

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di Indonesia masih banyak sekali pemahaman akan Kesehatan mental cenderung rendah. menjadi indikasi akan kurangnya fasilitas kesehatan mental ditambah kurangnya pemahaman akan kesehatan mental. Masyarakat cenderung memberi stigma negatif terhadap orang dengan gangguan mental atau jiwa yaitu dengan mencela dan menganggapnya sebagai aib, anggapan akan orang gila. Selain itu masyarakat yang kurang paham akan tanda-tanda gangguan mental seperti depresi, yang mana depresi merupakan gangguan kesehatan mental yang paling sering ditemukan. Hal ini menyebabkan orang dengan kesehatan mental yang terganggu cenderung susah terbuka akan pengobatan dan malah merasa lebih tertekan akan stigma masyarakat. Hendaknya masyarakat lebih terbuka dan peka akan gangguan kesehatan mental disekitarnya. Masyarakat bisa menjadi pendengar bagi orang yang mengalami depresi maupun stres sebagai upaya meringankan beban mental. Maka dari itu dari setiap orang sekitarnya harus meningkatkan kepekaan dalam menghadapi masyarakat yang mengalami depresi atau rusaknya kesehatan mental di Indonesia.

Pada usia remaja (15-24 tahun) memiliki persentase depresi sebesar 6,2%. Depresi berat akan mengalami kecenderungan untuk menyakiti diri sendiri hingga bunuh diri. Pada masa remaja tersebut banyak sekali hal yang mengalami perilaku *self-injury* seperti di dalam lingkungan pendidikan, terhadap

kesejahteraan mental siswa semakin mendapat perhatian. Salah satu masalah kesejahteraan mental yang semakin mengkhawatirkan adalah perilaku *self-injury* atau melukai diri sendiri.

Self-injury yang juga dikenal sebagai *self-harm* atau *self-mutilation*, merujuk pada tindakan seseorang yang dengan sengaja menyakiti atau merusak tubuhnya sendiri tanpa tujuan untuk bunuh diri. Tindakan ini bisa melibatkan pemotongan, penggarukan, atau tindakan lain yang menyebabkan luka fisik. Perilaku *self-injury* umumnya merupakan ekspresi distres emosional yang mendalam. Hal ini sering kali terkait dengan masalah mental seperti depresi, kecemasan, atau gangguan kepribadian. Selain itu, faktor-faktor seperti tekanan akademik yang tinggi, masalah keluarga, tekanan sosial, dan ketidakmampuan dalam mengatasi emosi juga dapat berkontribusi terhadap munculnya perilaku *self-injury* pada remaja.

Self-injury berfungsi untuk mengurangi emosi negatif dan stress. *Self-injury* bentuk perilaku yang dilakukan individu untuk mengatasi rasa sakit secara emosional dengan cara melukai dirinya sendiri, dilakukan dengan sengaja tapi tidak dengan tujuan bunuh diri. Dalam konteks pendidikan, masalah *self-injury* di kalangan siswa dapat memiliki dampak serius terhadap perkembangan akademik dan sosial mereka. Perilaku ini dapat mengganggu konsentrasi, menurunkan motivasi belajar, dan mempengaruhi interaksi sosial dengan teman sekelas. Oleh karena itu, peran sekolah dan konselor pendidikan menjadi sangat penting dalam mengidentifikasi, mencegah, dan mengatasi permasalahan ini. *Self-injury* biasanya dilakukan dengan mencederai tubuh

sendiri dengan disengaja, dengan maksud tertentu, dan tidak dapat diterima secara sosial, tanpa niat bunuh diri (Klonsky, 2007; Miller, 2010).

Biasanya *self-injury* ini dilakukan dengan cara menggunakan benda tajam, benda tumpul, atau tanpa menggunakan benda apapun untuk mencedraikan bagian tubuh dari kita sendiri. Perilaku *self-injury* memiliki berbagai macam bentuk. Perilaku *self-injury* tersebut dapat berupa menyayat bagian tubuh tertentu, menggigit, membakar, mematahkan tulang, mengukir tulisan atau simbol di kulit, menanamkan benda di kulit, menarik rambut, membenturkan kepala ke benda keras, meninju diri sendiri, menusuk kulit dengan benda tajam, mengganggu penyembuhan luka agar tidak segera sembuh, menjepit tubuh, hingga meracuni diri. penyebab *self-injury* adalah faktor-faktor psikologis seperti merasa tidak kuat menahan emosi dan terjebak, stres, harga diri yang rendah tidak mampu mengekspresikan diri dengan baik, sering merasa hampa, tertekan, ingin mendapatkan perhatian dari orang lain, merasa putus asa, tidak mampu menerima realitas, merasa tidak berguna, frustrasi, dan depresi.

Perilaku *self-injury* disebabkan oleh dua faktor: internal dan eksternal. Penyebab internal melukai diri sendiri adalah emosi negatif (kehilangan, harga diri rendah, trauma). Penyebab eksternal dari *self-injury* adalah pola asuh yang tidak memadai atau tidak didukung dalam lingkungan keluarga dan sekolah, sehingga menimbulkan trauma dan masalah baru bagi pelakunya. Bahwa individu yang melakukan perilaku *self-injury* biasanya, mereka telah mengalami kekerasan fisik sejak mereka masih muda, sehingga pelaku tidak dapat belajar untuk menemukan solusi yang tepat untuk masalah mereka.

Pemecahan masalah atau *problem solving* yang dipahami pelaku adalah kekerasan fisik, sehingga pelaku sulit mengekspresikan emosi secara tepat dan mengungkapkan perasaan mereka kepada pelaku melalui agresi dalam bentuk menyakiti diri sendiri. Alasan atau faktor untuk mengulangi suatu Dikarenakan pada masa remaja yang notabennya adalah di bagian pada usia yang benar-benar labil, atau baru merasakan hal yang baru ia rasakan. Hal tersebut dilihat dari banyaknya pelaku *self-injury* tersebut telah banyak dilakukan pada usia usia remaja. Masa remaja ditandai dengan berbagai pergolakan emosional. Masa remaja adalah era yang penuh gejolak konflik dan suasana hati. Remaja masih merasa seperti anak-anak, tetapi mereka adalah remaja yang cukup dewasa yang sudah mulai belajar untuk mendapatkan disiplin dan tanggung jawab. Remaja menghadapi berbagai jenis masalah dengan diri mereka sendiri atau orang lain.

Keinginan melukai diri berhubungan dengan tingginya kemungkinan untuk melakukan perilakunya. Keinginan bunuh diri juga sudah diprediksi mempengaruhi perilaku melukai diri sehingga mungkin, keinginan melukai diri pun dapat mempengaruhi perilaku tersebut. Dari situ, dapat disimpulkan bahwa keinginan melukai diri sangat mungkin berhubungan dengan bagaimana seseorang dapat meregulasi emosinya atau dapat menguatkan positif. Penyalahgunaan menghadapi masalah lebih memilih untuk kepercayaan bahwa melukai diri dapat merubah keadaan emosionalnya.

Dengan banyaknya permasalahan dan banyaknya juga cara penyelesaian yang berbeda beda pada saat menyelesaikan masalah siswa harus cukup diperhatikan oleh guru yang sebagai orang tua di sekolah, dengan

memiliki peran yang sangat penting dalam membimbing siswa siswinya di sekolah dengan memperhatikan sikap-sikap siswa pada saat menghadapi atau menyelesaikan masalah. Dalam hal ini tindakan yang dilakukan dari pihak sekolah di MAN 1 Bekasi yang memberikan amanah terhadap Guru BK untuk menggunakan konseling terhadap siswa yang melakukan *self-injury* tersebut. Konselor sebagai tenaga pendidik yang berkewajiban memiliki pengetahuan lebih dalam menangani siswa-siswi di Sekolah dengan melakukan macam-macam layanan yang ada dalam peran dari Bimbingan Konseling. Dalam layanan bimbingan konseling ini memiliki fungsi dalam melakukan pencegahan dan penanganan dari permasalahan yang terjadi. Selain itu pelanggaran nilai moral oleh remaja dapat dipandang sebagai perwujudan dan rendahnya disiplin diri sehingga mereka memiliki karakter negatif pemicu utamanya diduga adalah situasi dan kondisi keluarga yang negative. Keadaan semacam inilah yang menuntut diselenggarakannya bimbingan dan konseling di sekolah (Dewa Ketut Sukardi, 2008: 1-2). Sedangkan fungsi penanganan digunakan untuk menangani atau mengatasi problematika yang sedang dihadapi oleh siswa. Upaya dari Guru BK Man 1 Bekasi melakukan Bimbingan Individu dengan sosialisasi memberitahukan edukasi bahayanya dampak dari perilaku *self-injury*.

Kegiatan konseling tidak dilakukan secara kebetulan insidental, tidak sengaja, asal-asalan melainkan kegiatan yang dilakukan secara sengaja, berencana, sistematis, dan terarah kepada tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya. Konseling juga tidak boleh memaksakan individu siswa untuk

menuju kesatu tujuan yang ditetapkan oleh pembimbing, melainkan membantu mengarahkan individu ke arah tujuan yang sesuai dengan potensinya secara optimal. Pilihan dalam pemecahan masalah ditentukan oleh individu sendiri, sedangkan konseli hanya membantu mencarikan *alternative* solusinya saja. Dalam setting persekolahan atau madrasah, bimbingan berarti memberikan bantuan atau pertolongan kepada setiap individu dari mulai anak-anak hingga dewasa (dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi). Dengan menggunakan bimbingan tersebut supaya bisa mengarahkan siswa mengalami *self-injury* dapat di bimbing dengan cara penyesuaian siswa tersebut. Permasalahan permasalahan ini sangat berkaitan dengan pola pikir dan perilaku mereka saat proses belajar mengajar, dimana pikiran-pikiran yang ada di dalam siswa tersebut tidak akan menjadi fokus dalam menjalani kegiatan belajar mengajar, yang di iringi dengan permasalahan yang belum di atasi oleh siswa tersebut. Dengan Bimbingan tersebut untuk mengobati dan mencegah terjadi *self-injury* di MAN 1 Bekasi.

Dengan demikian konseling individu tersebut akan terus di terapkan terhadap siswa-siswi yang melakukan perilaku *self-injury* supaya mencegah kemungkinan yang terjadi untuk melanjutkan ke ranah Bunuh diri. Penting bagi Siswa-Siswi untuk mengetahui apa yang harus dilakukan Ketika mengalami *self-injury*. Konseling individu juga memiliki tujuan yaitu tujuan yang sangat mendasar dari bimbingan menurut Jones adalah dapat memecahkan permasalahannya sendiri dan membuat keputusan yang sesuai dengan keadaan dirinya sendiri. Dengan demikian suatu keputusan yang diambil bukan

merupakan hasil paksaan seseorang melainkan datang dari dalam diri sendiri. Secara umum tujuan Konseling seperti telah disebutkan diatas intinya adalah agar manusia mampu memahami potensi insaniah-nya, menurut Tolbert, (Prayitno dan Amti 2004:101). Konseling adalah hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang dalam mana konselor melalui hubungan itu dengan kemampuan-kemampuan khusus yang dimilikinya. dimensi-dimensi kemanusiaannya, termasuk memahami berbagai persoalan hidup dan mencari alternatif pemecahannya. Pemahaman tentang ajaran islam (melalui al-Qur'an dan hadits) secara prefentif akan dapat mencegah individu dari segala sesuatu yang bisa merugikan esensi dan eksistensi dirinya. Siwa pun perlu mengetahui apa resiko dan penyebab buruk yang terjadi Ketika melakukan *self-injury*. Penanganan dari Guru BK di MAN 1 Bekasi untuk melakukam Konseling Individu terhadap perilaku *self-Injury* dengan mengatasi perilaku *self-injury* agar tidak menindaklanjuti tindakan tersebut. Sehingga hal ini menjadi landasan bagi peneliti untuk melakukan penelitian mengenai keterlibatan peran dari konseling individu terhadap siswa yang mengalami perilaku *self-injury* dengan fokus utama pada penelitian tersebut supaya Tindakan-tindakan dalam melakukan *self-injury* di cegah ataupun meminimalisir terjadinya tingkat bunuh diri pada siswa-siswi di MAN 1 Bekasi dengan memperhatikan lingkungannya, cara pergaulannya, dan kondisi Keluarga Siswa-Siswi di MAN 1 Bekasi. Dengan ini peneliti menentukan judul penelitian sebagai berikut: **“Konseling Individu Terhadap Siswa Yang Mengalami Perilaku *self-injury*”**

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang dikemukakan sebelumnya, maka dalam hal ini peneliti menentukan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apa saja peran Guru BK dalam menangani proses konseling individu terhadap siswa yang mengalami perilaku *self-injury*?
2. Bagaimanakah proses konseling individu terhadap siswa yang mengalami perilaku *self-injury*?
3. Bagaimana hasil dari proses konseling individu terhadap Siswa yang mengalami perilaku *self-injury*?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui peran dari guru bk dalam konseling individu terhadap siswa yang mengalami perilaku *self-injury*
2. Untuk mengetahui proses apa saja yang dilakukan Guru BK di MAN 1 Bekasi dalam menangani perilaku *self-injury*.
3. Untuk mengetahui hasil dari Konseling Individu yang dilakukan oleh Guru BK MAN 1 Bekasi terhadap Siswa yang melakukan *self-Injury*.

D. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan secara teoritis dan praktis dapat memberikan kontribusi dan manfaat, diantaranya:

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan sebagai sumbangan ilmiah atau dapat memberikan kontribusi yang positif sebagai referensi untuk meningkatkan pengetahuan dalam bidang pendidikan dan Kesehatan dengan menjelaskan bagaimana peran dari Guru BK dalam Konseling Individu dengan menangani perilaku *self-injury* di MAN 1 Bekasi

2. Secara praktis

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan dan memberikan dampak positif atas kemampuan dalam mengontrol suatu masalah untuk tetap kondusif dalam menjaga suasana pikiran dan fisik pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan masukan positif atau sumbangan pemikiran bagi sekolah, supaya dapat menangani Siswa yang mengalami perilaku *self-injury* di MAN 1 Bekasi. Penelitian ini menjadi salah satu syarat untuk memenuhi pembuatan skripsi untuk mendapat gelar Sarjana Sosial (S.Sos) Prodi Bimbingan dan Konseling Islam dan diharapkan dapat menambah pengalaman dan pengetahuan peneliti mengenai sebab-akibat atau bahayanya tindakan *self-injury*.

E. Tinjauan Pustaka

Hasil riset terdahulu sangat bermanfaat untuk menjadi dasar pijakan dalam penyusunan skripsi ini. Manfaatnya guna mengetahui tata cara dan hasil menurut penelitian-penelitian tersebut. Setelah melakukan pencarian terkait

dengan judul penelitian penulis mendapatkan sebagian judul yang berkaitan dengan penelitian, diantaranya:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh (Eva Meizara, Arkadus Lanuar Guntur, Ahmad Ridfah, 2021) dengan judul Dinamika Perilaku *self-injury* Pada Remaja Laki-Laki. Salah satu simpulan dari adanya penelitian ini adalah membuktikan bahwa para remaja laki-laki melakukan *selfinjury* karena konflik dengan orangtua, putus dengan pacar, mengalami bullying saat masih sekolah, dan merasa kecewa pada diri karena kesalahan yang diperbuatnya. Bentuk perilaku *self-injury* yang muncul adalah memukul tubuh sendiri, mengiris kulit dengan benda tajam, dan menusuk kulit dengan jarum pentul.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh (Anggi Desfrilia Septia Putri, 2022) dengan judul Skripsi *Self-Harm* Pada Remaja Putri di Kota Medan. Salah satu kesimpulan dari adanya penelitian ini adalah Jenis *self-Injury* yang dilakukan oleh kedua responden adalah menyayat lengan dengan benda tajam dan mememarkan dirinya sendiri. Siklus *self-Injury* yang berulang mulai dari emosi negatif (rasa marah/sedih), dilanjutkan dengan timbulnya ketegangan, hingga akhirnya melakukan tindakan *self-harm*, sampai menimbulkan efek positif (lega) dan efek negatif (merasa bersalah). Kelegaan yang diperoleh dari melakukan *self-injury* menyebabkan kecanduan sehingga sulit untuk berhenti melakukan tindakan *self-injury*.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh (Kiken Yosi Melasti, 2022) dengan judul penelitian yaitu, Studi Fenomonologi perilaku *self-injury* Pada Kalangan Remaja SMP dan Upaya Penanganan dalam Layanan Bimbingan dan

Konseling. Salah satu simpulan dari adanya penelitian ini adalah Remaja yang mengalami *self-injury* penting untuk ditangani karena terdapat kemungkinan untuk melakukan bunuh diri. Dalam menanggulangi perilaku *self-injury* pada siswa di sekolah kedudukan konselor sangat dibutuhkan melalui bermacam-macam layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling. Remaja juga perlu mengetahui usaha penanganan dari bimbingan dan konseling. Fokus penelitian ini adalah untuk mengetahui karakteristik pelaku *self-injury* bentuk perilaku yang dilakukan oleh pelaku *self-injury* penyebab dari perilaku *self-injury* dan untuk mengetahui upaya penanganan dari layanan Bimbingan dan Konseling bagi siswa yang berperilaku *self-injury*.

F. Landasan Pemikiran

1. Landasan Teoritis

a. Konseling Individu

Pengertian konseling secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa latin, yaitu “consilium” yang berarti dengan atau bersama yang dirangkai dengan menerima atau memahami. Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari “sellan” yang berarti “menyerahkan” atau menyampaikan”. Sebelumnya telah dijelaskan pengertian bimbingan selanjutnya akan dijelaskan pengertian konseling. Konseling individual merupakan suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan seseorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar

klien memecahkan kesulitannya. Konseling individual dapat disebut sebagai layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik atau konseli mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang di derita konseli.

Konseling adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan wawancara, dengan cara-cara yang sesuai dengan keadaan individu yang dihadapi untuk mencapai kesejahteraan hidupnya. Dengan kata lain bahwa teknik konseling individual adalah teknik konseling yang diberikan kepada siswa untuk menemukan dan mengembangkan diri pribadinya sehingga menjadi pribadi yang mandiri serta mampu mengoptimalkan potensi yang dimiliki dan menjadikan suatu perubahan menjadi pembiasaan yang lebih baik.

Konseling individual adalah kunci semua kegiatan bimbingan dan konseling. Karena jika menguasai teknik konseling individual berarti akan mudah menjalankan proses konseling yang lain. Proses konseling individu berpengaruh besar terhadap peningkatan klien karena pada konseling individu konselor berusaha meningkatkan sikap siswa dengan cara berinteraksi selama jangka waktu tertentu dengan cara berinteraksi langsung untuk menghasilkan peningkatan-peningkatan pada diri klien, baik cara berpikir, berperasaan, sikap, dan perilaku.

Dari penjelasan beberapa ahli maka dapat ditegaskan bahwa yang dimaksud dengan teknik Konseling individual dalam penelitian ini adalah metode atau cara yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling agar siswa dapat mencapai tujuan dan tugas perkembangan individu, serta mengembangkan pribadi yang lebih mantab dan mandiri.

b. Perilaku *Self-Injury*

Self-injury adalah suatu bentuk perilaku yang dilakukan individu untuk mengatasi rasa sakit secara emosional dengan cara melukai dirinya sendiri, dilakukan dengan sengaja tapi tidak dengan tujuan bunuh diri. *Self-injury* biasa dilakukan sebagai bentuk dari pelampiasan atau penyaluran emosi yang terlalu menyakitkan untuk diungkapkan dengan kata-kata. Hal ini sesuai dengan pendapat (Grantz dkk, 2008: 68) perilaku *self-injury* sering dilihat sebagai cara mengelola emosi dimana seseorang tidak tahu bagaimana mengekspresikan perasaan yang terlalu menyakitkan.

Banyak cara untuk seseorang menyalurkan emosinya. Penyaluran emosi bisa dilakukan dengan cara positif bisa juga dengan cara negatif. Contoh penyaluran emosi dengan cara positif misalnya melakukan aktivitas yang disukai seperti olah raga, nonton film, pergi jalan-jalan dengan teman, membaca buku atau kegiatan positif lainnya. Berbeda dengan sebagian individu memilih untuk menyalurkan dengan cara negatif misalnya mengkonsumsi narkoba, minum-minuman beralkohol atau dengan cara menyakiti dirinya *self-injury*. Menurut Gratz dkk

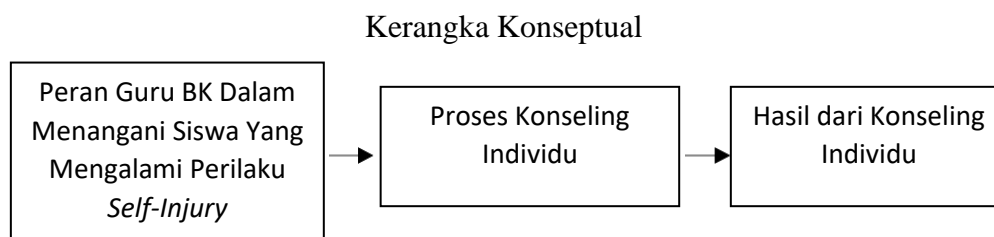
(Hasking dkk, 2002: 5) *self-injury* berfungsi untuk mengurangi emosi negatif dan stress.

Maka dapat disimpulkan bahwa *self-injury* menurut peneliti merupakan tindakan dimana si pelaku melakukan hal tersebut untuk mencari cara melampiaskan dengan secara emosional dengan menggunakan benda tumpul atau lancip untuk melukai dirinya sendiri.

2. Kerangka konseptual

Berdasarkan landasan teori yang sudah dicantumkan oleh penulis, bahwasannya pendekatan ini menggunakan konseling individu, sebagaimana Konseling Individu ini dilakukan supaya meminimalisir perilaku *self-injury* yang sudah terjadi. Hal tersebut dilakukan dari upaya Guru BK Man 1 Bekasi untuk membiasakan perilaku perubahan terhadap Siswa yang melakukan *self-injury*. Dalam Konseling Individu ini mengubah pola pikir siswa yang sudah terbiasa dengan melakukan perilaku *self-injury* karena dalam tahapan masa remaja, bisa di kategorikan sangat tinggi dalam menyelesaikan suatu masalah dengan cara perilaku *self-injury* tersebut.

Degan tujuan melakukan perilaku *self-injury* ini di karenakan setelah melakukannya itu membuat perasaan lebih tenang dan lega untk melampiaskan ke arah hal-hal yang bisa melukai atau mencedrai dirinya sendiri. Perilaku *self-injury* ini harus dihilangkan, atau setidaknya dikurangi supaya tidak mengganggu dalam proses kegiatan belajar mengajar.



Gambar 1. Kerangka Konseptual

G. Langkah – Langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Madrasah Negeri Aliyah 1 Bekasi yang terletak di Jl. Ki Hajar Dewantara No.43B, Karangasih, Kec. Cikarang Utara, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. Lokasi yang menjadi tempat penelitian ini dipilih dengan sebagai berikut:

- 1) MAN 1 Bekasi memiliki data yang memiliki data yang mumpuni untuk dijadikan sebagai objek penelitian.

MAN 1 Bekasi memiliki kegiatan bimbingan dan konseling yang relevan dalam mensosialisasikan tentang perilaku *self-injury*.

2. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang hasil penelitiannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau metode kuantifikasi yang lain. Adapun alasan peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif, agar peneliti dapat menggambarkan dan

mendeskripsikan sesuai dengan apa yang terjadi secara fakta di MAN 1 Bekasi dari hasil wawancara dan observasi. Sugiyono (2013: 15) metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, (sebagai awalnya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara purposive snowball, teknik pengumpulan dengan triangulasi (gabungan), analisis data induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada geeralisasi.

3. Paradigma dan Pendekatan

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan paradigma konstruktivisme. Paradigma konstruktivisme merupakan cara pandang untuk memahami kompleksitas dunia nyata. Paradigma konstruktivisme merupakan sesuatu yang konteksnya penting, absah dan masuk akal. Paradigma ini bersifat normatif, menunjukkan kepada praktisi apa saja yang harus dilakukan tanpa perlu melakukan pertimbangan eksistensial atau epistemologis yang panjang (Mulyana, 2013:9).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif merupakan pendekatan penelitian yang berlandaskan fenomenologi dan paradigma konstruktivisme dalam mengembangkan ilmu pengetahuan. Jenis penelitian ini digunakan karena peneliti tidak memodifikasi item yang berkembang secara alami, jenis penelitian ini digunakan untuk menilai kondisi objek tersebut.

Penulis mengarahkan penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang menggambarkan atau mendeskripsikan masalah dan fakta guna memecahkan masalah secara sistematis dan faktual dengan fakta

H. Jenis Data dan Sumber Data

1. Jenis Data

Data kualitatif dalam penelitian ini sebagai gambaran umum objek penelitian seperti halnya: sejarah dimana berdirinya sekolah, letak geografis, visi dan misi, struktur organisasi, sarana dan prasarana, program bimbingan individu, proses bimbingan individu, tingkat penyesuaian siswa dan keberhasilan bimbingan individu dalam menangani perilaku *self-injury* di MAN 1 Bekasi.

2. Sumber Data

Untuk memperoleh data data dan informasi yang lengkap, akurat, dan valid mengenai objek tersebut. Maka dari itu diperlukan sumber data yang sesuai untuk digunakan dalam penelitian.

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer ialah data untuk memperoleh informasi dan langsung diperoleh dari sumber data pertama (informan inti) atau isu yang diperoleh secara pribadi pada lokasi penelitian atau objek/subjek penelitian. Sumber data primer dalam penelitian ini didapatkan dari Guru BK di MAN 1 Bekasi.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder menjadikan informasi dan asal muasal informasi yang ditemukan dari berbagai sumber, dari pihak kedua atau informasi tidak diberilakan secara langsung kepada pengumpul data dokumen grafis seperti catatan, table, notulen, rapat dll atau hasil dari wawancara dengan pihak kedua. Sumber data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari data penunjang yang berakaitan dengan penelitian yang diperoleh melalui studi kepustakaan yang terdapat dalam buku, artikel, hasil penelitian orang lain, jurnal, arsip lembaga dan informasi lainnya yang berkaitan dengan permasalahan yang diteliti.

I. Informan dan Unit Analisis

1. Informan

Dalam penelitian yang berkait dengan Konseling individu dalam menangani perilaku *Self-Injury* di MAN 1 Bekasi ini membutuhkan informan yang memiliki kapasitas pemahaman kangsung pada permasalahan yang terkait dalam peneltian tersebut. Maka dari itu informan pada penelitian ini adalah:

- a.** Guru BK MAN 1 Bekasi
- b.** Wali Kelas
- c.** Siswa yang mengalami perilaku *Self-Injury* di MAN 1 Bekasi.

2. Teknik Penentuan Informan

Penelitian ini memakai teknik *purposive sampling* yang digunakan untuk menentukan informan dimana peneliti menentukan informan

berdasarkan dengan pertimbangan tertentu yang berhubungan dengan permasalahan peneliti. Pada penelitian ini yang merupakan sumber informasi dari para informan ialah Guru BK, Wali Kelas dan siswa/i MAN 1 Bekasi. Sementara itu tempat penelitian dari keadaan sosial ialah MAN 1 Bekasi

J. Teknik Pengumpulan Data

Dalam melakukan suatu penelitian tentu membutuhkan data dan informasi sebagai penunjang dalam penelitian, oleh karena itu dalam mendapatkan data yang dibutuhkan, peneliti memakai teknik pengumpulan data sebagai berikut:

a. Observasi

Observasi dapat dilakukan secara langsung atau tidak langsung, karena dibutuhkan ketelitian dan kecermatan. Pengamatan langsung (observasi) dalam penelitian ini sangat penting. Peneliti datang ke tempat dan melakukan observasi, objek yang akan diamati pada penelitian ini adalah keadaan MAN 1 Bekasi dalam kegiatan konseling individu. Observasi juga membutuhkan sejumlah alat, seperti daftar cacatan, *tape recorder*, kamera, dan alat-alat perekam elektronik lainnya.

Peneliti memakai bentuk metode observasi partisipatif yang dimana peneliti terjun langsung dan ikut berpartisipasi dalam kegiatan untuk memperoleh data yang akurat di lapangan terkait dalam kegiatan konseling individu dalam menangani perilaku *self-injury* di MAN 1 Bekasi.

b. Wawancara

Wawancara pada penelitian ini dilakukan kepada responden yang terkait dengan konseling individu dalam menangani perilaku *self-injury* di MAN 1 Bekasi. wawancara akan dilakukan kepada responden yang memiliki kapasitas menjawab pertanyaan yaitu Guru BK dan beberapa Siswa yang mengalami perilaku *self-injury*. Dari tujuan utama yang dilakukan peneliti dalam wawancara yaitu untuk mendapatkan data dari tangan pertama, menjadi pelengkap terhadap data yang dikumpulkan melalui alat lain dan dapat mengontrol terhadap hasil pengumpulan data lainnya.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan cara mengumpulkan data dengan menggunakan penelaahan sumber yang tertulis seperti Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) konseling individu, laporan hasil pelaksanaan layanan, dan sebagainya yang memuat data atau informasi yang diperlukan peneliti. Teknik ini digunakan peneliti untuk mendokumentasikan kegiatan peneliti saat melakukan penelitian.

K. Teknik Penentuan dan Keabsahan Data

Teknik ini digunakan untuk meyakinkan apakah penelitian yang dilakukan benar-benar merupakan penelitian ilmiah seraya untuk menguji data yang diperoleh peneliti. Teknik keabsahan data pada penelitian kualitatif diantaranya uji *credibility*, *transferability*, *dependability* dan *confirmability* (sugiyono, 2007).

L. Teknik Analisis Data

Dalam analisis data penelitian mengikuti model analisa Miles dan Huberman sebagaimana dalam Sugiyono (2015: 337), yang terbagi dalam beberapa tahap yaitu:

1) Data Reduction (Reduksi Data)

Langkah pertama dalam analisis data menurut Miles and Huberman adalah mereduksi data. Peneliti mengumpulkan data sebanyak-banyaknya berdasarkan tujuan penelitian yang telah ditetapkan yaitu untuk mengetahui program konseling individu, proses konseling individu, tingkatpenyesuaian diri siswa, dan hasil konseling individu dalam menangani perialku *self-Injury* di MAN 1 Bekasi. kemudian dilakukan reduksi data. Reduksi data adalah merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan hal-hal yang penting dan membuang data yang tidak diperlukan.

2) Data *Display* (Penyajian Data)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data. Pada tahap ini peneliti menyajikan data yang berkaitan dengan tema yang diangkat yaitu bimbingan individu dalam menangani perialku *Self-Injury* di MAN 1 Bekasi.

3) *Conclusion Drawing / Verification* (Kesimpulan)

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles and Huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Pada tahap ini peneliti diharapkan dapat menjawab fokus penelitian dengan lebih jelas

yang berkaitan tentang bimbingan individu dalam menangani perilaku *self-injury* di MAN 1 Bekasi

