

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (WHO) menyatakan angka kejadian bunuh diri setiap tahun ada delapan ratus ribu orang. Angka terbanyak kejadian bunuh diri berada pada rentang usia 15-19 tahun. Kurang lebih setiap 40 detik ada satu orang yang melakukan bunuh diri. Hasil survei I-NAMHS (*Indonesia National Adolescent Mental Health Survey*) mengungkapkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental. Sedangkan menurut surveyi PISA, Indonesia berada di posisi kelima tertinggi dari 78 negara sebagai negara yang paling banyak mengalami kasus *bullying* tahun 2018.

Hingga saat ini *bullying* menjadi salah satu permasalahan serius dalam lingkungan pendidikan Indonesia. Menurut Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI), pada tahun 2023 terdapat 30 kasus *bullying* di satuan pendidikan. Dari 23 kasus *bullying* yang terjadi antara Januari hingga September 2023, 50% terjadi di jenjang SMP, 23% di jenjang SD, 13,5% di jenjang SMA, dan 13,5% di jenjang SMK. Sementara itu, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat 2.355 kasus pelanggaran perlindungan anak hingga Agustus 2023. Komisi Nasional Perlindungan Anak (Komnas PA) juga menerima 3.547 aduan kasus kekerasan terhadap anak sepanjang 2023. Dapat dilihat bahwa kasus *bullying* adalah salah satu kasus yang banyak terjadi di lingkungan pendidikan, baik dari jenjang Taman Kanak-kanak (TK), Sekolah Dasar (SD) hingga sekolah menengah atas bahkan diperkuliahan.

Setiap tahunnya kasus *bullying* di sekolah masih marak terjadi. Seperti tahun 2023 lalu terdapat 30 kasus *bullying* dan mayoritas tingkat SLTP.¹ Berita terbaru *bullying* di kalangan pelajar di Provinsi Banten tahun 2024 ini kembali viral dalam beberapa waktu terakhir. Fenomena ini bukanlah hal baru, namun,

¹ <https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik>.

jumlah kasus yang terjadi belakangan ini menimbulkan keprihatinan yang mendalam di masyarakat.

Berdasarkan data yang diperoleh, jumlah kasus *bullying* di Banten mengalami peningkatan yang signifikan dalam kurun waktu beberapa tahun terakhir. Faktor-faktor seperti kemajuan teknologi yang memudahkan pelaku untuk melakukan tindakan *bullying*, sebab kurangnya pemahaman terhadap dampak psikologis dari tindakan *bullying*, serta kurangnya perhatian dari pihak sekolah dalam mengatasi masalah ini, menjadi penyebab utama maraknya kasus *bullying* di wilayah Banten.

Kasus juga terjadi di salah satu Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Widya Cendekia yang berada di Kota Serang, kasus ini saat anak terlibat dugaan kasus *bullying* dengan temannya. Namun, kejadian itu terjadi di luar sekolah, alias melalui pesan di media sosial. Saat itu sekolah tidak ingin menjadi mediator karena kejadian di luar sekolah. Berdasarkan informasi yang didapatkan, ternyata kasus tersebut sering terjadi di sekolah tersebut, namun tidak ada penyelesaian.

Berita viral di liputan enam terjadi *bullying*. Peristiwa dilaporkan orangtua korban ke Polresta Serkot terjadi pada Rabu, 24 Juli 2024. Menurut Dadi Hartadi di Polresta kota Serang. Kasus Penganiayaan anak ini terjadi pada anak di sekolah SD umur 9 tahun. kekerasan di selengkat kakinya hingga membentur meja belajar hingga memar di bagian dada dan tangan kirinya. Saat pulang sekolah, terduga anak pelaku beserta orangtuanya menghadang anak korban, kemudian memaki dan kembali memukul. Kemudian pada hari Kamis, sang anak sakit demam tinggi dan dibawa ke rumah sakit, sekaligus visum. Dampak kejadian ini akan berdampak pada psikis anak dan dampak berkepanjangan yang akhirnya korban mengalami trauma mendalam.

Terjadinya kekerasan atau *bullying* disetiap jenjang sekolah baik di sekolah yang dibawah naungan kemendikbud ataupun Kementerian Agama, di sekolah umum atau berbasis pondok pesantren, pesantren modern atau salafi, madrasah diniyah, madrasah ibtida'iyah, madrasah Tsanawiyah, dan madrasah Aliyah. Hal ini menjadi perhatian khusus untuk semua pihak agar supaya bersama-sama memberantas permasalahan *bullying*, menghindari *bullying*, memberikan

pemahaman baik pada korban maupun pelaku agar tidak terjadi *bullying* di lingkungan pendidikan umum dan lingkungan pendidikan berbasis Islam.

Lingkungan pendidikan berbasis Islam seperti pondok pesantren atau madrasah. Madrasah merupakan instansi pendidikan dibawah naungan Kementerian Agama. Meski berbasis Islam korban bertambah dan pelaku *bullying* sering memperlihatkan eksistensinya sehingga meresahkan warga madrasah atau sekolah. Sehingga *bullying* memiliki potensi untuk memberikan dampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis dan perkembangan sosial-emosional siswa. Secara psikologis, korban *bullying* sering mengalami tekanan emosional yang intens, seperti stres, kecemasan, dan depresi, yang dapat berdampak pada kepercayaan diri dan masalah gangguan lainnya. Tidak hanya itu, pengalaman tersebut juga mungkin menciptakan trauma psikologis yang berkepanjangan bagi mereka.² Selain itu, perkembangan sosial-emosional korban *bullying* juga dapat terganggu karena mereka mungkin mengalami kesulitan dalam membentuk hubungan interpersonal yang sehat. Mereka mungkin merasa lebih tertutup, sulit mempercayai orang lain, dan bahkan mengalami isolasi sosial.³

Di lingkungan sekolah, hal ini berpotensi merugikan perkembangan keterampilan sosial yang sangat penting bagi kesejahteraan sosial siswa. Tidak hanya itu, korban *bullying* juga mungkin mengalami penurunan motivasi untuk belajar, yang berdampak pada prestasi akademis mereka. Oleh karena itu, penting untuk menangani masalah *bullying* agar dapat melindungi kesejahteraan psikologis dan perkembangan sosial emosional siswa, memungkinkan mereka tumbuh dan berkembang dengan baik di lingkungan pendidikan yang aman dan mendukung.⁴

Memahami *bullying* dapat disebut juga sebagai perundungan. *bullying* merupakan perilaku yang ditujukan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik maupun mental. Penyebab pelaku *bullying* biasanya disebabkan oleh masalah keluarga, stress atau trauma. Istilah ini sudah berkembang di tengah masyarakat

² Rahman, H., Irfan, M., Ningsih, D. A., Hasmiati, H., Saydiman, S., & Asri, H. *Analisis Dampak Perilaku Bullying terhadap Prestasi Belajar*. Journal On Education 6(1) 2023, h. 2374-2382.

³ Saniya, S. *Dampak Perilaku Bullying Terhadap Harga Diri (Self Esteem) Remaja Di Pekanbaru*. Jurnal Keperawatan Abdurrah 3(1), 2019, h. 8-16.

⁴ Loc. it

dan bahkan bisa dibilang sudah biasa terjadi. Dikutip dari situs Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemendPPA) *bullying* adalah segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja. Kesengajaan yang dibuat oleh seseorang yang memiliki kekuatan kepada orang yang menurutnya lemah dan bisa diperdaya oleh pelaku *bullying*.

Jenis *bullying* terdapat empat yang harus dipahami oleh pendidik dan siswa. Pertama seperti *bullying* verbal seperti mengancam, menggoda, berkomentar jelek, mengejek, kedua *bullying* sosial seperti mempermalukan didepan umum, mengucilkan dan menyebarkan gosip, ketiga *bullying* fisik seperti memalak, melukai, menendang, mencubit, mendorong, meludahi dan sengaja mengambil barang orang lain serta yang keempat *cyber bullying* seperti tindakan yang menyakiti di media sosial.

Siswa yang pernah mengalami *bullying* akan menimbulkan trauma yang sangat mendalam bagi korban. Korban selalu merasa diri tidak berguna, rendah diri, dan tidak percaya diri dalam melaksanakan kegiatan apapun baik di masyarakat maupun di sekolah. Tidak semangat belajar, murung, melamun, tidak memiliki teman, tidak percaya dengan orang lain, selalu su'udzhon dengan teman atau guru, tidak aktif atau malas organisasi, turunnya prestasi akademik dan non akademik serta tidak memiliki tujuan hidup atau bingung menentukan tujuan setelah lulus SLTA yakni SMA/SMK/Madrasah Aliyah (MA).

Bullying bisa dicegah dan dilawan sehingga menimbulkan efek jera kepada si pelaku *bullying* untuk menahan diri dari perilaku tersebut. Penyebab *bullying* adalah siswa memiliki perilaku yang agresif, kurangnya memiliki rasa empati dan rasa simpati terhadap orang lain, selalu memendam masalahnya sehingga tidak terbuka dengan siapapun sehingga kurang mengekspresikan perasaannya, dan tidak mampu menalar akibat bahaya dari perilakunya. Perilaku *bullying* biasanya berasal dari keluarga yang tidak harmonis atau bermasalah. *Bullying* terhadap orang lain yang dirasa patut *dibully* (korban *bully*). Biasanya sering sekali pelaku akan membully orang lain yang dirasa lemah tak berdaya, pendiam, ekonomi

kurang, tidak mampu dalam segala hal, bodoh dan memiliki kekurangan lainnya sehingga korban bisa *dibully* dengan mudah.

Saat ini *bullying* tidak hanya diterima oleh orang yang bodoh, tidak berprestasi, ternyata *bullying* juga kerap terjadi pada anak yang pintar dan berprestasi sehingga jika terus menerus ada penekanan siswa akan mulai merasa tidak ada gunanya pintar dan berprestasi. Trauma inilah yang akhirnya akan membuat anak tidak semangat belajar, malas bergaul, malas berorganisasi, malas melanjutkan perguruan tinggi.

Di sekolah banyak sekali siswa yang mengalami trauma. Trauma yang diakibatkan oleh *bullying* cenderung membuat siswa menutup diri dan sulit untuk mempercayai orang lain. Oleh karena itu, keberadaan komunikasi terapeutik menjadi sangat penting dalam mengatasi trauma tersebut. Komunikasi terapeutik menciptakan lingkungan yang aman di mana siswa dapat dengan terbuka mengekspresikan perasaan mereka tanpa takut dihakimi atau dicemooh.⁵

Bullying yang terjadi di sekolah atau madrasah dapat menimbulkan keresahan, baik bagi siswa, guru, dan orang tua. Untuk itu perlu adanya peran dari berbagai pihak dalam upaya mencegah terjadinya *bullying* di sekolah atau madrasah. Seperti peran kepala sekolah, waka kesiswaan, guru bimbingan dan konseling, wali kelas, dan pihak lainnya. Pengalaman yang menyakitkan hati, fisik, ataupun mental yang sering terjadi di masa lalu sehingga dapat mengganggu aktivitas siswa baik dalam belajar ataupun kegiatan sehari-hari di sekolah. Akibatnya siswa tidak fokus belajar, merasa diri lemah, kurang percaya diri, tidak semangat organisasi, tidak semangat sekolah dan yang paling miris tidak semangat untuk melanjutkan kuliah di perguruan tinggi. Siswa tidak memiliki tujuan hidup dan tujuan setelah lulus dari sekolah. Hidupnya mengalir begitu saja tanpa ada tujuan bak seperti air sungai mengalir.

⁵ Aniharyati, A., & Ahmad, A. Pengaruh Komunikasi Terapeutik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah yang Mengalami Hospitalisasi di Zaal Anak RSUD Bima. Bima Nursing Journal, 1(1), 2019, h. 8.

Dengan menggunakan teknik pendekatan komunikasi yang mendukung, seperti pendengaran empatik dan refleksi, guru BK atau konselor ataupun terapis dapat membantu siswa mengatasi ketakutan, kecemasan dan kekhawatiran yang muncul akibat pengalaman-pengalaman *bullying*. Melalui proses ini, siswa dapat membangun kembali kepercayaan pada diri mereka sendiri dan orang lain, serta memulai proses pemulihan secara emosional. Hal ini sangat penting bagi korban *bullying* dalam meningkatkan kehidupan yang lebih baik terutama pada Kepercayaan diri siswa dalam belajar, dalam bergaul atau berteman, berpendapat, berkomunikasi, dan berorganisasi di sekolah, serta kepercayaan diri menentukan masa depannya. Komunikasi terapeutik juga memegang peran penting dalam membantu siswa memahami dan mengelola dampak psikologis dari trauma *bullying*, membantu mereka menuju proses penyembuhan yang lebih efektif.⁶

Guru bimbingan konseling (BK) harus peduli dengan siswa yang memiliki trauma *bullying*. Hal ini tidak bisa dibiarkan begitu saja karena pengalaman buruk yang membekas dalam hati akan membuat kehidupan siswa hancur berantakan. Kepedulian guru bimbingan konseling akan menjadikan penyemangat bagi siswa dalam memperjuangkan kehidupannya menuju kesuksesan.

Bimbingan konseling memegang peran penting dalam membantu siswa mengatasi trauma akibat *bullying*. Guru BK atau Konselor dapat memberikan dukungan emosional, membantu siswa memahami dan mengelola perasaan mereka, serta memberikan strategi untuk meningkatkan rasa percaya diri.⁷ Melalui sesi konseling, siswa dapat mempelajari cara mengatasi dampak psikologis dari *bullying*, mengembangkan keterampilan sosial, dan memperkuat ketahanan.⁸

Guru BK atau Konselor sebagai fasilitator berperan memfasilitasi peserta didik dengan berbagai layanan yang diterapkan. Konselor memberikan layanan berdasarkan need asesment seperti AKPD (Angket Kebutuhan Peserta Didik), AUM, ITP, Sosiometri yang diberikan kepada peserta didik dengan tujuan

⁶ Raya, M. K. F. (2018). *Terapi "Komunikasi Terapeutik Islam" Untuk Menanggulangi Gangguan Psikologis Anak Korban Bullying*. Proceedings UIN Sunan Ampel Surabaya, h 321-329.

⁷ Miftahul Huda & Maryam Luailik. *Urgensi Layanan Bimbingan Konseling dalam Pondok Pesantren*. JIMI: Jurnal Ilmiah Multidisiplin 1(1), 2023, h 19-25.

⁸ Subroto, A. N., & Wulandari, R. *Pendekatan Konseling Spiritual Sebagai Alternatif Pencegahan Perilaku Bullying (Kekerasan)*. Prosiding SNBK 1(1), 2017, h. 104-119

mengidentifikasi kebutuhan-kebutuhannya pada bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir. Layanan-layanan BK seperti bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling individu, konseling kelompok, bimbingan lintas kelas/kelas besar, kunjungan rumah, konsultasi, dan lain-lain.

Layanan bimbingan dan konseling di madrasah memberikan kontribusi terhadap pemahaman yang baik terhadap siswa tentang pencegahan anti *bullying* di sekolah. Bentuk layanan bimbingan dan konseling meliputi bimbingan konseling individu, kelompok dan klasikal. Bimbingan dan konseling melalui klasikal biasanya diberikan materi yang relevan dengan permasalahan yang ada sesuai dengan kebutuhan siswa, begitu pula bimbingan individu dan kelompok. Adapun bahan atau materi yang disampaikan mengenai cara bagaimana memahami dan mencegah *bullying* di sekolah dan memberikan hasil yang positif pada diri siswa.

Berdasarkan observasi awal di MAN 1 kota Cilegon dengan kepala sekolah ternyata terdapat siswa yang mengalami banyak jenis trauma, salah satunya trauma *bullying*. Observasi ini terdapat beberapa korban *bullying* di MAN 1 kota Cilegon. Trauma *bullying* kerap sering terjadi pada siswa dimasa lalunya sehingga membuat siswa tidak nyaman. Jenis *bullying* seperti *bullying verbal*, *non verbal*, sosial, fisik, dan *cyber bullying*. Korban *bullying* dibuli disaat usia anak-anak. misalnya pada saat Taman Kanak-kanak siswa sering di ejek, dihina, dijauhi, dipukuli sampai babak belur. Saat TK korban sering tidak punya teman krena dihasut oleh temannya yang lebih kuat, sering didorong, dan dipukul.

Jenis trauma *bullying* yang terjadi pada siswa MAN 1 Kota Cilegon yaitu verbal, non verbal, sosial, fisik, dan *cyber bullying*. Verbal seperti mengolok, mengejek, mencemooh, menghina, memberikan panggilan yang tidak disenangi korban, dan sebagainya. Non verbal seperti menjulurkan lidah, nge-fuck, mengacungkan ibu jari ke bawah. *Bullying* sosial seperti meghina didepaan orang banyak, mempermalukan, dan mengajak untuk menjauhi korban. Fisik seperti memukul anggota badan, kaki diangkat dan kepala di bawah, memalak, menendang, menghajar sampai babak belur.

Berikutnya siswa mengalami banyak cacian dan makian baik dari lingkungan sekolah maupun dikeluarganya. Siswa semenjak SD mengalami *bullying* dengan teman-temannya. Karena siswa memiliki kekurangan secara fisik (sumbing) sehingga anak kurang percaya diri. Bukan hanya itu anak juga sering merasa dibanding-bandingkan dengan kakaknya yang kemampuannya melebihi siswa ini. Sehingga anakpun tidak betah dirumah, di sekolah pun anak bermasalah seperti sering terlambat, bolos (mabal), sering izin sakit karena bergadang bangun kesiang, merasa hidup tidak berguna dan lain sebagainya.

Masalah disosialisasi sosial ini menjadikan momok menakutkan. Pelaku *bullying* seperti sering merosting berbalik menjadi diroosting. Bermula menjadi siswa madrasah, ia mulai adaptasi dengan teman-temannya. Siswa memiliki sifat yang periang, suka berbagi, terbuka namun sering membicarakan teman lain. Karena ia memiliki kebiasaan itu maka siswa ini kurang disukai karena siswa ini terlalu banyak mengatur temannya. Semakin hari semakin berani, sering memerintah, sering memanfaatkan temannya dan tambah sering merosting orang lain. Akibatnya temannya merasa selalu diatur, merasa dimanfaatkan, sering ngomongin orang atau roosting (*ghibah*), sehingga sedikit demi sedikit siswa ini dijauhi oleh teman kelompoknya. Bisa dikatakan pembully menjadi korban *bully*. Siswa ini merasa dirinya dijauhi, dicueki, diintimidasi, diroosting, dan merasa tidak dihargai. Akhirnya siswa merasa di *bully* oleh temannya secara verbal, non verbal dan sosial.

Korban *bullying* mengalami gangguan mental. Ia mendapati kekerasan bukan hanya di sekolah juga di keluarga. Mengalami *bullying* verbal dan fisik sering dialami sehingga pemikiran dan jiwa siswa tersebut mengalami gangguan. Seperti senang menyakiti diri atau *self harm*, senang dengan yang berbau kekerasan, senang dengan darah, bahkan senang menulis komik anime dengan selalu memunculkan tokoh pendendam. Siswa sering mengalami *lucid dream* /mimpi sadar dengan melihat banyak darah yang diakibatkan karena adanya tawuran atau hal lainnya. Mimpi seperti nyata terlihat itulah *lucid dream*. Kondisi ini dimana seseorang mengalami mimpi sadar atau bahkan bisa mengendalikan mimpi. Gangguan yang lain siswa juga pernah memikirkan untuk memegang

pisau dan menghayal pisau itu ditusukan kepada seseorang. Perbuatan itu membuat dia senang dan tersenyum. Kembali saat siswa itu sadar bahwa pemikiran itu salah.

Aktif organisasi bukan berarti aman. Siswa yang aktif bahkan sangat aktif ternyata memiliki masalah trauma mandala. Seorang siswa yang aktif organisasi di intrakurikuler, anak terpilih sebagai calon ketua OSIS. Anak ini sangat aktif dan selalu mentaati aturan tata tertib madrasah. Ia memiliki keinginan menjadi pemimpin dan memiliki cita-cita sebagai ahli hukum. Anak memiliki kekurangan seperti badan terlalu gemuk tapi ambisius dalam suatu hal. Anak dihina, dcaci dianggap belum pantas menjadi calon ketua osis. Saat itu siswa dijauhi oleh teman-temannya yang membuat siswa jadi malas sekolah dan belajar. Sehinngga setelah pemilihan itu siswa menjadi siswa yang bermasalah. Itu yang pernah dikatakan kepada salah satu pembimbing di madrasah.

Setidaknya kurang lebih 36 siswa yang mengalami trauma *bullying* di sekolah tersebut. Mengingat MAN 1 Kota Cilegon sebagai lembaga pendidikan dengan basis Islam, integrasi nilai-nilai Islam dalam bimbingan konseling menjadi relevan. Penerapan komunikasi terapeutik yang bersumber dari nilai-nilai Islam dapat memberikan keberlanjutan spiritual dan psikologis kepada siswa yang mengalami trauma *bullying*. Meskipun sudah ada penelitian tentang *bullying* dan bimbingan konseling, penelitian yang fokus pada komunikasi terapeutik dalam konteks bimbingan konseling Islam terhadap siswa yang mengalami traumatik *bullying* masih terbatas.

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana komunikasi terapeutik dalam bimbingan konseling Islam dapat membantu siswa MAN 1 Kota Cilegon yang mengalami trauma *bullying*. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi positif terhadap pengembangan metode bimbingan konseling islam yang efektif dalam menangani siswa yang mengalami trauma akibat *bullying*, khususnya dengan pendekatan komunikasi terapeutik berbasis Islam.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, penelitian ini mencoba merumuskan beberapa pertanyaan pokok sebagai fokus utama dalam rangka menjawab permasalahan yang ada. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana program bimbingan konseling Islam dengan pendekatan komunikasi terapeutik pada korban trauma *bullying*?
2. Bagaimana proses pelaksanaan bimbingan dengan komunikasi terapeutik pada siswa yang mengalami trauma *bullying*?
3. Bagaimana hasil pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan pendekatan komunikasi terapeutik pada siswa yang mengalami trauma *bullying*?
4. Bagaimana disain program bimbingan konseling Islam dengan pendekatan komunikasi terapeutik pada siswa yang mengalami trauma *bullying*?

C. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah diatas untuk mendeskripsikan hasil penelitian maka penulis membuat tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Mengetahui program bimbingan konseling Islam dengan pendekatan komunikasi terapeutik pada korban trauma *bullying*.
2. Mengetahui proses pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan komunikasi terapeutik pada siswa yang mengalami trauma *Bullying*
3. Mengetahui hasil pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan pendekatan komunikasi terapeutik pada siswa yang mengalami trauma *bullying* .
4. Mengetahui disain program bimbingan konseling Islam dengan pendekatan komunikasi terapeutik pada siswa yang mengalami trauma *bullying*.

D. Manfaat Penelitian

Dalam suatu penelitian tentunya memiliki suatu manfaatnya tersendiri mengapa penelitian itu dilakukan, dalam hal ini penelitian ini memiliki manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini tergolong kedalam bagian dari disiplin ilmu psikoterapi dan bimbingan konseling islam, khususnya pada pemahaman tentang efektivitas implementasi komunikasi terapeutik dalam bimbingan konseling Islam terhadap siswa yang mengalami trauma *bullying*. Temuan penelitian ini dapat memperkaya literatur ilmiah di bidang bimbingan konseling dan psikologi, khususnya dalam konteks penanganan trauma akibat *bullying* dengan pendekatan spiritual dan komunikasi terapeutik berbasis Islam.

2. Secara Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan panduan kepada praktisi bimbingan konseling, guru, dan pihak sekolah mengenai cara yang efektif dalam membantu siswa yang mengalami trauma akibat *bullying*. Dengan demikian, penerapan komunikasi terapeutik yang bersumber dari nilai-nilai Islam dapat diintegrasikan ke dalam program bimbingan konseling di MAN 1 Kota Cilegon atau lembaga pendidikan serupa, sehingga mampu memberikan dukungan yang holistik dan berkelanjutan bagi siswa yang membutuhkan.

Selain itu, manfaat praktis penelitian ini juga mencakup potensi perbaikan lingkungan sekolah, menciptakan atmosfer yang aman dan mendukung bagi siswa yang pernah mengalami *bullying*. Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pembentukan kebijakan sekolah yang lebih responsif terhadap masalah *bullying*, serta memberikan pemahaman yang lebih baik kepada stakeholder sekolah, orang tua, dan masyarakat mengenai perlunya pendekatan konseling Islam untuk membantu siswa yang mengalami trauma. Dengan

demikian, secara keseluruhan, penelitian ini diharapkan dapat memiliki dampak positif baik secara teoritis maupun praktis dalam penanganan kasus traumatik *bullying* di lingkungan sekolah.

E. Hasil Penelitian Terdahulu

Pada hasil penelitian terdahulu yang tertera di bawah ini, merupakan landasan rujukan oleh peneliti sebagai bentuk gambaran dalam penelitian ini yang memiliki perbedaan dengan judul “Pengembangan Program Bimbingan Konseling Islam dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik untuk Mengatasi Trauma *Bullying* di MAN 1 Kota Cilegon”. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan bahwa terdapat temuan baru tentang bagaimana Komunikasi Terapeutik dalam bimbingan konseling Islam yang mengalami traumatik dapat meningkatkan Kesehatan mentalnya, namun dibawah ini ada beberapa karya ilmiah yang relevan dengan penelitian kami, yaitu:

1. Penelitian dari Muhammad Kadir (2018), berjudul “*Fenomena Bullying Dikalangan Peserta Didik (Studi pada MIN Alehanue MIN Lappa Kabupaten Sinjai, Sul-Sel)*”. Penelitian ini berfokus pada fenomena *bullying* dikalangan peserta didik di MIN Alehanue MIN Lappa Kabupaten Sinjai sebagai tempat terjadi perilaku *Bullying*. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah kepala madrasah, wakil kepala madrasah bagian kesiswaan, guru, dan peserta didik. Menggunakan *purposive sampling* dan sampel jenuh sebagai teknik pengambilan data. Untuk menganalisis data menggunakan model Miles dan Hubberman dengan validitas data triangulasi. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa di MIN Alihanuae dan MIN Lappa kabupaten Sinjai, terdapat tiga jenis *Bullying* yang umum terjadi, yakni *overt Bullying*, *indirect Bullying*, dan *cyber Bullying*. *Overt Bullying* mencakup tindakan seperti pemukulan oleh orang tua terhadap anak, peserta didik memukul atau memalak temannya, guru memberikan hukuman push up, serta pencurian pensil oleh peserta didik. *Indirect Bullying* terjadi ketika peserta didik menyebarkan gosip tentang

temannya untuk mendapat pujian dari yang lain. Sedangkan *cyber Bullying* terjadi saat guru melakukan intimidasi terhadap juri pada perlombaan nyanyi solo yang diikuti oleh anaknya.⁹ Dalam menanggapi permasalahan tersebut, guru melakukan penanggulangan dengan memanggil pelaku dan korban untuk menyelesaikan masalah, memberi peringatan agar tidak mengulangi perbuatannya, dan memberikan sanksi yang bersifat mendidik jika pelanggaran terulang. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam pemahaman mengenai jenis-jenis *Bullying*, faktor-faktor penyebabnya, serta upaya penanggulangan yang dilakukan oleh guru untuk mengatasi perilaku *Bullying*.

2. Penelitian dari Muh. Asrul Taufiq Arifuddin (2021), berjudul "*Kajian Kejadian Perundungan (Bullying) Verbal Pada Remaja Awal (Studi Kasus SMP Negeri 5 Pallangga Dan Smp Negeri 3 Sungguminasa*". Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Data dikumpulkan melalui FGD, wawancara mendalam dengan informan, dan telaah dokumen. Analisis dilakukan untuk mengidentifikasi topik atau kategori dalam data. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) Bentuk perundungan verbal bervariasi, termasuk melecehkan, mengancam, dan menggunakan kata-kata kasar dengan mengolok orang tua dan nama korban. 2) Korban perundungan verbal mengalami dampak fisik dan mental seperti menjadi malas, penakut, pendiam, dan menutup diri. 3) Strategi coping yang dilakukan termasuk memberitahukan guru tentang kejadian perundungan verbal dan korban bergabung dalam tim ambassador. 4) Upaya untuk mengantisipasi dan meminimalisir perundungan verbal mencakup memberikan nasihat, memberikan sanksi skorsing, memanggil orang tua, dan melakukan tindakan pencegahan. 5) Faktor pendorong dalam mengantisipasi dan meminimalisir perundungan verbal meliputi kesadaran korban tentang kondisi sekitar, interaksi dengan teman, melapor ke guru, orang tua, atau

⁹ Muhammad Kadir, *Fenomena Bullying Dikalangan Peserta Didik (Studi pada MIN Alehanue MIN Lappa Kabupaten Sinjai, Sul-Sel)*, Thesis: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2018, h. 52.

teman, serta motivasi korban untuk tidak bergaul dengan pelaku. Sedangkan faktor penghambatnya termasuk bolos sekolah, kurang motivasi, hubungan keluarga yang kurang baik, trauma, rasa lemah, ketidakamanan, dan kurang percaya diri. Terakhir dalam penelitiannya Muh. Asrul Taufiq Arifuddin memberikan saran untuk Sekolah menetapkan kebijakan yang tegas terkait dengan tindakan perundungan verbal di lingkungan sekolah.¹⁰

3. Penelitian dari Encep Dulwahab, Yeni Huriyani, Asep Saeful Muhtadi (2020). Penelitian dari Encep Dulwahab, Yeni Huriyani, Asep Saeful Muhtadi (2020), Berjudul “*Strategi Komunikasi Terapeutik Dalam Pengobatan Korban Kekerasan Seksual*”. Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode studi kasus, teknik pengumpulan data wawancara mendalam dan observasi, bertujuan untuk mencari tahu tentang strategi komunikasi terapeutik yang dilakukan tim relawan dalam pengobatan korban kekerasan seksual di Cipongkor Kabupaten Bandung.¹¹ Berdasarkan hasil penelitian ini, menjelaskan pentingnya membentuk budaya komunikasi yang terbuka, baik di dalam lingkungan keluarga maupun di masyarakat secara keseluruhan. Hal ini bertujuan untuk mendorong terciptanya keterbukaan di antara anggota keluarga dan masyarakat. Selain itu, juga diperlukan penyediaan strategi-strategi dalam komunikasi terapeutik bagi tim relawan atau pendamping korban kekerasan seksual.
4. Penelitian dari Selvi Komariyah (2022). Penelitian dari Selvi Komariyah (2022) berjudul “*Dampak Bullying School Terhadap Perkembangan Sosial Remaja Di SMK Al-Muhtadin Depok*” Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan kualitatif, yang kemudian dianalisis melalui pendekatan analisis deskriptif. Pendekatan tersebut

¹⁰ Muh. Asrul Taufiq Arifuddin, *Kajian Kejadian Perundungan (Bullying) Verbal Pada Remaja Awal (Studi Kasus Smp Negeri 5 Pallangga Dan Smp Negeri 3 Sungguminasa)*. Thesis: Universitas Hasanaddin, 2021, h. 3.

¹¹ Encep Dulwahab, Yeni Huriyani, Asep Saeful Muhtadi, Strategi komunikasi terapeutik dalam pengobatan korban kekerasan seksual. *Jurnal Kajian Komunikasi* 8(1), 2020, h 72-84.

bertujuan untuk menggambarkan secara objektif data yang diperoleh, dengan penekanan pada studi kasus yang menawarkan pemahaman mendalam terhadap kasus yang diselidiki. Sumber data dipilih berdasarkan kebutuhan penelitian, dengan menggunakan teknik *purposive sampling* untuk mengambil sampel secara selektif dengan pertimbangan tertentu, misalnya keahlian atau pengetahuan yang dimiliki oleh partisipan terkait pertanyaan yang diajukan peneliti. Teknik analisis data meliputi studi dokumen, wawancara, dan observasi. Berdasarkan hasil penelitian ini, disimpulkan bahwa peran orang tua untuk mencegah perilaku *bullying* pada remaja di SMK Al-Muhtadin Depok melibatkan penerapan pola asuh, komunikasi yang terbuka dengan anak, membangun kedekatan dengan anak, dan menjalin komunikasi yang intensif dengan sekolah untuk mengawasi anak secara efektif dan melindungi mereka dari tindakan *bullying*. Interaksi dengan teman sebaya merupakan bagian penting dalam kehidupan anak-anak, yang sering kali memberikan dukungan sosial dan kesenangan. Namun, interaksi dengan teman sebaya juga dapat menjadi sumber *bullying*, terutama melalui media massa, yang dapat memicu kekhawatiran orang tua terhadap kesejahteraan psikologis anak mereka. Hal ini karena media sosial memungkinkan anak-anak rentan terhadap berbagai bentuk *bullying*, terutama verbal, yang dapat berdampak secara signifikan.¹²

5. Penelitian dari Moch. Khafidz Fuad Raya (2018). Penelitian dari Moch. Khafidz Fuad Raya (2018), berjudul “*Terapi Komunikasi Terapeutik Islam Untuk Menanggulangi Gangguan Psikologis Anak Korban Bullying*” menawarkan komunikasi terapeutik Islam sebagai upaya untuk menanggulangi masalah psikologi anak korban *bullying*. Komunikasi terapeutik Islam berupaya menciptakan interaksi yang positif dengan peserta didik yang mengalami gangguan psikologis, bahkan hingga tingkat stres. Pendekatan komunikasi terapeutik Islam berfokus pada

¹² Penelitian dari Selvi Komariyah, “Dampak Bullying School Terhadap Perkembangan Sosial Remaja Di Smk Al-Muhtadin Depok. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2022, h. 22.

memberikan kehangatan kepada peserta didik tanpa membedakan siapa pun. Melalui kehangatan ini, diharapkan guru atau pendidik dapat membantu siswa/siswi dalam mengungkapkan perasaan mereka tanpa takut disalahkan. Dengan suasana yang hangat, pendidik dapat menunjukkan penerimaan terhadap siswa/siswi yang memerlukan bantuan, sehingga mereka merasa lebih nyaman untuk berbagi perasaan dan pengalaman mereka.¹³

Penelitian yang sekarang dilakukan peneliti ialah “Pengembangan Program Bimbingan Konseling Islam dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik untuk Mengatasi Trauma *Bullying* di MAN 1 Kota Cilegon”. Perbandingan penelitian ini dengan lima penelitian lainnya menunjukkan variasi dalam fokus penelitian dan temuan yang dihasilkan. Penelitian oleh Muhammad Kadir (2018) memfokuskan pada fenomena *bullying* di MIN Alehanue dan MIN Lappa Kabupaten Sinjai, dengan menyoroti tiga jenis *bullying* yang umum terjadi serta upaya penanggulangan oleh guru. Sementara itu, penelitian Muh. Asrul Taufiq Arifuddin (2021) mengungkapkan bentuk perundungan verbal pada remaja awal beserta dampaknya, strategi *coping* yang dilakukan, serta faktor pendorong dan penghambatnya. Penelitian Encep Dulwahab, Yeni Huriyani, Asep Saeful Muhtadi (2020) memprioritaskan strategi komunikasi terapeutik dalam pengobatan korban kekerasan seksual, sementara Selvi Komariyah (2022) mengeksplorasi dampak perilaku *bullying* di lingkungan sekolah terhadap perkembangan sosial remaja dan peran orang tua dalam mencegahnya. Sementara itu, penelitian Moch. Khafidz Fuad Raya (2018) menawarkan pendekatan terapi komunikasi terapeutik Islam untuk mengatasi gangguan psikologis pada anak korban *Bullying*. Dalam konteks ini, penelitian dengan judul "Pengembangan Program Bimbingan Konseling Islam dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik untuk Mengatasi Trauma *Bullying* di MAN 1 Kota Cilegon" menawarkan pemahaman tambahan tentang bagaimana bimbingan bimbingan konseling Islam dengan pendekatan komunikasi terapeutik

¹³ Moch. Khafidz Fuad Raya, *Terapi Komunikasi Terapeutik Islam Untuk Menanggulangi Gangguan Psikologis Anak Korban Bullying*. Surabaya: Proceedings Wilayah Surabaya, 2018, h. 321-329

dapat digunakan pada siswa yang mengalami trauma akibat *bullying* kemudian menghasilkan desain program baru.

F. Kerangka Berpikir

1. Bimbingan Konseling Islam

Pengertian bimbingan dan konseling Islam pada dasarnya berangkat dari konsep bimbingan dan penyuluhan. Sehingga untuk memahami bimbingan dan penyuluhan Islam harus mengetahui pengertian bimbingan dan penyuluhan. Kata “bimbingan” dalam istilah bahasa Inggris *guidance* bentuk kata kerja yaitu *to guide* yang berarti menunjukkan. Dengan demikian, bimbingan merupakan suatu pemberian bantuan kepada individu agar individu itu dapat mengenal dirinya dan dapat menikmati kebahagiaan hidup. Bimbingan sebagai suatu proses membantu individu dengan memahami dirinya dan dunianya.

Menurut Prayitno dan Erman, bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada orang yang dibimbing agar memiliki kemampuan secara mandiri. Jadi, bimbingan merupakan pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli dalam bidangnya kepada klien sebagai orang yang penerima bantuan. Kemudian menurut Bimo Walgito mengatakan bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya. Jadi bimbingan merupakan pertolongan yang diberikan kepada individu untuk mencapai kesejahteraan dalam menjalani kehidupannya.

Melihat pengertian di atas, dapat dipahami bahwa bimbingan ialah proses bantuan terhadap individu untuk mencapai pemahaman diri dan pengarahan diri yang dibutuhkan untuk melakukan penyesuaian diri secara maksimal kepada sekolah, keluarga serta masyarakat. Sehingga titik tekan bimbingan adalah pada proses bantuan terhadap individu agar keluar dari masalahnya dan tidak menimbulkan masalah yang baru.

Konseling adalah bantuan yang diberikan oleh pembimbing konselor kepada seseorang konseli sekelompok konseli (klien, terbimbing, seseorang yang

memiliki problem) untuk mengatasi problemnya dengan jalan wawancara dengan maksud agar klien atau sekelompok klien tersebut mengerti lebih jelas tentang problemnya sendiri dan memecahkan problemnya sendiri sesuai dengan kemampuannya dengan mempelajari saran-saran yang diterima dari Konselor.

Menurut pandangan Islam konseling diartikan dalam bahasa arab, kata konseling disebut *al-Irsyad* atau *Al-Istisyarah* kata bimbingan disebut *attaujih* sehingga disebut *at-taujih wal irsyad* atau *at-taujih wal istisyarah*. Secara etimologi kata *al-irsyad* berarti *alhuda, addalalaah* yang artinya bahasa Indonesia petunjuk sedangkan *al istisyarah* berarti *talaba minhal-masyurah/annashihah* yang berarti meminta nasihat atau konsultasi. Konseling Islam adalah layanan konselor kepada klien untuk menumbuhkembangkan kemampuannya dalam menyelesaikan masalah dan mengantisipasi masa depan dengan memilih alternatif tindakan terbaik demi kebahagiaan dunia dan akhirat di bawah naungan dan rida Allah SWT.

Konseling Islam adalah layanan konselor kepada klien untuk menumbuhkembangkan kemampuannya dalam menyelesaikan masalah dan mengantisipasi masa depan dengan memilih alternatif tindakan terbaik demi kebahagiaan dunia dan akhirat di bawah naungan dan rida Allah SWT. Aunur Rahim fiqih menjelaskan, bahwa konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Berbagai para ahli yang mengistilahkan bimbingan dengan istilah konseling. Kedua istilah tersebut kelihatannya sama, namun sebenarnya mempunyai arti yang berbeda. Konseling Islam lebih banyak membicarakan tentang kehidupan pribadi misalnya ketakutan, kecemasan, amarah dan hasilhasil yang sudah dicapainya, tetapi dalam bimbingan Islam membicarakan mengenai suatu hal hanya sebatas membantu seseorang baik individu maupun kelompok, agar mereka mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT. Berdasarkan beberapa pengertian diatas, penulis dapat disimpulkan bahwa bimbingan

konseling Islam adalah suatu usaha yang dapat dilakukan dalam rangka mengembangkan potensi dan memecahkan masalah yang dialami klien agar dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat berdasarkan ajaran Islam. Islam sebagai pijakan dan konsep dasar yang menjadi landasan awal dari pelaksanaan bimbingan dan konseling perspektif Islam. Bimbingan konseling merupakan salah satu rumpun disiplin ilmu psikologi.

Fungsi konseling secara tradisional digolongkan kepada tiga fungsi, yakni

1. Remedial atau *rehabilitatif* Secara historis konseling lebih banyak memberikan tekanan pada fungsi remedial karena sangat dipengaruhi oleh psikologi klinik dan psikistri. Peranan remedial berfokus pada masalah:
 - a. Penyesuaian
 - b. Menyembuhkan masalah psikologis yang dihadapi.
 - c. Mengembalikan kesehatan mental dan mengatasi gangguan emosional
2. Fungsi *Educatif*/pengembangan fungsi ini berfokus kepada masalah:
 - a. Membantu meningkatkan keterampilan-keterampilan dalam kehidupan,
 - b. Mengidentifikasi dan memecahkan masalah-masalah hidup,
 - c. Membantu meningkatkan kemampuan menghadapi transisi dalam kehidupan;
 - d. Untuk keperluan jangka pendek, konseling membantu individu-individu menjelaskan nilai-nilai, menjadi lebih tegas, mengendalikan kecemasan, meningkatkan ketrampilan komunikasi antar pribadi, memutuskan arah hidup, menghadapi kesepian dan semacamnya
3. Fungsi *preventif* (pencegahan) fungsi ini membantu individu agar dapat berupaya aktif untuk melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah masalah kejiwaan karena kurangnya perhatian. Upaya *preventif* meliputi pengembangan strategi-strategi dan program-program yang dapat digunakan untuk mencoba mengantisipasi dan mengelakkan resiko-resiko hidup yang tidak perlu terjadi.

Fungsi utama konseling dalam Islam yang hubungannya dengan kejiwaan tidak dapat terpisahkan dengan masalah-masalah spiritual. Islam memberikan bimbingan kepada individu agar dapat kembali kepada bimbingan al-Qur'an dan Sunnah. Seperti terhadap individu yang memiliki sikap berburuk sangka kepada Tuhannya dan menganggap bahwa Tuhan tidak adil, sehingga membuat ia merasa susah dan menderita dalam kehidupannya. Islam mengarahkan individu agar mengerti arti ujian dan musibah dalam hidup. Kegelisahan, ketakutan dan kecemasan merupakan bunga kehidupan yang harus ditanggulangi oleh setiap individu dengan memohon pertolongan-Nya, melalui orang yang ahli.

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنفُسِ وَالتَّمْرِاتِ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ

Artinya: Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar..¹⁴

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

Artinya: Mereka itulah yang memperoleh ampunan dan rahmat dari Tuhannya, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk..

Sedangkan tujuan bimbingan dan konseling dalam Islam sebagaimana diungkapkan oleh Hamdani Bkran Adz-Dzaky adalah:

- a. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (muthmainah), bersikap lapang dada (radhiyah) dan mendapat pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya (mardhiyah).
- b. Untuk menghasilkan perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan

¹⁴ Kemenag, *Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama Republik Indonesia* (Bandung: Sigma Eksa Media, 2009). Alqur'an ini diteerbitkan dan mengacu pada rekomendasi siding pleno Lajnah Pentashihan Mushaf Alqur'an tahun 2007 di Wisma Haji Tugu Bogor Q.S Al-Baqarah 1/155-157.

keluarga, lingkungan kerja maupun lingkungan social dan alam sekitarnya.

- c. Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, ketidaksetiakawanan, tolong-menolong dan rasa kasih sayang.
- d. Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala larangan-Nya serta ketabahan menerima ujian-Nya.
- e. Untuk menghasilkan potensi Ilahiyah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar, ia dapat dengan baik mengulangi berbagai persoalan hidup dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.

Tujuan bimbingan dan konseling Islam bukan semata-mata berorientasi pada keduniaan, akan tetapi juga pada akhirat, menurut Ary Ginanjar Agustian dapat dicapai yaitu dengan jalan menjalankan semua perintah Allah dan menjauhi segala larangan-Nya, sesuai dengan apa yang digariskan oleh al-Qur'an dan Sunnah Rasul. Pendapat Ary Gunawan didasarkan bahwa: "Islam bukan hanya berupa peraturan dan hukum-hukum, melainkan juga ilmu, cinta kasih, kecerdasan emosi, bahkan kecerdasan spiritual, sehingga dalam upaya internalisasi pun perlu dilakukan secara bijak, dan tidak kaku." Berdasarkan pernyataan Ary Ginanjar di atas, dapat dipahami bahwa fungsi utama bimbingan dan konseling dalam Islam berkaitan dengan perkembangan jiwa seseorang tidak dapat terpisahkan dengan masalah-masalah spiritual (keyakinan), yaitu umat Islam agar dapat kembali kepada bimbingan al-Qur'an dan Sunnah Rasul.

Teori-teori konseling dalam Islam adalah landasan yang benar dalam melaksanakan proses bimbingan dan konseling agar dapat berlangsung dengan baik dan menghasilkan perubahan-perubahan positif bagi klien mengenai cara dan paradigma berfikir, cara menggunakan potensi nurani, cara berperasaan, cara berkeyakinan dan cara bertingkah laku berdasarkan al-Quran dan As-Sunnah.

Teori-teori tersebut sebagaimana yang telah dipaparkan oleh Hamdani Bakran adalah sebagaimana berikut:

- a. Dasar Al-Hikmah Sebuah pedoman, penuntun dan pembimbing untuk memberi bantuan kepada individu yang sangat membutuhkan pertolongan dalam mendidik dan mengembangkan eksistensi dirinya hingga ia dapat menemukan jati diri dan citra dirinya serta dapat menyelesaikan atau mengatasi berbagai permasalahan hidup secara mandiri. Proses aplikasi konseling teori ini semata-mata dapat dilakukan oleh konselor dengan pertolongan Allah, baik secara langsung maupun melalui perantara, dimana ia hadir dalam jiwa konselor atas izin-Nya.
- b. Dasar Al-Mauidhoh Hasanah Yaitu teori bimbingan atau konseling dengan cara mengambil pelajaran-pelajaran dari perjalanan kehidupan para Nabi dan Rasul. Bagaimana Allah membimbing dan mengarahkan cara berfikir, cara berperasaan, cara berperilaku serta menanggulangi berbagai problem kehidupan. Bagaimana cara mereka membangun ketaatan dan ketaqwaan kepada-Nya. Yang dimaksud dengan Al-Mau'izhoh Al-Hasanah ialah pelajaran yang baik dalam pandangan Allah dan Rasul-Nya, yaitu dapat membantu klien untuk menyelesaikan atau menanggulangi problem yang sedang dihadapinya.

Dasar Mujadalah yang dimaksud teori mujadalah ialah teori konseling yang terjadi dimana seorang klien sedang dalam kebimbangan. Teori ini biasa digunakan ketika seorang klien ingin mencari suatu kebenaran yang dapat menyakinkan dirinya, yang selama ini ia memiliki problem kesulitan mengambil suatu keputusan dari dua hal atau lebih, sedangkan ia berasumsi bahwa kedua atau lebih itu lebih baik dan benar untuk dirinya. Padahal dalam pandangan konselor hal itu dapat membahayakan perkembangan jiwa, akal pikiran, emosional, dan lingkungannya.

2. Komunikasi Terapeutik

Komunikasi terapeutik merupakan suatu bentuk interaksi yang terencana dan tidak akan berlangsung dengan sendirinya. Komunikasi terapeutik harus direncanakan, dipertimbangkan dan dilaksanakan secara profesional oleh seorang pembimbing atau konselor. Dalam melaksanakan komunikasi terapeutik seorang harus memperhatikan fase-fase komunikasi terapeutik yang terdiri dari tiga fase yaitu fase orientasi, fase kerja dan fase terminasi menurut Hildegard Peplau.¹⁵

Menurut Suhaila komunikasi terapeutik adalah komunikasi yang direncanakan secara sadar, bertujuan, kegiatannya difokuskan pada kesembuhan pasien, perawat yang memiliki ketrampilan berkomunikasi tidak mudah untuk menjalin hubungan rasa percaya dengan pasien, juga mencegah terjadinya masalah illegal, memberikan kepuasan profesional dalam pelayanan keperawatan dan meningkatkan citra profesi keperawatan serta citra rumah sakit.

Komunikasi terapeutik adalah komunikasi yang direncanakan dan dilakukan dengan tujuan penyembuhan pasien, pada proses penyembuhannya, konselor menggunakan tahapan komunikasi terapeutik dimana tahapan terapeutik oleh Stuart dan Sundeen dalam buku Komunikasi Terapeutik oleh Mukhrimah Damayanti adalah fase pra-interaksi, fase orientasi, fase kerja, dan fase terminasi. Konselor menggunakan konseling pada saat melakukan 4 fase komunikasi terapeutik, dimana konseling suatu proses dimana pasien belajar bagaimana membuat keputusan dan memformulasikan cara baru untuk bertingkah laku merasa dan berfikir.

Komunikasi Terapeutik didalam konseling antara Konselor dan konseli terdapat 4 fase komunikasi terapeutik, yaitu fase pra-interaksi yaitu fase dimana konselor mempelajari data-data pasien sehingga menghasilkan kesiapan konselor. Fase orientasi, yaitu fase dimana konselor dan siswa melakukan tahap screening dan assesment sehingga menghasilkan kesepakatan layanan konseling. Fase kerja, yaitu fase dimana konselor dan siswa menjalani tahap individual counseling dan

¹⁵ Siregar, Nina S. *Komunikasi Terapeutik Dokter dan Paramedi terhadap Kepuasan Pasien dalam Pelayanan Kesehatan pada Rumah Sakit Bernuansa Islami di Kota Medan*, repository UINSU: Medan, 2016

group counseling sehingga menghasilkan pencapaian layanan konseling. Fase terminasi, yaitu fase terakhir dan dibagi menjadi 2 macam terminasi yaitu terminasi sementara yaitu terminasi yang dilakukan setiap pertemuan berakhir dan terminasi akhir yaitu terminasi yang dilakukan pada saat keseluruhan pertemuan selesai.

Teori ini melibatkan prinsip-prinsip serta teknik-teknik komunikasi yang diterapkan dalam proses bimbingan konseling untuk membangun hubungan yang menghasilkan efek penyembuhan antara konselor dan klien. Prinsip-prinsip komunikasi terapeutik ini sejalan dengan konsep-konsep komunikasi antar manusia atau interpersonal yang diperkenalkan oleh Joseph A. Devito. Ini mencakup aspek-aspek seperti keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan kesetaraan dalam interaksi.¹⁶

Salah satu tujuan dari komunikasi terapeutik menurut Suryani adalah untuk memperbaiki rasa identitas personal yang jelas dan peningkatan integritas diri. Identitas personal disini termasuk status, peran, dan jenis kelamin.¹⁷ Klien yang mengalami gangguan identitas personal biasanya tidak semangat belajar, sekolah, tidak mau melanjutkan dan tidak mempunyai rasa percaya diri dan mengalami harga diri rendah. Dalam al-Qur'an Surat An-nisa 63:

بَلِيغًا قَوْلًا أَنْفُسِهِمْ فِي لَهْمٍ وَقُلْ وَعَظُهُمْ عَنْهُمْ فَأَعْرِضْ قُلُوبَهُمْ فِي مَا آتَاهُ اللَّهُ يَعْلَمُ الَّذِينَ أُولَئِكَ

Artinya: Mereka itu adalah orang-orang yang Allah mengetahui apa yang di dalam hati mereka. Karena itu berpalinglah kamu dari mereka, dan berilah mereka pelajaran, dan katakanlah kepada mereka perkataan yang berbekas pada jiwa mereka.¹⁸

Melalui komunikasi terapeutik diharapkan konselor dapat membantu klien meningkatkan integritas dirinya dan identitas diri yang jelas.¹⁹ Dalam hal ini guru bimbingan konseling selaku konselor berusaha dan guru wali kelas berusaha

¹⁶ Siti Salmaniah Siregar, N. *Komunikasi Terapeutik Bernuansa Islami*. Surabaya: Scopindo Media Pustaka, 2022, h. 5.

¹⁷ Suryani. *Komunikasi Terapeutik Teori & Praktik*, Ed 2, Ecg, Jakarta: Rizmedia Pustaka Indonesia, 2015, h.13.

¹⁸ Kemenag, Al-Qur'an Q.S An-Nissa 63.

¹⁹ Loc.it

menggali seluruh aspek kehidupan siswa di masa sekarang dan masa lalu. Kemudian membantu meningkatkan integritas diri siswa melalui komunikasi dengan siswa.

3. Komunikasi Terapeutik dalam Perspektif Komunikasi Islam

Dalam perspektif komunikasi Islam, tuntunan akhlak terhadap kegiatan komunikasi terapeutik yang dilakukan oleh konselor terhadap klien di lingkungan bernuansa Islami tidak terlepas dari prinsip-prinsip komunikasi Islam yang berakhlak al-karimah yang bersumber kepada Alquran dan Hadis.

Kemampuan untuk memahami dalam komunikasi terapeutik yang harus dimiliki seseorang yakni kemampuan berempati dan bersimpati. Empati dan simpati merupakan dua emosi seseorang yang berbeda. Empati merupakan kemampuan dalam memahami, mengerti dan berbagi perasaan orang lain. Hal ini melibatkan dalam menempatkan diri pada posisi seseorang dan merasakan apa yang dirasakan oleh penderitanya. Empati sebagai bentuk emosi imajinatif yang melibatkan hubungan emosional yang mendalam. Simpati merupakan bentuk rasa kasihan atau belas kasih terhadap orang lain. Simpati tidak melibatkan pemahaman perasaan yang mendalam namun hanya karena sebatas rasa iba.

Empatik merupakan memahami kebutuhan dan perasaan seseorang dapat menyesuaikan pesan, sehingga pesan yang disampaikan menjadi lebih relevan dan bermakna. Pesan yang disampaikan dengan empati akan lebih mudah diterima dan dipahami. Sedangkan simpatik memberikan perhatian emosional kepada seseorang sehingga pesan yang disampaikan terasa lebih hangat dan penuh perhatian. Hal ini akan membuat seseorang lebih terbuka dan responsif terhadap isi pembicaraan. Kemampuan dalam memahami perasaan dan kebutuhan siswa menjadi salah satu kompetensi pembelajaran sosial dan emosional yang penting dalam pendidikan.

Ciri-ciri empatik dan simpatik adalah sebagai berikut; cirinya empatik adalah mendengarkan dengan aktif, menggunakan bahasa tubuh yang terbuka, memberikan umpan balik yang tepat, menggunakan bahasa yang lembut, penuh perhatian, menyatakan pengertian emosional, menjaga nada suara yang ramah dan

penyuh perasaan, menghindari penilaian atau kritik, dan berfokus pada kebutuhan dan perasaan orang lain. Sedangkan simpatik cirinya adalah menunjukkan perhatian dan kepedulian, memberikan respon emosional yang tepat, menggunakan bahasa yang menghibur, menyampaikan pesan dengan lembut dan sopan, mengakui dan menghargai perasaan orang lain, mendengarkan dengan sabar, menawarkan dukungan, menghindari meremehkan, dan menunjukkan kesediaan memahami. Oleh karena itu empatik dan simpatik merupakan dua faktor pendukung yang sangat penting dalam komunikasi terapeutik.

Menurut Jalaluddin Rakhmat dalam Saefullah, terdapat enam prinsip komunikasi Islam yang bersumber dari Alquran dan Hadis, yang dapat menjadi panduan dalam interaksi komunikasi antar individu. Prinsip-prinsip tersebut mencakup *Qaulan Sadida*, *Qaulan Baligha*, *Qaulan Ma'rufa*, *Qaulan Karima*, *Qaulan Layyina*, dan *Qaulan Masyura*. Prinsip-prinsip ini menjadi dasar dalam menjalankan komunikasi terapeutik antara perawat, atau konselor dengan klien dalam konteks pelayanan bimbingan dan konseling Islam (Saefullah, 2007). Pedoman komunikasi antar individu meliputi beberapa prinsip:

- a. *Qaulan Sadida*: Berbicara secara langsung dan jujur tanpa berbelit-belit.
- b. *Qaulan Baligha*: Mengungkapkan pikiran dengan jelas dan tegas agar mudah dipahami.
- c. *Qaulan Ma'rufa*: Menggunakan kata-kata yang baik dan menyenangkan, baik dalam komunikasi individu maupun kelompok.
- d. *Qaulan Karima*: Menggunakan kata-kata yang baik, manis, dan menyenangkan untuk didengar.
- e. *Qaulan Layyina*: Berbicara dengan lembut agar pesan disampaikan dengan baik dan diterima dengan baik pula.
- f. *Qaulan Masyura*: Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti dan melegakan perasaan untuk memudahkan pemahaman.

Dengan memadukan teori dan konsep ini, pengembangan program bimbingan konseling Islam dengan pendekatan komunikasi terapeutik untuk mengatasi trauma *bullying* di man 1 kota cilegon

4. *Bullying dan Dampak Trauma Bullying*

Barbara Coloroso menegaskan bahwa *bullying* adalah aktivitas yang sadar, sengaja, dengan tujuan menyebabkan cedera, menanamkan ketakutan melalui ancaman agresif lebih lanjut, dan menciptakan teror berdasarkan ketidakseimbangan kekuasaan, dengan niat untuk melukai, ancaman agresif lebih lanjut, dan penindasan tanpa henti.²⁰ Menurut Ken Rigby, *bullying* adalah keinginan untuk menyakiti orang lain, dilakukan secara langsung oleh individu atau kelompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang, dan dilakukan dengan senang hati.²¹

Bullying memiliki dampak fisik dan psikologis. Secara fisik, Sullivan menjelaskan bahwa perilaku *Bullying* mengakibatkan rasa sakit fisik seperti tulang patah, gigi rusak, gegar otak, cedera mata, dan bahkan kerusakan otak permanen. Korban *bullying* mengalami efek negatif pada perkembangannya. Ketika siswa menjadi korban *bullying*, mereka mengakui bahwa mereka sangat terganggu dengan perlakuan yang mereka terima. Dampak psikologis *bullying* termasuk harga diri rendah, pengecualian, ketidakhadiran, reaksi emosional, efek domino, dampak pada pendidikan, dan bunuh diri.

Pada proses penyembuhannya, guru bimbingan konseling konselor menggunakan tahapan komunikasi terapeutik dimana tahapan terapeutik menurut Peplau dalam buku Komunikasi Terapeutik Bernuansa Islami oleh Nina Siti Salmaniah Siregar adalah fase orientasi, fase kerja, dan fase terminasi. Konselor menggunakan prinsip komunikasi Islam pada saat melakukan 3 fase komunikasi terapeutik, dimana konseling adalah suatu proses dimana pasien belajar bagaimana membuat keputusan dan memformulasikan cara baru untuk bertingkah laku merasa dan berpikir.

Target dari fase-fase komunikasi terapeutik ini adalah siswa, dimana klien adalah siswa di Madrasah Aliyah Negeri 1 Cilegon yang menjadi korban *bullying*

²⁰ Coloroso, Barbara. *Stop Bullying: Memutus Rantai Kekerasan Anak Dari Prasekolah Hingga Smu*. Diterjemahkan Oleh: Santi Indra Astuti. Jakarta: Pt. Serambi Ilmu Semesta, 2007, h.92.

²¹ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying 3 Cara Efektif Mengatasi Kekerasan Pada Anak*, Jakarta: Pt Grasindo, 2008, h.3

di sekolah. Guru pembimbing atau Konselor adalah seorang guru BK (Bimbingan Konseling) di MAN 1 Kota Cilegon Provinsi Banten, guru bimbingan ahli dalam melakukan konseling siswa korban bullying.

Gambar 1.1 Konsep Pemikiran

