yang dirasakan mengganggu konseling ke pikiran yang tidak menimbulkan kecemasan.

6) Pekerjaan rumah dan penyelesaiannya

Konselor dapat menyarankan yang diikuti konseling selama situasi ini format yang sama dengan yang digunakan dalam terapi. Konseling di instruksi menjadi lebih waspada akan fitur-fitur terkode yang penting atau situasi profokatif dan penuh tekanan, untuk menggabungkan perasaan yang tidak nyaman, untuk melakukan uraian peranan atau kegiatan praktik dan mencoba membuat pergantian perpersi selama situasi-situasi ini ke fitur-fitur lain dari situasi yang dulu diabaikan. Tujuannya adalah agar konseling dapat mengetahui perkembangan dan kemajuan selama strategi ini berlangsung serta bisa menggunakan pikiran-pikiran dalam situasi yang tidak mengandung tekanan dalam situasi masalah yang nyata.

4. Tujuan Teknik Reframing

Reframing mempunyai banyak tujuan yang dengannya dapat mengubah seseorang menjadi lebih baik. Fokus dari strategi *reframing* terletak pada alasan yang salah dan keyakinan serta kesimpulan yang tidak logis. Tujuannya adalah mengubah keyakinan irasional atau pernyataan diri negatif.¹⁸

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa *reframing* bertujuan untuk dapat membedakan dan mengenali antara keyakinan irasional dengan keyakinan rasional atau pernyataan diri positif. Penelitian ini menggunakan teknik *Reframing* yang mempunyai tujuan sebagai berikut:¹⁹

- 1) Untuk memperluas gambaran tentang dunia-nya dan untuk memungkinkannya persepsi situasinya secara berbeda dengan cara yang lebih konstruktif

¹⁸ Erina Latifah Utamaya, "Penerapan Konseling Kelompok Dengan Strategi Reframing Untuk Meningkatkan Motivasi Siswa Mengikuti Pelajaran Di Kelas Di SMP Negeri 1 Kkamut" *Jurnal BK UNESA* 1, no. 1 (2013): 224–30.

¹⁹ Kadek Lusiani Laksmi, Ni Nengah Madri Antari, and Nyoman Dantes, "Penerapan Konseling Rasional Emotif Dengan Teknik Reframing Untuk Meminimalisir Learned Helplessness Pada Siswa Kelas XI IPA 3 SMA Negeri 3 Singaraja Tahun Ajaran 2013/2014" *Jurnal Online Jurusan Bimbingan Konseling* Volume 2, no. 1 (2014).

- 2) Memberikan cara pandang yang baru dan positif
- 3) Mengubah keyakinan, pikiran, cara pandang konseling dari negative irasional menjadi positif rasional
- 4) Membingkai ulang cara pandang konseling, dari:
 - a) Sebuah masalah sebagai peluang
 - b) Sebuah kelemahan sebagai kekuatan
 - c) Sebuah kemustahilan sebagai kemungkinan yang jauh
 - d) Kemungkinan yang jauh sebagai kemungkinan yang dekat
 - e) Penindasan sebagai sesuatu yang netral
 - f) Perbuatan buruk karena kurangnya pemahaman.

b) Persepsi Negatif

1. Pengertian Persepsi

Menurut Bimo Walgito, persepsi merupakan suatu proses yang didahului oleh proses penginderaan, yaitu merupakan proses diterimanya stimulus oleh individu melalui alat indera atau bisa juga disebut proses sensoris, namun proses itu tidak berhenti begitu saja, melainkan stimulus tersebut diteruskan dan proses selanjutnya merupakan proses persepsi. Karena itu proses persepsi tidak bisa terlepas dari proses penginderaan, dan proses penginderaan merupakan proses pendahulu dari proses persepsi.

Juhariah selanjutnya menyatakan bahwa "*persepsi adalah proses menerima, menyeleksi, memberi reaksi pada rangsangan panca indra*". Apa yang kita persepsi dan sangat erat kaitannya dengan pengetahuan serta pengalaman, perasaan, keinginan, dan juga tidak sesuai dengan bagaimana orang menemukan atau mengamati penampilan dan perilaku orang lain. Seseorang mengambil kesimpulan tentang orang lain berdasarkan dari stimuli yang diterima, meskipun informasi yang diperoleh tidak begitu lengkap.²⁰

Senada dengan pendapat Andi Thahir bahwa persepsi adalah proses pengorganisasian, penginterpretasian terhadap rangsang yang diterima oleh organisme atau individu sehingga merupakan sesuatu yang berarti dan merupakan aktivitas yang integrated dalam diri individu maka seluruh apa yang ada di dalam diri individu aktif berperan dalam persepsi tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat ditarik suatu kesamaan pendapat bahwa pada dasarnya persepsi merupakan suatu pengamatan individu atau proses pemberian makna sebagai hasil pengamatan tentang suatu objek, peristiwa, dan sebagainya melalui panca inderanya, yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan penafsiran pesan sehingga seseorang dapat memberikan tanggapan mengenai baik buruknya atau positif negatifnya hal

²⁰ Arwidita, "*Hubungan Antara Persepsi Terhadap Layanan Konseling Individual dengan Minat Berkonseling pada Siswa SMKN 1 Kota Bengkulu*". Jurnal Universitas Bengkulu. 2015

tersebut. Persepsi merupakan salah satu faktor penentu dalam pembentukan perilaku. Banyak perilaku yang tidak diinginkan, terjadi karena persepsi yang salah. Misalnya menurut Wardani dan Hariastuti, siswa yang datang terlambat ke sekolah atau melanggar tata tertib sekolah, dipanggil ke ruang Bimbingan dan Konseling untuk menghadap guru Bimbingan dan Konseling, maka siswa-siswa tersebut akan memiliki pandangan atau anggapan bahwa guru Bimbingan dan Konseling adalah sosok yang galak, yang biasanya hanya menghukum dan mengatur para siswanya, bila persepsi tersebut sudah terbentuk, maka kecenderungan yang terjadi adalah siswa menjauhi guru Bimbingan dan Konseling.²¹

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi

Seperti yang telah dijelaskan tentang pengertian persepsi bahwa dalam persepsi individu adalah mengorganisasikan stimulus yang diterima, sehingga stimulus tersebut mempunyai arti bagi individu yang bersangkutan. Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa stimulus merupakan salah satu faktor yang berperan dalam persepsi.

Berikut ini beberapa faktor menurut Bimo Walgito, faktor-faktor yang berperan dalam persepsi adalah sebagai berikut:

a. Objek yang dipersepsi:

Objek menimbulkan stimulus yang mengenai alat indera atau reseptor. Stimulus datang dari luar individu yang mempersepsi, tetapi juga dapat datang dari dalam diri individu yang bersangkutan yang langsung mengenai syaraf penerima yang bekerja sebagai reseptor. Namun sebagian besar stimulus datang dari luar individu.

b. Alat indera, syaraf, dan pusat susunan syaraf

Alat indera atau reseptor merupakan alat untuk menerima stimulus. Di samping itu juga harus ada syaraf sensoris sebagai alat untuk meneruskan stimulus yang diterima reseptor ke pusat susunan syaraf, yaitu otak sebagai pusat kesadaran. Sebagai alat untuk mengadakan respon diperlukan syaraf motoris.

c. Perhatian

Untuk menyadari atau mengadakan persepsi diperlukan adanya perhatian, yaitu merupakan langkah pertama sebagai suatu persiapan dalam rangka mengadakan persepsi. Perhatian merupakan pemusatan atau konsentrasi dari seluruh aktivitas individu yang

²¹ Annisa Rizka Mardiana, Study Tentang Persepsi Siswa Pada Layanan BK di SMK se-Kecamatan Sukomanunggal Surabaya, (On-Line), Tersedia di: <http://ejournal.unesa.ac.id>, hlm 3 (selasa, 27 Desember 2016)

ditujukan kepada sesuatu atau sekumpulan objek.²² Sedangkan menurut Andi Thahir, terdapat dua faktor yang mempengaruhi persepsi yaitu faktor eksternal dan internal.

a) Faktor Internal

Faktor yang mempengaruhi persepsi berkaitan dengan kebutuhan psikologis, latar belakang pendidikan, alat indera, syaraf atau pusat susunan syaraf, kepribadian dan pengalaman penerimaan diri serta keadaan individu pada waktu tertentu.

b) Faktor Eksternal

Faktor ini digunakan untuk obyek yang dipersepsikan atas orang dan keadaan, intensitas rangsangan, lingkungan, kekuatan rangsangan akan turut menentukan didasari atau tidaknya rangsangan tersebut.²³

3. Proses terjadinya persepsi

Proses terjadinya persepsi dapat dijelaskan sebagai berikut. Objek menimbulkan stimulus, dan stimulus mengenai alat indera atau reseptor. Perlu dikemukakan bahwa antara objek dan stimulus itu berbeda, tetapi ada kalanya bahwa objek dan stimulus itu menjadi satu, misalnya dalam hal tekanan. Benda sebagai objek langsung mengenai kulit, sehingga akan terasa tekanan tersebut.²⁴

Proses stimulus mengenai alat indera merupakan proses kealaman atau proses fisik. Stimulus yang diterima oleh alat indera diteruskan oleh syaraf sensoris ke otak. Proses ini yang disebut sebagai proses fisiologis. Kemudian terjadilah proses di otak sebagai pusat kesadaran sehingga individu menyadari apa yang dilihat, atau apa yang didengar, atau apa yang diraba.

Proses yang terjadi dalam otak atau dalam pusat kesadaran inilah yang disebut sebagai proses psikologis. Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa taraf terakhir dari proses persepsi ialah individu menyadari tentang misalnya apa yang dilihat, atau apa yang diraba, yaitu stimulus yang diterima melalui alat indera.

Proses ini merupakan proses terakhir dari persepsi dan merupakan persepsi sebenarnya. Respon sebagai akibat dari persepsi dapat diambil oleh individu dalam berbagai macam

²² Amalia. "Efektifitas Layanan Informasi Dengan Media Audio Visual Untuk Mengubah Persepsi Negatif Peserta Didik Terhadap Guru BK Kelas XI IPS SMAN 14 Bkamur Lampung T.P 2017/2018." Jurnal Skripsi, 2018, hal.51.

²³ Ibid. hal.52.

²⁴ Ibid. hal.53.

bentuk.²⁵ Dalam proses persepsi perlu adanya perhatian sebagai langkah persiapan dalam persepsi itu. Hal tersebut karena keadaan menunjukkan bahwa individu tidak hanya dikenai oleh satu stimulus saja, tetapi individu dikenai berbagai macam stimulus yang ditimbulkan oleh keadaan sekitarnya. Namun demikian tidak semua stimulus mendapatkan respon individu untuk dipersepsi. Stimulus mana yang akan dipersepsi atau mendapatkan respon dari individu tergantung pada perhatian individu yang bersangkutan.

Menurut Weiner dalam skema tersebut terlihat bahwa organisme atau individu tidak berperan dalam memberikan respon terhadap stimulus yang mengenainya. Hubungan antara stimulus dengan respon bersifat mekanistik, stimulus atau lingkungan akan sangat berperan dalam menentukan respon atau perilaku organisme. Pandangan yang demikian merupakan pandangan yang behavioristik. Pandangan ini berbeda dengan pandangan yang bersifat kognitif, yang menemukan berperannya organisme dalam menentukan perilaku atau responnya.²⁶

4. Macam-macam Persepsi

Rahmat membagi persepsi menjadi dua bagian besar, yaitu: persepsi interpersonal dan persepsi objek. Persepsi interpersonal adalah persepsi pada manusia dan persepsi pada objek adalah persepsi selain pada manusia. Perbedaan antara kedua persepsi ini ada empat, yaitu:

1. Pada persepsi objek, stimulus ditangkap oleh alat indera kita melalui benda-benda fisik: gelombang cahaya, gelombang suara, temperature, dan sebagainya. Pada persepsi interpersonal, stimuli sampai kepada kita melalui lambang-lambang verbal yang disampaikan oleh pihak ketiga.
2. Pada persepsi objek, kita hanya menanggapi sifat-sifat luar objek itu, kita tidak meneliti sifat-sifat batiniah objek itu. Sedangkan pada persepsi interpersonal kita mencoba memahami apa yang tidak tampak pada alat indera kita. Kita tidak hanya melihat pada perilakunya, kita juga melihat mengapa ia berperilaku seperti ini.
3. Dalam persepsi objek, objek tidak bereaksi kepada kita dan kita juga tidak memberikan reaksi emosional padanya. Sedangkan dalam persepsi interpersonal faktor-faktor personal kamu dan karakteristik orang yang ditanggapi serta hubungan kamu dengan orang tersebut menyebabkan persepsi interpersonal sangat cenderung untuk keliru.
4. Objek relatif menetap sedangkan manusia selalu berubah-ubah, sedangkan persepsi interpersonal menjadi mudah salah.

²⁵ Ibid. hal.54.

²⁶ Ibid. hal.56.

Sedangkan menurut Irwanto, Setelah individu melakukan interaksi dengan obyek-obyek yang dipersepsikan maka hasil persepsi dapat dibagi menjadi dua yaitu persepsi positif dan persepsi negatif, adapun penjelasannya adalah sebagai berikut:

a. Persepsi Positif

Persepsi yang menggambarkan segala pengetahuan (tahu tidaknya atau kenal tidaknya) dan tanggapan yang diteruskan dengan upaya pemanfaatannya. Hal itu akan diteruskan dengan keaktifan atau menerima dan mendukung terhadap obyek yang dipersepsikan.

b. Persepsi Negatif

Persepsi yang menggambarkan segala pengetahuan (tahu tidaknya atau kenal tidaknya) dan tanggapan yang tidak selaras dengan obyek yang dipersepsi. Hal itu akan diteruskan dengan kepasifan atau menolak dan menentang terhadap obyek yang dipersepsikan.²⁷

Selanjutnya menurut Wiyarsih persepsi negatif adalah pandangan atau pendapat individu yang negatif terhadap suatu objek. Sedangkan menurut Slameto persepsi negatif adalah pandangan terhadap suatu obyek dan menunjuk pada keadaan dimana subyek yang mempersepsi cenderung menolak obyek karena tidak sesuai dengan pribadinya. Persepsi negatif adalah respon negatif individu mengenai suatu obyek yang diperoleh ketika individu berinteraksi dengan obyek tersebut menggunakan semua panca inderanya.²⁸

c) **Bullying**

1. Pengertian Bullying

Bullying berasal dari bahasa Inggris “*bull*” yang berarti banteng atau “*bully*” yang berarti menggertak atau mengganggu. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, *Bullying* berarti intimidasi, yaitu tindakan yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok kepada orang lain, dengan cara mengganggu, menyakiti, melecehkan yang dilakukan secara berulang-ulang. *Bullying* adalah sebuah situasi di mana terjadinya penyalahgunaan kekuatan atau kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok.²⁹

Pengertian *bullying* menurut para ahli salah satunya Ken Rigby dalam Ponny Retn Astuti, mengemukakan bahwa *bullying* merupakan sebuah hasrat untuk menyakiti. Hasrat ini diperlihatkan

²⁷ Amalia, Ibid, Hlm. 58

²⁸ Moh. Vinda Fajarudin, *Penerapan Strategi Cognitive Restructuring Untuk Menurunkan Persepsi Negatif Terhadap Pelaksanaan Program BK pada Siswa Kelas X-4 SMAN 1 Karangrejo Tulung Agung*, Jurnal Skripsi 2016.

²⁹ SEJIWA (YAYASAN SEMAI Jiwa AMINI). *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak*(2008). h. 2

dalam aksi, menyebabkan seseorang menderita.³⁰ Aksi tersebut dilakukan secara langsung oleh seseorang atau kelompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang, dan dilakukan dengan perasaan senang. Menurut Olweus dalam Levianti, *person bullie when he or she is exposed repeatedly and over time to negative action on a part of one or more other person* : seseorang di-bulli ketika dia tidak terlindungi dari tindakan yang negatif yang dilakukan oleh satu atau lebih dari satu orang secara berulang-ulang dan dalam jangka waktu yang cukup lama.³¹ Sullivan dalam Hoshael Waluyo mendefinisikan *bullying is a negative and often aggressive or manipulative act or series of acts by one or more people against another person or people usually over a period of time. It is abusive and is based on imbalance of power.*³²

Bullying adalah tindakan negatif dan sering agresif atau manipulatif atau serangkaian tindakan yang dilakukan oleh satu orang atau lebih terhadap orang lain selama periode waktu tertentu, merupakan tindakan kasar yang didasarkan pada ketidakseimbangan kekuatan. Penindasan atau *bullying* adalah aktivitas sadar, disengaja, dan keji yang dimaksudkan untuk melukai, menanamkan kekuatan melalui ancaman agresi lebih lanjut, dan menciptakan teror.

Lebih ditegaskan lagi bahwa *bullying* merupakan tindakan sengaja yang dilakukan dengan cara mengancam, menekan, dan menganiaya lawan yang dianggap lemah secara terus-menerus. *Bullying* banyak terjadi pada anak-anak di lingkungan sekolah yang dilakukan oleh seniornya dengan tujuan agar korban tahan banting dan pelaku dapat menunjukkan kekuasaannya agar ditakuti.

Dalam Islam kita diajarkan untuk tidak saling menyakiti sesama makhluk ciptaan-Nya. Seperti yang terkandung didalam firman-Nya dalam surat Al Hujurat ayat 11 sebagai berikut:³³

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

“Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olokkan itu) lebih baik daripada mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olok) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diolok-olokkan itu) lebih baik daripada perempuan (yang mengolok-olok).

³⁰ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Mengatasi K.P.A.* (2008).h.3

³¹ LeviantiKonformitas dan Bullying pada Siswa. *Jurnal Psikologi* (Vol 6 No 1). h. 3

³² Hoshael Waluyo Erlan. *Gambaran Perceived Long-Term Effectdari Bullying pada Korban Individu Dewasa.*Jurnal Perkotaan(Vol.3 No.2). h. 93

³³ Al Qur'an, 49:11

Janganlah kamu saling mencela dan saling memanggil dengan julukan yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) fasik setelah beriman. Siapa yang tidak bertobat, mereka itulah orang-orang zalim. Panggilan fasik adalah panggilan dengan menggunakan kata-kata yang mengandung penghinaan atau tidak mencerminkan sifat seorang mukmin.”

2. Karakteristik Bullying

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Rigby dalam Astuti, *bullying* banyak dilakukan di sekolah umumnya mempunyai tiga karakteristik yang terintegrasi, sebagai berikut :

- a. Ada perilaku agresi yang menyenangkan pelaku untuk menyakiti korbannya. Para pelaku melakukan segala hal untuk memuaskan diri dengan cara menyakiti atau menganiaya korbannya.
- b. Tindakan itu dilakukan secara tidak seimbang sehingga menimbulkan perasaan tertekan pada korban. Hal ini biasa terjadi pada pelaku yang cenderung memiliki kekuatan yang lebih besar dibandingkan korbannya. Sehingga banyak diantara pelaku memilih sasaran anak yang lemah untuk dijadikan korbannya.
- c. Perilaku itu dilakukan secara berulang dan terus-menerus. Pelaku Tindakan *bullying* tidak hanya menganiaya atau menyakiti sekali saja tetapi berulang atau terus menerus. Sekolah yang banyak terjadi kasus *bullying* pada umumnya memiliki situasi diskriminatif di kalangan guru dan siswa, kurangnya pengawasan, kedisiplinan yang sangat kaku atau kedisiplinan yang terlalu lemah, dan adanya peraturan yang tidak konsisten.³⁴

3. Faktor Terjadinya Tindakan Bullying

Morrison dalam Astuti, dkk mengemukakan bahwa terjadinya *bullying* disebabkan beberapa faktor yaitu adalah sebagai berikut :³⁵

- a. Perbedaan ekonomi, agama, *gender*, etnisitas/rasisme. Selain karena tingkatan atau level keadaan ekonomi keluarga, *gender* juga kerap kali dijadikan faktor penyebab terjadinya tindakan *bullying*. Seperti *gender* yang menjadi minoritas dalam suatu kelompok. Sama halnya dengan *gender*, etnis dan agama pun seperti itu.
- b. Tradisi senioritas, terjadi dengan berbagai alasan, seperti hiburan, penyaluran dendam, iri hati, mencari popularitas, melanjutkan tradisi atau menunjukkan kekuasaan. Tradisi senioritas biasa dilakukan oleh kakak kelas kepada adik

³⁴ Ponny Retno Astuti. *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Mengatasi K.P.A.*(2008). h. 8

³⁵ Ponny Retno Astuti. *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Mengatasi K.P.A.*(2008). h. 4-5

kelasnya, tindakan tersebut sangat sering dilakukan ketika ada penerimaan siswa baru atau ketika sebuah geng di sekolah mengadakan *recruitment* anggota baru.

- c. Kondisi keluarga yang tidak harmonis. Adanya pertengkaran, kekerasan, bahkan perceraian, atau anggota keluarga saling tidak peduli dan bersikap dingin. Keadaan ini dapat terjadi baik pada korban maupun pada pelaku. Para pelaku sendiri mencari perhatian melalui tindakannya membully orang lain.
- d. Situasi sekolah yang tidak kondusif dan diskriminatif. Guru atau karyawan di sekolah membedakan perlakuan antara siswa satu dengan siswa lainnya karena berbagai macam alasan. Selain itu dapat terjadi juga karena guru yang kurang memahami tindak *bullying* yang terjadi, atau bahkan guru dan karyawan itu sendiri cenderung sebagai pelaku *bullying*.
- e. Karakter individu/kelompok, seperti adanya dendam atau iri hati, adanya semangat ingin menguasai korban dengan kekuatan fisik dikamunya tarik seksual, meningkatkan popularitas pelaku di kalangan teman sepermainan (*peer group*)-nya. Adanya persaingan kekuatan atau popularitas antar teman sebaya atau antar geng sekolah memicu terjadinya tindakan *bullying*.
- f. Persepsi nilai yang salah atas perilaku korban. Pelaku memiliki persepsi yang salah terhadap korban karena kurang adanya ruang untuk komunikasi antar siswa di lingkungan sekolah yang berakibat terjadinya tindakan *bullying*.

4. Tokoh dalam Tindakan Bullying

a. Pelaku Bullying

Pelaku *bullying* menjadi aktor utama dalam tindak *bullying*. Pelaku umumnya memiliki dominasi psikologis yang lebih besar dibanding teman lainnya. Ciri fisik pelaku *bullying* kebanyakan mereka yang bertubuh besar dan kuat, namun tidak jarang juga yang memiliki tubuh kecil. Mereka memiliki kekuatan dan kekuasaan atas korbannya. Alasan yang sering digunakan pelaku untuk melakukan *bullying* adalah ingin menunjukkan kekuasaan dan kekuatannya dikalangan teman sebayanya. Pelaku akan merasa mendapatkan penghargaan dan penghormatan manakala berhasil melakukan tindak *bullying*. Olokan, ejekan, dan tawaan teman sebayanya kepada korban *bullying* menjadi sanjungan dan sesuatu yang memuaskan hati pelaku.

Pelaku *bullying* pada umumnya memiliki sifat temperamental dan memiliki empati yang sangat rendah, karena tindakan *bullying* yang dilakukannya tidak hanya satu kali dua kali saja sebagai pelampiasan kekesalannya. Bila korban merasa

tertekan dan takut melaporkan kejadian yang dialaminya serta si pelaku merasa aksinya aman-aman saja, maka pelaku akan terus mengulang-ulang tindakan *bullying* tersebut.

b. Korban Bullying atau victim

Bullying tidak mungkin terjadi tanpa adanya korban yang menjadi sasaran tindakannya. Korban *bullying* atau *victim* adalah seorang yang mendapatkan tindakan penganiayaan atau agresi berulang kali dari teman sebaya maupun seniornya. Penganiayaan tersebut dapat berbentuk fisik, verbal, maupun psikologis. Pelaku *bullying* dengan mudah mencari target untuk dijadikan korban. Kebanyakan pelaku sudah lihai dalam menjalankan aksinya, calon korban yang berpenampilan lain.

Menurut SEJIWA, ciri-ciri korban yang menjadi sasaran tindakan *bullying*, diantaranya :³⁶

1. Berfisik kecil, lemah. Kebanyakan para korban adalah anak yang berfisik kecil dan lemah. Namun, tidak menutup kemungkinan *bullying* juga terjadi pada anak yang berfisik besar atau tambun.
2. Berpenampilan lain dari biasa, seperti culun atau selera berpakaian tidak sesuai dengan umurnya, tidak dapat mengikuti perkembangan *fashion* yang sedang berkembang.
3. Sulit bergaul. Anak yang selalu menyendiri tidak mau bergabung atau berteman dengan orang lain, introvert, dan tidak memiliki teman.
4. Peserta didik yang percaya dirinya rendah. Anak yang pemalu, pendiam atau minder.
5. Anak yang canggung atau gagap (sering salah bicara, salah bertindak, salah dalam berpakaian).
6. Memiliki aksen beda. Anak yang mempunyai logat bicara atau gaya bicara berbeda dengan lingkungan sekelilingnya.
7. Anak yang dianggap menyebalkan dan menentang *bully*. Bila di lingkungannya terjadi tindakan *bullying* anak tersebut cenderung menentang tindakan *bullying* atau menentang pelaku *bullying*. Perilaku menentang *bullying* bisa berwujud penentangan langsung kepada pelaku dalam membela korban atau dengan melaporkan kepada guru atau orang tua.
8. Cantik/ganteng tidak cantik/tidak ganteng. Anak yang lebih cantik atau tampan dibandingkan dengan teman-temannya juga dapat menjadi sasaran tindak *bullying*, dan begitu pula sebaliknya.

³⁶ SEJIWA (YAYASAN SEMAI JIWA AMINI). *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak*. (2008). h. 17

9. Anak orang tidak punya dan anak orang kaya. Anak yang memiliki ekonomi keluarga dibawah teman yang lain atau anak orang kesayangan dengan sangat mudah mendapatkan apa yang diinginkan.
10. Kurang pkamui. Selain anak kurang pkamui, anak yang memiliki daya pemahaman rendah juga berpotensi menjadi korban.
11. Anak yang dianggap sering argumentatif terhadap *bully*. Termasuk anak yang sering menentang *bully* atau mendebat tindakan *bullying* yang terjadi.

Menurut Smith dan Vina, korban bullying dideskripsikan sebagai orang yang tidak populer dan terisolasi, tidak mampu berinteraksi dengan anak-anak lain, dan keterampilan sosial korban tidak begitu baik dalam berkomunikasi dengan teman sebaya.³⁷ Isolasi yang terjadi mengartikan bahwa mereka adalah target. Jadi anak yang cenderung terisolasi atau termarginalkan akan sangat mudah dijadikan sasaran tindakan *bullying* oleh para pelaku tindak *bullying*. Korban *bullying* juga memiliki kategori yaitu korban pasif dan korban provokatif.³⁸

1) Korban *bullying*.

a) Korban Pasif

Orang yang tidak melakukan apa pun untuk menghindari serangan dan tidak melindungi diri. Korban pasif mempunyai ciri-ciri: pendiam, sensitif, mudah menangis, kurang percaya diri, merasa cemas, tidak berdaya, tampak hati-hati, sensitif, takut. Umumnya korban bullying laki-laki biasanya tidak suka berkelahi. Korban pasif ini cenderung memiliki sedikit teman, kemampuan bersosialisasi yang buruk, sulit mengekspresikan emosi, gagap, dan kekurangan fisik yang dijadikan bahan bullying.

b) Korban Provokatif

Korban provokatif sulit berkonsentrasi sehingga menimbulkan ketegangan dan ketidaknyamanan. Sekalipun korban merasa takut, kemungkinan besar korban akan bersikap defensif (perlindungan diri). Ciri-ciri: Mudah marah, dianggap hiperaktif, kikuk, tidak dewasa, dianggap sulit diterima masyarakat, murid disukai guru, pintar, populer, berpenampilan menarik, anak orang kurang berada, anak yang tidak merokok, memiliki karakter yang dianggap tidak sesuai kodratnya

³⁷ Vina Christina. *Dampak Psikologis Remaja Korban Bullying*. Skripsi. 2011 (pdf). h. 31

³⁸ *Ibid.* h. 35

2) Saksi *Bullying* atau *bystander*

Perilaku *bullying* tidak selalu terjadi secara sembunyi-sembunyi atau di tempat yang sepi. Ada pelaku intimidasi yang ingin menjadi populer dan menindas korbannya di depan banyak orang. Sebagai orang yang menyaksikan dan mengamati, maka saksi atau *bystander* merupakan pihak ketiga yang menyaksikan perilaku *bullying*. Namun, saksi tidak bisa mengungkapkan kejadian *bullying* tersebut kepada orang lain. Tidak jarang pelaku *bullying* mengintimidasi saksi ketika melaporkan perundungan. Beberapa saksi mungkin memilih untuk tetap diam dan tidak melakukan apa pun daripada menjadi sasaran perundungan lebih lanjut.

5. Gejala-gejala dampak tindakan *bullying*

Adanya perubahan yang tiba-tiba muncul pada remaja yang diindikasikan menjadi korban *bullying*, seperti:³⁹

- 1) Mengalami *phobia* sekolah, enggan berangkat ke sekolah dan kurang semangat atau bahkan meminta pindah sekolah. Orang tua perlu menaruh curiga ketika anak enggan berangkat sekolah dan semangatnya mulai menurun. Pantauan orang tua dan komunikasi yang baik antara orang tua dan guru menjadi hal yang sangat penting.
- 2) Konsentrasi berkurang dan prestasi menurun. Perlu diwaspadai apabila anak mulai memiliki konsentrasi yang berkurang dan prestasi yang menurun. Gejala tindak *bullying* akan sangat tampak pada anak yang konsentrasinya mudah terganggu karena anak tersebut merasa terganggu dan mudah menjadikan hal tersebut sebagai beban pikiran.
- 3) Menjadi penakut, tidak percaya diri, dan tidak mau bersosialisasi, bahkan cenderung menarik diri.
- 4) Gelisah, mudah cemas, menjadi sering berbohong, pendiam, dan tidak semangat. Anak yang mendapat tindakan *bullying* akan merasa cemas dan gelisah dan pada akhirnya akan mudah berbohong untuk menutupi apa yang sedang terjadi. Kebohongan yang dilakukan bisa jadi karena tuntutan pelaku atau karena korban tidak berani melapor kepada orang lain.

³⁹ SEJIWA (YAYASAN SEMAI JIWA AMINI). *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak*. (2008). h. 12

- 5) Adanya perubahan menjadi sensitif, mudah tersinggung, kasar, dan pendendam sebab korban yang tidak bisa menerima *bullying* yang terjadi.

Pelarian menjadi salah satu reaksi yang ditunjukkan seseorang yang telah mendapatkan tindakan *bullying*. Selain menghindari dari tempat-tempat tertentu, korban juga melakukan pelarian dengan melampiaskan kekesalannya pada orang lain. Reaksi terburuknya, korban akan menyalahkan diri mereka sendiri atas apa yang telah terjadi padanya. Persepsi negatif tentang diri tersebut dapat berpengaruh pada konsep diri dan harga dirinya.

6. Dampak dari tindakan *Bullying*

Dampak tindakan *bullying* yang terjadi tidak hanya dialami oleh korban, tetapi pelaku *bullying* juga akan mengalami dampak dari perilaku yang dilakukannya.

1) Pelaku *Bullying*

Dampak yang dialami pada pelaku atas tindakan yang telah dilakukannya kemungkinan besar akan menjadi pelaku tindak kriminal di kemudian hari.

2) Korban *Bullying*

Menurut riset pustaka yang dilakukan oleh yayasan SEJIWA pada tahun 2002-2005, dampak dari kasus *bullying* yang terjadi pada anak dan remaja beberapa diantaranya nekat mengakhiri hidupnya. Dampak lain yang dialami pada korban *bullying* yang tetap bertahan hidup adalah harus menanggung luka batin.⁴⁰

Selain itu, korban akan memiliki kecemasan yang tinggi, rasa kurang percaya diri bahkan ada yang mengalami trauma dan depresi. Dalam workshop yang dilakukan oleh tim SEJIWA, menyebutkan penelitian tentang *bullying* telah dilakukan baik didalam maupun di luar negeri.

Penelitian-penelitian tersebut mengungkapkan bahwa *bullying* memiliki efek-efek negatif sebagai berikut:

1. Gangguan psikologis (seperti cemas dan kesepian).
2. Konsep diri korban *bullying* menjadi lebih negatif karena korban merasa tidak diterima oleh teman-temannya.
3. Menjadi penganiaya ketika dewasa.

⁴⁰ SEJIWA(YAYASAN SEMAI JIWA AMINI).*Bullying:Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak*.(2008). h.9

4. Agresif dan kadang-kadang melakukan tindakan kriminal.
5. Korban *bullying* merasakan stress, depresi, benci terhadap pelaku, dendam, ingin keluar sekolah, merana, malu, tertekan, terancam, bahkan ada yang menyilet-nyilet lengannya.
6. Menggunakan obat-obatan atau alkohol.
7. Membenci lingkungan sosialnya.
8. Korban akan merasa rendah diri dan tidak berharga.
9. Gangguan emosional bahkan dapat menjurus pada gangguan kepribadian.
10. Keinginan untuk bunuh diri.

2.2 Penelitian Terdahulu yang Relevan

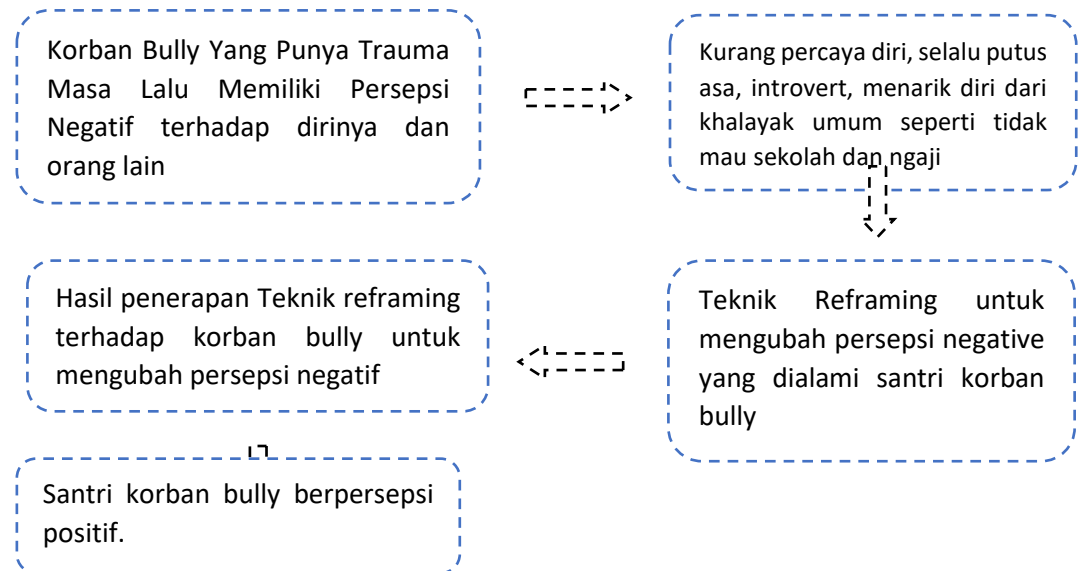
Penelitian ini telah didukung oleh penelitian sebelumnya. Namun, penelitian ini tetap memiliki jati dirinya sendiri karena memiliki beberapa persamaan dan perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Berikut adalah hasil penelitian terdahulu mengenai kekerasan dalam rumah tangga terhadap perempuan serta persamaan dan perbedaan dengan penelitian ini:

1. Faozan. Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Mataram, Penerapan Teknik Reframing Dalam Upaya Merekonstruksi Pola Pikir Negatif Remaja (Studi Kasus Di Dusun Tunjang Barat Desa Taman Indah Kec. Pringgarata Kab. Lombok Tengah) 2022. Permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini ialah mengrekontruksi pola pikir negative dengan Teknik reframing dengan pendekatan kualitatif fenomenologi yang mana subyek penelitiannya dilakukan kepada 5 orang remaja, didapati bahwa keadaan 5 remaja ini cenderung sama-sama memiliki pola pikir negative sehingga menimbulkan rasa kepercayaan diri rendah,, suka menganggap dirinya tak punya harga diri, selalu cemas akan dirinya sehingga selalu menarik diri dari khalayak umum, lalu setelah dilakukan konseling individu dengan teknik reframing terdapat perubahan yang terjadi pada pola pikir negatif subjek yaitu perubahan-perubahan seperti, meningkatnya rasa percaya diri, lebih berani mengeluarkan pendapatnya dikalangan orang banyak, lebih giat dalam melakukan kegiatan-kegiatan yang bernilai positif, menumbuhkan harapan-harapan positif dalam kehidupannya, menjadi lebih peduli dengan dirinya maupun orang lain dan juga bisa berinteraksi maupun bergaul dengan orang-orang di dalam lingkungannya.
2. Fernida Nur Fitria. Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Reframing Untuk Mengubah Sudut Pandang Negatif

Peserta Didik Terhadap Guru Bimbingan Konseling Kelas XI Sekolah Menengah Atas 2019. Dalam penelitian ini pembahasan yang sama ialah sama-sama menggunakan Teknik Reframing untuk mengubah sudut pandang negative peserta didik dengan penelitian kuantitatif eksperimental dengan jenis *pre-eksperimental design*. Lalu didapati bahwa menyatakan bahwa peserta didik yang menganggap guru BK sebagai polisi sekolah ada 5 peserta didik dengan presentase 50% peserta didik yang menganggap guru BK hanya sebagai pemberi nasehat ada 2 peserta didik dengan presentase 20% dan yang menganggap guru BK hanya menangani siswa tertentu saja ada 3 peserta didik dengan presentase 30% dengan rata-rata skor yaitu 61,50 dimana ada 4 peserta didik yang memiliki kategori sudut pandang negatif terhadap guru BK yang tinggi dan ada 6 peserta didik yang memiliki kategori sudut pandang negatif terhadap guru BK yang sedang setelah diberikan pre-test, setelah diberikan post-test hasilnya sebelum diberikan layanan mempunyai hasil rata-rata 61,50 dan setelah diberikan layanan menunjukkan hasil perubahan yaitu berjumlah 93,90. Dari hasil diatas menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik reframing tersebut dapat merasionalkan sudut pandang peserta didik yang irasional yang menyebabkan peserta didik mempunyai pandangan negatif terhadap peserta didik.

3. Jurnal Ida Agustina Penerapan Teknik Reframing Untuk Mengurangi Perasaan Rendah Diri Siswa Kelas VII-H SMP Negeri 1 Jogorogo permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini yakni mengurangi perasaan rendah diri dengan menggunakan strategi Reframing\ dengan menggunakan metode rancangan preeksperimental berupa one group pretest-posttest. Dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dengan subjek 6 siswa. sedangkan metode pengumpulan data menggunakan angket.hasil penelitian ini menunjukkan bahwa $p=0,016$ lebih kecil dari α sebesar $5\%=0,05$. artinya setelah menggunakan penelitian ini terdapat penurunan yang signifikan kepada siswa menjadi rendah. Perbedaan jurnal Ida Agustina dengan penelitian ini terletak pada masalah subjek peneliti di mana penelitian ini membahas tentang pola pikir negatif pada remaja yang dan juga sama-sama menggunakan tekhnik reframing untuk mengatasi masalah yang di alami subjeknya.

2.3 Alur Pikiran Penelitian



Tabel. 1. Alur Pikiran Penelitian

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang berkenaan dengan penerapan Teknik Reframing untuk mengubah persepsi negative pada korban bully di Asrama. Metode penelitian kualitatif, yaitu sesuatu penelitian yang di tunjukkan untuk mendeskripsikan dan menganalisa fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individual maupun kelompok penelitian lebih berkenaan dengan interpretasi terhadap data yang menemukan di lapangan.⁴¹

Metode penelitian studi kasus meneliti suatu kasus atau fenomena tertentu yang ada dalam masyarakat yang dilakukan secara mendalam untuk mempelajari latar belakang, keadaan, dan interaksi yang terjadi. Studi kasus dilakukan pada suatu kesatuan sistem yang bisa berupa suatu program, kegiatan, peristiwa, atau sekelompok individu yang ada pada keadaan atau kondisi tertentu.⁴²

Alasan peneliti menggunakan penelitian kualitatif studi kasus sebab peneliti melihat adanya sikap dan pola pikir yang berbeda santri baru yang pernah memiliki pengalaman di-bully dengan santri yang tidak pernah mengalami pengalaman di-bully, dan untuk menggali kasus ini secara terperinci, dibutuhkan metode penelitian kualitatif study kasus karena mampu menggali pengalaman individu secara mendalam, mampu memahami konteks sosial, subjektivitas dari fenomena yang diteliti, fleksibilitas metodologi, berpotensi untuk pengembangan teori, desain studi yang terkesan holistik dan dapat memberdayakan partisipan.

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini di lakukan di Asrama Santri Baru Al Qohiroh Pondok Pesantren Darussalam Blokagung. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 25 Maret – 13 Juni 2024.

3.3 Kehadiran Peneliti

Kehadiran peneliti di lapangan merupakan unsur penting yang harus dilakukan oleh peneliti, karena peneliti berperan sebagai instrument kunci dan sebagai pengumpul data dari subjek yang diteliti. Juga untuk menambah pengetahuan dan wawasan peneliti terhadap apa yang dibahas atau untuk memperoleh data dari objek peneliti tersebut.

⁴¹ Sugiyono, *Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta. 2017), H.213

⁴² Sugiyono. *Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta. 2017), H.214

Dalam hal ini peneliti juga terjun langsung dalam proses penelitian, sebab selain berperan sebagai peneliti, peran lain yang dilakukan peneliti ialah sebagai Kepala Asrama di asrama Al Qohiroh.

3.4 Informan Penelitian

(Dalam kualitatif tidak menggunakan istilah populasi, tetapi oleh Spradey dinamakan *social situation*” atau situasi sosial yang terdiri dari tiga elemen yaitu; tempat (*place*), pelaku (*actors*), dan aktifitas (*actifity*), yang berinteraksi secara sinergis.⁴³⁾

(Dalam penelitian kualitatif tidak menggunakan populasi karena penelitian kualitatif berangkat dari kasus tertentu yang ada pada situasi sosial tertentu dan hasil kajiannya tidak akan diberlakukan ke populasi tetapi ditransferkan ditempat lain pada situasi sosial yang memiliki kesamaan dengan situasi sosial yang dipelajari. Sampel dalam penelitian kualitatif bukan dinamakan responden melainkan disebut dengan nama narasumber atau partisipan.⁴⁴⁾

Tempat yang menjadi penelitian ialah Asrama Takhossus Santri Baru SLTA Al Qohiroh, Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi. Terdapat 2 partisipan/informan dalam penelitian ini, pertama ialah santri remaja berinisial F yang memiliki persepsi negatif sebab dulu di rumah dan di sekolah sebelumnya pernah menjadi korban bully dan kedua ialah konselor atau orang yang menerapkan teknik reframing dalam penelitian ini yaitu santri yang berinisial K.I sebagai ketua kamar dari F. Teknik penentuan informan yang digunakan dalam penelitian disini ialah *purposive sampling* yakni teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu.⁴⁵⁾

3.5 Data dan Sumber Data

Dalam penelitian ini sumber data dipilih secara *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Didalam penelitian ini peneliti membagi sumber data menjadi dua yakni primer dan sekunder.

1. Data Primer

Sumber data primer dalam penelitian ini ialah wawancara dengan informan. Informan dalam penelitian ini adalah salah seorang santri yang bernama F sebagai informan dan ketua kamar F yang berinisial K.I sebagai konselor.

2. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini adalah dokumen berupa data biografi santri yang tercantum dalam buku rapor santri, buku Psikologi Kepribadian Alwisol, Buku Studi Kasus Desain dan Metode Prof. Dr. Robert K.Yin.

⁴³ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, hal.297.

⁴⁴ Ibid. hal.298

⁴⁵ Ibid. hal.300

3.6 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif pengumpulan data dilakukan pada kondisi yang alamiah (*natural setting*), sumber data primer, dan teknik pengumpulan data lebih banyak pada observasi berperan (*participan observation*), wawancara mendalam (*in-depth interview*)⁴⁶. Berikut macam-macam teknik pengumpulan data dalam penelitian;

a. Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis dan disengaja melalui pengamatan dan pencatatan terhadap gejala yang diselidiki.⁴⁷ Dalam Sugiyono, Nasution menyatakan bahwa, observasi adalah dasar semua ilmu pengetahuan. Para ilmuwan hanya dapat bekerja berdasarkan data, yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi.⁴⁸ Dalam Sugiyono, Sanafiah Faisal mengklasifikasi observasi menjadi tiga; observasi berpartisipasi (*partisipan observation*), observasi secara terang-terangan dan tersamar (*overt observation dan covert observation*) dan observasi yang berstruktur (*unstructured observation*).⁴⁹ Dan dalam penelitian ini peneliti \ menggunakan observasi partisipasi yakni dimana peneliti terlibat langsung dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati, yang digunakan sebagai sumber data penelitian.

Sambil melakukan pengamatan, peneliti ikut melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data, dan ikut merasakan suka dukanya.⁵⁰ Yang mana disini peneliti memposisikan dirinya juga sebagai orang-orang yang berkecimpung langsung dengan keadaan hiruk pikuk sebagai santri dengan segudang kegiatan yang telah terstruktur yang ada dalam pesantren. Peran peneliti juga sebagai pengurus asrama yang mana menjadi peran yang membantu para santri untuk beradaptasi di pondok. Dengan observasi partisipan ini maka data yang diperoleh akan lebih lengkap, tajam, dan mengetahui pada tingkat makna dari setiap perilaku yang tampak.

b. Wawancara atau Interview

Wawancara atau interview adalah bentuk komunikasi verbal jadi semacam percakapan yang bertujuan memperoleh informasi atau dapat diartikan suatu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan tanya jawab antara peneliti dengan obyek yang diteliti. Tujuan wawancara ialah untuk mengetahui apa yang difikirkan oleh orang lain bagaimana pandangannya tentang objek tertentu yang mana tidak bisa menemukan ketika observasi dilakukan.⁵¹

⁴⁶ Ibid. hal.309.

⁴⁷ Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif*, 147.

⁴⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, 310.

⁴⁹ Ibid.hal.310.

⁵⁰ Ibid.hal.310.

⁵¹ Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif*, 143.

Dalam penelitian ini, wawancara yang dilakukan menggunakan wawancara semi-terstruktur yang mana dalam pelaksanaannya lebih bebas dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Tujuan dari wawancara jenis ini adalah menemukan masalah permasalahan lebih terbuka dimana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat, dan ide-idenya. Dalam melakukan wawancara, peneliti perlu mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang dikemukakan oleh informan.⁵² Dalam penelitian ini, peneliti melakukan 2 kali wawancara terhadap informan, wawancara pertama dilakukan pada tanggal 25 Maret 2024, lalu wawancara kedua dilakukan pada tanggal

c. Dokumen

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif.⁵³ Dan dokumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah data pelanggaran santri yang ada di Data Rekapitulasi Pelanggaran Santri Asrama Al Qohiroh.

3.7 Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kualitatif, data diperoleh dari berbagai sumber dari berbagai sumber, dengan teknik pengumpulan data yang bermacam-macam (*triangulasi*), dan dilakukan secara terus menerus.⁵⁴ Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa menyusun dalam pola, memilih mana data yang penting yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri dan orang lain.⁵⁵ Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif studi kasus yang mana penelitian ini bertujuan untuk mengungkap kasus tertentu yakni kasus korban bully yang memiliki persepsi negatif.

a. Analisis sebelum di lapangan

Dalam penelitian kualitatif peneliti telah melakukan analisis data sebelum peneliti memasuki lapangan. Yang didapat dari studi pendahuluan, atau data sekunder guna untuk menentukan fokus penelitian.⁵⁶ Tetapi masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah peneliti terjun ke lapangan. Dan dalam hal ini analisis yang peneliti temukan ialah, santri F memiliki persepsi negatif terhadap dirinya dan orang-orang sekitar, hal itu tampak dari pola

⁵² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, 320.

⁵³ Ibid.hal.329.

⁵⁴ Ibid.hal.333.

⁵⁵ Ibid.hal.335.

⁵⁶ Ibid.hal. 337.

pergaulannya yang lebih cenderung tertutup, *trust-issue*, dan sering melukai diri sendiri dengan alat tajam.

b. Hasil wawancara

Pada konteks analisis data dalam penelitian kualitatif, pelaksanaannya dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung dan pasca selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Pada saat wawancara, peneliti telah melakukan analisis terhadap jawaban yang diwawancarai, bila hasil wawancara dinilai belum memuaskan maka peneliti melanjutkan pertanyaan lagi sampai tahap tertentu hingga diperoleh data yang kredible.

Sugiyono, Miles dan Huberman, mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan terus menerus.⁵⁷ Adapun tahap kegiatan analisis data dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

- *Data reduction*

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu dengan demikian data hasil reduksi semakin jelas.

- *Data display*

Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori dan sejenisnya. Dengan mendisplaykan data maka akan memudahkan data untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang dipahami.

- *Conclusion drawing*

Langkah terakhir dalam analisis data kualitatif ialah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak menemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali kelapangan guna mengumpulkan data, maka kesimpulan data yang dikemukakan merupakan data yang kredible.⁵⁸

3.8 Keabsahan Data

Keabsahan data dalam penelitian kualitatif meliputi uji *credibility*, *transferability*, *dependability*, *confirmability*.⁵⁹ peneliti disini menggunakan metode;

⁵⁷ Ibid.hal.337.

⁵⁸ Ibid.hal.345.

⁵⁹ Ibid.hal.366.

- Triangulasi

Triangulasi disini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan berbagai waktu, dengan demikian ada triangulasi sumber, teknik pengumpulan data dan waktu. Triangulasi sumber yaitu untuk menguji data dengan cara mengecek data yang diperoleh dengan berbagai sumber. Disini untuk mengecek perilaku informan peneliti menanyai pengurus kamar dan asrama partisipan, teman partisipan di kelas diniyah dan teman di kamar guna mendapatkan data yang diinginkan.

Triagulasi teknik untuk menguji data yang dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama tapi teknik yang berbeda. Disini peneliti menggunakan observer yaitu Kang Isyfa yang saat ini menjadi Ketua Kamar untuk mengamati informan setelah melakukan wawancara kepada informan atau sebaliknya”

Triangulasi waktu yaitu pengambilan data dengan latar waktu yang berbeda contoh pertama peneliti melakukan wawancara dipagi hari selang berapa hari peneliti melakukan wawancara siang, sore atau malam hari. Pengambilan data dengan latar belakang waktu peneliti ambil pada saat pra-liburan Syawal sampai pasca liburan Syawal.

- Menggunakan Bahan Referensi

Yang dimaksud dengan referensi disini adanya pendukung untuk membuktikan data yang telah menemukan sebagai contoh data wawancara akan digunakan data pendukung seperti rekaman foto-foto dan lain-lain.

- Member-check

Member check adalah proses pengecekan data yang diperoleh peneliti kepada pemberi data, tujuannya ialah mengetahui seberapa jauh data yang diperoleh sesuai dengan apa yang diberikan oleh informan.⁶⁰

3.9 Tahapan-tahapan penelitian

Pada tahap ini peneliti menjelaskan bagaimana proses atau langkah-langkah penelitian yang akan dilaksanakan

No	Kegiatan	Waktu
1	Memilih lokasi penelitian	15-20 Desember 2023
2	Menyusun rencana penelitian	21-25 Desember 2023
3	Observasi lapangan	27-1 Januari 2024
4	Menentukan informan	5-9 Januari 2024
5	Menyiapkan instrumen penelitian	15-20 Februari 2024
6	Mengajukan proposal	23 Maret 2024
7	Penelitian	25 Maret-13 Juni 2024

⁶⁰ Ibid.hal.375.

3.10 Sistematika Kepenulisan

Sistematika kepenulisan merupakan gambaran dari bagian-bagian yang akan ditulis oleh peneliti secara sistematis.

Bab I PENDAHULUAN, pada bab ini memuat tentang penegasan judul, meliputi latar belakang, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian baik praktis atau teoritis.

Bab II KAJIAN TEORI .memuat, definisi istilah Teknik Reframing dan Persepsi Negatif, penelitian terdahulu dan kerangka berfikir.

Bab III METODE PENELITIAN yang digunakan mulai dari jenis penelitian, lokasi dan waktu penelitian, kehadiran peneliti, subjek penelitian, data dan sumber data, pengambilan data, analisis data, keabsahan data, tahapan-tahapan penelitian dan sistematika penulisan.

Bab IV PEMBAHASAN, paparan data dan temuan data.

Bab V PEMBAHASAN, penerapan teknik reframing dalam mengatasi persepsi negatif pada santri korban bullying.

Bab VI PENUTUP, kesimpulan dan temuannya juga kritik dan saran

BAB IV

PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN

A. Gambaran Umum Penelitian

1. Sejarah Asrama Al Qohiroh PP Darussalam Blokagung

Asrama Al-Qohiroh, merupakan salah satu asrama di Pondok Pesantren Darussalam Blokagung yang diresmikan pada tanggal 15 Oktober 2021, asrama yang dulu nya memiliki nama Al-Azhar, kini berubah menjadi Al-Qohiroh dan di resmikan oleh Dr. KH Abdul Kholiq Syafaat, Lc. M.A. Asrama Al-Qohiroh adalah asrama yang di khususkan untuk santri baru tingkat SLTA dan tingkat perguruan tinggi, alhamdulillah di setiap tahunnya asrama Al-Qohiroh selalu menciptakan generasi hebat yang siap mengabdikan di masyarakat.

Asrama Al-Qohiroh dengan kode asrama (V) terbilang asrama paling baru dari asrama lainnya, di bangun pasca di resmikan nya asrama Al-Falah yang baru saja di pindah pada tahun 2018 ke bangunan yang semula nya merupakan kantin dan warnet pondok. Asrama ini memiliki 7 kamar yang terdiri dari 1 kantor asrama dengan kode (V.Kantor) dan 6 kamar warga asrama dengan masing-masing kode (V.01, V.02, V.03, V.04, V.05, V.06). Jumlah pengurus inti asrama dan kamar Asrama Al Qohiroh sebanyak 18 pengurus dengan pembagian 4 pengurus inti asrama, 12 pengurus kamar dan jumlah warga asrama dalam 3 tahun terakhir mengalami naik-turun, pada tahun 2021/2022 warga asrama tercatat sebanyak 165 orang, lalu di tahun 2022/2023 jumlah warga asrama mencapai 208 orang dan terakhir di tahun 2023-2024 jumlah warga asrama mencapai 170 orang, hal ini berdasarkan Keputusan Kabid. Kepesantrenan PP Darussalam Blokagung tentang pembatasan kuota warga asrama di beberapa asrama santri baru, seperti Asrama Al Falah (khusus santri baru SLTP), Asrama Al Qohiroh (asrama khusus bagi santri baru tingkat SLTA dan Mahasiswa), dan Asrama Al Qudsiyyah (asrama khusus santri baru campuran SLTP dan SLTA dengan peta persebaran warga asrama dari seluruh penjuru nusantara, mulai dari Kawasan pulau Sumatra hingga Papua.

Jumlah warga asrama Al-Qohiroh di setiap kamar nya kurang lebih berjumlah 30 orang lebih, dengan berbagai kegiatannya mulai dari diniyah, sekolah, sorogan kitab, ekstrakurikuler dan lain-lain. Sedangkan kegiatan asrama yaitu tadarus Al-Quran pembacaan waqiah sholat dhuha, sholat malam, tahlilan, dibaiah, khitobah, khutbah dan pembacaan rotibul haddad, istighosah qohiroh. Sedangkan sorogan, pengajian bada subuh dan kegiatan bada maghrib saat ini di handle oleh pengurus MBAD, IHFAD, dan KOSODA. Walaupun demikian, tidak menyurutkan semangat para pengurus kamar dan asrama untuk tetap mengabdikan diri mengurus dan membimbing seluruh warga asrama dengan berbagai macam karakter dan kepribadian serta bakat yang dimilikinya, dengan dukungan Masyayikh, Musrif, alumni dan wali santri, pengurus asrama Al Qohiroh dapat selalu melakukan evaluasi

dan intropeksi diri serta ber inovasi lebih baik guna kemajuan, keberhasilan dan keberkahan warga asrama Al-Qohiroh dalam menuntut ilmu di pondok pesantren Darussalam Blokagung ini.

Berbicara lebih lanjut mengenai asrama ini, tentunya tak lepas dari keinginan para Masyayikh untuk meng-karantina, menguji dan memberi pemantauan ekstra kepada seluruh santri baru, agar sekiranya nanti ketika sudah melewati setahun masa karantina, mereka mampu memiliki sikap kedisiplinan tinggi dalam menjalani kegiatan dan peraturan pondok pesantren.⁶¹

2. Subjek Penelitian

Pada penelitian ini, subjek penelitian yang menjadi sumber data primer dari wawancara ini ialah:

1. Santri Korban Bully: dengan inisial F, salah satu santri asrama Al Qohiroh.
2. Konselor: dengan inisial K.I, sebagai salah satu ketua kamar di asrama Al Qohiroh.
3. Observer : dengan inisial F.A

B. Temuan Penelitian

1. Analisis Data Lapangan

Setelah peneliti mengadakan penelitian pada lokasi yang telah ditentukan yakni Asrama Al Qohiroh PP Darussalam Blokagung, maka peneliti dapat mengumpulkan data dari lokasi penelitian baik yang diperoleh melalui observasi lapangan maupun wawancara terhadap informan.

Tahap pertama peneliti melakukan observasi pada tanggal 14 Maret 2024, kemudian setelah melakukan observasi peneliti juga mengamati kegiatan konselor mengadakan dua kali pertemuan untuk wawancara secara khusus dengan menggunakan Teknik Reframing terhadap santri tersebut. Wawancara pertama dilakukan di kantor asrama Al Qohiroh pada tanggal 24 Maret 2024 dengan dokumentasi data yang nanti dipaparkan di halaman lampiran dengan format peneliti sebagai observer, K.I yang notabennya ketua kamar sebagai pelaksana teknik reframing dan santri dengan nama F sebagai santri korban bullying.

Dalam penelitian ini, peneliti menganalisis data keadaan santri sebelum memasuki lapangan dan data ini diperoleh dari hasil observasi dan data profil santri asrama Al Qohiroh. Dalam penelitian ini, peneliti menganalisis data keadaan santri sebelum memasuki lapangan dan data ini diperoleh dari hasil observasi dan data profil santri asrama Al Qohiroh. dari hasil observasi peneliti didapatkan bahwa ada beberapa kali laporan dari salah satu ketua kamar yakni kamar V.01 yang mengadakan perilah salah satu warga kamarnya yang sering berpersepsi negatif, hal ini tampak dari kebiasannya yang suka menyendiri, sensitif, sering menangis, sering terlihat murung, depresi bahkan yang lebih parah lagi ialah terkadang santri tersebut mencoba

⁶¹ Buku Perangkat Asrama Al Qohiroh

melukai diri dengan menyiletkan tangannya dengan *mini cutter* sebagai bentuk katarsis atau pelampiasan emosi dari yang ia rasakan. Faktor yang mendasari terjadinya perilaku tersebut disebabkan ia sering mengalami *bullying* secara verbal oleh teman-temannya.

2. Display data

Berdasarkan temuan penelitian yang peneliti dapat, diketahui bahwa penerapan teknik reframing untuk mengatasi persepsi negatif santri korban bully pada tahapan:

1. Rasional, santri korban bully menjelaskan awal mula ia di bully dan dampak dari pem-bullying tersebut terhadap dirinya. Dari dampak tersebut santri dikenalkan suatu teknik untuk mengurangi pikiran atau persepsi negatif yang muncul dengan teknik reframing. Hal ini berdasarkan kode F.2 pada wawancara pertama dengan informan.
2. Tahapan Identifikasi Persepsi menjelaskan perasaan santri korban bully saat di bully yaitu sering berfikir negatif, rendah diri dan merasa bingung, cemas, selalu juga berpikir tentang orang tuanya, apakah orang tuanya menyesal telah melahirkan dia yang memiliki kekurangan pada dirinya. Hal ini berdasarkan kode F.4 pada wawancara pertama dengan informan.
3. Tahapan Menguraikan Peran Dari Fitur-Fitur Persepsi Terpilih menjelaskan beberapa kondisi tindakan pem-bullying yang sering dialami dan ia merasa sangat malu, bahkan sampai menghindari dari keramaian. Hal ini berdasarkan kode F.6 pada wawancara pertama dengan informan.
4. Tahapan identifikasi Persepsi Alternatif menyatakan bahwa santri korban bully berusaha mengalihkan pikiran buruk yang biasanya ia lakukan ke beberapa opsi pikiran yang lebih menenangkan ia. Hal ini berdasarkan kode F.8 pada wawancara pertama dengan informan.
5. Tahapan Modifikasi Dan Persepsi dalam situasi masalah menyatakan bahwa santri korban bully memilih untuk melakukan tindakan yang menurutnya lebih mampu ia lakukan seperti cuek atau tidak mendengarkan olok-olokan tersebut. Hal ini berdasarkan kode F.9 pada wawancara pertama dengan informan.
6. Tahapan Pekerjaan Rumah dan Penyelesaian menyatakan bahwa kode F.10 diketahui bahwa santri korban bully diberi tugas untuk melatih diri dalam mengendalikan dan mengubah pikiran negatif ke positif.

BAB V

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas yang telah peneliti lakukan di asrama Al Qohiroh PP. Darussalam Blokagung mengenai bagaimana Penerapan Teknik Reframing dalam Mengatasi Persepsi Negatif Santri Korban Bullying, maka penulis ingin membahas proses dan tahapan teknik reframing berdasarkan hasil wawancara dan observasi sebagai berikut :

1. **Rasional**

Pada tahapan awal rasional, santri korban bully menjelaskan awal mula tindakan bully yang dialami, yang hal itu membuatnya memiliki persepsi negatif terhadap dirinya dan orang lain. . Menurut Beck masalah psikologis sering kali berakar pada pola pikir negatif atau distorsi kognitif. Mengidentifikasi pikiran negatif adalah langkah pertama dalam mengubah pola pikir tersebut.⁶²

2. **Identifikasi Persepsi**

Pada tahapan ini informan mengucapkan perasaan dan pikiran negatif yang sering muncul serta sering bertanya pada dirinya tentang kekurangan yang ada pada dirinya. Menurut Zulqurnain & Thoha perilaku bullying hanya membuat anak takut terancam, rendah diri dan tak ada nilainya, sulit berkonsentrasi pada saat belajar, sulit bersosialisai dengan lingkungannya, tidak mau sekolah, sulit bersosialisasi dan menjadi seseorang yang tidak memiliki percaya diri, sulit untuk berfikir hingga prestasi akademiknya menurun.⁶³

3. **Menguraikan Peran dari Fitur-Fitur Persepsi Terpilih**

Pada tahapan ini santri korban bully mencoba memerankan atau menggambarkan situasi dan kondisi saat ia sedang dibully dan tujuannya untuk mengenali pikiran-pikiran dalam situasi yang mengandung tekanan atau situasi yang menimbulkan rasa rendah diri, yang dirasakan mengganggu diri siswa dan mengganti pikiran-pikiran tersebut agar tidak menimbulkan rasa rendah diri. Sedangkan menurut Beck, dalam tahapan ini diperlukan evaluasi pikiran negatif melibatkan pengujian hipotesis di mana individu menilai bukti yang mendukung atau menentang pikiran mereka.⁶⁴

4. **Identifikasi Persepsi Alternatif**

Pada tahapan ini santri korban bully mencoba mengalihkan pikiran negatifnya dengan pikiran-pikiran yang lebih menenangkan. Hal ini juga selaras dengan teori reframing Watzlawick, Weakland, dan Fisch yang menyatakan bahwa perubahan makna atau konteks dapat mengubah persepsi individu terhadap suatu situasi dan mengurangi dampak negatifnya.⁶⁵

⁶² Aaron Beck. *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. Penguin Books: 1979

⁶³ Zulqurnain, M. A., & Thoha, M. (2022). *Analisis Kepercayaan Diri pada Korban Bullying*. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 3(2), 69-82.

⁶⁴ Aaron Beck. *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. Penguin Books: 1979

⁶⁵ Watzlawick, P., Weakland, J. H., & Fisch, R.. *Change: Principles of Problem Formation and Problem Resolution*. W. W. Norton & Company: 1974.

5. **Modifikasi dan persepsi dalam situasi masalah**

Pada tahapan ini santri korban bully memilih untuk menentukan respon dan pikiran positif yang dibuat dan melakukan tindakan yang menurutnya lebih mampu ia lakukan seperti cuek atau tidak mendengarkan olok-olokan tersebut. Sedangkan menurut Bandura, penguatan positif terhadap perilaku atau pola pikir yang diinginkan dapat meningkatkan probabilitas bahwa individu akan terus menggunakannya di masa depan.⁶⁶

6. **Pekerjaan Rumah dan Penyelesaian**

Pada tahapan ini santri korban bully diajak untuk menguji dan menerapkan interpretasi baru dalam situasi nyata. Mereka harus mengamati bagaimana perubahan persepsi ini mempengaruhi emosi dan perilaku mereka. Dalam proses inilah, diharapkan latihannya rutinitas bagi santri korban bully untuk mengurangi pikirannya. Ini sejalan dengan Teori Pengalaman yang dikembangkan Kolb yang menyatakan bahwa pembelajaran efektif terjadi melalui siklus pengalaman, refleksi, konseptualisasi, dan eksperimen aktif.⁶⁷

Dari hasil pembahasan di atas dapat diketahui bahwa korban bully pada awalnya merasa cemas, merasa rendah diri, atas bully yang dilakukan oleh teman-temannya, bahkan berusaha untuk menghindari dari pergaulan di kamar. Akan tetapi setelah di beri terapi dengan teknik reframing, menjadikan santri korban bully mulai bisa untuk mengubah persepsi negatif yang selalu muncul diganti dengan persepsi atau respon yang lebih menenangkan dirinya.

⁶⁶ Albert Bandura. *Social Learning Theory*. Prentice-Hall: 1977

⁶⁷ D. Kolb. *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Prentice Hall: 1984

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil dari penelitian ini adalah santri korban bully mulai mampu mengubah persepsi negatif mereka ke bentuk tindakan yang menurut mereka lebih mashlahat seperti mengubah persepsi negatif tersebut ke persepsi positif dengan kesadaran penerimaan diri, lalu berusaha merespon dan menjelaskan hal yang ia lakukan dengan respon baik, dan menerima pendapat teman-temannya dengan tidak mengedepankan emosi pada orang lain dengan bantuan dan pendampingan Ketua Kamar yang berperan sebagai konselor. Hal ini berdasarkan kode V.2 pada wawancara kedua dengan informan.

B. Saran

Permasalahan yang di bahas dalam skripsi ini yakni mengenai Penerapan Teknik Reframing dalam Mengatasi Persepsi Negatif Santri Korban Bullying, maka peneliti ingin memberikan saran sebagai berikut :

1. Untuk Pondok Pesantren Darussalam Blokagung perlu membuat pelatihan-pelatihan pemecah masalah santri korban bully dengan teknik reframing dan juga perlu membuat kebijakan dan peraturan bagi seluruh pengurus yang ada di pondok untuk ikut dan belajar di pelatihan tersebut.
2. Untuk seluruh kepengurusan asrama Al Qohiroh, dihimbau agar lebih fokus dalam mendampingi santri baru, pun juga belajar untuk menjadi *problem solved* bagi setiap permasalahan yang ada pada santri baru, baik masalah psikologis, pertemanan, keaktifan, dan lain-lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Zuchri. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif*. 1 ed. Makassar: Syakir Media Press.
- Amalia. 2018. *Efektifitas Layanan Informasi Dengan Media Audio Visual Untuk Mengubah Persepsi Negatif Peserta Didik Terhadap Guru BK Kelas XI IPS SMAN 14 Lampung T.P 2017/2018*. Jurnal Tesis, FTK Universitas Raden Inten Lampung.
- Griffith, A.I. (2020). Coordinating Family and School: Mothering for Schooling. *Education Policy Analysis Archives*, (Online), Vol.,3, No. 1, (<http://olam.ed.asu.edu/epaa/>, diakses 12 Februari 1997).
- Annisa Rizka Mardiana. (2013). Study Tentang Persepsi Siswa Pada Layanan BK di SMK se-Kecamatan Sukomanunggal Surabaya, (Online), <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article>, (di akses 10 Maret 2024)
- Arwidita. 2014. *Hubungan Antara Persepsi Terhadap Layanan Konseling Individual Dengan Minat Berkonseling Pada Siswa SMKN 1 Kota Bengkulu*. Skripsi. Bengkulu: Program Studi Bimbingan Konseling IKIP Universitas Bengkulu.
- Bandura, A. (1977), *Social Learning Theory*. Prentice-Hall.
- Beck, A. T. *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. Penguin Books, 1979.
- Bradley T. Efrord. (2016). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Erina Latifah Utamaya. (2013). *Penerapan Konseling Kelompok Dengan Strategi Reframing Untuk Meningkatkan Motivasi Siswa Mengikuti Pelajaran Di Kelas Di SMP Negeri 1 Kkamut*, (Online), <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article>,
- Kadek Lusiani Laksmi, Ni Nengah Madri Antari, and Nyoman Dantes, “Penerapan Konseling Rasional Emotif Dengan Teknik Reframing Untuk Meminimalisir Learned Helplessness Pada Siswa Kelas XI IPA 3 SMA Negeri 3 Singaraja Tahun Ajaran 2013/2014” *Jurnal Online Jurusan Bimbingan Konseling* Volume 2, no. 1 (2014).
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Prentice Hall.
- Moh. Vinda Fajarudin. *Penerapan Strategi Cognitive Restructuring Untuk Menurunkan Persepsi Negatif Terhadap Pelaksanaan Program BK pada Siswa Kelas X-4 SMAN 1 Karangrejo Tulung Agung*, Jurnal Skripsi (2016).
- Mohammad Nursalim. *Strategi dan Intervensi Konseling*, Jakarta: PT. Indeks, (2013).
- M. Virgiawan Bayu S dan Dra. Titin Indah Pratiwi, M.Pd “Penerapan Strategi Refreming untuk Meningkatkan Kemampuan Berfikir Positif Siswa Kelas X APK-2SMKN 1 Surabaya” dalam *Jurnal Universitas Negeri Surabaya*, hlm. 5
- Nursalim, Mochammad, *Strategi & Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademia Permata, (2013).

- Ponny Retno Astuti. *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Mengatasi K.P.A.* (2008).h.3
- Rosalia Dewi Nawantara,"*Perbedaan Komitmen Tugas Siswa Dalam Penerapan Reframing dan Self Intruction*," *Jurnal Skripsi*, 2016
- Syaikh Syarofuddin Yahya al-Amrithy, *Panduan Nadzom al-Imrithy Praktis*, Percetakan Blokagung:LTN MADA, (2021)
- Stephen Palmer, *Konseling dan Psikoterapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, (2010)
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan: (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D)*. Cet 21. Bandung: Alfabeta, (2015).
- Watzlawick, P., Weakland, J. H., & Fisch, R, *Change: Principles of Problem Formation and Problem Resolution*. W. W. Norton & Company, (1974).
- Wiratna Sujarweni, *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: PT Pustaka Baru.(2014)
- Zulqurnain, M. A., & Thoha, M. (2022). Analisis Kepercayaan Diri pada Korban Bullying. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 3(2), 69-82.

LAMPIRAN-LAMPIRAN



UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Blokgung - Banyuwangi

Jalan PP. Darussalam Blokgung Banyuwangi 68491
No Hp : 08113129333, E-Mail: official@uimsya.ac.id, Website: uimsya.ac.id

Nomor : 51.2.12/007.13/UIMSYA/FDKI/C.3/III/2024

Lamp. : -

Hal : PENGANTAR PENELITIAN

Kepada Yang Terhormat:

Kepala Asrama Al Qohiroh PP. Darussalam Blokgung
di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan di bawah ini Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSYA) Blokgung Banyuwangi, memohonkan izin penelitian atas mahasiswa kami:

Nama : FAISAL AHMAD AL BIRRUNI
NIM : 2012211017
Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat : Bumi Ratu Nuban, Lampung Tengah, Lampung
HP : 08155159492

Untuk dapat diterima/melaksanakan penelitian di lembaga/instansi yang Bapak/Ibu pimpin, dalam rangka penyelesaian program skripsi.

Adapun judul penelitiannya adalah:

"Penerapan Teknik Reframing Dalam Mengatasi Persepsi Negatif Pada Santri Korban Bullying"

Atas perkenan dan kerja samanya yang baik diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Blokgung, 23 Maret 2024

Dekan,

Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom

NIPY. 3150128107201



مُؤَسَّسَةُ الْمَعْرِفَةِ وَالسَّلَامَةِ (الْمَعْلَمَةُ)

PONDOK PESANTREN DARUSSALAM BLOKAGUNG

ASRAMA AL QOHIROH

Kepala Asrama : 0853 3593 2893

Kepala Pesantren : 0852 5838 4772

OFFICE : PP. Darussalam Blokagung Tegalsari Banyuwangi Jawa Timur 68485 Telp: (0333) 845972. Hp: 0852 8899 1951, 0856 0086 1951

SURAT KETERANGAN

Nomor : 51.1/30/S.Ket/Al Qohiroh/VII/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Asrama Al Qohiroh PP. Darussalam Blokagung Banyuwangi menerangkan bahwa:

Nama : Faisal Ahmad Al Birruni
NIM : 2012211017
Unit : Universitas KH Mukhtar Syafaat Blokagung
Status : Mahasiswa
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Telah melakukan penelitian di Asrama Al Qohiroh PP. Darussalam Blokagung Banyuwangi untuk keperluan penyusunan skripsi dengan judul: **"PENERAPAN TEKNIK REFRAMING UNTUK MENGATASI PERSEPSI NEGATIF PADA KORBAN BULLY (Studi Kasus Santri Baru Asrama Al Qohiroh Pondok Pesantren Darussalam Blokagung)"**

Adapun waktu penelitian dilaksanakan mulai dari tanggal 25 Maret-13 Juni 2024. Demikian surat ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Blokagung, 13 Juni 2024

Kepala Asrama

FAISAL AHMAD AL BIRRUNI



INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM

IAIDA

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

TERAKREDITASI

BLOKAGUNG - BANYUWANGI

Alamat: Pte. Pte. Darussalam Blokagung 6000 Blokagung Jember Jawa Timur 60001 Telp. (0332) 871433, Fax. (0332) 842271, Hp. 081234457131 Website: www.iaida.ac.id Email: iaidablokagung@gmail.com

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Faizal Ahmad Al Birruha

NIM 2012241017

Program Studi BK-1

Judul Skripsi Penerapan Teknik Pengurangan untuk Mengurangi Persepsi
Negatif pada korban bully

Pembimbing : Bpk. Ahmad Rizqon Al Mulyofin

No.	Topik Pembahasan	Tanggal	Tanda Tangan Pembimbing
1	Menentukan Judul	01/02 2024	
2	Revisi Bab 1	20/02 2024	
3	Revisi Bab II	04/03 2024	
4	Revisi Bab III	11/03 2024	
5	Acc Dosen Pembimbing	19/03 2024	
6	Bab IV Data Reduction	16/05 2024	
7	Revisi Bab IV	23/05 2024	
8	Bab V	27/05 2024	
9	Bab VI	3/06 2024	
10	Revisi Bab VII & Lampiran	4/06 2024	
11	Acc Dosen Pembimbing	13/06 2024	
12			

Blokagung.....2023

Ketua Prodi
Bimbingan dan Konseling Islam

Halimatus Sa'diyah, S.Psi., M.A
NIPY. 3151301019001



FAISAL AHMAD AL BIRRUNI 2012211017.docx

ORIGINALITY REPORT

21%

SIMILARITY INDEX

22%

INTERNET SOURCES

6%

PUBLICATIONS

12%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.radenintan.ac.id	11%
	Internet Source	
2	eprints.unm.ac.id	2%
	Internet Source	
3	etheses.uinmataram.ac.id	2%
	Internet Source	
4	eprintslib.ummgl.ac.id	1%
	Internet Source	
5	ejournal.unesa.ac.id	1%
	Internet Source	
6	Submitted to IAIN Kudus	1%
	Student Paper	
7	repository.iainpare.ac.id	1%
	Internet Source	
8	text-id.123dok.com	1%
	Internet Source	
9	jonedu.org	1%
	Internet Source	



Gambar. 1. Konselor (Kang Isyfa') bersama informan (F) wawancara ke 1



Gambar. 2. Konselor (Kang Isyfa') bersama informan (F) wawancara ke 2

WAWANCARA INFORMAN

1. Wawancara ke : 1
2. Masalah : Bullying Verbal
3. Nama Informan : F Natadinata Kuncoro
4. Tanggal Wawancara : 25 Maret 2024
5. Tempat Wawancara : Kantor Asrama Al Qohiroh
6. Pertanyaan :

No	Pertanyaan	Jawaban
1	coba ceritakan gimana awal mula kamu jadi bahan bully-an sama temen-temenmu?	F.1
2	Jadi itu yang membuat kamu dibully lalu apakah secara emosional, kamu merasa ada perubahan pada dirimu saat kamu sedang dibully?	F.2 Rasional
3	selain itu ada lagi gak? atau mungkin pernah lari ke tempat sepi meluapkan itu semua atau kamu pernah nggak mencoba untuk melawan?	F.3
4	ketika mereka mengatakan hal-hal yang tidak menyenangkan kamu langsung berpikir apa?	F.4 Identifikasi persepsi
5	Apakah kata-kata ejekan mereka itu mempengaruhi aktivitasmu sehari-hari? Bagaimana pengaruhnya?	F.5
6	Apakah kata-kata ejekan tersebut pernah membuatmu susah tidur?	F.6
7	Dalam situasi apa yang biasanya paling membuat Kamu merasa tidak nyaman?	F.7 Menguraikan Peran dari Fitur- Fitur Persepsi Terpilih
8	Apakah kata-kata ejekan tersebut pernah membuatmu susah tidur?	
9	Pernah gak kamu coba berpikir kalau omongan mereka itu gak serius?	Identifikasi Persepsi Alternatif F.8
10	Pernah. Oke. Kira-kira apa yang bisa kamu pikirkan atau respond untuk mengurangi perasaan buruk saat mendengar kata-kata ejekan itu lagi? Yang bisa kamu lakukan apa?	F.9 Modifikasi dan persepsi dalam situasi masalah
11	Bisakah kamu mencoba mempraktikkan cara berpikir baru/berbeda dari biasanya setiap kali ada situasi serupa minggu ini?	F.10 Pekerjaan Rumah dan Penyelesaian

Banyuwangi, 25 Maret 2024
Pewawancara

K.I

PEDOMAN OBSERVASI

- a. Nama inisial santri : F
 b. Asrama / Kamar : Al-Qohiroh / V.0...
 c. Hari/Tanggal Observasi : 25 Mei 2024 & 13 Juni 2024

No	Aspek yang di observasi	Hasil observasi
1	Apakah santri tampak tidak percaya diri dalam berbicara atau berinteraksi dengan orang lain? Bagaimana sikap mereka dalam situasi yang membutuhkan partisipasi aktif?	
2	Apakah santri menunjukkan tkamu-tkamu ketidaknyamanan, seperti sering menunduk, menghindari kontak mata, atau postur tubuh yang kaku?	
3	Bagaimana hubungan santri dengan teman-temannya? Apakah mereka sering terlihat sendirian atau dihindari oleh teman-teman sebayanya?	
4	Seberapa aktif santri terlibat dalam kegiatan sekolah atau ekstrakurikuler? Apakah mereka cenderung menarik diri atau menunjukkan minat yang rendah?	
5	Bagaimana reaksi santri terhadap kritik atau koreksi dari guru atau teman? Apakah mereka tampak sangat terpengaruh atau merasa tertekan?	
6	Apakah ada perubahan dalam pola tidur atau tingkat energi santri, seperti terlihat sering mengantuk atau lesu sepanjang hari?	
7	Bagaimana santri merespon situasi konflik atau ketegangan? Apakah mereka cenderung menghindar atau menunjukkan tkamu-tkamu kecemasan yang berlebihan?	
8	Bagaimana kondisi kebersihan dan penampilan diri santri? Apakah mereka menunjukkan kurangnya perhatian terhadap kebersihan pribadi atau perubahan drastis dalam penampilan?	
9	Apakah ada perubahan dalam kebiasaan makan santri, seperti kehilangan nafsu makan atau makan berlebihan, yang dapat menjadi indikator stres atau masalah emosional?	

10	Apakah santri sering terlihat menyendiri atau menghindari interaksi sosial, bahkan dalam situasi yang biasanya mereka nikmati?	
----	--	--

d. Kesimpulan :

.....

.....

.....

.....

.....

VERBATIM

a) Hasil wawancara ke 1

1. Konselor : *"Assalamualaikum F, minta waktumu sebentar untuk ngomongin tentang masalahmu, gimana bisa ya?"*
2. F : *"waalaikum salam bisa kang,"*
3. Konselor : *"Nah, jadi gini F, kan kemarin kamu minta waktu untuk curhat tentang masalahmu, yang katanya kamu sering banget diolok-olok, dinakalin sama temen-temen, malah sampai pernah dibilang, maaf bencong atau sebutan lainnya lah, gitu ya? Nah, karena itu kemarin coba tanya solusi ke Kepala Asrama biar masalahmu bisa diselesaikan, sama Pak Kepala Asrama, aku di ajarin suatu teknik konseling namanya teknik reframing, nah sebelumnya aku jelasin dulu tentang teknik reframing ini, teknik ini tujuannya untuk mengubah persepsi negatif menjadi positif, persepsi itu sama kayak pikiran, pandangan gitu lah, nah untuk tahapannya ada 6, pertama rasional, pengenalan masalah, contoh masalahnya, penggambaran situasi, memilih respon-respon lain, menentukan respon positif yang kamu pilih, latihan di kamar, sampai sini paham ya, sekilas?"*
4. F : *"oh nggeh kang"*
5. Konselor : *"coba ceritakan gimana awal mula kamu jadi bahan bully-an sama temen-temenmu?"*
6. F : *" mungkin awal mulai datang itu aku taruh barang-barang dulu, ya kan juga barang aku kan banyak jadi sementara ada yang taruh di kardus dulu nggak semua langsung ditaruh di lemari masalahnya bingung nantinya gimana terutama itu yang mungkin jadi sasaran teman-teman saya untuk nge-bully saya itu bisa dibilang untuk skin care lah kenapa saya tahu? karena saya pertama itu taruh di tempat buku, jadi temen-temen pada mikir "oh orang ini tuh pakai skin care, berarti orangnya tuh agak belok lah orangnya" mungkin dari kamar saya, kamar sebelah semua orang itu tahu kalau saya itu pakai skin care mulai dari itu saya itu di olok-olok, di hina dan dibully lah, terus pada suatu saat itu kan saya mengindap paru-paru basah, bisa dibilang gitu, aku pakai kaus kaki biar lantai itu nggak basah, jadi teman-teman aku langsung pada lihatin aku, pikir merek "orang itu ngapain pakai kaus kaki? alay atau gimana sih? beda arek kui" nggak tahu persepsinya orang itu ya kak gimana ya mungkin dari itu sih orang-orang itu bisa tahu kalau saya itu beda dan saya itu dibully, dan ini yang buat aku ngerasa hina, berpikiran buruk, dan berusaha pengen mengubah sikapku ini"(F.1)*
7. Konselor : *"Jadi itu yang membuat kamu dibully lalu apakah secara emosional, kamu merasa ada perubahan pada dirimu saat kamu sedang dibully?"*
8. F : *"Ada banyak, seperti sering sensitif, khawatiran, aku jadi pelit, males terlalu aktif karena nanti malah jadi omongan, sering banget juga depresi pas temen-temen lagi bully aku rame-rame, pernah kepikiran boyonglah, bahkan mikir bunuh diri juga pernah"(F.2)*

9. Konselor : *"selain itu ada lagi gak? atau mungkin pernah lari ke tempat sepi meluapkan itu semua atau kamu pernah nggak mencoba untuk melawan?"*
10. F : *"ya itu sih seringnya, kalau ngelawan pernah! Tapi cuma ya itu kalau mereka kan mengolok-olok dengan mulut ya aku bales dengan mulut tapi orang itu pasti bales lagi dan lebih dari aku lagi, Jadi kayak malah abislah!"(F.3)*
11. Konselor : *"Ketika mereka mengatakan hal-hal buruk kepada kamu apa yang langsung terlintas di pikiranmu? Maksudnya pas mereka mengatakan hal-hal yang tidak kamu suka kamu langsung berpikir apa?"*
12. F : *"Biasanya langsung kepikiran ke orang tua, Ada apa dengan orang tua? Apakah orang tuaku punya pikiran sama kayak orang lain bilang? apa orang tuaku ngerasa nyesel gak ya, punya anak seperti aku? senang gak? apa sedih atau gimana gitu? Larinya pasti ke orangtua."(F.4)*
13. Konselor : *"Apakah kata-kata ejekan mereka itu mempengaruhi aktivitasmu sehari-hari? Bagaimana pengaruhnya?"*
14. F : *"Ya mulai contoh, aku pakai skincare yang seperti biasanya. Ketika mereka mengolok-olok aku, mungkin kalo aku pengen memakai lagi itu rasanya malu. atau takut diolok lagi jadi kebiasaanku skincare-nya tidak terlasana lagi. Jadi gak pakai lagi dah. Sampai saat ini. Aku pernah mikir, kenapa cuman aku yang digituin. orang lain kok gak gitu juga."(F.5)*
15. Konselor : *"Apakah kata-kata ejekan tersebut pernah membuatmu susah tidur?"*
16. F : *"Pernah. udah aku pendam. Mungkin kan pada malam itu teman-teman aku sudah tidur. Aku kepikiran banget, sampai pada suatu malam itu kepikiran terus sampai gak bisa tidur. Nangis sampai tengah malem, untung pas itu ketua kamarku belum tidur, jadi aku cerita ke beliau. Besoknya masalahku dilaporkan ke Kepala Asrama untuk di proses."(F.6)*
17. Konselor : *"Dalam situasi apa yang biasanya paling membuat kamu merasa tidak nyaman?"*
18. F : *"Dipermalukan di depan umum. Sering banget aku ngerasa nge-down banget pas temen satu kamar rame-rame gojlokin aku. Trus aku diem aja udah. Gak bisa ngapa-ngapain. Yang tak lakuin mentok ya cuman bisa lari dari tempat itu."(F.7)*
19. Konselor : *"Pernah gak kamu coba berpikir kalau sebenarnya omongan mereka itu bentuk kepedulian mereka ke kamu yang punya kebiasaan yang 'gak umum' bagi laki-laki, cuman disampaikannya aja yang kurang tepat?"*
20. F : *"Pernah sih. ya Mungkin bisa jadi seperti itu, mereka ngomong itu ke aku sih pengen merubah aku yang seperti ini menjadi seperti ini. Ya aku sadar sih kalau aku sendiri itu tingkahnya beda dari*

normalnya sikap cowok mungkin terlalu manja, feminim, pakai alat-alat perawatan khususnya perempuan, ya gitu lah”(F.8)

21. Konselor :”Pernah. Oke. Kira-kira apa yang bisa kamu pikirkan atau respond untuk mengurangi perasaan buruk saat mendengar kata-kata ejekan itu lagi? Kira-kira apa yang bisa mampu kamu lakuin?”
22. F :”lebih ke ini sih, ambil sisi baiknya aja sih, mungkin pengen ngingetin aku karena tingkahku yang gak wajar, selebihnya aku gak usah terlalu baper dulu didengarin omongan mereka dimasukin hati. Diam aja.”(F.9)
23. Konselor : “Berarti kamu memilih untuk bersikap lebih bijak sama setiap omongan mereka, gak ambil pusing sama omongan mereka.”
24. F :”iya biar aja gitu!”
25. Konselor :” Dari sini kan bisa diambil pelajaran bahwasannya. Persepsi itu dapat merubah emosi kita. Kalau kita menanggapi dengan cara serius dan mengabil sisi negatifnya, maka yang lahir ialah persepsi negatif. Persepsi itu salah satu hal yang berpengaruh besar bagi hidupan kita. penting banget untuk belajar mengubah persepsi dari segala macam pandangan di alihkan ke pandangan yang lebih selamat menyelamatkan. Seperti mengalihkan pandangan ejekan itu kepada pandangan yang mungkin hanya sebagai koreksi atau candaan. Oke dari sini saya minta tolong. Bisa kah kamu mencoba mempraktikkan cara berfikir baru? Atau berbeda dari biasanya setiap kali ada situasi serupa dalam seminggu ini?”
26. F :” Mungkin bisa. Tapi ya gak semudah itu untuk biasa-in kebiasaan baru itu.”(F.10)
27. Konselor :”oh gitu ya, ya udah ntar, kita sharing lagi ya sambil lihat hasil latihan mu selama seminggu ini ya, pokok kalau ada masalah yang ganggu kamu, coba pakai teknik ini ya!”
28. F :”ya kang”

b) Hasil wawancara kedua kepada informan :

1. Konselor :”F gimana hari ini, sehat ya?”
2. F :”Sehat kang alhamdulillah.”
3. Konselor :”Oh ya F, jadi gini seperti kesepakatan kita kemarin Di pertemuan pertama saya mau ada-in lagi sharing bahas masalahmu buat mengevaluasi apakah Teknik Reframing yang kemarin itu berguna atau gak, terus juga penterapannya gimana, nah di sharing kedua ini kita buktikan bareng-bareng.”
4. F :”ya kang!”
5. Konselor :”coba saya tanya, kemarin teknik reframing itu apa?”
6. F :”teknik yang mengubah pikiran buruk ke baik, gitu ya kang?”
7. Konselor :”nah iya, Sudah tahu ya, nah untuk seminggu ini masih ada yang olok-olok kamu lagi enggak?”

8. F : *"ya kalau ada atau enggak ada tapi ya enggak terlalu seperti yang awal-awal sebelum sebelum dijelasin teknik ini, jadi ada yang bully saat ini? ada, cuma ya enggak sebanyak dulu"* (V.1)
9. Konselor : *"kan kalau awal-awal kemarin F pas tahu ada yang mengolok-olok kekurangan F, sikap yang F lakuin saat itu cuman bisa diam, marah, sensitif malah sampai suka menyendiri bahkan pernah coba melukai tangan pake cutter kecil. Setelah saya kasih Briefing mengenai teknik reframing, kamu lakuin enggak? Trus gimana?"*
10. F : *"Hasilnya ya, enggak kayak dulu, yang dulu pernah sampai siletin tangan, sekarang mulai bisa anggep biasa aja enggak terlalu masuk hati ya. Aku mikir nya pasti heleh paling cuman guyon, ngece doang tak coba cari alasan lain lah, yang gak bikin aku emosi, kadangan malah pas tak tanggepi santai, apalagi cuek mereka malah langsung kayak piye ngunu, kayak gak di dengerin, itu malah merkanya yang gentian emosi"* (V.2)
11. Konselor : *"oke, berarti kamu coba untuk ambil pikir dan pandangan lain ya, bagus!"*
12. F : *"Kelihatan kasar, tapi ternyata pas tak coba mikir alasan lain, omongannya enggak terlalu sih, ya mungkin orang itu belum kenal aku deket atau gimana tapi enggak tahu caranya untuk langsung kenal, deket gitu Mungkin sih dengan cara soal asik atau mengolok-olok dulu."* (V.3)
13. Konselor : *"coba, mungkin ada satu cerita kamu di bully, terus kamu pake Teknik Reframing itu?"*
14. F : *"gini, ada pas aku di bilang kayak cewek sama temenku, yang katanya aku gak macho, gak gentle, terlalu lembut, klemmer-klemmer, baperan dll, aku cuman nanggepin santai aku pengen jadi diri sendiri, mungkin yang mereka maksud laki itu kayak gini gitu, itu aku hargain pendapatnya tapi aku juga sadar kalo hidup gak usah ikut apa kata orang, mungkin ada beberapa pendapat yang bisa aku terima, bagus untuk memperbaiki diri, tapi ya gitu gak semua langsung berubah, ada step by step nya terus gak usah ikut apa kata orang, jadi diri sendiri lebih enak itu mereka langsung diem."* (V.4)
15. Konselor : *"Oke, baik. F, saya rasa teknik reframing ini kayaknya berhasil sih, berarti kamu sudah bisa bergaul sama temen-temen?"*
16. F : *"sebenarnya kalua aku nanggepinnya langsung marah, emosi malah mereka itu makin seneng bully aku, pas tak tanggepin santai malah dampaknya jadi biasa aja, nah kalo bergaul itu aku biasanya pake cara pendekatan lain, kadang-kadang traktirin temen jajan, itu dah buat temen-temen sungkan gitu. Intinya ya respon awal kok aku langsung emosi gak aku ubah persepsi ku ke hal-hal yang baik lah, biasanya malah mereka semakin semangat guyon nya, tapi kalo sebaliknya malah biasa aja."* (V.5)
17. Konselor : *"Alhamdulillah, peh enak kalo kayak gini, semakin dewasa gitu keliatannya"*

18. F : *"Suwun ya, kang!"*
19. Konselor : *"ya sama-sama, nah car aini mungkin bisa kamu ajarin ke temen-temen yang masalahnya sama kayak kamu, biar gak pada stress gitu lho, biar gak boyong"*
20. F : *"ya kang, pokoknya aku makasih lho kang bimbingannya"*
21. Konselor : *"ya, sama-sama, yaudah ya ini tak buat laporan ke Kepala Asrama dulu ya"*
22. F : *"nggeh kang!"*



BIOGRAFI

Faisal Ahmad Al Birruni lahir di Gunung Batin pada tanggal 26 Februari 1999 putra pertama dari Abah Maisur Hajid dan Umi Asroriyah . Ia menempuh pendidikan dasar di SDIT Bustanul ‘Ulum, dan lulus pada tahun 2011. Selanjutnya, ia melanjutkan pendidikan menengah pertama dan menengah keatas di SMP TMI Roudlatul Qur’an dan SMA TMI Roudlatul Qur’an serta lulus pada tahun 2017.

Selama masa kuliah, ia aktif dalam berbagai organisasi seperti IPNU dan Kajian ASWAJADA dan menjabat sebagai bidang kegiatan pada tahun 2021, dan juga pernah ikut membantu di Lembaga Bimbingan dan Konseling Darussalam di PP Darussalam

Blokagung Banyuwangi pada tahun 2024 Faisal memiliki hobi dalam Tilawatil Qur’an. Ia sering menghabiskan waktu luangnya untuk mengasah bakat Tilawatil Qur’an nya. Akhir kata penulis bersyukur atas terselesaikannya skripsi dengan judul “***Penerapan Teknik Reframing Dalam Mengatasi Persepsi Negatif Pada Santri Korban Bullying***”.