

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia sebagai makhluk Allah SWT telah diciptakan oleh Allah sebagai sebaik-baik ciptaan dan tercipta sebagai makhluk yang sempurna, hal ini tertuang di dalam firman Allah dalam Al-Qur'an Surah At-Tin, sebagai berikut:



لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

“*Sesungguhnya Kami Telah Menciptakan Manusia Dalam Bentuk Yang Sebaik- baiknya,(QS.At-Tin :4).*”¹

Manusia selain sebagai ciptaan yang paling sempurna, dikenal juga sebagai makhluk yang hidup secara berdampingan dan saling membutuhkan satu sama lain yang berada di dalam suatu lingkungan, maka dari itu manusia dikenal juga sebagai makhluk sosial.² Sebagai makhluk sosial berarti manusia memiliki karakter saling ketergantungan satu sama lain antara dirinya dengan orang lain yang berada di sekitarnya. Hakikatnya adalah manusia merupakan makhluk sosial yang harus saling berinteraksi dan berkomunikasi satu sama lain di dalam proses menjalani kehidupan sehari-hari sebagai makhluk sosial. Interaksi yang dijalin manusia, membuat manusia satu sama lain harus saling membuka diri dengan menyampaikan informasi, sehingga terjalin suatu hubungan yang baik disertai rasa saling mempercayai. Sehingga manusia ketika dihadapkan dengan suatu masalah, dapat untuk mengatasi masalah yang sedang terjadi di dalam kehidupannya baik itu masalah, pribadi, sosial dan karir.

¹ Departement Agama RI, *Al-Qur'an & Terjemahnya*, (Jakarta: Yayasan Penyelenggara Penerjemah Al-Qur'an, 1971),hal.1076

² Aunur Rahim Faqih,(2011) *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, Yogyakarta: UII Press, h.10

Usaha dan keterampilan yang dikerahkan seseorang untuk menyelesaikan suatu pekerjaan disebut dengan kemampuan. Kemampuan dapat diartikan sebagai suatu usaha, kecakapan, kesanggupan diri dalam menangani suatu urusan.³ Yang artinya sebagai suatu potensi yang timbul dari dalam diri manusia secara alamiah, yang dikarenakan beberapa faktor seperti faktor pengetahuan, pendidikan, pengalaman serta pelatihan yang berguna dalam mengatasi suatu masalah dan mencari solusi dari suatu hal yang dihadapi.⁴

Hal ini dapat kita perhatikan dari salah satu contoh seperti, ketika siswa/siswi yang sedang mengalami masalah di dalam kelas, mungkin beberapa siswa dapat menangani masalahnya sendiri dengan baik sehingga masalah tersebut dapat diatasinya dengan baik, namun ada juga beberapa siswa yang tidak mampu untuk mengatasi masalahnya sendiri dengan baik, sehingga siswa tersebut mengalami kesulitan, yang akan berdampak kepada prestasi siswa di dalam kelas, salah satu dampak dari menurunnya prestasi siswa seperti kurangnya minat siswa dalam mempelajari mata pelajaran, siswa lebih sering murung, kurangnya kepercayaan diri, tidak mau bersosialisasi dengan teman yang lain, tidur di kelas. Dampak tersebut membuktikan bahwa siswa tersebut tidak mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik.

Contoh di atas dapat menjadi rujukan, bahwa pentingnya layanan eksternal terhadap siswa tersebut dalam mengatasi masalahnya, seperti dengan adanya layanan bimbingan dan konseling sekolah yang diharapkan mampu membantu dalam menyelesaikan permasalahan siswa tersebut. Menurut Person di dalam buku Prayitno dan Amti dalam literature dasar-dasar bimbingan dan konseling, yang mengartikan bimbingan sebagai suatu bentuk bantuan dan

³Poerwadarminta,W,J,S, (2005), *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta:Balai Pustakah, h. 742

⁴Robert L.Solso,Otto H, dan M.Kimberly Maclin,(2007),*Psikologi Kognitif*, Edisi Kedelapan, terjemah Mikael Rahardanto dan Kristianto Batudji, Jakarta : erlangga, h. 434

arahan yang diberikan kepada individu untuk memilih, menentukan, mempersiapkan diri untuk memutuskan suatu pilihan.⁵

Masalah merupakan hal yang berkaitan dengan perkembangan, perbedaan, kebutuhan yang terjadi pada diri seseorang, yang sering kali dapat terjadi dan menghampiri individu maupun kelompok, dan untuk mengatasinya tergantung oleh pribadi tersebut. Sikap yang paling utama dalam mengatasi suatu masalah adalah dengan mengenali permasalahan tersebut terlebih dahulu dan mencari solusi untuk memecahkannya, maka tak banyak orang yang berusaha dalam memecahkan suatu masalah dengan meminta bantuan profesional dalam menyikapinya sebagai sarana untuk membantu.

Jung memberikan penjelasan tentang kepribadian, menurut Jung di dalam buku Hidayat teori dan aplikasi psikologi kepribadian dalam konseling, kepribadian adalah seluruh pemikiran, perasaan, dan perilaku nyata baik disadari maupun tidak disadari. Setiap individu memiliki keunikan masing-masing yang berkembang di dalam dirinya, serta manusia memiliki hakikat untuk memperbaiki diri sendiri, sehingga terdapat pengendalian-pengendalian tersendiri yang dapat dilakukan dengan baik oleh individu tersebut.⁶

Jung menjelaskan pengertian dari ego atau jiwa, menurutnya, ego ini adalah bagian dari kepribadian yang memiliki dua tipe diantaranya Ekstrovert dan Introvert. Kedua tipe ini mempunyai perbedaan yang signifikan. Tipe Ekstrovert memiliki tipe yang sebagian besar bersifat objektif dan mudah terpengaruh dunia luar. Sedangkan tipe introvert lebih cenderung kepada diri sendiri, yang cenderung kepada perasaan sendiri.

Tipe introvert sering mengalami kepribadian tidak percaya diri dalam melakukan sesuatu, dan merasa apa yang akan dilakukannya akan

⁵Prayitno dan Erman Amti, (2007), *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta:Rineka Cipta, h. 93

⁶Dede Rahmat Hidayat, (2011), *Teori dan Aplikasi Psikologi Kepribadian dalam Konseling*, Bogor: Ghalia Indonesia, h. 49

menyebabkan hal buruk terjadi kepada dirinya maupun kepada orang lain, seperti rasa malu atau menjadi beban orang lain.

Indikator yang memicu timbulnya kepribadian seperti ini ialah karena adanya indikasi-indikasi pernah mengalami trauma dimasa lalu, seperti pembullying, merasa terasingkan, yang pernah dialaminya. Dalam penelitian yang peneliti lakukan, hal ini menjadi permasalahan yang ditemukan terhadap seorang klien yang juga memiliki problem tentang perilaku *introvert*. Dia adalah seorang siswa MTs Al-Washiyah Tembung dari kelas delapan (VIII). Saat peneliti memperhatikan siswa yang dimaksud, peneliti menemukan bahwa siswa tersebut belum memiliki kemampuan dalam mengontrol dirinya untuk menumbuh kembangkan bakat yang dimilikinya sehingga siswa tersebut memiliki kendala dalam menyelesaikan permasalahan yang dia alami.

Selain tidak memiliki kemampuan dalam mengontrol diri, siswa yang merupakan klien peneliti itu juga lebih cenderung menyembunyikan perasaannya. Dia lebih terlihat pendiam saat berada dengan orang yang tidak terlalu dekat dengan dia bersikap sebaliknya bila dia dengan teman yang akrab dengan siswa tersebut. Orang *introvert* terkadang lebih menyukai menajak bicara dirinya sendiri, demikian pula yang dialami oleh siswa yang menjadi klien peneliti ini.

Dari fakta yang peneliti temukan dari klien ini, Peneliti melihat klien tersebut klien ini menjadi *introvert* disebabkan oleh rasa trauma dari kisah yang pernah dialami siswa saat berada di Sekolah Dasar. Dari cerita siswa tersebut dinatakan bahwa masa itu siswa ini mengalami perlakuan buruk dari teman-temannya yang tidak dilakukan sekali atau dua kali, yang berakibat siswa merasakan tekanan mental yang drastis. Muncullah rasa takut, khawatir yang berlebihan yang menyebabkan terhambatnya proses perkembangannya dalam keseharian. Dan bila masalah ini terus berlanjut, maka siswa ini akan mengalami kesulitan yang akut dalam bersosial dan berbaur dengan lingkungannya.

Saat klien atau siswa yang menjadi objek peneliti tersebut mengalami kondisi sebagaimana yang diceritakan di atas, klien tersebut juga tidak

mengambil langkah untuk meminta bantuan kepada teman-temannya yang lain, dia lebih merasa nyaman dan aman saat memilih diam dan memendamnya. Bahkan, siswa ini memiliki kesulitan saat ingin mengekspresikan kekesalannya terhadap perlakuan yang dirasakannya.

Karakter *introvert* bisa dimaknai bahwa siswa akan memiliki potensi bergaul, mampu menerima berbagai sikap, mampu menanggapi saat dihadapkan dengan berbagai kondisi social, serta memiliki potensi yang baik dalam menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa dihantui rasa takut, apa bila guru terutama pendidik yang berfokus pada Bimbingan dan Konseling memainkan perannya dengan memanfaatkan berbagai teori BK yang diterapkan di sekolah.

Salah satu cara yang digunakan dalam mengatasi problematika yang terjadi terhadap siswa yang menjadi klien peneliti ini adalah menerapkan terapi *Rational Emotive Behaviour Therapy*. Atau yang lebih familiar dengan sebutan singkatannya "REBT". Terapi REBT ini merupakan terapi yang dikembangkan oleh Albert Ellis, yang memiliki pendapat bahwa terapi REBT memiliki sifat komprehensif dalam menangani berbagai problem yang berkaitan dengan emosional, karakter, kognitif. Terapi REBT muncul karena adanya pemahaman orang dalam mengembangkan terganggunya psikologis sebab kepercayaan yang irasional dan menaklukkan diri sendiri.

Dari sudut pandang lain, terapi REBT ini merupakan usaha yang dilakukan bertujuan untuk menimbulkan kesadaran klien bahwa semua tidak terjadi disekitarnya, sehingga segala sesuatunya tidak dapat terjadi sesuai apa yang menjadi kenyataan. Maksudnya adalah hal negative yang klien pikirkan baik tentang apa saja, tidak semua pasti akan terjadi. Hal ini bisa mempengaruhi sikap dan karakter klien. Bila klien terus menerus negative thinking atau memikirkan hal-hal yang buruk yang ada dipikirkannya itu terjadi, maka dikhawatirkan klien bisa kehilangan kesadarannya. Dan melalui *Rational Emotive Behavior Therapy* atau REBT ini juga mampu

menyelesaikan pikiran-pikiran yang kurang atau tidak tentang diri sendiri dan lingkungannya.⁷

Untuk itu terapi ini sangat membantu klien untuk meningkatkan kemampuan memecahkan masalah hidupnya baik itu pribadi, sosial dan karir maupun bidang-bidang lainnya. Menghilangkan prasangka dan pemikiran yang dapat menurunkan semangat serta mencari hal-hal yang bisa membangkitkan semangat, sehingga klien lebih menjadi pribadi yang lebih baik lagi.⁸

Dari permasalahan yang telah diuraikan di atas, peneliti jadi tertarik ingin melakukan penelitian dengan judul “Pelaksanaan *Rational Emotive Behaviour Therapy* untuk Meningkatkan Kemampuan Memecahkan Masalah Siswa *Introvert*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas , maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah :

1. Bagaimana proses pelaksanaan *Rasional Emotive Behaviour Therapy* Untuk Meningkatkan Kemampuan Memecahkan Masalah Siswa *Introvert* di MTs Swasta Al-Washliyah Tembung.
2. Bagaimana langkah-langkah pemecahan masalah Siswa *Introvert* di Mts Swasta Al-Washliyah.
3. Apa saja faktor yang menyebabkan siswa berkepribadian *Introvert* di MTs Al Wasliyah Tembung.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mendeskripsikan bagaimana Pelaksanaan *Rasional Emotive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan Kemampuan

⁷Sri Astutik, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Surabaya:UINSA Press, 2014), h.116.

⁸Netrawati Khairani,(2018) *Upaya Guru BK Mengentaskan masala-masalah Perkembangan Remaja*, *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* , vol. 2, No. 1, h.80

Memecahkan Masalah Siswa *Introvert* di MTs Swasta Al-Washliyah Tembung.

2. Untuk mendeskripsikan langkah-langkah pemecahan masalah siswa *Introvert*.
3. Untuk mendeskripsikan penyebab siswa berkepribadian *Introvert* di MTs Al Wasliyah Tembung.

D. Manfaat Penelitian

Setiap penelitian seyogyanya harus memberikan manfaat terhadap objek yang diteliti, peneliti, maupun kepada lembaga yang menaungi penelitian. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, terdapat manfaat, baik secara teoritis maupun praktis. Yaitu sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

- Memperdalam ilmu dan meluaskan wawasan peneliti di bidang Pelaksanaan *Rational Emotive Behaviour Therapy* untuk menambah kemampuan memecahkan masalah siswa *introvert* di MTs Swasta Al-Washliyah Tembung
- Menjadi tambahan referensi dalam kajian ilmu bidang Konseling terkhusus bagi para penuntut ilmu dan dunia pendidikan dan secara umum menaikkan derajat potensi dalam menyelesaikan permasalahan pada seseorang yang mengidap karakter *introvert*, terutama pada siswa.

2. Secara Praktis

- Menyediakan pertolongan secara praktis dalam rangka meningkatkan kemampuan memecahkan masalah pada siswa *introvert*
- Hadirnya penelitian ini bisa menjadi pegangan atau tambahan referensi bagi peneliti berikutnya dalam mendalami tentang kemampuan memecahkan masalah siswa pada siswa *introvert*