

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Laporan Analisis Tematik Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja (SNPHAR) Tahun 2024 menunjukkan sebanyak 50,78% anak usia 13–17 tahun di Indonesia pernah mengalami sedikitnya satu bentuk kekerasan sepanjang hidupnya. Hasil survei mencatat bahwa 70% kekerasan yang dialami anak merupakan kekerasan berulang. Bahkan, 3,48 persen anak mengalami tiga bentuk kekerasan sekaligus, mulai dari fisik, emosional, dan seksual. Temuan ini menegaskan bahwa kekerasan terhadap anak masih menjadi persoalan serius dan memerlukan upaya komprehensif. Fakta ini juga didukung oleh temuan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) tahun 2022, dari total 2.982 aduan yang diterima pada tahun sebelumnya, sekitar 1.138 di antaranya merupakan kasus kekerasan fisik serta psikis, di mana pelakunya mencakup lingkaran sosial terdekat seperti rekan sebaya, tenaga pendidik, tetangga, bahkan orang tua. Fenomena *bullying* saat ini telah menjangkau seluruh aspek kehidupan, dengan institusi pendidikan menjadi salah satu lokus yang paling rentan terhadap risiko kekerasan yang terus berkelanjutan. Statistik mengenai kasus perundungan (*bullying*) di Indonesia menunjukkan lonjakan yang kuat, bahkan angka tersebut sulit mengalami penurunan.

Jawa timur menduduki posisi tertinggi dengan total 81 kasus kekerasan di lembaga pendidikan. Catatan kasus ini terdiri dari kekerasan seksual, fisik, psikis, dan diskriminatif. Kabupaten Bangkalan sebagai salah satu wilayah di Provinsi Jawa Timur juga masih banyak terjadi perilaku *bullying*. Berdasarkan laporan yang diperoleh dari berbagai media, masih ditemukan kasus perundungan yang melibatkan remaja usia sekolah. Bentuk perundungan yang terjadi meliputi perundungan verbal, fisik, maupun sosial yang dilakukan oleh teman sebaya di lingkungan sekolah maupun lingkungan sosialnya. Dalam dinamika ini, fase remaja muncul sebagai periode perkembangan yang paling dominan bersinggungan dengan praktik perundungan (*bullying*) tersebut.

Masa remaja dapat dipahami sebagai fase peralihan dari dunia anak-anak menuju kedewasaan. Selama periode ini, individu melewati berbagai transformasi signifikan yang meliputi aspek fisik, emosi, hubungan sosial, hingga kemampuan berpikir. Secara psikologis, tahap ini menjadi momen di mana remaja mulai melebur ke dalam lingkungan orang dewasa dan tidak lagi memandang posisinya berada di bawah kendali figur yang lebih dewasa, melainkan menganggap dirinya setara (Hurlock, 2015). Proses tumbuh kembang ini mendorong mereka untuk terus memperluas interaksi sosial, baik dengan kelompok sebaya maupun masyarakat luar (Aminah & Nurdianah, 2019). Akan tetapi, sifat remaja yang cenderung belum stabil dan mudah terbawa arus lingkungan sering kali memicu perilaku impulsif tanpa memikirkan akibatnya di masa depan. Di rentang usia 13 sampai 18 tahun, mereka biasanya lebih fokus menjalin kedekatan dengan teman sebayanya sebagai bagian dari upaya menemukan identitas diri (Hurlock, 2015). Di tengah proses pencarian diri inilah, remaja sering kali terpapar pada berbagai masalah sosial yang berisiko menghambat pertumbuhan mereka, salah satunya adalah fenomena perundungan atau *bullying*.

Perundungan atau *bullying* telah menjadi fenomena negatif yang kerap melanda kalangan remaja dan kini menjadi isu global yang mendapat perhatian serius, termasuk di Indonesia. Setiap tahunnya, kasus-kasus baru terus bermunculan, terutama di lingkungan sekolah serta platform media sosial. Tingginya angka kejadian ini menimbulkan kekhawatiran mendalam sehingga menjadi fokus perhatian utama bagi pemerintah dan masyarakat luas (Sulfemi & Yasita, 2020). Merujuk pada definisi dari *American Psychological Association* (APA), perundungan (*bullying*) didefinisikan sebagai perilaku agresif yang dilakukan secara terus menerus dengan tujuan sengaja untuk menyakiti pihak lain (Wahab, dkk., 2017). *Bullying* salah satu bentuk perilaku kekerasan, perundungan menimbulkan konsekuensi negatif yang dapat bertahan sepanjang hayat korban (Muthmainah, 2017). Dampak dari perilaku ini sangat luas, di mana pelaku, korban, hingga saksi mata yang melihat kejadian tersebut berisiko mengalami permasalahan psikologis serius yang membekas dalam jangka panjang. Bentuk tindakan ini sangat beragam, mulai dari ancaman, penyebaran rumor palsu, serangan fisik maupun

verbal, hingga upaya pengucilan seseorang dari kelompok secara sengaja. Pada dasarnya, dalam setiap interaksi negatif yang berulang ini, selalu terdapat ketimpangan relasi kuasa antara pelaku dan korbannya (Masdin, 2013).

Persoalan perundungan menjadi isu krusial karena dampak yang ditimbulkan tidak bersifat sementara, melainkan dapat mengganggu stabilitas perkembangan anak dan remaja hingga masa depan. Dampak psikis yang sering muncul pada korban meliputi penurunan rasa percaya diri, kecemasan dalam berinteraksi, hingga trauma yang berkepanjangan. Oleh sebab itu, penguatan pemahaman dan langkah pencegahan *bullying* sangat diperlukan agar institusi pendidikan bisa menjadi ruang yang kondusif bagi siswa untuk bertumbuh. Dalam realitanya, perundungan muncul dalam beragam klasifikasi. Perundungan fisik merupakan jenis yang paling eksplisit karena melibatkan kekerasan langsung terhadap tubuh atau barang milik korban, seperti tindakan memukul hingga merusak barang pribadi. Di sisi lain, perundungan verbal sering kali terabaikan meski dampaknya terhadap harga diri sangat destruktif; bentuknya bisa berupa ejekan, pemberian label negatif, maupun penyebaran isu (Rigby, 2008). Selain itu, terdapat bentuk perundungan relasional yang dilakukan melalui intimidasi sosial, seperti mengucilkan atau memprovokasi orang lain agar menjauhi korban secara sengaja. Di era digital saat ini, ancaman perundungan juga meluas menjadi *cyberbullying*, di mana serangan dilakukan melalui platform daring dalam bentuk fitnah atau penyebaran konten yang merendahkan (Sejiwa, 2008). Semua kategori perundungan tersebut memiliki risiko yang sama besarnya dalam menghambat kesehatan mental remaja, karena luka batin yang dihasilkan sering kali sulit untuk disembuhkan dalam waktu singkat.

Dampak jangka panjang yang sering dialami remaja korban *bullying* adalah munculnya persepsi diri yang rendah atau perasaan inferior dalam durasi yang lama. Hal ini menyebabkan mereka kesulitan beradaptasi dengan lingkungan, cenderung menjadi lebih sensitif, serta merasa tidak aman dengan situasi di sekitarnya. Kondisi tersebut pada akhirnya menghambat kemampuan remaja dalam menghadapi tekanan sosial di sekolah, khususnya pada fase awal remaja. Penting untuk dipahami bahwa pada masa ini, remaja tidak hanya mencari kepuasan secara fisik, tetapi juga memiliki kebutuhan psikologis yang besar untuk merasa diterima dan

dihargai oleh lingkungannya. Maraknya insiden perundungan memberikan dampak destruktif secara kolektif, baik bagi korban, pelaku, maupun saksi mata yang berada di lokasi kejadian. Selain meninggalkan bekas luka fisik, fenomena ini memicu trauma psikologis yang mendalam (Hidayati & Wijayanto, 2021). Hal ini secara signifikan dapat mengganggu proses pertumbuhan mental, terutama dalam pembentukan identitas diri. Merujuk pada teori perkembangan Erikson (1968), kegagalan remaja dalam melewati fase ini dengan stabil dapat mengakibatkan kebingungan identitas (*identity confusion*) yang efeknya akan terbawa hingga mereka memasuki usia dewasa.

Dalam kerangka teori perkembangan psikososial yang dikemukakan oleh Erikson (1968), pencarian identitas diri diidentifikasi sebagai tugas perkembangan utama pada masa remaja. Secara sederhana, identitas diri dapat dimaknai sebagai upaya individu untuk mempertahankan karakteristik unik atau gaya personalitasnya sendiri, yang tercermin dari keberagaman gaya hidup remaja. Identitas merupakan kesadaran seseorang dalam memposisikan diri serta memberikan nilai yang tepat atas eksistensinya dalam menyongsong masa depan, sehingga terbentuk sebuah gambaran diri yang utuh, konsisten, dan berkelanjutan (Erikson, 1989). Proses eksplorasi identitas ini membantu remaja memperdalam pemahaman mengenai nilai-nilai pribadi, keyakinan, orientasi diri, serta tujuan hidup yang pada akhirnya akan memengaruhi perspektif mereka terhadap diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Proses pembentukan identitas pada remaja merupakan dinamika yang kompleks karena melibatkan interaksi antara faktor internal, seperti karakter kepribadian dan kemampuan mengontrol diri, dengan faktor eksternal yang mencakup pengaruh keluarga, lingkaran pertemanan, serta norma masyarakat. Dalam fase ini, remaja akan melalui tahapan eksplorasi dan komitmen untuk menentukan keyakinan serta arah hidup yang ingin mereka tempuh. Proses ini biasanya ditandai dengan pencarian aktif terhadap nilai-nilai, minat khusus, serta cita-cita yang selaras dengan jati diri mereka (Marcia, 1980).

Pembentukan identitas diri selama fase remaja sangat bergantung pada kualitas hubungan sosial yang mereka jalani, terutama interaksi dengan orang tua, keluarga, serta lingkaran pertemanan. Secara empiris, remaja menunjukkan

kecenderungan untuk mengalokasikan waktu yang lebih besar bersama teman sebaya dibandingkan dengan orang tua mereka (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Tingginya frekuensi interaksi bersama kelompok sebaya ini memiliki peran krusial bagi remaja dalam mempelajari peran sosial, membentuk perilaku tertentu, serta membangun sikap hidup yang nantinya menjadi fondasi utama bagi perkembangan identitas mereka (Mazalin & Moore, 2004). Proses pencarian identitas ini tidak jarang dipengaruhi oleh berbagai konflik atau perdebatan internal maupun eksternal. Dalam pandangannya, Erikson melihat perjalanan hidup manusia sebagai rangkaian konflik psikososial, di mana fase pembentukan identitas merupakan krisis utama yang muncul ketika masa remaja. Selain itu, perkembangan kepribadian seseorang tidak dapat dipisahkan dari stimulus sosial yang diterima, karena stimulus tersebut berfungsi sebagai penggerak bagi dinamika kepribadian individu (Erikson, 1968).

Identitas diri yang jelas merupakan kebutuhan fundamental bagi setiap individu dalam menjalani kehidupannya secara terarah. Seseorang yang kurang memahami jati dirinya akan lebih rentan terjebak dalam ketidakpastian serta kesulitan mengenali potensi maupun keterbatasan yang di miliki. Kondisi ini berisiko membentuk pribadi yang rendah diri serta minimnya apresiasi terhadap prinsip di dalam dirinya. Namun, perjalanan menuju pembentukan identitas ini bukanlah proses yang sederhana, mengingat remaja kerap dihadapkan pada berbagai hambatan, kebingungan internal, hingga tekanan sosial yang masif. Dalam konteks ini, keberadaan dukungan sosial memegang peranan yang sangat penting, terutama bagi remaja yang pernah mengalami perundungan atau *bullying*. Para korban *bullying* sering kali berada dalam situasi sulit dan merasa buntu untuk mencari solusi atas pengalaman traumatis yang mereka hadapi. Oleh karena itu, dukungan yang bersumber dari keluarga, rekan sebaya, maupun lingkungan sekitar dapat menjadi pilar kekuatan utama bagi mereka dalam melewati fase transisi perkembangan ini.

Dalam fase perkembangan remaja, eksistensi dukungan sosial menjadi variabel yang krusial mengingat periode ini merupakan masa pencarian identitas yang sangat dipengaruhi oleh dinamika lingkungan. Remaja memiliki kebutuhan

mendasar untuk mendapatkan pengakuan, penerimaan, serta rasa memiliki di dalam kelompok sosialnya. Namun, ketika mereka memperoleh tindakan perundungan (*bullying*), kebutuhan tersebut menjadi terhambat, yang berisiko memicu perasaan terisolasi, krisis kepercayaan diri, hingga kesulitan dalam menjalin relasi sosial yang harmonis.

Secara psikologis, dukungan sosial dipahami sebagai bentuk interaksi positif dan bantuan emosional yang diperoleh dari lingkungan terdekat, seperti keluarga, rekan sebaya, dan masyarakat (Rahmadi dkk., 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Lee & Park (2022) membuktikan bahwa ketersediaan dukungan sosial yang cukup mampu menurunkan tingkat kecemasan sekaligus memperkuat rasa percaya diri individu. Dalam hal ini, dukungan dari keluarga, teman, dan guru berfungsi sebagai faktor pelindung (*protective factor*) yang membantu remaja merasa lebih berharga dan diterima dalam lingkungan sosialnya (Sarafino & Smith, 2014). Bagi remaja yang menjadi korban *bullying*, bantuan dari lingkungan sekitar sangatlah diperlukan. Dukungan yang diberikan melalui perhatian, penghargaan, bantuan nyata, serta kasih sayang dapat memberikan persepsi bahwa mereka tidak berjuang sendirian dan tetap mendapatkan apresiasi orang lain. Perasaan diterima secara positif mendorong individu untuk membangun penilaian diri yang lebih positif dalam dirinya.

Peran dukungan sosial juga mencakup kemampuan untuk membantu individu meregulasi tekanan emosional yang muncul akibat pengalaman *bullying*. Dengan adanya dukungan tersebut, remaja menunjukkan kapasitas yang lebih mumpuni ketika berinteraksi dengan lingkungan sosial di sekitarnya. Dalam situasi ini, dukungan sosial berfungsi sebagai elemen pelindung yang mampu memperbaiki pandangan negatif terhadap diri sendiri melalui pemberian apresiasi, penerimaan, serta validasi dari lingkungan sekitarnya. Kehadiran dukungan dari keluarga, teman sebaya, serta tenaga pendidik tidak hanya membantu menurunkan beban psikologis, tetapi juga memperkuat harga diri (*self-esteem*) dan ketangguhan (*resiliensi*). Hal ini pada akhirnya mendorong terbentuknya identitas diri yang lebih adaptif. Oleh sebab itu, dukungan sosial tidak sekadar menjadi sumber bantuan dari luar, melainkan menjadi mekanisme internal bagi remaja yang sangat memengaruhi cara

individu memaknai setiap pengalaman buruk yang dialami, serta bagaimana mereka mengintegrasikan pengalaman tersebut ke dalam proses pembentukan jati diri yang lebih utuh.

Secara teoritis dukungan sosial telah banyak dibahas dalam literatur psikologi, dan berbagai teori telah diusulkan untuk menjelaskan perannya dalam kesehatan mental. sejumlah penelitian sebelumnya telah mengeksplorasi hubungan dukungan sosial dengan identitas diri. Dalam penelitian Harefa & Rozali (2020) menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi signifikan dalam pembentukan konsep diri remaja korban *bullying*. Dukungan sosial yang signifikan pada remaja korban perundungan baik melalui manifestasi atensi orang tua, bantuan instrumental rekan sebaya, maupun bimbingan edukatif dari tenaga pendidik berimplikasi pada eskalasi afeksi positif dalam kondisi psikologis individu tersebut. Sejalan dengan hal ini, Penelitian sebelumnya juga dilakukan oleh Putra (2019), yang menunjukkan adanya hubungan linear positif antara dukungan sosial dan koherensi identitas diri, hal ini mengindikasikan bahwa peningkatan intensitas dukungan sosial berkorelasi signifikan dengan penguatan identitas diri, sementara rendahnya dukungan sosial juga berimplikasi pada rendahnya stabilitas identitas diri.

Meskipun banyak penelitian telah menunjukkan pentingnya dukungan sosial dalam mengurangi dampak *bullying*, mayoritas studi terdahulu cenderung membatasi ruang lingkupnya pada kaitan antara dukungan sosial dengan indikator kesehatan mental, seperti tingkat stres, kecemasan, serta depresi (Ringdal et al, 2021). Aspek yang masih jarang disoroti secara mendalam adalah bagaimana *bullying* sebenarnya bisa merusak fondasi diri remaja, yakni dalam proses pencarian identitas dirinya. Ketika remaja secara berulang mendapatkan perlakuan perundungan atau *bullying* hingga menyebabkan trauma, maka mereka akan cenderung percaya pada label negatif yang diberikan lingkungan, akibatnya mereka kesulitan untuk mengenali potensi dirinya dan tujuan hidup mereka di masa depan. Padahal, dalam perspektif perkembangan psikososial, pembentukan identitas diri menjadi prioritas perkembangan yang harus dicapai pada masa remaja (Erikson, 1968). Ketika remaja mengalami *bullying* dan tidak menerima dukungan sosial

mereka cenderung mengalami hambatan dalam membangun identitas diri yang positif, sehingga menyebabkan kebingungan identitas. Inilah yang menjadi fokus utama penelitian ini. Peneliti ingin mengetahui lebih dalam dampak *bullying* bukan sekadar masalah emosi sesaat, melainkan ancaman serius bagi perkembangan identitas diri remaja. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan perspektif baru bahwa adanya dukungan sosial mampu membuat remaja korban *bullying* bangkit kembali untuk bisa membangun identitas dirinya yang positif.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah yang diajukan adalah sejauh mana signifikansi hubungan antara dukungan sosial dengan perkembangan identitas diri pada remaja korban perundungan (*bullying*)?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan pembuktian empiris mengenai hubungan antara adanya dukungan sosial dengan identitas diri pada remaja korban *bullying*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoretis, hasil studi ini diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap pengembangan psikologi klinis dan perkembangan, terutama dalam memperluas gambaran atau perspektif baru mengenai hubungan dukungan sosial dengan identitas diri pada remaja yang mengalami perlakuan *bullying*.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi remaja korban *bullying*

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan bagi remaja korban *bullying* mengenai pentingnya dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dan juga lingkungan sekitar, sehingga dapat membantu remaja dalam memahami kondisi diri dan membangun identitas diri yang positif.

b. Bagi orang tua dan keluarga

Temuan penelitian ini dapat menjadi acuan bagi lingkungan keluarga untuk lebih memahami peran penting dukungan emosional, perhatian, dan komunikasi terbuka dalam membantu anak melewati masa sulit akibat *bullying*.

c. Bagi lembaga atau instansi

Memberikan masukan bagi lembaga layanan psikologi, organisasi anak, maupun instansi pemerintahan terkait pentingnya dukungan sosial dalam upaya rehabilitasi dan pendampingan korban *bullying*, sehingga dapat mengurangi risiko permasalahan psikososial di masa depan.