

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa remaja merupakan sebuah masa yang seringkali dikenal sebagai masa pencarian jati diri atau fase “topan dan badai”. Hal ini juga sesuai dengan teori tahapan psikososial yang dipaparkan oleh Erikson (Santrock, 1998), bahwa masa remaja itu sendiri merupakan fase yang termasuk ke dalam tahap keempat dari tahap-tahap perkembangan manusia. Dan pada teori yang dipaparkan oleh Erikson tahap ini merupakan tahap perkembangan *ego identity vs identity confusion* (Erikson, dalam Santrock 1998).

Menurut Erikson, tahap perkembangan ini merupakan tahap perkembangan *ego identity vs identity confusion*, dimana suatu individu mulai dihadapkan dengan dorongan untuk mencari dan menemukan jati diri dan keinginan untuk melakukan apa yang diinginkannya di masa depan mendatang. Salah satu hal yang penting dalam tahap ini adalah melakukan eksplorasi untuk mengetahui peran yang diinginkan dan diimpikan bagi suatu individu dalam hidupnya (Santrock, 1998). Apabila seorang remaja berada pada fase pencarian jati dirinya dan mampu berbaur dengan lingkungan yang baik, maka suatu individu tersebut akan mampu menciptakan identitas yang baik pula, dan berlaku juga dengan sebaliknya. Dengan demikian, tidak menutup kemungkinan jika remaja yang tidak dapat bergaul dengan lingkungan yang baik, akan mengalami krisis identitas atau penyimpangan identitas misalnya, sehingga mereka akan cenderung melakukan percobaan tindak kejahatan atau perilaku kekerasan seperti perundungan, pemberontakan dan tindakan tidak terpuji lainnya untuk mencari pedoman hidup atau acuan dalam menjalani masa remajanya (Solobutina, 2020).

Salah satu perilaku kekerasan yang seringkali dilakukan oleh remaja biasa kita kenal dengan istilah *bullying* atau perundungan. Perundungan merupakan salah satu bentuk perilaku agresif yang dilakukan oleh suatu individu atau kelompok terhadap suatu individu atau kelompok lain dengan melakukan perilaku tidak menyenangkan dan biasanya ditujukan untuk mendapatkan kekuasaan, kekuatan, status sosial dan dominansi yang lebih tinggi diantara teman sebayanya (Salmivalli, 2010).

Perundungan sendiri merupakan salah satu kasus penyimpangan dan permasalahan sosial yang sampai saat ini masih marak terjadi di berbagai tingkatan sekolah dan institusi pendidikan. Kasus perundungan di Indonesia sendiri lebih banyak melibatkan banyak anak-anak hingga remaja sebagai korbannya dengan berbagai macam tindakan tindasan yang biasanya dilakukan dalam bentuk fisik maupun verbal. Menurut Lund & Ross (2016), perilaku perundungan dapat ditemukan dalam berbagai bentuk, seperti perundungan fisik (misalnya menendang, memukul, menampar atau meninju), perundungan verbal (misalnya mengumpat atau menghina), perilaku perundungan relasional (misalnya mengucilkan seseorang dengan sengaja atau menyebar gossip yang tidak benar), dan *cyberbullying* (misalnya perundungan yang dilakukan melalui internet, media sosial atau yang berkaitan dengan alat elektronik lainnya). Perilaku perundungan sendiri tentu berawalan dari seseorang yang memiliki dominasi yang kuat di kalangan teman-teman sebayanya, sehingga ingin menunjukkan dominasinya dengan melakukan perundungan terhadap teman sebayanya yang dianggap lebih lemah.

Perundungan sendiri dapat terjadi pada siapa saja. Tidak hanya terjadi pada anak-anak atau individu dewasa, namun juga dapat terjadi pada remaja. Pada remaja yang menjadi korban perundungan biasanya memiliki beberapa karakteristik-karakteristik tertentu yang kemudian menjadi ciri khas yang menjadikannya sebagai korban perundungan. Beberapa ciri yang nampak seperti penampilan korban yang cenderung berbeda atau kebiasaan sehari-hari yang tak biasa dilihat atau dilakukan oleh teman sebayanya. Adanya perbedaan latar belakang, etnik, keyakinan, ataupun budaya yang melingkupi lingkungan korban membuat korban menjadi sebagai kelompok yang minoritas. Tak jarang, remaja yang mempunyai bakat atau kemampuan yang istimewa juga sering menjadi korban perundungan. (Wijayanto et al., 2021).

Di Indonesia sendiri, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh *LSM Plan Internasional* dan *Internasional Center for Research on Women* (ICRW) yang dirilis pada Maret 2015 menyatakan bahwa terdapat sejumlah 84% anak di Indonesia yang mengalami kekerasan di sekolah (Qodar, 2015). Penelitian lain yang dilakukan oleh Huneck (2007) juga menyatakan bahwa 60% siswa di

Indonesia melaporkan pernah mengalami perilaku yang tidak menyenangkan seperti pemukulan, ejekan, cemooh, isolasi (pengucilan), sekurang-kurangnya sekali dalam seminggu. Hal ini juga sejalan dengan data yang telah dirangkum oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). KPAI mencatat dari kisaran tahun 2011 dan tahun 2014, terdapat 369 pengaduan mengenai permasalahan perundungan tersebut. Jumlah tersebut mencapai sekitar 25% dari total pengaduan mengenai perundungan di bidang institusi pendidikan dengan mencapai angka kasus sebanyak 1.480 kasus (Setyawan, 2014). KPAI juga mencatat dalam kurun waktu 9 tahun, dari 2011 sampai 2019, terdapat 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak. Angka perundungan, baik di tingkat pendidikan maupun media sosial mencapai 2.473 laporan dan diprediksi akan terus meningkat (KPAI, 2019). Hingga tahun 2022, dikabarkan bahwa angka perundungan pada tahun 2020 tercatat sebanyak 119 kasus, pada tahun 2021 tercatat sebanyak 53 kasus, dan pada tahun 2022 tercatat sebanyak 226 kasus. Dilaporkan bahwa korban lebih banyak mengalami perundungan fisik sebanyak 55,5%, perundungan verbal sebanyak 29,3%, dan perundungan yang dilakukan secara psikologis sebanyak 15,2% (KPAI, 2022).

Salah satu kota dengan angka perundungan paling tertinggi tidak hanya berpusat di ibukota saja, tapi juga dapat ditemukan di wilayah-wilayah lain. Surabaya adalah salah satunya. Berikut di bawah ini adalah tabel-tabel yang berisikan data-data mengenai perundungan yang terjadi di beberapa kota di daerah Jawa Timur, yaitu sebagai berikut:

Tabel. 1.1. Data Perundungan Menurut LPA
(Lembaga Perlindungan Anak) Tahun 2019

Kota	Angka Perundungan
Surabaya	97
Tulungagung	20
Sidoarjo-Mojokerto	16
Lumajang-Malang-Probolinggo-Pasuruan	8
Bojonegoro-Bondowoso	7
Jember-Blitar-Kediri	6
Bangkalan	5

LPA Jawa Timur juga mencatat bahwa pada tahun 2020 kekerasan pada anak

berjumlah sebanyak 186 dan mengalami kenaikan pada tahun 2021 sebanyak 368. Dikutip dari detik.com, pada tahun 2022 angka perundungan mengalami kelonjakan sebanyak 1.362 kasus (LPA Jawa Timur, 2022).

Dapat dilihat dari data tersebut bahwa perilaku perundungan di Indonesia masih tergolong tinggi, hal itu bisa terjadi karena adanya faktor pemicu terjadinya perilaku perundungan diantaranya adalah faktor kelompok teman sebaya dan iklim sekolah. Sehingga menunjukkan bahwa pengaduan mengenai perundungan ini merupakan pengaduan masyarakat dengan jumlah terbanyak. Tingginya angka kasus perundungan yang terjadi tentu sangat memprihatinkan, sebab dunia pendidikan diharapkan menjadi sebuah tempat yang menyenangkan bagi anak-anak maupun remaja, kemudian menjadi tempat yang mengerikan, memberikan trauma yang tak jarang bertahan dalam waktu jangka panjang, hingga membahayakan nyawa pelajar itu sendiri.

Terjadinya perundungan sendiri tak lepas dari dua macam faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Astuti (2008) menyampaikan bahwa terjadinya perundungan dipengaruhi oleh perbedaan kelas secara sosial, perbedaan kelas secara ekonomi, gender, agama, ragam etnisitas atau tindakan rasisme dan tradisi senioritas yang masih melekat kuat di lingkungan pendidikan, kondisi kehidupan keluarga yang tidak akur, kondisi kehidupan sekolah yang tidak nyaman, karakter suatu individu atau kelompok dan persepsi nilai-nilai yang keliru dimiliki oleh perilaku pelaku perundungan dan korban perundungan.

Dampak dari adanya perundungan tentu sangat merugikan korban perundungan, baik dari segi fisik maupun segi psikologis. Studi yang dilakukan oleh Craig (1998) menyatakan bahwa setelah kejadian perundungan, korban mengalami depresi, stres, penurunan harga diri hingga cemas. Selaras dengan yang disampaikan oleh Woods, S., et al (2009), bahwa perundungan juga menyebabkan korban mengalami gangguan psikosomatis, permasalahan mengenai emosi hingga keinginan untuk melakukan bunuh diri. Holt (2007) juga menyatakan bahwa seseorang yang menjadi korban perundungan akan mengalami penurunan dalam pencapaian prestasi akademik maupun non-akademik di sekolah, mengalami kesulitan dalam mempertahankan atau mencapai nilai akademik yang tinggi, dan merasakan

kesepeian di sekolah jauh lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang tidak mengalami perundungan.

Remaja yang mengalami perundungan di sekolahnya tentu akan merasa bahwa sekolah adalah sumber ketakutan dan stres sehingga tidak jarang kebanyakan korban perundungan enggan untuk kembali bersekolah sebab takut akan mengalami kejadian-kejadian traumatis yang menyimpannya lagi. (Dwipayanti et al., 2014). Dengan adanya tindakan perundungan yang dilakukan di tingkat institusi pendidikan, tentu tindakan perundungan di kalangan pelajar memiliki pengaruh dalam kesehatan mental bagi korban, yang nantinya juga akan berpengaruh pada kehidupan di masa depan yang akan dijalaninya.

Jika kasus perundungan tersebut tidak ditangani dengan baik, ada kemungkinan korban perundungan akan melakukan hal yang sama atau bahkan lebih kejam untuk membalas dendam. (Darmayanti et al., 2019). Tentu dengan berbagai macam dampak yang telah dijabarkan, pasca kejadian tersebut para korban perundungan juga tidak menutup kemungkinan akan mengalami perasaan dan pikiran negatif dalam dirinya sehingga kemungkinan di kemudian hari efek negatif tersebut dapat berdampak pada kehidupan korban perundungan di masa depan.

Remaja yang berulang kali mendapatkan kekerasan secara negatif oleh teman-teman sebayanya, tentu akan mengalami kesulitan dalam membela dirinya. Perlakuan negatif yang terus menerus dilakukan oleh pelaku perundungan, membuat remaja yang mengalami perundungan akan selalu berada dalam situasi negatif (Smith, et al 2002). Saat suatu individu sedang berada dalam kondisi terpuruk (kondisi negatif), beberapa individu ada yang berhasil bangkit dari keterpurukannya dan ada yang tidak. Individu yang kemudian berhasil bangkit dari keterpurukannya dan mampu pulih kembali menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki kemampuan adaptasi yang dinamakan dengan resiliensi. Resiliensi merupakan sebuah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi saat suatu individu mengalami suatu kejadian atau peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya (Reivich & Shatte, 2002). Kemampuan ini diharapkan dapat membantu suatu individu dalam mengatasi suatu permasalahan yang terjadi di dalam hidupnya serta mampu meningkatkan diri agar mampu bertahan, bangkit, dan mampu beradaptasi

dengan tekanan-tekanan yang dialaminya.

Dalam upaya untuk menumbuhkan dan meningkatkan resiliensi pada suatu individu, perlu dilakukan sebuah dorongan untuk mereduksi respon-respon negatif yang ada pada diri suatu individu, sehingga individu tersebut mampu kembali bangkit dari keterpurukannya. Pikiran, emosi, serta perilaku-perilaku negatif yang dialami oleh suatu individu tentu sangat mengganggu sehingga dibutuhkan upaya untuk mereduksi respon negatif tersebut, salah satu cara untuk mereduksinya adalah dengan melakukan pemaafan diri (McCullough & Fincham, 2003).

Penelitian yang dilakukan oleh Amalia dengan judul “Meningkatkan Resiliensi Korban *Bullying* Dengan Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling*,” menjelaskan bahwa korban perundungan setelah mendapatkan konseling individu berupa *Solution-Focused Brief Counseling* menunjukkan bahwa tingkat resiliensi korban perundungan mengalami peningkatan. Hal ini juga sudah sesuai dengan penelitian milik Hopson & Kim (2004) bahwa *Solution-Focused Brief Counseling* dinilai efektif untuk mengembangkan keterampilan coping baru, sehingga mampu meningkatkan tingkat resiliensi dalam menghadapi situasi krisis.

Menurut Petterson & Seligman (2004), bahwa salah satu faktor yang mampu mempengaruhi tingkat resiliensi adalah *human strenght* (kekuatan individu) yang dimiliki oleh suatu individu. *Human strenght* (kekuatan individu) menurut Petterson & Seligman (2004) dapat diartikan sebagai sebuah karakter yang ada di dalam diri individu yang bersifat stabil dan general, namun juga dapat berubah. Kekuatan karakter individu ini merupakan karakter baik yang mampu mengarahkan suatu individu untuk mencapai kebajikan (*virtue*) atau trait positif yang dapat direfleksikan dengan baik dalam pikiran, perasaan, maupun tingkah laku. Karakter yang baik akan membuat suatu individu dapat dipandang sebagai individu yang baik secara moral. Dan menurut Petterson & Seligman (2004), salah satu *human strenght* yang mampu mempengaruhi tingkat resiliensi pada suatu individu adalah pemaafan diri.

Petterson & Seligman (2004) mengatakan bahwa individu yang memiliki *human strenght* adalah individu yang mampu memaafkan diri atas perlakuan orang lain yang telah melakukan kesalahan atau bersikap buruk kepadanya. Individu yang

mampu memaafkan juga dapat melupakan pengalaman-pengalaman buruk yang terjadi di masa lalu dan tidak berusaha untuk membalas dendam atas kejadian-kejadian buruk yang terjadi pada dirinya. Pemaafan diri juga dapat membuat perubahan-perubahan yang bermanfaat bagi suatu individu, seperti motivasi atau tendensi tindakan yang dilakukan oleh korban terhadap pelaku menjadi lebih positif (tidak menaruh dendam atau berusaha menghindar saat bertemu dengan pelaku).

Pemaafan diri didefinisikan sebagai sebuah perilaku yang mampu memberikan pengaruh dan penilaian negatif terhadap pelaku dan memiliki pandangan pada pelaku dengan perasaan iba (McCullough & Fincham, 2003). McCullough & Fincham (2003) mengatakan bahwa perilaku pemaafan diri memiliki tiga dimensi, yaitu dimensi yang pertama adalah dimensi emosi yang memiliki kaitan dengan perasaan orang-orang yang mengalami perundungan (korban perundungan) dengan orang-orang yang menjadi pelaku, yang kedua adalah dimensi kognisi, yaitu dimensi yang berkaitan dengan pemikiran seseorang atas peristiwa traumatis yang tidak menyenangkan yang telah dialaminya dan yang terakhir adalah dimensi interpersonal yang memiliki kaitan dengan dorongan dan perilaku antar pribadi seseorang untuk memberikan pemaafan terhadap orang.

Bagi beberapa orang, memaafkan mungkin terdengar seperti sebuah kehilangan atas harga diri atau sebuah kekalahan sebab tidak mampu membalaskan dendam atau perilaku-perilaku serupa yang dialami oleh korban kepada pelaku. Namun, sebenarnya hal tersebut adalah tidak benar. Pemaafan merupakan sebuah pembebasan akan hal-hal negatif yang bersifat menyakiti suatu individu, sehingga individu yang telah memaafkan diri sendiri akan mendapatkan pemahaman baru mengenai hal-hal menyakitkan yang menghantuinya, potensi dari diri sendiri, orang lain, dan lainnya. Korban yang mengalami peristiwa perundungan yang sudah memaafkan dirinya sendiri akan mampu untuk berdamai dengan diri sendirinya, sehingga ia akan memaafkan dirinya atas kejadian-kejadian traumatis yang menyimpannya, akan memotivasinya untuk kembali bangkit dari keterpurukan yang dialaminya. Motivasi ini juga membuat korban kelak akan memaafkan pelaku perundungan atas perilaku tidak menyenangkan yang pernah dilakukannya, sehingga diharapkan kedepannya korban dapat memaafkan dan memperbaiki

hubungannya dengan pelaku.

Selaras dengan beberapa penelitian yang terkait sebelumnya sudah pernah dilakukan mengenai pemaafan diri yang dilakukan oleh Habibi dan Hidayati (2017) pada mahasiswa tahun pertama angkatan 2016. Habibi dan Hidayati (2017) mendapatkan hasil dari penelitiannya bahwa pemaafan diri sendiri, pemaafan orang lain, dan pemaafan situasi memiliki peran penting bagi resiliensi pada mahasiswa tahun pertama angkatan 2016 Universitas Diponegoro. Ketiga bentuk pemaafan tersebut dapat membantu mahasiswa tahun pertama untuk meningkatkan resiliensinya dalam menjalani pendidikan di perguruan tinggi. (Habibi & Hidayati, 2017). Lalu senada dengan penelitian skripsi yang dilakukan oleh Safhira (2023) tentang hubungan *forgiveness* dan resiliensi pada remaja korban perundungan di Kota Pekanbaru bahwa pada hasil penelitiannya diketahui bahwa pemaafan diri mampu membantu remaja korban perundungan di Kota Pekanbaru untuk memulihkan diri dari pasca kejadian perundungan yang menimpa dirinya sehingga kemudian mampu untuk kembali bangkit dari keterpurukan dan perlahan menjadi pribadi yang lebih resilien.

Oleh sebab itu, berdasarkan penelitian terdahulu yang telah ada, peneliti kemudian tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul tentang “Pengaruh Pemaafan Diri Terhadap Resiliensi Pada Remaja yang Pernah Mengalami Perundungan Di Surabaya”.

1.2. Rumusan Masalah

Permasalahan utama dalam penelitian ini dapat diungkapkan dengan pernyataan sebagai berikut: “Apakah terdapat pengaruh antara pemaafan diri dengan resiliensi pada remaja yang pernah mengalami perundungan di Surabaya?”

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh antara pemaafan diri dengan resiliensi pada remaja yang pernah mengalami perundungan di Surabaya.

1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat dari dilakukannya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk menambahkan data empiris dan informasi baru dan memberikan referensi atau masukan dalam bidang psikologi terutama di bidang Psikologi Perkembangan dan Psikologi Positif. Terutama mengenai pemaafan diri dengan resiliensi pada remaja yang pernah menjadi korban perundungan di Surabaya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi subjek yaitu adalah remaja yang pernah mengalami perundungan, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat untuk menambah wawasan mengenai hubungan antara pemaafan diri dengan resiliensi pada remaja yang pernah mengalami perundungan. Selain itu, bagi remaja juga diharapkan untuk lebih memperhatikan diri dan menyayangi diri sendiri sehingga mereka dapat kembali bangkit dari tekanan sehingga pengaruh antara pemaafan diri dengan resiliensi dapat diketahui mampu memiliki pengaruh terhadap kemampuan dalam mempertahankan diri dan menyayangi diri dengan tulus pada remaja yang pernah menjadi korban perundungan di Surabaya.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat memberikan rujukan utama atau referensi penelitian untuk penelitian yang akan dilakukan di masa mendatang. Peneliti juga berharap agar penelitian ini dapat dikembangkan lebih baik lagi dan mampu menyajikan mengenai fenomena yang diangkat lebih baik lagi.