

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Salah satu fenomena yang menyita perhatian di dunia pendidikan pada saat ini adalah tentang kekerasan di sekolah yang dilakukan oleh guru terhadap siswa nya, maupun siswa terhadap siswa yang lainnya (Wiyani, 2014). Kasus-kasus kekerasan tidak saja mencoreng citra dunia pendidikan akan tetapi juga menimbulkan permasalahan yang lebih besar (Wiyani, 2014). Lebih lanjut Wiyani (2014) mendefinisikan kekerasan sebagai suatu perbuatan atau tindakan yang menyebabkan timbulnya gangguan fisik maupun mental pada korban karena perlakuan negatif seseorang ataupun kelompok. Salah satu kekerasan yang terjadi di dunia pendidikan Indonesia adalah sering terjadi peristiwa *bullying* dan tidak diketahui orang tua dari korban maupun pihak sekolah (Margaretha & Herdyanti, 2016). Menurut Rigby (2007) *bullying* adalah penindasan yang dilakukan secara berulang, baik secara psikis atau fisik, terhadap orang yang lemah oleh orang atau kelompok yang lebih berkuasa.

Wiyani (2014) *bullying* sudah lama menjadi suatu permasalahan di sekolah. Masyarakat lebih mengenal *bullying* sebagai pemalakan, pengucilan, intimidasi pada seseorang dan lain-lain. Akan tetapi bentuk dari *bullying* lebih dari itu

karena mencakup bentuk penggunaan kekuatan ataupun kekuasaan untuk menyakiti orang lain sehingga memberikan dampak yang negatif bagi orang tersebut. Perilaku *bullying* tidak terlepas dari adanya hubungan dengan keluarga, teman, sekolah dan komunitas sehingga dapat mengakibatkan adanya kemungkinan pelaku dan korban *bullying* dalam lingkup tersebut. Hal itu mengakibatkan rasa tertekan pada korban *bullying* (Swearer & Hymel, 2015).

Remaja menjadi korban *bullying* karena berasal dari latar belakang yang berbeda dari kebanyakan orang di lingkungannya (Margaretha, 2016). Korban *bullying* merasa tidak nyaman serta takut bahkan menganggap dirinya tidak berharga. Selain itu korban juga memiliki permasalahan dalam bersosialisasi sehingga mengasingkan diri (Juwita & Kustanti, 2018). SEJIWA (dalam Herdyanti & Marghareta, 2016) mengungkapkan bahwa korban *bullying* memiliki karakteristik yang berbeda dari teman-temannya yang lain, cara berkomunikasi dan bentuk fisik sering kali menjadi ejekan dalam bentuk verbal.

Menurut DP3AP2KB Sleman pada tahun 2018 kasus *bullying* di usia anak-anak hingga remaja tercatat cukup tinggi. Direktur UNICEF Perwakilan Pulau Jawa, Arie Rukmanta menyatakan bahwa sebagian remaja berusia 13-17 tahun di Yogyakarta pernah menjadi korban *bullying* di sekolah. Wiyani (2014) mengungkapkan data kekerasan yang dilakukan sesama siswa tercatat sebesar 41,2% untuk tingkat SMP dan 43,7% untuk tingkat SMA dengan kategori tertinggi kekerasan psikologis berupa pengucilan. Peringkat kedua ditempati kekerasan verbal (mengejek) dan terakhir kekerasan fisik (memukul). Gambaran kekerasan di SMP di tiga kota besar, yaitu Yogya: 77,5% (mengakui ada

kekerasan) dan 22,5% (mengakui tidak ada kekerasan); Surabaya: 59,8% (ada kekerasan); Jakarta: 61,1% (ada kekerasan).

*Bullying* disebut salah satu bentuk perilaku agresif yang banyak memiliki dampak negatif bagi korbannya (Wiyani, 2014). Dampak yang dialami korban *bullying* salah satunya adalah mengalami berbagai gangguan seperti *psychological well being* yang rendah dimana korban merasa ketakutan, tidak nyaman, rendah diri serta penyesuaian diri yang buruk karena korban takut ke sekolah. Korban juga menghindari interaksi dengan orang lain, prestasi akademik menurun karena menurunnya konsentrasi belajar bahkan memiliki pemikiran untuk bunuh diri karena menghadapi tekanan yang berat (Wiyani, 2014). Jewel (dalam Juwita & Kustanti, 2018) siswa yang menjadi korban *bullying* memiliki *psychological well being* yang rendah dibandingkan yang tidak mengalami *bullying*.

*Psychological well being* merupakan suatu keadaan seseorang individu bahwa memiliki tujuan hidup, menyadari potensi yang dimiliki, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain dan bertanggung jawab terhadap kehidupannya sendiri (Ryff, 1995). Dimensi *psychological well being* menurut (Ryff, 1995) yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Dimensi penerimaan diri adalah sikap positif terhadap diri sendiri, menerima kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki, dan menerima pengalaman masa lalu dengan baik. Dimensi hubungan positif dengan orang lain ditandai dengan memiliki hubungan yang hangat, saling menghormati, dan saling percaya pada orang lain. Dimensi otonomi meliputi mampu untuk bersikap mandiri, mampu menahan tekanan sosial

dalam berpikir dan bertindak dengan cara tertentu. Dimensi penguasaan lingkungan adalah kemampuan untuk memanfaatkan peluang disekitar secara efektif. Dimensi tujuan hidup adalah memiliki tujuan dalam hidup dan perasaan terarah membuat ada makna untuk kehidupan sekarang dan masa lalu. Dimensi pertumbuhan pribadi adalah memiliki perasaan pengembangan berkelanjutan.

Berdasarkan penelitian Lisnawati & Rahmah (2018) pada siswa MAN di dapatkan 20% siswa memiliki kondisi *psychological well being* yang tinggi, 64,4% memiliki *psychological well being* yang sedang dan 15,5% termasuk dalam kategori rendah. Hasil penelitian Wahyuni & Maulida (2019) pada siswa SMA negeri se-Jakarta Pusat di dapatkan hasil 14% memiliki *psychological well being* yang tinggi, 73% memiliki *psychological well being* sedang dan 13% memiliki *psychological well being* yang rendah.

Hal tersebut di perkuat dengan pengambilan data awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 23 Juli 2020 kepada 15 siswa SMA yang ada di Yogyakarta berdasarkan 6 aspek. 8 dari 15 siswa masih memiliki aspek penerimaan diri yang rendah. Hal ini berdasarkan pernyataan para siswa bahwa pernah menjadi korban *bullying*, sehingga belum bisa menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Siswa belum bisa menerima kelebihan dan kekurangan dikarenakan sering di ejek fisiknya dan kemampuan berfikirnya. Untuk aspek hubungan positif dengan orang lain menunjukkan kategori rendah. Berdasarkan pernyataan 7 dari 15 siswa bahwa tidak memiliki teman dekat ataupun teman yang dapat dipercaya. Siswa menyatakan bahwa pernah memiliki teman dekat, kemudian teman tersebut menceritakan rahasianya yang mengakibatkan diejek dan dijauhi oleh teman lainnya. Hal

ini membuat siswa tidak percaya lagi dengan temannya dan juga menghindari interaksi dengan orang lain.

Sementara itu, aspek otonomi yang dimiliki siswa relatif sedang. Siswa belum secara penuh merasakan otonomi atau sikap mandiri dalam menentukan dan menjalani kehidupan. Hal ini ditunjukkan berdasarkan fakta yang didapat bahwa siswa belum mampu mengambil keputusan sendiri. Siswa merasa ragu untuk mengambil keputusan dikarenakan memikirkan pendapat yang buruk dari teman yang *membully* nya. Pada aspek penguasaan lingkungan, siswa masih menunjukkan kategori rendah. Berdasarkan pernyataan 9 dari 15 siswa bahwa kemampuan untuk memanipulasi lingkungan, menggunakan kesempatan yang ada disekitar secara efektif dan sumber daya yang ada dalam rangka mengembangkan dirinya belum begitu dipahami dan belum bisa dimanfaatkan dengan maksimal. Siswa belum bisa memanfaatkan kesempatan yang ada di sekitar secara efektif dikarenakan memikirkan pandangan negatif yang di dapatkan dari teman yang *membully* nya.

Data yang diperoleh berdasarkan aspek tujuan hidup 7 dari 15 siswa menyatakan bahwa belum memiliki tujuan hidup yang jelas. Hal ini dikarenakan dengan banyaknya aktifitas yang harus di jalani dan merasa tertekan karena perlakuan *bullying* sehingga menjadikan tujuan hidup yang telah di atur sering berubah-ubah. Sementara aspek pertumbuhan pribadi menunjukkan bahwa 7 dari 15 siswa belum mampu mengembangkan kemampuan yang dimiliki serta kurang terbuka pada pengalaman baru, belum melihat diri sebagai individu yang bertumbuh dan berkembang, melihat perkembangan dalam diri dan perilaku sepanjang waktu.

Siswa belum mampu untuk mengembangkan kemampuannya sehingga takut dan tertekan untuk menunjukkan potensi yang dimiliki akibat perlakuan dari *bullying*.

Dari hasil wawancara tersebut, peneliti mendapatkan hasil bahwa dari 6 aspek bahwa *psychological well being* yang dimiliki oleh siswa korban *bullying* mengalami permasalahan. Keenam aspek tersebut yakni penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.. Hal tersebut dapat menjadi indikator bahwa *psychological well being* yang dimiliki oleh siswa korban *bullying* relatif rendah.

Secara keseluruhan, konsep *psychological well being* berkaitan dengan persepsi subyektif yang dimiliki seseorang atas pencapaiannya sendiri dan sejauh mana ia puas dengan tindakannya di masa lalu, sekarang, dan masa depan (Wells, 2010). Seseorang individu dikatakan sejahtera ketika dapat berfungsi secara optimal (Ryan & Deci, 2001). *Psychological well being* yaitu suatu kondisi seorang individu yang sehat ditandai dengan berfungsinya aspek-aspek psikologis sehingga mencapai aktualisasi diri yang baik. Seharusnya seseorang yang memiliki *psychological well being* yang baik akan mampu mencapai tugas perkembangan dengan baik (Batubara, 2019).

Seseorang yang memiliki *psychological well being* yang baik maka dapat menghadapi berbagai permasalahan yang dialami (Riani, 2016). *Psychological well being* dapat membantu siswa dalam menumbuhkan emosi positif, puas akan hidupnya dan hidup bahagia, dapat mengurangi tingkat stress maupun depresi dan menghilangkan perilaku negatif. *Psychological well being* penting bagi siswa karena memiliki arti merasa puas dengan kehidupannya, memiliki emosi yang

positif, tidak mengalami gangguan, prestasi akademik yang baik, memiliki keterampilan sosial, kesehatan fisik, menjadi tahapan dasar yang kuat untuk kepribadian di masa depan dan dapat melewati periode kritis supaya memiliki tujuan hidup, nilai-nilai arah dan tujuan dalam kehidupan sehingga menciptakan *psychological well being* (Khan dkk, 2015). Menurut Rigby (dalam Juwita & Kustanti, 2018) korban *bullying* memiliki *psychological well being* yang rendah hal tersebut dapat mempengaruhi prestasi akademiknya karena korban kesulitan berkonsentrasi dalam belajar, selain itu korban juga memiliki keinginan untuk bunuh diri daripada harus menghadapi tekanan berupa hinaan dan hukuman dari orang yang *membully* nya.

Faktor yang mempengaruhi *psychological well being* menurut Ryff (1995) adalah : perbedaan usia, perbedaan jenis kelamin dan perbedaan budaya. Faktor lain menurut hasil penelitian Barcaccia dkk (2017) adalah pemaafan, faktor lainnya dari hasil penelitian adalah kematangan karir (Nugrahaini & Sawitri, 2015). Kemudian faktor lainnya dari hasil penelitian menurut Ratnayanti & Wahyuningrum (2016) adalah *gratitude*.

Dalam hal ini peneliti memilih faktor pemaafan sebagai faktor yang mempengaruhi *psychological well being* adalah pemaafan karena berdasarkan hasil penelitian Barcaccia dkk (2017) menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara pemaafan dengan *psychological well being*. Berdasarkan hipotesis dalam penelitiannya, ditemukan bahwa remaja korban *bullying* yang memberi maaf kepada pelaku *bullying* menunjukkan tingkat depresi, kemarahan, serta masalah perilaku lebih rendah dibandingkan yang tidak memberi maaf.

Pemaafan merupakan motivasi untuk merubah seseorang agar tidak melakukan balas dendam pada orang yang pernah menyakiti serta membangun hubungan baik dengan orang tersebut (McCullough, 2010; 2012). Adapun aspek pemaafan menurut McCullough (1998;2012) terbagi menjadi 3, aspek pertama yaitu *avoidance motivation* merupakan suatu keadaan seorang individu untuk tidak menghindari orang yang telah menyakiti. Aspek kedua yaitu *revenge motivation* merupakan menurunnya motivasi untuk membalas dendam pada orang yang telah menyakiti. Aspek terakhir yaitu *benevolence motivation* merupakan suatu keinginan untuk menjalin hubungan baik dengan orang yang telah menyakiti.

Korban *bullying* akan mengalami perasaan yang tidak nyaman sehingga penyesuaian sosialnya buruk, lebih parah lagi jika korban *bullying* tidak mau ke sekolah (Juwita & Kustanti, 2018). Menurut Rigby (dalam Juwita & Kustanti, 2018) korban juga mengalami penurunan prestasi akademik dan mengalami kesulitan berkonsentrasi dan yang paling parah memiliki keinginan untuk bunuh diri. Jika hal tersebut dibiarkan maka akan memberikan dampak negatif pada *psychological well being* korban *bullying* (Juwita & Kustanti, 2018). Dalam penelitian Astuti & Marettih (2018) menyatakan bahwa pemaafan berkaitan dengan *psychological well being* pada remaja di panti asuhan. Jika memiliki pemaafan yang tinggi maka akan memiliki kepuasan hidup yang tinggi, terhindar dari *stress* maupun depresi sehingga mencapai *psychological well being* yang optimal.

Hal ini juga di dukung oleh penelitian Juwita & Kustanti (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara pemaafan dengan *psychological well being* pada korban *bullying* di SMA swasta di Kecamatan Kota Kendal. Semakin tinggi pemaafan maka semakin tinggi *psychological well being* yang dimiliki oleh korban *bullying* di SMA swasta di Kecamatan Kota Kendal. Sebaliknya semakin rendah pemaafan maka semakin rendah *psychological well being* yang dimiliki oleh siswa korban *bullying* SMA Swasta di Kecamatan Kota Kendal.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis mengajukan rumusan permasalahan “ Apakah terdapat hubungan antara pemaafan dengan *psychological well being* pada siswa korban *bullying* di SMA “X” ?”

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pemaafan dengan *psychological well being* pada siswa korban *bullying* di SMA “X”

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi pengembangan pengetahuan khususnya psikologi klinis yaitu hubungan antara pemaafan dengan *psychological well being* pada siswa korban *bullying* di SMA “X”.

#### **b. Manfaat Praktis**

Jika penelitian ini terbukti, maka dapat dijadikan bahan masukan dan menjadi informasi bagi siswa, guru dan peneliti selanjutnya mengenai

hubungan antara pemaafan dengan *psychological well being* pada siswa korban *bullying* di SMA “X”.