

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu proses adaptasi yang melibatkan perkembangan fisik dan mental individu secara bebas dan sadar terhadap tuhan. Hal ini termanifestasikan dalam pikiran, perasaan dan interaksi dengan lingkungan manusia, baik secara intelektual maupun (Jalaluddin dalam Khasanah, 2019). Dapat dipahami bahwa pendidikan adalah proses pembelajaran yang bertujuan membantu peserta didik mengembangkan potensi diri dan membentuk pemahaman yang terstruktur.

Selain itu, hubungan antar siswa atau lingkungan pertemanan memegang peranan penting dalam perkembangan sosial-emosional yang sehat. Dalam mencari teman atau sahabat, siswa cenderung memilih individu yang memiliki banyak kesamaan dengan dirinya, sehingga sahabat dapat mencerminkan diri seseorang. Individu yang berteman dengan orang-orang baik cenderung menjadi pribadi yang baik. Sebaliknya mereka yang berterman dengan orang-orang yang berpikiran dan berperilaku negatif berpotensi menjadi pribadi yang buruk karena pengaruh negatif lingkungan (Parawansah, Indar, 2022). Akibat dari perbedaan pola pikir siswa yang didapatkan melalui lingkungan sekitarnya, tidak jarang terjadi konflik antar siswa yang bahkan dapat dipicu oleh hal-hal seperti perbedaan pendapat, salah pemahaman dan perbedaan tujuan yang ingin dicapai.

Konflik adalah fenomena sosial yang umum terjadi diberbagai lingkungan, mulai dari skala besar dalam masyarakat hingga skala yang lebih

Kecil seperti keluarga dan sekolah. Dilingkungan sekolah, konflik seringkali melibatkan peserta didik, guru dan bahkan pejabat structural (Raya, 2016).

Konflik yang terjadi di kalangan remaja biasanya berupa konflik interpersonal. Konflik interpersonal disebut juga dengan konflik antarpribadi. Menurut Setiadi, (2013) “Konflik antar individu adalah konflik sosial yang melibatkan individu di dalam konflik tersebut. Konflik ini terjadi karena adanya perbedaan atau pertentangan atau juga ketidakcocokan antara individu satu dan individu lain. Masing masing individu bersikukuh mempertahankan tujuannya atau kepentingannya masing-masing”.

Fenomena konflik interpersonal pada remaja Indonesia, jika tidak ditangani dan diarahkan dengan baik, dapat memiliki dampak negatif yang signifikan, seperti terganggunya hubungan sosial, menurunnya konsentrasi belajar, bahkan menghambat perkembangan diri individu. Dampak terburuk dari ketidak mampuan mengatasi masalah ini adalah kenakalan remaja dan penyimpangan perilaku yang dapat kerugian materi, gangguan mental dan bahkan hilangnya nyawa (Kusuma, 2018).

Hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 2 Gunungsitoli, menunjukan bahwa fenomena konflik interpersonal terjadi diantara beberapa siswa yang umumnya terjadi antara teman sekelas yang diakibatkan oleh hal-hal seperti perbedaan pendapat, perbedaan pandangan, perbedaan tujuan, salah pemahaman dan juga karena diawali oleh bercandaan yang berlebihan. Konflik interpersonal ini merupakan hal urgen dan penting untuk diatasi segera dikarenakan dampak yang ditimbulkan seperti bully fisik dan verbal, sikap penolakan, perasaan marah, perasaan rendah diri, rasa cemas

serta hubungan yang buruk dapat mengganggu proses pembelajaran siswa disekolah dan mempengaruhi prestasi belajar siswa.

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa konflik interpersonal yang dialami oleh siswa akan mempengaruhi proses belajar siswa. Untuk mengatasi masalah ini bimbingan dan konseling sangat diperlukan. Bimbingan dan konseling adalah layanan dimana konselor membantu konseli mengembangkan kemampuan diri secara mandiri, sesuai norma yang berlaku.

Salah satu teknik yang dapat digunakan dalam kegiatan konseling konseling, baik yang dilakukan secara individu maupun kelompok adalah teknik *Rational Emotive Behavior Therapy*, teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* merupakan teknik yang dapat digunakan pada praktik konseling individual dan kelompok. Pendekatan ini dikembangkan oleh Albert Ellis dan berfokus pada identifikasi dan pengubahan pikiran-pikiran irasional yang menjadi sumber masalah emosional dan perilaku. Konseling REBT berasumsi bahwa konflik interpersonal sering kali dipicu oleh keyakinan-keyakinan irasional, seperti tuntutan bahwa orang lain harus bertindak sesuai dengan harapan kita atau pandangan yang tidak realistis tentang diri sendiri dan hubungan sosial. Dalam penerapannya, konseling REBT menawarkan langkah-langkah sistematis yang meliputi identifikasi pikiran irasional, meyakinkan bahwa pikiran irasional tersebut dapat dilawan, dan penggantian dengan keyakinan yang lebih rasional (Gantina dan Kumalasari dalam Putra, 2020).

Proses ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan penyelesaian konflik interpersonal secara efektif, sehingga siswa dapat berinteraksi secara lebih positif dan mengurangi kemungkinan terjadinya konflik di masa mendatang.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa REBT efektif dalam mengurangi tingkat kecemasan, depresi, dan kemarahan pada individu, yang merupakan faktor-faktor yang terkait dengan konflik interpersonal. Namun, belum banyak penelitian yang secara spesifik mengeksplorasi efektivitas REBT dalam konteks penyelesaian konflik interpersonal di kalangan siswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling REBT dalam membantu siswa menyelesaikan konflik interpersonal, dengan menggunakan metode quasi-eksperimen. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi dunia pendidikan, khususnya dalam menyediakan metode intervensi yang efektif untuk mendukung perkembangan sosial dan emosional siswa di sekolah.

Penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh: FATAYATUL KHASANAH (2019) judul: Mengatasi Konflik Interpersonal Menggunakan Konseling Kelompok Rational Emotive Behavior Therapy. Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan Hasil ini yaitu : Konseling kelompok dengan teknik rasional emotive behavior therapy dapat mengatasi konflik antar santri Pondok Pesantren Darussalam Tugu Mulyo Lempuing OKI. Fitria kasih, dkk (2023) judul: Penerapan konseling REBT dalam mengentaskan afeksi overpersonal berbasis curahan kasih sayang pada peserta didik broken home. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat afeksi

overpersonal berbasis curahan kasih sayang pada peserta didik yang mengalami broken home sebelum diberikan perlakuan berada pada kategori tinggi dengan persentase 100% dan tingkat afeksi overpersonal berbasis curahan kasih sayang pada peserta didik broken home setelah diberikan perlakuan berada pada kategori rendah dengan persentasenya 60% dan kategori sangat rendah dengan persentasenya 40%. Hasil penelitian membuktikan bahwa penerapan konseling model REBT dalam mengentaskan afeksi overpersonal berbasis curahan kasih sayang pada anak broken home baik untuk digunakan para Guru BK.

Berdasarkan uraian masalah yang telah dipaparkan diatas, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Efektivitas Konseling REBT (Rational Emotive Behavior Therapy) Dalam Penyelesaian Konflik Interpersonal Siswa di UPTD SMP Negeri 2 Gunungsitoli”**.

1.2 Identifikasi Masalah

- a. Ditemukan adanya beberapa siswa di sekolah yang memiliki konflik interpersonal dengan siswa lainnya, dengan menunjukkan perilaku seperti perselisihan, saling mengejek, sifat penolakan, dan sebagainya.
- b. Konflik interpersonal memberikan dampak buruk pada nilai akademik siswa
- c. Kurangnya strategi penyelesaian konflik yang efektif

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas, maka perlu kiranya dilakukan pembatasan masalah

dalam penelitian ini agar lebih terarah. Dengan itu, penulis memberikan batasan masalah pada penelitian yang terbatas pada hanya berfokus pada apakah konseling *rational emotive behavior therapy* efektif dalam menyelesaikan konflik interpersonal siswa.

1.4 Rumusan Masalah

- a. Apakah konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif dalam menyelesaikan konflik interpersonal siswa?
- b. Bagaimana penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif dalam menyelesaikan konflik interpersonal siswa?

1.5 Tujuan penelitian

- a. Untuk mengetahui apakah konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif dalam menyelesaikan konflik interpersonal siswa.
- b. Untuk mengetahui bagaimana penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif dalam menyelesaikan konflik interpersonal siswa.

1.6 Manfaat penelitian

1.6.1 Secara Teoritis

- a. Penelitian ini dapat memperkaya pemahaman tentang penerapan REBT dalam konteks pendidikan, khususnya dalam menyelesaikan konflik interpersonal siswa. Hasil penelitian dapat memberikan wawasan baru tentang efektivitas pendekatan REBT dalam

membangun keterampilan penyelesaian konflik yang lebih rasional dan adaptif

- b. Penelitian ini memberikan bukti empiris yang mendukung penerapan teori REBT dalam konseling di sekolah. Temuan ini dapat memperkuat landasan teoretis penggunaan REBT sebagai pendekatan yang relevan untuk menangani masalah emosional dan interpersonal siswa
- c. Dengan menguji REBT dalam lingkungan sekolah, penelitian ini membantu memodifikasi atau mengadaptasi teori REBT agar lebih sesuai dengan kebutuhan siswa, sehingga memperluas cakupan aplikasinya di bidang pendidikan
- d. Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi penelitian-penelitian berikutnya yang ingin mengeksplorasi penerapan REBT dalam berbagai konteks, seperti penyelesaian konflik antar siswa di berbagai jenjang pendidikan, atau aplikasi dalam kasus-kasus lain yang berhubungan dengan pola pikir irasional.

1.6.2 Secara Praktis

- a. siswa
 - 1) Membantu siswa mengidentifikasi dan mengatasi pola pikir irasional yang menjadi penyebab konflik interpersonal.
 - 2) Meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola emosi, menyelesaikan konflik, dan membangun hubungan sosial yang lebih sehat.

b. Guru

- 1) Memberikan pengalaman langsung dalam mengikuti sesi konseling berbasis REBT yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
- 2) Memberikan wawasan baru tentang teknik konseling yang dapat digunakan untuk membantu siswa mengatasi konflik interpersonal.

c. Kepala sekolah

- 1) Membantu guru memahami pola pikir siswa yang mungkin menyebabkan konflik, sehingga mereka dapat memberikan bimbingan lebih efektif.
- 2) Memberikan landasan bagi kepala sekolah untuk mengembangkan program konseling berbasis REBT sebagai bagian dari layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

d. Peneliti lanjutan

- 1) Meningkatkan iklim sekolah yang lebih positif dengan mengurangi konflik antar siswa.
- 2) Memberikan referensi empiris yang dapat dijadikan dasar untuk penelitian lebih lanjut terkait penerapan REBT dalam konteks yang lebih luas.
- 3) Membuka peluang untuk mengeksplorasi metode kombinasi atau modifikasi REBT dalam menyelesaikan masalah lain, seperti kecemasan, stres akademik, atau perundungan (bullying).

- 4) Menyediakan data awal yang dapat digunakan untuk mengembangkan model konseling berbasis REBT yang lebih spesifik dan terfokus pada kebutuhan siswa.

1.7 Definisi Operesional

1.7.1 Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy*(REBT)

Proses konseling yang menggunakan teori dan teknik Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk membantu siswa mengatasi konflik interpersonal.

1.7.2 Konflik Interpersonal

Permasalahan yang timbul dalam hubungan antara siswa dengan orang lain, seperti teman, guru, atau orang tua, yang dapat mempengaruhi keseimbangan emosi dan perilaku siswa.

1.7.3 Efektivitas Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy*(REBT)

Tingkat keberhasilan konseling REBT dalam membantu siswa mengatasi konflik interpersonal, yang diukur melalui skala penilaian yang telah divalidasi.