

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Organisasi Kesehatan Dunia (*WHO*) menyatakan bahwa *Bullying* dapat terjadi pada siapa saja baik itu anak- anak, remaja, dewasa dan lanjut usia yang dapat menyebabkan depresi dan kecemasan yang merupakan gangguan mental. prevalensinya paling tinggi yaitu bullying, dimana kejadian *Bullying* bisa terjadi karena akibat dari trauma seperti sering menjadi korban, sering mengalami kecemasan, ketakutan dan stres akibat selalu menjadi korban apa lagi pada remaja yang sedang masa – masa sekolah dimana sebanyak 60,7% anak korban bullying akan mengalami kesulitan dalam bergaul, *Bullying* dan merasa takut datang ke sekolah sehingga mempengaruhi absensi mereka dan tertinggal pelajaran, dan berdampak pada motivasi belajar, prestasi belajarnya, dan membuat mereka merasa tertekan akan kehidupannya yang membuat mereka stress (Adela Wardiansyah, n.d.2022).

Menurut data dari (OECD, 2019) Pencatatan riset yang dilakukan oleh *Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD)*, tahun 2019, angka *bullying* tertinggi peringkat pertama di dunia diduduki oleh negara Filipina dari 78 negara sebanyak 64,9%, Indonesia menempati peringkat kelima angka *bullying* dari 78 negara sebanyak 41,1%, dan tercatat 59 kasus *bullying* dan data dari *Plan International And Interational Center For Research On Women*

(ICRW) bahwa anak di Indonesia dengan kisaran usia 12-17 tahun mengalami perundungan, angka ini lebih tinggi di banding negara lain di kawasan Asia.

Seperti yang ditimbulkan oleh agresi, perilaku Perundungan juga menimbulkan bahaya, baik mental, fisik, kognitif ataupun emosional yang hal tersebut dilakukan secara sengaja. Direktur *UNICEF* Perwakilan Pulau Jawa, Arie Rukmanta menyebut sebagian anak remaja usia 13-17 tahun di DIY pernah mengalami perundungan di lingkungan sekolah. Berdasarkan data hasil *survey* tersebut, anak remaja yang pernah mengalami perundungan bahkan memilih untuk tidak masuk sekolah menurut surat kabar (*Tribunjogja.com*), Dalam kasus yang lebih ekstrim, perundungan dapat mengakibatkan remaja berbuat nekat, bahkan bisa membunuh atau melakukan bunuh diri (Riana Sariat al., 2016) . Dan tercatat 59 kasus *bullying* di wilayah Yogyakarta, sebanyak 43,7% dengan kategori tertinggi kekerasan psikologis berupa pengucilan yang terjadi pada remaja SMP dan SMA. akhir-akhir ini kasus paling populer di temukan Bantul dan sleman mengenai remaja sekolah (Waliyanti et al., 2018).

Oleh karna itu maka dilakukan cara khusus dalam menangani dampak yang dialami oleh korban *bullying* adalah mengalami berbagai macam gangguan dimana korban akan merasa tidak nyaman, takut, rendah diri, tidak berharga, penyesuaian sosial yang buruk dimana korban merasa takut ke sekolah bahkan tidak mau sekolah, menarik diri dari pergaulan, prestasi akademik yang menurun akibat hilangnya konsentrasi belajar, bahkan yang lebih parah

berkeinginan untuk bunuh diri dari pada harus menghadapi tekanan-tekanan berupa hinaan dan hukuman.

Oleh sebab itu cara ini diberikan untuk menyelesaikan masalah yang terjadi pada remaja agar tidak berdampak buruk bagi korban bullying yang terjadi di sekolah. Maka untuk mengatasi masalah tersebut maka perlu diberikan penanganan berupa hipnoterapi untuk remaja agar remaja dapat lebih rileks dan tenang dalam menghadapi masalah yang ada pada dirinya sehingga mereka dapat lebih berpikir tenang untuk menyelesaikan masalahnya. Hipnoterapi adalah teknik hipnosis dengan cara sugesti untuk merubah perilaku negatif seseorang sehingga hipnoterapi menjadi perhatian dunia yang sangat populer dengan berbagai manfaatnya dalam mengatasi permasalahan remaja yang pemalu, kurang percaya diri, penakut dan tidak berani dalam mengambil tindakan.

Efektifitas hipnoterapi dalam menurunkan *Bullying* atau stres pada remaja sebesar 68,2% dan sisanya yaitu 37,2% dipengaruhi oleh faktor diluar hipnoterapi. Kondisi dimana pikiran serta tubuh menjadi rileksasi merupakan dasar dari hipnoterapi. Ketika dalam kondisi bawah sadar, fungsi analitis logis pikiran sedang dalam tahap reduksi. Hipnoterapi adalah metode yang sangat sederhana, cepat, layak, dan efektif untuk mencapai pikiran jiwa, mengurangi dan memperbaiki pikiran yang sakit. Berbagai bukti telah menunjukkan bahwa hipnoterapi dapat mengatasi berbagai masalah yang berkaitan tingkah laku (Ayis Sa'idatul Husna, 2021). Tingginya angka kejadian *bullying* pada remaja dapat menimbulkan

perasaan *Bullying* pada remaja sehingga memberikan dampak negatif bagi remaja seperti gangguan konsentrasi belajar, penurunan prestasi akademik, takut datang ke sekolah (bolos), tertinggalnya pelajaran, memiliki keinginan untuk tidak mau sekolah, harga diri rendah, depresi, bahkan sampai keinginan remaja untuk bunuh diri. Dimana *Bullying* merupakan tindakan sengaja yang dilakukan dengan cara mengancam, menekan, dan menganiaya lawan yang dianggap lemah secara terus-menerus. *Bullying* banyak terjadi pada anak-anak di lingkungan sekolah yang dilakukan oleh seniornya dengan tujuan agar korban tahan banting dan pelaku dapat menunjukkan kekuasaannya agar ditakuti (Khoirunnisa, 2015). Setiap hari, sekitar 160.000 remaja bolos sekolah untuk menghindari *bullying*, 10% siswa keluar dari sekolah atau pindah sekolah untuk menghindari perilaku *bullying*, bahkan 30% siswa ingin melakukan tindakan bunuh diri sebagai akibat tindakan *bullying* (Nurfaidah, 2018).

Oleh karena itu harus dilakukan pencarian cara atau *intervensi* untuk mengatasi masalah *Bullying* yang mengakibatkan pada remaja mengalami ketidakpercayaan diri, takut, stress, cemas, malu, dan sifat tidak menerima diri sendiri bahkan depresi. Hal ini dilakukan agar masalah pada remaja ini tidak menjadi berkelanjutan dan membuat hal yang tidak diinginkan (Aflahatiufus et al., 2022). Salah satu jenis terapi komplementer yang dapat dijadikan sebagai *intervensi* untuk mengatasinya yaitu hipnoterapi. *Hipnosis* yang merupakan bagian dalam hipnoterapi beberapa tahun terakhir ini menjadi populer dan menjadi perhatian dunia. Hipnoterapi merupakan salah satu bagian dari ilmu yang memiliki manfaat

sugesti untuk menyelesaikan permasalahan perasaan, pikiran, dan sikap. hipnoterapi mudah diterapkan dan ekonomis sebagai *intervensi* untuk menurunkan stres, kecemasan, ketidakpercayaan diri dan berbagai masalah yang ada didalam diri. *Efektifitas* hipnoterapi dalam menurunkan *Bullying* atau stres pada remaja sebesar 68,2% dan sisanya yaitu 37,2% dipengaruhi oleh faktor diluar hipnoterapi (Aflahatiufus et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh Wulandari, 2017 korbanbully di SMP Muhammadiyah 2 Gamping Sleman Yogyakarta dijelaskan bahwa perilaku *bullying* paling banyak yaitu *bullying verbal* sebanyak 94 siswa(97%) sedangkan sisanya yaitu *bullying psikologis* yaitu sebanyak 3 siswa (3%). Dengannilai prestasi belajar responden yaitu Dari 97 responden yang paling banyakmemiliki nilai rerata baik yaitu 64 siswa (66%), sedangkan yangpaling sedikit adalah nilai rerata cukup sebanyak 33 siswa (34%) Dari hasil penelitian didapatkan *frekuensi* motivasi belajar pada siswa adalah kategori sedang: 31 (88.6%), rendah: 4 (11.4%) (Wulandari, n.d.2017)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 24 Februari 2023 terdapat seluruh siswa kelas 7 A di SMP Muhammadiyah 2 Gamping SlemanYogyakarta sejumlah 34 siswa yang diwawancarai, dan 22 siswa (64%) mengatakan merasa *Bullying* secara verbal seperti, diejek gendut, kurus, jelek, pendek, tidak cantik, dan hitam, sehingga mereka secara psikologis mengalami kurang percaya diri, pemalu, merasa tidak bisa diandalkan, sedih dan lain-lain,

Sedangkan 12 siswa(35%) menganggap bahwa mengolok-olok atau mengejek merupakan hal biasa dan tidak sadar bahwa mereka telah melakukan perilaku bullying. Peneliti juga melakukan observasi pada saat melakukan studi pendahuluan, beberapa siswa yang melakukan bully secara verbal dengan cara mengeje temannya, menyebut nama orang tuanya tetapi siswa menganggap itu hal biasa. Pihak sekolah mengambil tindakan positif yaitu melakukan shalat berjamaah dan melakukan bimbingan konseling bersama (Guru BK) secara tatap muka langsung dengan siswa yang melakukan dan korban yang mengalami bullying. Berdasarkan masalah yang didapatkan dari studi pendahuluan lebih banyaksiswa yang mengalami *Bullying* dari pada siswa yang tidak *Bullying* sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian hipnoterapi terhadap remaja yang mengalami *Bullying* di SMP Muhammadiyah 2 Gamping.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka rumusan masalahdalam penelitian ini adalah “Bagaimana Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Remaja Yang Mengalami *Bullying* ?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk :

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui adakah pengaruh hipnoterapi terhadap remaja yang mengalami *Bullying*.

2. Tujuan Umum

- a. Diketuainya karakteristik remaja yang mengalami *Bullying*.
- b. Diketuainya perubahan sebelum dan sesudah diberikan hipnoterapi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk pengembangan pengetahuan dan bahan kepustakaan tentang Hipnoterapi dapat memberikan kajian ilmu di bidang ilmu kesehatan remaja .

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Sekolah

Dari penelitian ini diharapkan agar pihak sekolah dapat menerapkan konseling yang akan dilakukan oleh guru BP mengenai *bullying* di dalam lingkungan sekolah dalam proses belajar mengajar yang memiliki berbagai dampak bagi siswa.

- b. Bagi Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat diterapkan untuk memberikan pengetahuan tenaga kesehatan mengenai pengaruh hipnoterapi yang populer dan sangat efektif digunakan dalam dunia kesehatan.

c. Bagi Peneliti

Dapat menambah penerapan konsep bagi peneliti khususnya yang terkait dengan pengaruh hipnoterapi terhadap remaja yang mengalami *bullying* untuk dilakukannya penelitian dilapangan.

d. Bagi peneliti lain

Penelitian ini sebagai bahan pengembangan metode lain dan faktor- faktor mengenai pengaruh hipnoterapi ketika melakukan penelitian selanjutnya, sehingga dapat mempermudah peneliti lain dalam memahami serta melakukan eksperimen dari hipnoterapi mengenai remaja.

E. Tabel Keaslian Peneliti

Keaslian penelitian di gunakan untuk menambah bahan dasar dari penelitian sebelumnya untuk dijadikan penguat penelitian.

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama (Tahun) Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan Penelitian
1.	(Ayis Sa'idatul Husna, 2021)	Penerapan Metode Hipnoterapi dalam Menangani Perilaku Menyimpang <i>Bullying</i> Peserta Didik Di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Mubtadiin Sumber beras Muncar Banyuwangi	<i>Kuantitatif</i>	Hasil Penelitian Menunjukkan bahwa $p=0.004$ yang berarti $p<0.05$. hipnoterapi dapat menumbuhkan perilaku positif (memperbaiki kebiasaan buruk), mampu menumbuhkan kesadaran tingkat belajar, dan meningkatkan kepercayaan diri seseorang.	Dalam penelitian terdapat perbedaan, waktu, tempat, dan instrumen penelitian yang berbeda.
2.	(Devi R,S.2022)	Pengaruh Hipnoterpi Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Remaja Korban <i>Bulllying</i>	<i>Eksperimental</i>	Hasil Penelitian : bahwa teknik hipnoterapi pada nilai uji statistik signifikan dengan nilai <i>p value</i> mulai rentang 0,028 ($p<0,05$), yang artinya bahwa ada perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan pada remaja	Didalam penelitian terdapat perbedaan, waktu, tempat, tidak membutuhkan subjek penelitian, dan instrumen penelitian yang menggunakan kriteria inklusi dan ekskulsi

					bullying sebelum dan sesudah diberikan hipnoterapi, dan dapat disimpulkan bahwa hipnoterapi dapat menurunkan kecemasan pada remaja korban perundungan.	
3.	(Nurul 2019)	Intan,	Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Tingkat Agresivitas Bullying Remaja di Desa Karangren Kecamatan Krejengan Kabupaten Probolinggo	Eksperimental	Hasil Penelitian : bahwa teknik hipnoterapi pada nilai uji statistik signifikan sebesar 0,000. Nilai ini menunjukkan $0,000 < 0,05$, sehingga ditarik kesimpulan ada bahwa pengaruh Hipnoterapi terhadap tingkat Agresivitas Remaja di Desa Karangren Kecamatan Krejengan Kabupaten Probolinggo adalah sebesar 55,2 %.	Didalam penelitian terdapat perbedaan, waktu, dan tempat.
