



PROCEEDINGS

The 1st International Seminar on Guidance and Counseling (ISGC)

“Managing and Developing School Guidance and Counseling Services
Through Continuing Teacher Counselor Professional Development”

YOGYAKARTA, 8-9 SEPTEMBER 2012



Published by:
Study Program Of Guidance and Counseling
Educational Psychology and Guidance Departement
Faculty of Education, Yogyakarta State University

PROCEEDING OF THE 1ST INTERNATIONAL SEMINAR ON GUIDANCE AND COUNSELING

**Managing and Developing School Guidance and Counseling Services through
Continuing Teacher Counselors Professional Development**

© REVIVA CENDEKIA 2012
all right reserved

Penulis

Sunaryo Kartadinata, dll

Editor

Fathur Rahman
Budi Astuti
Eva Imania Eliasa

Lay Out

Endro Prajoko Susanto
Mutakhidul Fahmi

Perpustakaan Nasional: Katalog Dalam Terbitan

ISBN: 978-502-17361-04

Cetakan 1, Januari 2013

**Educational Psychology and Guidance Department
Faculty of Educational Sciences
Yogyakarta State University**

Kampus FIP UNY Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta 55281
Phone: 0274-542183. Email: jurusanppbuny@yahoo.com

ACKNOWLEDGMENTS

Thank God I pray to Allah the Almighty for the gifts given, so that the international seminar proceedings book of guidance and counseling can be resolved. No success of what has been cultivated by humans except for the help of Allah.

The Department of Educational Psychology and Guidance, Yogyakarta State University, a premier institution engaged in advanced level teaching, research, and capacity building of guidance and counseling profession, has organized the 1st International Seminar on Guidance and Counseling with the main topics, namely “Managing and Developing School Guidance and Counseling Services through Continuing Teacher Counselor Professional Development” on September 8-9, 2012 in Yogyakarta, Indonesia.

As a resulted of the conference, this book is a collection of papers presented at the International Seminar activities of guidance and counseling to the main theme, namely Managing and Developing School Guidance and Counseling Services through Continuing Teacher Counselor Professional Development. I hope that this book helps shed some light on the main topic above. The model of guidance and counseling services and continuing professional development would be discussed on the basis of the experiences of the different countries. Besides, this book also seek to identify useful and workable strategies through sharing of ideas and make recommendations leading to action-oriented programs.

Have a nice surfing of this book!

Fathur Rahman, M. Si

Head of Educational Psychology and Guidance Department
Faculty of Educational Sciences
Yogyakarta State University

DAFTAR ISI

	Halaman
Susunan Redaksi	i
Pengantar Redaksi	ii
Daftar Isi	iii
INVITED SPEAKERS	
1. Managing and Developing School Guidance and Counseling Services Through Continuing Teacher Counselor Professional Development Sunaryo Kartadinata	1
2. A Guidance and Counseling Model Practised Within Malaysian Schools Abdul Malek Abdul Rahman	9
3. Malaysian Model of the Development of Counseling Profession and Counselor Certification: A Legal Perspective Nordin Kardi	17
4. The Ohio State University's School Counseling Program: Field Experiences that Effect Change in the Columbus Public School District James L. Moore III, Nikol Bowen, & Sibyl Cato	25
5. Delphi Study Nikol Bowen	29
A. Sub Topik "Best Practices in Guidance and Counseling"	
1. Keefektifan Teknik Observasi Diri dan Mengubah Dialog Internal untuk Meningkatkan Kemampuan Remaja Mengelola Marah Esa Nur Wahyuni	35
2. Illustrated Story Books as a Instrument for Developing Teacher's Skills in Counseling with Kindergarten Children with Self-Adjustment Difficulties Rita Eka Izzaty	43
3. The Function of Traditional Games Siki Doka in Guidance and Counseling: A Cross-Cultural Study Merly Aclin Nuasizta Klaas & Beatriks N. Bunga	49
4. Pelatihan Membangun Kecerdasan Holistik (PMKH) Merupakan Upaya Konselor Memfasilitasi Peserta Didik Berkarakter Evia Darmawani	55
5. The Role Of Traditional Games Kayu Do'i In Child Counseling Processes Beatriks N. Bunga & Merly Aclin Nuasizta Klaas	63
6. Best Practices Of Guidance And Counseling In Play Group Sukiman	73
7. Counseling Potential with Facebook Eko Susanto	79
8. Program Services Comprehensive Guidance and Counselling in Schools Taty Fauzi	89
9. E-Counseling Skills via Email Farida Harahap	93
10. Disruptive Behavior: Apa dan Bagaimana Upaya Mengurangnya Isti Yuni Purwanti	99
11. The Process Framework and Solutions of Conflict toward Senior High Schools in Surabaya Based on Psychological Dynamics Nursalim & Budi Purwoko	107
12. Building Emphatic Interpersonal Communication Competence in Counseling	113
	iii

	Service Sugiyatno	
13.	Peranan Konselor dalam Peningkatan Profesi Bimbingan dan Konseling Renatha Ernawati	121
14.	The Role of School Counselor for Preventing and Coping Bullying Erhamwilda	127
15.	Konseling Krisis sebagai Upaya Penanganan Masalah Psikologis Remaja di Yogyakarta Rosita Endang Kusmaryani	135
B. Sub Topik “Research and Development Approach in Guidance and Counseling”		
16.	Model Bimbingan Behavioral untuk Mengembangkan Keterampilan Sosial Siswa Tunagrahita (Studi Teoritis, Praktis, dan Hipotetis) Idris Ahmad	141
17.	Pengembangan Model Pelatihan Berbasis Kinerja untuk Meningkatkan Kompetensi Guru Bimbingan dan Konseling (Studi Pada Program Bimbingan Dan Konseling Di SDLB, Se-Kota Bandung) Lela Helawati Pridi	149
18.	The Model of Developmental Guidance and Counseling to Improve The Adolescent’s Emotion Control Budi Astuti	157
19.	An Islam Concepts-Based Psychological Skill Training Model on Hum an Creation Goals in Developing Area of Religious Life Consciousness Development of Bandung PGII Senior High School Students Yusi RiksaYustiana	163
20.	Model BKMD untuk Meningkatkan Kompetensi Diri dalam Belajar M. Jumarin	167
21.	The Development of Simulation Game-Based Counseling Model for The Enhancement of Vocational Secondary School Students’ Emotional Intelligence M. Ramli	175
22.	Studi Eksploratif Berbagai Problem Psikologis Dan Strategi Coping Remaja Di Daerah Istimewa Yogyakarta Kartika Nur Fathiyah	185
C. Sub Topik “Career Counseling”		
23.	Applying Group Work in Career Counseling and Development Program for Elementary School Children Yulia Ayriza	193
24.	The Correlation between Self-Knowledge Aspect and Career-Knowledge Aspect with the Patterns Intensity of Career Choice on Senior High School Students Hartono	201
25.	Konseling Karir dengan Pendekatan Social Cognitive untuk Pemberdayaan Perempuan Korban KDRT Siti Rohmah Nurhayati	207
26.	Trait and Factor Career Counseling Model for Student Career Matu rity Improvement Sudjani	215
27.	The Psychodynamic Career Counseling Model to Improve Capabilities of Students Career Planning Amin Budiamin	223

D. Sub Topik “Management and Evaluation in Guidance and Counseling“		
28.	Standarisasi Penyelenggaraan Pendidikan Profesional Konselor Muh Farozin	235
29.	Metode Penelitian dalam Terapi Keluarga Sigit Sanyata	243
30.	Infrastructure Services Guidance and Counseling Activities in School Nurbaiti	253
31.	Paired Comparison sebagai Sebuah Metode Assesment untuk Menggali Karakteristik Nonkognitif Siswa Farida Agus Setiawati	257
32.	Validitas Prediktif Nilai IPP dan Skor Tes Bakat terhadap Prestasi Belajar Siswa SMA di kelas XI Yaya Sunarya	265
33.	The Application of Counselor’s Skill Assesment Tool (APKK) to Improve Basic Counseling Skill Elizabeth Christiana	275
34.	Apakah Model Penilaian Kinerja Guru BK (PKGBK) di Indonesia telah Memenuhi Kaidah Teoretis-Evaluatif? Fathur Rahman	279
E. Sub Topik “Multicultural Counseling”		
35.	Multicultural Counseling Competency (MCC) as a Model for Analyzing Indonesian Counselor Multicultural Competency: A Preliminary Study M.M. Sri Hastuti	285
36.	The Integration of Culturally Responsive-Comprehensive Guidance and Counseling Programs (CR-CGCPs) in Indonesia: Could it be? Dody Hartanto	293
37.	Developing Multicultural Counseling Competencies Through Internship in School Muhammad Nurwangid	299
38.	The Importance of Respect on Diversity and Universality in Counseling Eva Imania Eliasa	305
39.	Multicultural And Character Education Diana Septi Purnama	315

STUDI EKSPLORATIF BERBAGAI PROBLEM PSIKOLOGIS DAN STRATEGI KOPING REMAJA DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

Kartika Nur Fathiyah

Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling, FIP UNY

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran dan informasi yang akurat mengenai berbagai problem psikologis yang dialami remaja di DIY dan strategi kopingnya. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi salahsatu bahan rujukan dalam pengambilan kebijakan untuk mengatasi berbagai permasalahan remaja.

Penelitian ini merupakan penelitian eksploratif dengan pendekatan kuantitatif deskriptif. Subjek penelitian adalah siswa SMP di DIY. Subjek diambil secara *area quota random sampling* dimana setiap kota atau kabupaten diwakili secara proporsional. Jumlah keseluruhan subjek ada 84 orang. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode angket yang berbentuk angket terbuka. Alasan peneliti menggunakan angket terbuka adalah supaya subjek penelitian dapat lebih bebas mengutarakan problem yang psikologis dialami dan strategi penyelesaian masalahnya. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Metode analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa problem yang paling banyak dialami siswa secara berturutan adalah (1). problem *bullying* (kekerasan dari teman sebaya) sebanyak 42,8 % (2). pemberontakan pada aturan sekolah sebanyak 22,6%, (3). problem pribadi sebanyak 7,2 % serta (4) problem keluarga sebanyak 7,2 %. Problem lain yang diungkap siswa antara lain (5). problem belajar sebanyak 6%, (6) merokok sebanyak 4,8%, (7) kriminal (4,8 %), serta (7) problem terkait dengan perkembangan seksual sebanyak 3,6%. Berdasarkan strategi koping yang dipilih dapat diketahui bahwa subjek dominan memiliki strategi koping yang berbasis emosi (60%), sedangkan yang cenderung memiliki strategi koping dengan menyelesaikan masalah secara tepat (berbasis masalah) ada 40 %.

kata Kunci : Problem Psikologis, Strategi Koping, Remaja

Pendahuluan

Salah satu ciri masa remaja menurut Hurlock (1996) adalah sebagai usia bermasalah. Masalah-masalah yang dihadapi pada periode remaja ini sering kali menjadi masalah yang sulit diatasi karena tidak seperti masa kanak-kanak yang sebagian besar masalahnya diselesaikan oleh orangtua dan guru-guru. Pada masa remaja, terdapat harapan sosial serta perasaan mandiri untuk mampu menyelesaikan masalahnya sendiri lepas dari bantuan orangtua dan guru-gurunya. Padahal pada kenyatannya remaja memiliki keterbatasan kemampuan dan pengalaman untuk menyelesaikan masalahnya.

Permasalahan-permasalahan yang muncul pada diri remaja dapat bersumber dari dalam (internal) maupun dari luar (eksternal). Secara internal, berupa kecenderungan perkembangan remaja yang rentan terhadap perilaku-perilaku berisiko yang berdampak pada munculnya problem-problem psikologis. Kerentanan ini disebabkan karena kondisi remaja yang cenderung memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan berada pada proses pencarian identitas diri yang seringkali dilakukan tanpa mempertimbangkan risiko yang muncul (Heaven, 1996). Karena berbagai perilaku

yang kurang mempertimbangkan risiko ini akhirnya muncullah berbagai problem psikologis pada remaja.

Sumber permasalahan internal lain pada remaja adalah kecenderungan perubahan fisik, psikis, kognitif, sosial serta tuntutan yang menyertai (Sarwono, 1997). Selain itu, pada remaja ada kecenderungan untuk lebih berorientasi pada teman sebaya sehingga kurang mampu menghadapi tekanan kelompok sebaya yang memaksanya untuk melakukan perilaku-perilaku negatif (Hurlock, 1996). Pada remaja juga ada kecenderungan untuk memfokuskan pada keuntungan daripada risikonya (Jessor dalam Heaven, 1996). Berbagai kecenderungan internal remaja ini seringkali menyebabkan munculnya risiko-risiko tertentu yang menimbulkan problem psikologis remaja. Secara eksternal peningkatan perilaku berisiko pada remaja dipicu oleh adanya kemajuan teknologi yang semakin memperluas akses informasi dari berbagai negara. Akibatnya, informasi yang tidak terarah dan menyesatkan menggiring remaja melakukan perilaku-perilaku tertentu yang pada ujung-ujungnya berdampak pada munculnya problem psikologis.

Di DIY, perilaku berisiko yang, menimbulkan berbagai problem psikologis pada remaja akhir-akhir ini menunjukkan peningkatan yang cukup berarti baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Pendataan yang dilakukan Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2004 dan tahun 2005 di 24 puskesmas menunjukkan adanya peningkatan kehamilan di luar nikah yang cukup signifikan. Pada tahun 2004 23,7 % calon pengantin putri yang diperiksa positif hamil. Tahun 2005 angka tersebut meningkat menjadi 62 %. Ini berarti ada peningkatan kasus kehamilan sebelum menikah di kalangan remaja di Kabupaten Sleman sebesar 38,3 % dalam 1 tahun. Selain kasus hamil sebelum menikah, ternyata masalah penggunaan NAPZA di kalangan remaja di juga meningkat. Data yang diperoleh melalui survey yang dilakukan Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta psikologi disebut dengan strategi koping.

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Folkman, 1984; Taylor, 1995), strategi menghadapi masalah merupakan suatu proses mengelola tuntutan, baik yang bersifat eksternal maupun internal yang dinilai melampaui kemampuan seseorang. Lebih jauh Folkman (1984) menjelaskan bahwa strategi menghadapi masalah adalah usaha secara kognitif dan perilaku untuk mengurangi, mengatasi, atau melakukan toleransi terhadap tuntutan internal dan eksternal yang terjadi karena adanya transaksi dengan lingkungan yang penuh tekanan. Oleh karena itu strategi menghadapi masalah bisa berupa pikiran, perasaan, sikap, maupun perilaku individu dalam usahanya untuk mengatasi, menahan atau menurunkan efek negatif dari situasi yang mengancam (Baron & Byrne, 1991).

Lazarus dan Folkman (1984) membedakan strategi koping menjadi dua macam. Pertama, disebut dengan strategi koping yang berorientasi pada masalah (SMM-M), merupakan usaha individu untuk mengurangi atau menghilangkan stress yang dirasakannya dengan cara menghadapi masalah yang menjadi penyebab timbulnya stress secara langsung. Usaha yang dilakukan oleh individu lebih banyak diarahkan kepada bentuk-bentuk usaha untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. Kedua, disebut dengan strategi koping yang berorientasi pada emosi (SMM-E), merupakan usaha yang dilakukan oleh individu untuk mengurangi atau menghilangkan stress yang dirasakannya tidak dengan menghadapi masalahnya secara langsung, tetapi lebih diarahkan untuk menghadapi tekanan-tekanan emosi dan untuk mempertahankan keseimbangan afeksinya.

Problem psikologis pada remaja perlu ditangani segera dengan berbagai alternatif pemecahan secara holistik dan integratif melibatkan berbagai sudut pandang. Akan tetapi upaya pemecahan ini tidak bersifat instan. Dibutuhkan berbagai langkah yang diawali dengan informasi akurat mengenai berbagai problem psikologis dan strategi koping yang selama ini dilakukan oleh remaja. Informasi-informasi ini dapat dijadikan rujukan dalam pengambilan kebijakan maupun pijakan awal dalam upaya pengatasan berbagai permasalahan remaja.

Berpijak pada paparan di atas, penelitian mengenai berbagai problem psikologis dan strategi koping remaja di DIY ini dipandang cukup urgen dilakukan sebagai salah satu langkah awal mengatasi berbagai problem remaja yang kian meningkat dari waktu ke waktu.

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran dan informasi yang akurat mengenai berbagai problem psikologis yang dialami remaja di DIY dan strategi kopingnya. Secara teoritis

penelitian ini bermanfaat dalam memperkaya kajian mengenai berbagai problem psikologis yang dialami remaja di DIY dan strategi kopingnya. Secara praktis penelitian ini bermanfaat :

1. Bagi guru pembimbing untuk membantu pelaksanaan bimbingan konseling pada siswa khususnya tentang bimbingan pribadi sosial dalam rangka mencegah maupun mengatasi berbagai problem psikologis yang dialami remaja.
2. Bagi pemerintah dan instansi terkait serta lembaga-lembaga yang *concern* dalam pembinaan remaja, penelitian ini bermanfaat sebagai bahan masukan dalam pengambilan kebijakan terkait pembinaan remaja maupun dalam penanganan berbagai problem psikologis yang dilakukan remaja.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksploratif dengan pendekatan kuantitatif deskriptif. Adapun fokus penelitian ini terletak pada berbagai problem psikologis remaja dan strategi kopingnya di DIY.

Subjek penelitian adalah siswa 84 orang siswa SMP di DIY. Dipilihnya subjek pada jenjang pendidikan SMP dengan pertimbangan bahwa SMP merupakan tahap awal siswa memasuki masa remajanya. Pada masa ini penyesuaian-penyesuaian terkait perkembangan masa remaja baru saja dialami, sehingga problem terkait perkembangan diasumsikan banyak muncul. Subjek diambil secara *area quota random sampling* dimana setiap kota atau kabupaten diwakili secara proporsional.

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode angket yang berbentuk angket terbuka. Alasan peneliti menggunakan angket terbuka adalah supaya subjek penelitian dapat lebih bebas mengutarakan problem yang paling sulit dialami dan strategi penyelesaian masalahnya. Adapun kisi-kisi angket seperti pada tabel 1 sebagai berikut

Tabel 1
Kisi-Kisi Angket Problem Siswa dan Strategi Kopingnya

No	Hal yang Diungkap
1.	Problem yang paling Sulit Diatasi
2.	Cara yang dilakukan untuk mengatasi
3.	Alasan Pemilihan Strategi Penyelesaian masalah
4.	Akibat dari Strategi penyelesaian masalah yang dipilih

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Menurut Azwar (2003) validitas isi merupakan validitas yang diestimasi melalui pengujian terhadap isi instrumen dengan analisis rasional atau uji ahli (*professional judgement*).

Metode analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan teknik frekuensi, persentase, dan grafik-grafik penyajian data yang mendukung hasil penelitian.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Subjek Penelitian Ditinjau dari Usia

Ditinjau dari usia, persebaran usia siswa yang menjadi subjek penelitian dapat dilihat pada tabel 2 berikut.

Tabel 2
Subjek Penelitian ditinjau dari Usia

Usia (tahun)	Frekwensi	Prosentase (%)
12	3	35,7
13	21	25
14	40	47,6
15	19	22,6
16	1	1,2
Jumlah	84	100

Tabel 2 tersebut diatas menunjukkan bahwa usia yang paling dominan dari subjek penelitian ini adalah 14 tahun, selanjutnya 13 tahun, dan kemudian 15 tahun.

Subjek ditinjau dari Jenis Kelamin

Data mengenai jenis kelamin subjek dapat dilihat pada tabel 3 berikut.

Tabel 3
Subjek Penelitian Ditinjau dari Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekwensi	Prosentase (%)
Laki-laki	43	51,2
Perempuan	41	48,8
Jumlah	84	100

Berdasarkan tabel 3 tersebut diatas, tampak bahwa proporsi subjek ditinjau dari jenis kelamin cenderung berimbang.

Permasalahan yang Dihadapi Remaja SMP di DIY dan Strategi Kopingnya

Berdasarkan identifikasi dari angket yang dibagikan pada subjek penelitian, problem-problem yang dialami adalah seperti pada tabel 4 sebagai berikut.

Tabel 4
Problem yang Dialami Remaja di DIY

Jenis Problem	Frekwensi	Prosentase
Bullying	36	42,8
Belajar	5	6
Perkembangan Seksual	3	3,6
Pribadi	6	7,2
Keluarga	6	7,2
Berontak Aturan Sekolah	19	22,6
Merokok	4	4,8
Kriminal	4	4,8
Jumlah	84	100

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa problem yang paling banyak dialami siswa secara berturut-turut adalah (1). problem *bullying* (kekerasan dari teman sebaya) sebanyak 42,8 % (2). diikuti pemberontakan pada aturan sekolah sebanyak 22,6%, (3). problem pribadi sebanyak 7,2 % serta (4) problem keluarga sebanyak 7,2 %. Problem lain yang diungkap siswa antara lain (5). problem belajar sebanyak 6%, (6) merokok sebanyak 4,8%, (7) kriminal (4,8 %), serta (7) problem terkait dengan perkembangan seksual sebanyak 3,6%. Untuk penjelasan rinci, masing-masing problem tersebut di atas adalah sebagai berikut.

Problem Bullying

Hasil tersebut diatas menunjukkan bahwa bullying menempati posisi teratas sebagai penyebab problem psikologis pada remaja di DIY. *Bullying* menurut Craig dan Pepler (1998) merupakan tindakan negatif yang dapat berbentuk fisik maupun lisan yang menunjukkan sikap permusuhan sehingga menimbulkan distress bagi korban, dilakukan secara berulang dalam kurun waktu tertentu, dan melibatkan perbedaan kekuatan antara pelaku dan korban. Tingginya prosentase bullying di kalangan pelajar sebagai pemicu stress psikologis pada remaja ini sejalan dengan fenomena semakin meningkatnya angka kejadian bullying di Indonesia dewasa ini. Ross (2002) bahkan menganggap bahwa bullying memang merupakan bentuk agresi yang paling dominan ditemukan di sekolah-sekolah Amerika dan berpengaruh kuat pada siswa dibanding bentuk kekerasan lain. merupakan tindakan secara sengaja yang bertujuan untuk menyakiti fisik maupun psikis

Ada berbagai bentuk manifestasi *bullying* berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian ini, antara lain : a) dimusuhi atau dibenci banyak teman, kakak kelas, atau gang tertentu b) dikucilkan c) diejek atau dicela d) diperas/dipalak, e) dituduh dengan tuduhan yang tidak berdasar f) dilecehkan seksual baik secara verbal dan non verbal dan g) diancam gang tertentu.

Beberapa tindakan yang dilakukan siswa yang mengalami *bullying* untuk mengatasi masalahnya. secara berurutan mulai dari tindakan yang paling banyak dilakukan siswa antara lain membolos, malas sekolah, atau tidak mengikuti pelajaran (10 orang), menjauh dari teman yang sering mengejek (8 orang), menangis, tertekan, melamun (5 orang) menemui guru untuk berbagi (5 orang), introspeksi diri dan merubah tampilan (4 orang), membiarkan atau bersikap 'cuek' (4 orang), menyendiri (4 orang) memikirkan jalan keluar (2 orang), marah pada teman yang mengejek (2 orang) berbagi atau cerita dengan teman (2 orang) lapor orangtua (2 orang) minum obat banyak-banyak (1 orang) membalas (1 orang), dan memberi uang yang diminta ketika dipalak (1 orang).

Tindakan membolos untuk mengatasi *bullying* dirasakan subjek justru mengakibatkan menurunnya prestasi belajar dan konsentrasi belajar terganggu. Sedang tindakan menjauh dari teman justru dirasakan subjek berakibat pelaku semakin sering mengejek, korban semakin dibenci teman dan selalu dicela. Tindakan subjek mengatasi *bullying* dengan cara menangis, tertekan, melamun, minum obat sebanyak-banyaknya menyebabkan subjek semakin tertekan dan merasa tidak nyaman di sekolah. Tindakan subjek membiarkan atau bersikap 'cuek' atau marah terhadap pelaku *bullying*, memberi uang yang diminta ketika dipalak atau membalas justru dirasakan subjek semakin mempertinggi tindakan *bullying* dari pelaku. Sedangkan tindakan subjek dengan cara memikirkan jalan keluar, berbagi atau cerita dengan teman, lapor guru BK maupun orangtua, bicara baik-baik dengan pelaku dirasakan subjek berakibat positif karena tindakan *bullying* dari pelaku semakin berkurang.

Problem Pemberontakan pada Aturan Sekolah

Pemberontakan pada aturan sekolah merupakan gejala yang tampak yang menunjukkan adanya problem tertentu pada siswa. Pemberontakan pada aturan ini berdasarkan data yang dikemukakan subjek pada penelitian ini dimanifestasikan dalam bentuk perilaku antara lain: 1) memanjangkan rambut bagi siswa laki-laki 2) melanggar larangan untuk tidak membawa motor 3) membolos 4) tidak mengikuti les sore 5) tidak mengerjakan pekerjaan rumah 6) datang terlambat 7) melanggar larangan pemakaian sepatu yang harus hitam 8) bermain hp saat proses pembelajaran 9) terlambat mengerjakan tugas, dan 10) ramai di kelas.

Strategi yang dilakukan siswa untuk mengatasi problem yang muncul terkait dengan pelanggaran aturan sekolah antara lain: 1) sembunyi-sembunyi agar tidak diketahui guru, 2) menghindar agar tidak diketahui guru, 3) bersikap cuek, dan semakin meningkatkan intensitas pelanggaran 4) memperbaiki keadaan, dan 5) merubah perilaku dengan bersikap lebih baik.

Masalah-masalah pribadi yang banyak dikemukakan oleh subjek penelitian adalah masalah harga diri rendah. Masalah ini banyak dikemukakan oleh subjek dan dikemukakan dalam berbagai bentuk antara lain: tidak percaya diri karena badan sangat gemuk, tidak percaya diri dengan status sosial ekonomi keluarga yang rendah, merasa tidak dihargai, merasa tidak memiliki banyak teman atau tidak populer, tidak percaya diri karena selalu dibanding-bandingkan dengan saudara yang lebih tinggi prestasinya, tidak percaya diri karena rendahnya tinggi badan, dan tidak percaya diri karena problem keluarga. Masalah pribadi yang lain yang dikemukakan subjek adalah keadaan fisik yang mudah lelah, selalu merasa sakit-sakitan, selalu khawatir karena jauh dari orangtua.

Masalah-masalah keluarga yang banyak dikemukakan subjek antara lain: kekerasan dalam rumah tangga yang dialami subjek atau anggota keluarga lain, konflik dengan anggota keluarga lain, perceraian orangtua, merasa kurang mendapat kasih sayang dari keluarga, pertengkaran orangtua, dan meninggalnya orang yang disayangi dalam keluarga, dan problem ekonomi dalam keluarga.

Adapun masalah belajar menurut subjek antara lain: merasa tidak mampu dan konsentrasi terhadap pelajaran serta tidak paham pada mata pelajaran tertentu.

Masalah subjek yang berkaitan dengan perkembangan seksual antara lain: pacaran dengan teman sekelas yang berdampak pada konsentrasi belajar, pacaran di sekolah namun khawatir ketahuan oleh guru dan orangtua sehingga membolos, dan pergaulan bebas.

Problem merokok dikemukakan siswa muncul karena diajak atau dipengaruhi, merasa kesepian sehingga melalui merokok subjek mendapat penerimaan penuh dari teman. Selain itu, merokok juga dilakukan sebagian subjek sebagai pelarian dari problem serta untuk mendapatkan perasaan berharga di mata teman-teman (tampak 'macho'). Perilaku merokok ini berakibat lebih jauh pada konsumsi minuman keras karena banyak teman perokok adalah konsumen minuman

keras. Selain itu, perilaku merokok ini juga berakibat pada kurangnya uang jajan dari orangtua untuk membeli rokok.

Perilaku kriminal yang dikemukakan subjek antara lain memeras teman, berkelahi, mencuri untuk membeli rokok, membeli minuman keras, maupun untuk bermain playstation. Alasan berkelahi menurut sebagian subjek supaya tidak dianggap 'banci' atau kadang-kadang hanya untuk iseng saja.

Strategi Koping Remaja SMP di DIY

Jenis strategi koping yang digunakan untuk mengatasi permasalahan dapat dilihat pada tabel 6 berikut.

Tabel 6
Strategi Koping Yang digunakan Remaja SMP di DIY

Strategi Koping	Frekwensi	Prosentase
Koping berbasis Masalah	34	40
Koping berbasis Emosi	50	60
Jumlah	84	100

Berdasarkan strategi koping yang dipilih dapat diketahui dari hasil penelitian ini bahwa subjek dominan memiliki strategi koping yang berbasis emosi (60%), sedangkan yang cenderung memiliki strategi koping dengan menyelesaikan masalah secara tepat (berbasis masalah) ada 40 %. Hasil ini tampaknya dipengaruhi oleh karakteristik perkembangan remaja awal yang memang cenderung berada pada kondisi emosi tinggi. Berbagai bimbingan pribadi sosial yang tepat sangat diperlukan agar remaja dapat mengatasi problemnya secara terbuka dan kritis sehingga pada akhirnya remaja dapat cenderung menyelesaikan masalahnya dengan berbasis pada penyelesaian masalah dengan cara seperti yang dikemukakan Carver, dkk., (1989) yaitu 1) menghadapi masalah secara aktif, yaitu proses menggunakan langkah-langkah aktif untuk mencoba menghilangkan stressor atau memperbaiki akibatnya. Strategi ini meliputi memulai tindakan langsung, meningkatkan usaha, dan menghadapi masalah dengan cara-cara yang bijaksana; 2) perencanaan, adalah berpikir mengenai bagaimana menghadapi stressor. Perencanaan meliputi mengajukan strategi tindakan, berpikir mengenai langkah untuk mengurangi masalah dan bagaimana mengatasi masalah; 3) mengurangi aktifitas-aktifitas persaingan, berarti mengajukan rencana lain, mencoba menghindari gangguan orang lain, tetap membiarkan orang lain sebagai cara untuk menangani stressor; 4) pengendalian, yaitu menunggu kesempatan yang tepat untuk bertindak, menahan diri, dan tidak bertindak secara premature dan; 5) mencari dukungan sosial karena alasan instrumental, yaitu mencari nasehat, bantuan atau informasi.

Jika ditelusuri dari jawaban subjek selanjutnya, strategi yang berpijak pada emosi banyak dilakukan pada siswa yang mengalami bullying dari teman, siswa yang mengalami rasa rendah diri, masalah keluarga dan yang mengalami masalah belajar. Problem yang ada justru tidak dihadapi dengan mengupas problem dan mengatasi masalah secara tuntas, akan tetapi justru menghindar dengan cara membolos, membiarkan masalah tetap ada, malas sekolah dan tidak mengikuti pelajaran, jarang memperhatikan dan jarang belajar. Selain itu ada juga tindakan ekstrim siswa dengan cara meminum obat tidur sebanyak-banyaknya untuk melupakan masalah, dan menangis seharian.

Namun demikian, hasil penelitian juga menunjukkan adanya strategi koping positif yang dilakukan misalnya mengatasi problem bullying dengan mengatakan terus terang ketidaksetujuan pada tindakan pelaku, lapor guru BK dan orangtua, serta curhat dengan teman. Problem belajar diatasi dengan belajar rajin dan bertanya pada yang lebih tahu, problem harga diri rendah terkait fisik diatasi dengan perbaikan diri, mengatur pola makan dan olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

Carver, C.S., Scheier, M.F., & Weintraub, J.K. 1989. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267 – 283

- Craig, W and Pepler, DJ. 1997. Observations of Bulling and Victimization in the Schoolyard. *Canadian Journal of School psychology*, 2, 41-60.
- Folkman, S. 1984. Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852
- Heaven P.C.L. 1996. *Adolescence Health: The Role of Individual Differences*. London: Routledge.
- Hurlock. EB. 1996. *Perkembangan Sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Lazarus, R.S. 1976. *Pattern of adjustment*. Tokyo: McGraw-Hill Kogasuka Ltd.
- Sarwono S.W.. 1997. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.



Published by:
Study Program Of Guidance and Counseling
Educational Psychology and Guidance Departement
Faculty of Education, Yogyakarta State University

ISBN 978-502-17361-0-4



9 785021 736104