

**PENGUNAAN TERAPI RATIONAL EMOTIF DALAM KONSELING
PASTORAL KEPADA REMAJA KORBAN *BULLYING***

Oleh:

ENI WAHYUNINGSIH

01082164

SKRIPSI UNTUK MEMENUHI SALAH SATU SYARAT DALAM
MENCAPAI GELAR SARJANA PADA FAKULTAS TEOLOGI
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

YOGYAKARTA
AGUSTUS 2014

Lembar Pengesahan

Skripsi dengan Judul:

PENGUNAAN TERAPI RASIONAL EMOTIF DALAM KONSELING PASTORAL
KEPADA REMAJA KORBAN *BULLYING*

Telah diajukan dan dipertahankan oleh:

ENI WAHYUNINGSIH

01082164

dalam Ujian Skripsi Program Studi Ilmu Teologi

Fakultas Teologi

Universitas Kristen Duta Wacana

dan dinyatakan DITERIMA untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar

Sarjana Sains Teologi pada tanggal 5 Agustus 2014

Nama Dosen

Tanda Tangan

1. Pdt. Hendri Wijayatsih, MA

(Dosen Pembimbing/Penguji)

2. Pdt. Dr. Asnath Niwa Natar, M.Th

(Dosen Penguji)

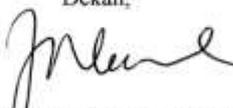
3. Pdt. Handi Hadiwitanto, M.Th

(Dosen Penguji)

Yogyakarta, 26 Agustus 2014

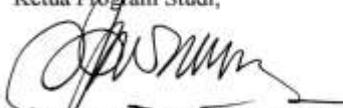
Disahkan Oleh:

Dekan,


Pdt. Yahya Wijaya, Ph.D



Ketua Program Studi,


Pdt. Wahyu Satria Wibowo, M.A., M.Hum

Halaman Persembahan,

Skripsi ini kupersembahkan untuk:

- Kedua orangtuaku yang selalu memberikan kebahagiaan untukku.
- kakak, adik & sahabat yang selalu sayang dan memberikan dukungan untukku.
- Serta untuk seluruh masyarakat yang pernah menjadi korban *bullying*.

Kata Pengantar

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus, atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sains Teologi. Saya menyadari bahwa, tanpa bimbingan dan dorongan semangat dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada peyusunan skripsi ini, sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

- Tuhan Yesus Kristus, karena penyertaan dan kuasa-Nya sehingga skripsi ini dapat selesai tepat pada waktunya.
- Kedua orang tua'ku (babe Sugito dan ibu Sih Riyanti) yang tak henti-hentinya mendoakan, memberikan dukungan, mendidik dan membesarkan saya dengan cinta dan kasih sayang.
- Pdt. Hendri Wijayatsih, MA, selaku dosen pembimbing yang telah dengan sabar membimbing, menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan arahan, masukan, dan semangat dalam penyusunan skripsi ini.
- Pdt. Dr. Asnath Niwa Natar, M.Th dan Pdt. Handi Hadiwitanto, M.Th, selaku dosen penguji yang turut serta memberikan ide dan masukan dalam merapikan skripsi ini.
- Seluruh dosen dan petugas administrasi fakultas Teologi UKDW yang telah membagi ilmu selama saya berkuliah di Fakultas Teologi UKDW.
- Eyang kakung-eyang uti & simbah kakung-simbah putri & mbah Sal, yang sudah memberikan doa restu sejak awal perkuliahan saya di Fakultas Teologi UKDW.
- Semua kakak-kakak'ku (mas Koko, mbak Emi, mas Iwan, mbak Merry, mbak Tutik, ko Victor); adik'ku (dek Desi); serta keponakan-keponakan'ku yang lucu (Ovi, Kiki, Ayu, Alvons) yang selama ini sudah mendoakan dan memberikan semangat untuk saya dapat terus menyelesaikan skripsi ini sampai akhir.
- Pdt. Triyono, S.Th, yang sudah mendoakan dan mendukung saya dari awal perkuliahan di Fakultas Teologi UKDW sampai akhir penyelesaian skripsi ini.
- Pdt. Dyan Sunu Prakoso, S.Si (alias pak Gagap Rasa) beserta keluarga, yang terus memberikan doa dan dorongan semangat untuk saya dapat segera menyelesaikan skripsi ini.

- Teman–teman angkatan 2008, teristimewa untuk: Astrid, anggota PKK Blink-blink (Repita, Kristin, Mya, Febi, Enggar, Karen), Paulus, Kezi, dan Ella, yang sudah memberikan semangat dari awal perkuliahan sampai dengan di penghujung penulisan skripsi ini.
- Teman terbaik'ku: Maria Aktiviana dan Michael (Teol'09), yang telah turut serta mendoakan dan memberiku semangat dalam penulisan skripsi ini.
- Gembul (my doggy) yang selalu memberikan hiburan di waktu-waktu penat dalam penyelesaian skripsi ini.
- Seluruh masyarakat yang pernah menjadi korban *Bullying*, kalian semua adalah inspirasi ku dalam penulisan skripsi ini.
- Serta semua orang yang telah hadir dan meninggalkan jejak dihati penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Terima kasih atas semua dukungan, doa, bimbingan, dan semangat yang sudah di berikan, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi siapa saja yang membacanya.

Bantul, 25 Agustus 2014 (23.58 wib)

Eni Wahyuningsih

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Pengesahan	ii
Halaman Persembahan	iii
Kata Pengantar	iv
Daftar Isi	iv
Abstrak	viii
Pernyataan Integritas	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
1. Latar Belakang Permasalahan	1
2. Rumusan Masalah	4
3. Judul Skripsi	4
4. Tujuan Penulisan	5
5. Metode Penulisan	5
6. Sistematika Penulisan	6
BAB II BULLYING PADA REMAJA	7
1. Pendahuluan	7
2. Bullying Pada Remaja	7
2.1. Definisi Bullying	7
2.2. Jenis Tindakan Bullying	9
2.3. Penyebab Bullying	11
2.4. Pelaku Bullying	13
2.5. Korban Bullying	14
2.6. Saksi Tindakan Bullying	15
2.7. Dampak Bullying	15
3. Data Jumlah Tindakan Bullying Pada Remaja di Indonesia Tahun 2010-2013	17
4. Contoh Kasus Bullying Pada Remaja di Indonesia Tahun 2010-2013	17
5. Kesimpulan	21
BAB III PENDEKATAN TERAPI RATIONAL EMOTIF	23

1. Pendahuluan	23
2. Sejarah Terapi Rational Emotif	23
3. Prinsip dan Konsep Dasar Terapi Ratioal Emotif	24
3.1. Teori A-B-C Tentang Kepribadian	25
4. Tujuan Terapi Rational Emotif	28
5. Penerapan Terapi Rational Emotif	28
6. Bentuk-Bentuk Teknik Terapi Rational Emotif	39
7. Hubungan Konselor-Konseli	31
8. Evaluasi Teologis	32
9. Kesimpulan	36

BAB IV PENGGUNAAN TERAPI RATIONAL EMOTIF DALAM KONSELING PASTORAL PADA REMAJA KORBAN BULLYING **37**

1. Pendahuluan	37
2. Operasional Terapi Rational Emotif Dalam Proses Konseling Pastoral Pada Remaja Korban Bullying	37
2.1. Deskripsi Kasus	38
2.1.1. Langkah Pelaksanaan Konseling	41

BAB V PENUTUP **53**

1. Kesimpulan	53
2. Saran	49
2.1. Pendamping Remaja	50
2.2. Gereja	50
2.3. Sekolah	50
2.4. Orang tua	51
2.5. Remaja	51

DAFTAR PUSTAKA **52**

ABSTRAK

Penggunaan Terapi Rasional Emotif dalam Konseling Pastoral kepada Remaja Korban *Bullying*

Oleh: Eni Wahyuningsih (01082164)

Bullying merupakan serangkaian kegiatan yang meliputi tingkah laku agresif yang dilakukan oleh remaja. Tindakan-tindakan yang dapat di kategorikan sebagai tindakan *bullying* adalah seperti menghina, menebar gosip, megancam, memukul, memalak, menendang, meraba atau melecehkan secara seksual dan lain-lain. Tindakan-tindakan tersebut dapat berdampak pada fisik maupun psikis korban. Bahkan tidak jarang membuat para remaja merasa tertekan (stres). Oleh karena itu para remaja korban *bullying* ini membutuhkan pelayanan konseling pastoral guna mendukung penyembuhan dan pemulihan psikis serta pertumbuhan spiritualitas pasca tindakan *bullying* yang di terimannya. Maka dari itu penulis mencoba mengajukan salah satu contoh model psikoterapi yaitu ‘Terapi Rasional Emotif ’ untuk digunakan dalam proses konseling bagi remaja korban *bullying*. Dalam proses konseling pastoral dengan TRE ini konselor tidak hanya akan memperhatikan aspek fisik, sosial dan mental saja tetapi juga aspek spiritual konseli yang di lihat melalui teologi C.S.Song “Allah yang turut menderita”. Melalui sumbangan kecil strategi tersebut, penulis berharap korban *bullying* dapat menerima dirinya sebagai ciptaan Tuhan yang berharga serta konselipun dapat merespon dan menanggapi tindakan *bullying* yang di terimanya dengan lebih positif dan rasional.

Kata kunci: *Bullying*, Remaja, Konseling, Pastoral, Terapi Rasional Emotif, Allah Yang Turut Menderita.

Lain-lain:

ix + 54 hal; 2014

40 (1973-2013)

Dosen Pembimbing: Pdt. Hendri Wijayatsih, MA

Pernyataan Integritas

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam skripsi ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 26 Agustus 2014



Eni Wahyuningsih

ABSTRAK

Penggunaan Terapi Rasional Emotif dalam Konseling Pastoral kepada Remaja Korban *Bullying*

Oleh: Eni Wahyuningsih (01082164)

Bullying merupakan serangkaian kegiatan yang meliputi tingkah laku agresif yang dilakukan oleh remaja. Tindakan-tindakan yang dapat di kategorikan sebagai tindakan *bullying* adalah seperti menghina, menebar gosip, megancam, memukul, memalak, menendang, meraba atau melecehkan secara seksual dan lain-lain. Tindakan-tindakan tersebut dapat berdampak pada fisik maupun psikis korban. Bahkan tidak jarang membuat para remaja merasa tertekan (stres). Oleh karena itu para remaja korban *bullying* ini membutuhkan pelayanan konseling pastoral guna mendukung penyembuhan dan pemulihan psikis serta pertumbuhan spiritualitas pasca tindakan *bullying* yang di terimannya. Maka dari itu penulis mencoba mengajukan salah satu contoh model psikoterapi yaitu ‘Terapi Rasional Emotif’ untuk digunakan dalam proses konseling bagi remaja korban *bullying*. Dalam proses konseling pastoral dengan TRE ini konselor tidak hanya akan memperhatikan aspek fisik, sosial dan mental saja tetapi juga aspek spiritual konseli yang di lihat melalui teologi C.S.Song “Allah yang turut menderita”. Melalui sumbangan kecil strategi tersebut, penulis berharap korban *bullying* dapat menerima dirinya sebagai ciptaan Tuhan yang berharga serta konselipun dapat merespon dan menanggapi tindakan *bullying* yang di terimanya dengan lebih positif dan rasional.

Kata kunci: *Bullying*, Remaja, Konseling, Pastoral, Terapi Rasional Emotif, Allah Yang Turut Menderita.

Lain-lain:

ix + 54 hal; 2014

40 (1973-2013)

Dosen Pembimbing: Pdt. Hendri Wijayatsih, MA

Bab 1

Pendahuluan

1. Latar Belakang

Masa remaja merupakan salah satu periode perkembangan yang dialami oleh setiap individu sebagai masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Menurut Erik H. Erikson masa remaja adalah masa dimana seseorang berusia antara 12-23 tahun.¹ Erik H. Erikson juga mengatakan bahwa masa remaja adalah masa terjadinya krisis identitas atau pencarian identitas diri. Dimasa remaja inilah seseorang mengalami kebingungan identitas yang disertai dengan mulainya konflik psikososial. Perkembangan psikososial remaja merupakan hal yang menarik untuk dikaji. Hal ini didasari oleh masalah yang banyak dialami remaja yang disebabkan oleh hubungan sosialnya. Salah satunya adalah “*bullying*” yang dilakukan oleh teman sebayanya maupun lingkungan sekitarnya.

Saat ini istilah *bullying* tentu sudah tidak asing lagi bagi kita. *Bullying* biasa dilakukan oleh seseorang atau kelompok yang merasa memiliki kuasa dan “kuat” dibanding korban. Pihak yang kuat disini tidak hanya berarti kuat dalam ukuran fisik, tapi juga kuat secara mental. Dalam hal ini korban *bullying* tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya karena lemah secara fisik ataupun mental.² Biasanya di Indonesia istilah *bullying* lebih diartikan dengan pengertian penindasan atau intimidasi. Fenomena *bullying* sebenarnya sudah lama muncul di Indonesia, bahkan dari tahun ketahun selalu saja ada remaja yang menjadi korban *bullying*, karena memang kasus *bullying* yang terpublikasi paling banyak terjadi pada dunia remaja. Dimana justru dalam usia-usia pencarian jati diri itulah remaja sangat gampang dan rentan menjadi pelaku maupun korban *bullying*. Kita bisa melihat kasus *bullying* pada remaja yang terpublikasi pada tahun 2010-2013 (seperti pada tahun 2010, kasus *bullying* yang terjadi di SMA 46 Jakarta; tahun 2011, kasus *bullying* yang terjadi pada remaja di Palu; tahun 2012, kasus *bullying* yang terjadi di SMA Don Bosco Jakarta; dan tahun 2013, kasus *bullying* yang terjadi di SMP 4 Jakarta). Keempat kasus ini merupakan sebagian kecil dari kasus *bullying* yang terjadi dikalangan remaja dan masih banyak lagi kasus *bullying* yang selama ini belum terkuak di publik. Dengan begitu kita bisa melihat masih banyak orang yang melakukan *bullying* baik dengan sengaja maupun tidak, sehingga fenomena *bullying* sendiri seolah-olah

¹ Erik H. Erikson, *Identitas dan Siklus Hidup Manusia*, (Jakarta: PT Gramedia, 1989), h. 212.

² Yayasan Semai Jiwa Amini (SEJIWA), *Bullying*, (Jakarta: PT Grasindo, 2008), h. 2.

sudah menjadi suatu kebiasaan atau budaya yang “wajar” dan jarang sekali ada orang yang mau memperlakukan hal ini, kecuali jika tingkat “pembullyingan” ini sudah dianggap sangat berlebihan seperti sampai merenggut nyawa seseorang, yang biasa digolongkan kedalam *bullying* fisik. Hal ini terbukti dengan adanya beberapa berita yang muncul di media massa seperti kasus yang sangat menggegerkan beberapa media yang memuat kasus Institut Pemerintahan Dalam Negeri (IPDN) pada awal Juni 2012 yang lalu.

Jika kita perhatikan, kasus *bullying* sebenarnya merupakan permasalahan yang tidak hanya terjadi di Indonesia saja tetapi juga sudah menjadi permasalahan yang mendunia. Hal ini dapat dibuktikan dengan banyaknya situs-situs dari beberapa negara yang khusus membahas dan menangani masalah *bullying*, seperti *ChildLine* yang memuat isu-isu atau info yang terjadi di kalangan anak dan remaja, dimana salah satu isu yang dibahas adalah masalah *bullying*. Di dalam situs ini juga dilengkapi dengan fasilitas konseling yang dilakukan secara online. Konselor akan siap untuk mendengar dan membantu konseli.³ *Bullying Statistics* yang memuat berbagai info tentang pencegahan *bullying*, dengan tujuan membantu memberikan informasi kepada masyarakat terkait dengan kasus *bullying* seperti, penyebab, cara mengatasi, mencegah *bullying*, dll.⁴ Sedangkan di Indonesia sendiri situs terkenal yang membahas persoalan *bullying* adalah *Sejiwa.org*, situs ini memuat info tentang deskripsi *bullying*, buletin online “Semai”, artikel-artikel *anti-bullying*, serta rubrik konsultasi secara online. Meskipun terdapat beberapa situs yang membahas persoalan *bullying*, situs-situs itu tetap saja belum bisa menghentikan tindakan *bullying* yang tetap marak terjadi di dunia remaja. Tindakan *bullying* yang terus saja terjadi di kalangan remaja dapat merupakan sebuah tindakan kekerasan yang dapat menimbulkan efek-efek yang sangat berpengaruh pada perkembangan psikis korban (remaja)

Kekerasan dalam bentuk *bullying* yang dialami seseorang sejak kecil, bahkan yang berlangsung terus menerus dalam jangka waktu yang lama dapat sangat mempengaruhi perkembangan psikologis mereka. Pada dasarnya luka yang terjadi melalui perkataan atau perlakuan kasar adalah ibarat lubang didalam hati, yang sebenarnya tidak boleh terjadi.⁵ Tanpa disadari bahwa banyak korban *bullying* baik itu yang terjadi berkali-kali maupun yang terjadi sekali dapat mengalami tekanan psikologis yang begitu mendalam

³<http://www.childline.org.uk/Pages/Home.aspx> . diunduh 11-11-2013 , jam 11.15 WIB

⁴<http://www.bullyingstatistics.org> . diunduh 11-11-2013, jam 13.00 WIB

⁵ Wolfgang Bock, *Anak Terluka Anak Ajaib*, (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2011), h. 80.

sehingga berdampak pada mental dan kepribadian si korban, bahkan dapat terbawa sampai korban beranjak dewasa, karena luka batin yang terjadi pada anak merupakan guncangan amat berat bagi psikis korban. Oleh karena itu, luka dapat tergores begitu mendalam (seperti merasa depresi dan kurang percaya diri ketika dewasa, bahkan sampai ada juga yang nekat melakukan bunuh diri). Melihat hal ini sudah seharusnya gereja ikut berperan dalam kasus ini, karena jika kita melihat hal ini, di rasa perlu adanya pelayanan pastoral untuk mendukung dan menyembuhkan luka batin yang menggerogoti hati dan jiwa seseorang. Pada dasarnya jika kita lihat, tindakan *bullying* ini bertentangan dengan hakikat gambar citra Allah, seperti yang tertulis dalam kitab Kejadian yang menggambarkan manusia sebagai makhluk yang istimewa, karena manusia diciptakan menurut "gambar dan rupa Allah" (Kej 1:26), Oleh karena itu setiap pribadi sangat berharga dan bernilai karena diciptakan menurut gambar dan citra Allah sendiri. Tidak ada seorangpun yang berhak untuk membullying sesamanya manusia karena pada dasarnya mereka sama-sama makhluk yang berharga baik dihadapan Allah maupun sesamanya manusia. Oleh karena itu dirasa perlu dicari salah satu pendekatan yang cocok dan sesuai untuk mendampingi para korban *bullying* ini, salah satunya adalah Terapi Rasional Emotif. TRE merupakan salah satu dari aliran psikoterapi yang berlandaskan pada asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik itu untuk berpikir rasional dan jujur maupun untuk berpikir irasional dan jahat.⁶ Manusia pada dasarnya adalah unik karena memiliki kecenderungan untuk berpikir rasional dan irasional. Ketika manusia berpikir dan bertingkah laku rasional manusia akan efektif, bahagia, dan kompeten. Namun sebaliknya ketika manusia berpikir dan bertingkah laku irasional manusia itu menjadi memiliki kecenderungan untuk menghancurkan diri, menyesali kesalahan-kesalahan secara tak berkesudahan, intoleransi, perfeksionisme dan mencela diri, serta menghindari pertumbuhan dan aktualisasi diri. Hambatan psikologis atau emosional adalah akibat dari cara berpikir yang tidak logis dan irasional. Emosi akan menyertai seseorang untuk berpikir dengan penuh prasangka, sangat personal, dan irasional. Berpikir irasional merupakan pola pikir yang diawali dengan belajar secara tidak logis yang diperoleh dari orang tua dan budaya tempat dibesarkan.

TRE memiliki tujuan untuk membantu konseli untuk menyadari bahwa mereka dapat hidup rasional. TRE juga mengajak konseli untuk dapat berfikir rasional untuk mengubah tingkah

⁶Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: PT Reface Adi Tama, 2005), h.238.

laku menghancurkan diri dan dengan membantunya mempelajari cara bertindak yang baru.⁷ Dengan begitu diharapkan konseli dapat mengekspresikan emosinya secara stabil dan tidak berlebihan. Sehingga proses TRE dapat membantu para remaja untuk bagaimana menyikapi *bullying*, sehingga *bullying* yang diterima tidak terlalu mengganggu dan mempengaruhi kepribadian dan perkembangan psikologis mereka dan dari sisi spiritual, remaja korban *bullying* juga dapat menilai dirinya sebagai manusia yang berharga meskipun menjadi korban *bullying*. Maka dengan begitu, gerejapun sebaiknya ikut ambil bagian dalam memperhatikan dan memelihara jemaat terkhusus bagi para anak maupun remaja yang rentan terhadap *bullying* baik itu di keluarga, sekolah maupun lingkungan pergaulan mereka.

2. RUMUSAN MASALAH

Berangkat dari latar belakang yang sudah disampaikan di atas, fokus rumusan masalah dalam skripsi ini adalah:

1. Apa pengertian dan dampak *bullying* bagi remaja korban *bullying*?
2. Bagaimana prinsip dan metode pendekatan Terapi Rasional Emotif?
3. Bagaimana penggunaan Terapi Rasional Emotif dalam konseling pastoral kepada remaja korban *bullying*?

3. JUDUL SKRIPSI

PENGGUNAAN TERAPI RASIONAL EMOTIF DALAM KONSELING PASTORAL KEPADA REMAJA KORBAN *BULLYING*

Penjelasan judul:

- *Bullying*

Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya *bullying* adalah sebuah tindakan untuk menimbulkan rasa sakit atau menyakiti orang lain untuk kepentingan sendiri.⁸

- Remaja

Masa remaja adalah masa dimana seorang anak mulai beranjak menuju masa dewasa, atau yang lebih identik disebut masa-masa pubertas. Seseorang dikatakan berada pada tahap remaja ketika ia berada pada rentan usia 12-23 tahun.⁹

⁷Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, h. 245.

⁸Steven Wharton, *How To Stop That Bully- Menghentikan Si Tukang Teror*, (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2005), h. 7.

- Terapi Rasional Emotif

Terapi rasional emotif adalah salah satu model psikoterapi yang mengajari individu tentang bagaimana sistem keyakinannya menentukan apa yang dirasakan dan dilakukannya pada berbagai peristiwa dalam kehidupan.¹⁰

- Konseling Pastoral

Suatu pelayanan yang dilakukan oleh pendeta (konselor) dalam menangani individu, pasangan, ataupun keluarga (konseli) yang sedang mengalami dan merasakan suatu keprihatinan atau masalah batin/kehidupan yang meminta pertolongan kepada konselor (pendeta) untuk membantu memecahkan masalahnya (konseli). Karena konseling pastoral merupakan ungkapan pendampingan yang bersifat memperbaiki, yang berusaha membawa kesembuhan bagi orang (baik anggota dari suatu gereja maupun anggota dari persekutuan pendampingan lainnya) yang sedang menderita gangguan fungsi dan kehancuran pribadi karena krisis.¹¹

4. Tujuan Penulisan

Skripsi ini ditulis sebagai sumbangsih teologis dan telaah akademis bagi gereja, karena remaja adalah bagian integral dari jemaat di gereja, dimana remaja saat ini cukup rentan dengan tindakan *bullying* baik itu sebagai pelaku maupun korban. Maka permasalahan *bullying* ini tidak bisa terlepas dari peran perhatian gereja, baik itu pendeta, majelis maupun orang tua yang akan membimbing dan mendampingi remaja sebagai korban ataupun pelaku dari tindakan *bullying*. Untuk itu perlu dicari cara yang tepat untuk melakukan konseling pastoral kepada korban *bullying*. Salah satu cara yang tepat dalam konseling pastoral pada korban *bullying* ini adalah dengan cara menggunakan salah satu model psikoterapi yaitu Terapi Rasional Emotif (TRE).

5. Metode Penulisan

Dalam penulisan ini, metode penulisan yang dipakai adalah deskriptif analitis, yaitu memberikan gambaran secara menyeluruh tentang *bullying* pada remaja beserta akibat dan

⁹ Erik H. Erikson, *Identitas dan Siklus Hidup Manusia*, h. 212.

¹⁰Michael Neenan, *Konseling dan Psikoterapi*, Stephen Palmer (ed), (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), h. 499.

¹¹ Howard Clinebell, *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2002), h. 60.

bahaya yang ditimbulkan. Dalam penulisan ini penulis pun akan memanfaatkan literatur-literatur yang ada, dan studi literatur yang dilakukan yaitu melalui buku, majalah, jurnal ilmiah, e-book, media berita cetak dan elektronik, yang dilakukan untuk mendukung pendeskripsian dan analisa terhadap permasalahan yang ada.

6. Sistematika Penulisan

Skripsi ini ditulis dengan mengacu pada sistematika sebagai berikut:

BAB I. Pendahuluan

Dalam pendahuluan penulis akan menjelaskan latar belakang masalah, rumusan masalah, judul penulisan, tujuan penulisan, metode penulisan dan sistematika penulisan.

BAB II. *Bullying* pada Remaja

Pada bab II ini penulis akan memaparkan tentang definisi, klasifikasi bentuk *bullying*. Serta gambaran tentang kasus *bullying* di Indonesia yang semakin hari semakin marak terjadi khususnya yang terjadi dikalangan remaja. Bab ini juga akan dilengkapi dengan contoh kasus *bullying* terhadap remaja dari tahun 2010-2013.

BAB III. Model Pendekatan Terapi Rasional Emotif

Pada bab ini akan dipaparkan mengenai Terapi Rasional Emotif, baik itu sejarah, teori, konsep dasar, dan metode dalam terapi rational emotif itu sendiri.

BAB IV. Penggunaan TRE dalam Konseling Pastoral bagi Remaja Korban *Bullying*

Pada bab ini akan dipaparkan bagaimana Terapi Rational Emotif dapat digunakan dalam proses konseling pastoral kepada remaja korban *bullying*, serta dilengkapi dengan contoh studi kasus dan refleksi teologis “Allah yang Turut Menderita”.

BAB V. Penutup

Bab ini akan berisi kesimpulan beserta saran dari penulis.

Bab V

Penutup

1. Kesimpulan

Bullying merupakan tindakan agresi baik secara fisik, verbal, psikis maupun seksual yang dilakukan secara sengaja, baik itu sekali maupun berulang-ulang atau terus-menerus yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang lebih kuat terhadap seseorang atau sekelompok orang yang lebih lemah. Tindakan *bullying* yang diterima seseorang (korban) dapat berdampak pada fisik maupun psikis korban, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang dimana dampak yang paling mengawatirkan adalah dampak jangka panjang dimana dampak tersebut dapat meninggalkan trauma maupun tekanan yang cukup mendalam yang kemudian akan membentuk gambaran mental pada dirinya yang pada akhirnya mempengaruhi perkembangan psikis korban. Oleh karena itu korban *bullying* perlu mendapatkan perhatian khusus untuk dapat menyembuhkan dan mengolah trauma maupun tekanan-tekanan psikis pasca *bully*. Disadari ataupun tidak, tidak hanya fisik maupun psikis saja yang menjadi dampak dari tindakan *bullying*, namun juga spiritualitas mereka. Oleh sebab itu korban *bullying* perlu untuk mendapatkan layanan konseling pastoral dengan Terapi Rasional Emotif. Konseling pastoral dengan TRE ini menekankan pada aspek spiritual konseli dengan menggunakan teologi “Allah yang turut menderita” dengan tujuan konseli (korban *bullying*) dapat memiliki pengharapan penuh kepada Allah serta dapat menyadari bahwa Allah ikut menanggung dan merasakan penderitaan yang konseli rasakan karena Allah tidak akan meninggalkannya sendiri dalam penderitaannya karena korban *bullying* adalah manusia yang berharga di mata-Nya, yang salah satunya ditunjukkan-Nya ketika Yesus di *bully* dalam rangkaian proses penyaliban untuk menebus dosa-dosa manusia.

Dengan demikian penggunaan TRE dapat menunjukkan bahwa para korban *bullying* dapat ditolong dan di tangani dengan konseling pastoral dengan menggunakan TRE.

2. Saran

Pada bagian ini disajikan saran dari penulis bagi beberapa pihak yang seperti, gereja sebagai wadah pertumbuhan dan pemeliharaan iman dan spiritualitas para remaja, sekolah sebagai tempat belajar para remaja, orang tua sebagai pihak terdekat para remaja, serta remaja itu sendiri.

2.1. Pendamping Remaja

- Menambahkan materi tentang *bullying* dalam kurikulum pembinaan remaja
- Pendamping remaja dapat melengkapi wawasan mereka tentang psikologi remaja, sehingga mereka dapat lebih mengenali perkembangan para remaja.
- Menyediakan waktu khusus di luar waktu pembinaan untuk saling berbincang santai dan terbuka dengan remaja, sehingga hal ini dapat dilihat sebagai usaha proaktif dari pendamping untuk mendengarkan curhatan atau pengalaman remaja.
- Para pendamping remaja diberikan pembinaan khusus mengenai tindakan *bullying* yang terjadi pada remaja serta dampak yang ditimbulkan.
- Para pendamping remaja dibekali keahlian dalam memberikan konseling pastoral kepada remaja korban *bullying* dengan menggunakan Terapi Rasional Emotif.

2.2. Gereja

- Gereja mengadakan seminar umum untuk seluruh anggota jemaat tentang anti-*bullying* yang terjadi pada remaja.
- Pendeta dan tenaga konseling gereja memiliki keahlian dalam memberikan layanan konseling pastoral kepada remaja korban *bullying* dengan menggunakan terapi rasional emotif.
- Gereja memiliki jaringan dan bekerja sama dengan pihak-pihak advokat seperti LSM, Psikolog, dan badan hukum sebagai sarana pihak ahli yang dapat membantu menangani korban *bullying*.

2.3. Sekolah

- Mengajak seluruh elemen sekolah (guru dan siswa) untuk giat melakukan kampanye “*StopBullying*” dikalangan sekolah.
- Memasukkan materi *bullying* ke dalam materi pembelajaran
- Sekolah membangun kerja sama dengan semua pihak yang berwenang untuk menjadikan sekolah sebagai area “*anti- bullying*” dan dapat menindaklanjuti jika ada permasalahan yang memerlukan bantuan pihak berwenang, seperti Psikolog, LSM, dan badan hukum
- Memiliki program *anti-bullying*, yang dapat dilakukan dengan cara menggiatkan pengawasan dan pemberian sanksi secara tepat kepada pelakubullying.

- Sekolah menyediakan pelayanan konseling bagi siswa yang mengalami masalah, seperti korban *bullying*.
- Guru BK dibekali keahlian dalam memberikan konseling pastoral kepada siswa korban *bullying* dengan menggunakan Terapi Rasional Emotif.

2.4. Orang tua

- Orang tua memiliki kepekaan ketika anak mengalami perubahan sikap ataupun tingkah laku.
- Orang tua mengikuti perkembangan dunia remaja masa kini.
- Orang tua mengontrol kondisi anaknya baik di luar rumah maupun di dalam rumah.
- Membangun hubungan yang intim antara orang tua dan anak sehingga anak merasa nyaman dan berani untuk bercerita dengan orang tuanya.

2.5. Remaja

- Remaja memiliki percaya diri yang tinggi (karena kebanyakan dari kasus seseorang yang kurang memiliki kepercayaan dirilah yang menjadi sasaran pelaku *bullying*).
- Remaja memiliki keberanian untuk melawan ketika ia mengalami tindakan *bullying*.
- Remaja berani untuk melapor kepada guru maupun orang tua ketika mengalami *bullying*.
- Remaja korban *bullying* menyadari bahwa ia tidak sendiri dalam merasakan penderitaannya, karena di setiap penderitaan yang kita alami dan rasakan Allah pun turut merasakan apa yang kita rasakan.

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- A, Ellis., *Rational Emotive Therapy*, In R. Corsini (ed), (Current Psychotherapies, Peacock, Itasca, III., 1973a.
- Barton, Elizabeth A., *Bully Prevention, California: Corwin Press. ASAGE Publications company Thousand Oaks, 2003.*
- Assegaf, Rahman., *Pendidikan Tanpa Kekerasan*, Yogyakarta: Tiara Wacana, 2000.
- Beaudan, Marie Nathalie & Maureen Taylor., *Breaking the Culture of Bullying and Disrespect Grades*, California: Corwin Press, 2004.
- Bergant, Diane & Robert J. Karris, (ed), *Tafsir Alkitab Perjanjian Lama*, Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2002.
- Bock, Wolfgang., *Anak Terluka Anak Ajaib*, Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2011.
- Clinebell, Howard., *Tipe-tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2002.
- Corey, Gerald., *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, Bandung: PT Reface Adi tama, 2005.
- Cowie, Helen & Dawn Jennifer., *Penanganan Kekerasan di Sekolah*, Jakarta: Indeks anggota IKAPI DKI, 2009.
- Dryden, Windy., *Rational Emotive Behaviour Therapy, Theoretical Developments*, New York: Brunner Routledge, 2003.
- Dryden, Windy and Michael Neenan., *Rational Emotive Behavioural Counselling In Action*, London: SAGE Publications, 2004.
- Ellis, Albert and Michael E. Bernard., *Rational Emotive Behavioral Approaches to Childhood Disorders Theory, Practice and Research*, America: Springer, 2006.
- Erikson, Erik H., *Identitas dan Siklus Hidup Manusia*, Jakarta: PT Gramedia, 1989.
- Geldard, Kathryn & David Geldard., *Konseling Remaja*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Gunarsa, Singgih D., *Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1992.
- Hommel, Tj. G., *Metodologi Riset Teologis: Metode Studi Kasus*, Gema Duta Wacana, No. 42 Tahun 1992.
- Huraerah, Abu., *Kekerasan Terhadap Anak*, Bandung: Penerbit Nuansa Cendekia, 2006.
- Neenan, Michael., *Konseling dan Psikoterapi*, Stephen Palmer (ed), Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.

Palmer, Steven., *Konseling dan Psikoterapi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
(SEJIWA), Yayasan Semai Jiwa Amini., *Bullying*, Jakarta: PT Grasindo, 2008.
Seng, Choan Song., *Allah yang Turut Menderita.*, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1997.
Singgih, Emanuel Gerrit., *Dari Eden ke Babel* , Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2011
Wharton, Steven., *How To Stop That Bully Menghentikan Si Tukang Teror*, Yogyakarta:
Kanisius, 2005.
Wiryasaputra, Totok S. & Rini Handayani., *Pengantar Konseling Pastoral*, Asosiasi
Konselor Pastoral indonesia (AKPI) – Indonesia Association of Pastoral Counselors
(IAPC).

Jurnal

Levianti., “*Konformitas dan Bullying Pada Siswa*” dalam *jurnal Psikologi Vol 6 No 1, Juni 2008*. Jakarta. Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta. 2008.
Sari, Puspita., “*Coping Stress pada Remaja Korban Bullying di Sekolah X*”, dalam *jurnal Psikologi Vol 8 No 2, Desember 2010*. Jakarta. Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta. 2010.
Widayanti, Costrie Ganes., “*Ayo Kenali Bullying*”, *Majalah Psikologi Plus*. Volume II no.5 | November 2007.

Situs Web

<http://www.bullyingstatistics.org> . diunduh 11-11-2013, jam 13.00 WIB
<http://www.childline.org.uk/Pages/Home.aspx> . diunduh 11-11-2013 , jam 11.15 WIB
<http://edukasi.kompas.com/read/2012/07/30/22410037/Kekerasan.di.Sekolah.Pernah.Dialami.87.6.Persen.Siswa>, diunduh 22 januari 2014, pukul 11.12 WIB
<http://edukasi.kompas.com/read/2011/12/23/09443360/Bullying.Masih.Jadi.Momok>. di
unduh 5 Januari 2014 jam 16.00Wib
<http://forum.detik.com/ini-dia-5-kasus-bullying-sma-di-jakarta-t476916.html?query-string>
diunduh 15 Oktober 2013, pukul 19.00WIB
<http://id.wordpress.com/tag/bullying/indonesia-anti-bullying>. Diunduh 30 Januari 2014,
pukul 14.00 Wib

<http://komnasp.wordpress.com/2013/11/20/hari-anak-universal-2013-kasus-kekerasan-anak-indonesia-melonjak>. diunduh 5 Januari 2014 jam 16.10 Wib

<http://komnasp.wordpress.com/2011/11/14/video-kekerasan-antar-pelajar-putri-beredar-di-palu/> diunduh 15 Oktober 2013 pukul 10.18 WIB

<http://makalah-rational-emotive-therapy-maret-2011-by-joko-setiawan>. Diunduh 19 maret 2014, pukul 19.00wib

<http://megapolitan.kompas.com/read/2012/12/22/13370183/Tahun.2012.Kiamat.Anak.Indonesia>. diunduh 26 November 2014 jam 16.10 Wib

<http://megapolitan.kompas.com/read/2013/10/29/1225502/Komnas.PA.Desak.Polda.Metro.Cabut.Pernyataan.soal.Video.Asusila.SMP.4> diunduh 26 Desember 2013 pukul 12.09WIB

<http://megapolitan.kompas.com/read/2012/07/27/14425059/Satu.Siswa.Korban.Bullying.Pindah.Sekolah> diunduh 15 Oktober 2013 pukul 10.15 WIB

<http://psychology.about.com/od/typesofpsychotherapy/a/rational-emotive-behavior-therapy.htm>. Diunduh 18 Maret 2014, pukul 20.00 WIB

Octa Reni Setiawati, *Bullying: kekerasan teman sebaya dibalik pilar sekolah,*

(www.kabarindonesia.com/23/06/2008) diunduh 6 Januari 2014 pukul 13.12 WIB