

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Salah satu fase dalam rentang kehidupan individu adalah masa remaja. Masa remaja dimulai dengan perubahan fisik yang cepat, seperti pertumbuhan tinggi badan dan berat badan yang signifikan, perubahan bentuk tubuh, serta perkembangan ciri-ciri seksual, seperti pertumbuhan payudara, dan perkembangan rambut kemaluan dan wajah (Santrock, 2010). Menurut Batubara (2016) ciri khas dari masa remaja awal dicirikan oleh perubahan- perubahan psikologis, seperti krisis identitas, kestabilan jiwa yang berfluktuasi, peningkatan kemampuan verbal untuk mengekspresikan diri, pentingnya hubungan dekat dengan teman atau sahabat, penurunan rasa hormat terhadap orang tua, terkadang bersikap kasar, menunjukkan kesalahan orang tua, mencari kedekatan dengan orang lain yang dicintai selain orang tua, kecenderungan untuk bersikap anak-anakan, dan adanya pengaruh teman sebaya dalam minat dan gaya berpakaian.

Pada periode remaja awal, yang berlangsung pada usia 12-15 tahun, remaja tersebut umumnya masih berada di lingkungan sekolah menengah pertama. Pada fase ini, remaja mengalami masa pubertas yang ditandai oleh perubahan dan perkembangan fisik, psikologis, dan sosial dalam diri remaja (Sarwono, 2011). Selain itu menurut Wendari, Badrujaman, & Sismiati (2016) menjelaskan bahwa perubahan dan perkembangan yang terjadi pada siswa menjadikan masa sekolah Menengah Pertama (SMP) menarik perhatian karena memiliki karakteristik yang khas. Pada tahap remaja awal, perkembangan emosi cenderung sensitif dan kritis. Perasaan ini seringkali negatif dan mudah berubah, membuat remaja lebih temperamental. Dalam hal ini dapat

mengakibatkan lemahnya dalam pengelolaan emosi yang dapat memicu berbagai masalah di kalangan remaja, seperti terjadinya *bullying* yang belakangan ini kembali mencuat di media. Budaya *bullying* yang terjadi dengan alasan senioritas masih terus berlangsung di kalangan pelajar. *Bullying* sendiri merupakan bentuk kekerasan anak (child abuse) yang dilakukan oleh teman sebaya terhadap anak lain yang dianggap lebih lemah atau lebih rendah untuk memperoleh keuntungan atau kepuasan tertentu, dan biasanya terjadi secara berulang (Yuliani, 2019). Menurut Rigby (2007) *bullying* adalah pengalaman penekanan atau penindasan berulang yang diterima secara psikologis atau fisik oleh korban yang memiliki kekuatan atau kekuasaan yang kurang, dan ini dilakukan oleh individu atau kelompok yang memiliki kekuatan atau kekuasaan yang lebih besar. Adapun 4 aspek aspek *bullying* antara lain yaitu bentuk verbal, bentuk fisik, bentuk isyarat tubuh dan bentuk berkelompok.

*Bullying* dapat menimpa siapa saja, namun biasanya korban adalah individu dengan sifat yang cenderung pasif. Karakteristik korban meliputi kelemahan fisik atau mental dibandingkan pelaku, dengan korban yang memiliki rasa cemas, sifat pendiam, takut menghadapi konflik, mudah menangis, kurangnya selera humor, memiliki sedikit teman, serta pandangan negatif terhadap diri sendiri seperti merasa tidak menarik, bodoh, atau gagal. Selain itu, korban jarang melaporkan kejadian *bullying* karena khawatir akan mendapatkan balasan dari pelaku (Harris dan Petrie, 2003). Menurut Murphy & Bannas dalam Herdyanti & Margaretha (2017) remaja yang menjadi korban *bullying* umumnya memiliki karakteristik tertentu yang membuat korban rentan terhadap perlakuan tersebut. Biasanya, korban memiliki perbedaan dalam hal penampilan atau kebiasaan sehari-hari. Faktor seperti latar belakang, suku, agama, atau budaya yang menjadikan korban merasa minoritas di

lingkungan sekitar ini juga dapat memicu perundungan. Selain itu, anak muda dengan bakat atau kemampuan istimewa sering kali menjadi sasaran terhadap intimidasi. Jika situasi ini terjadi, korban dapat mengalami dampak fisik maupun psikologis yang berkontribusi pada rendahnya tingkat kepercayaan diri. Akibatnya, korban yang mengalami *bullying* cenderung menjadi tertutup dan menarik diri dari lingkungan sosial, yang semakin memperburuk kepercayaan dirinya dan menimbulkan perasaan tidak berharga (Syahra, Putri, & Setiawan, 2024).

Menurut Wahyuhadi (2015) kepercayaan diri merupakan suatu kondisi psikologis dari sesuatu hal yang bersifat bawaan, namun merupakan sesuatu yang dibentuk melalui interaksi dan berkembang melalui proses. Menurut Lauster (2012) kepercayaan diri adalah suatu sikap atau keyakinan terhadap kemampuan individu. Kepercayaan diri yang dimiliki seseorang bukanlah sifat bawaan dari orang tuanya, melainkan hasil dari pengalaman hidup yang dialami. Kepercayaan diri adalah suatu atribut yang timbul seiring waktu pada setiap individu, dipengaruhi oleh gabungan pola asuh dan peristiwa dalam rentang perkembangannya. Individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi umumnya merasa yakin akan kemampuannya, yang kemudian tercermin dalam tingginya tingkat keberanian, kualitas hubungan sosial, tanggung jawab, dan harga diri yang dimiliki (Perdana, 2019). Lauster (2012) menjelaskan bahwa terdapat 5 aspek pada kepercayaan diri yaitu: Keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, serta rasional.

Menurut Surya (2009) kepercayaan diri seseorang terbentuk secara bertahap melalui proses pembelajaran dan pengalaman hidup. Kepercayaan diri ini juga berasal dari beberapa faktor. Faktor dari kepercayaan diri yang terpenting yaitu

dari pengalaman pribadi pada kehidupannya, dengan pengalaman sukses meningkatkan berkembangnya rasa percaya diri yang tinggi, sedangkan pengalaman tidak berhasil memberikan hasil atau akibat terhadap pesan sosial yang diterima dari orang lain. Purnawan dalam Fitri, Zola, & Ifdil (2018) berpendapat bahwa rasa percaya diri dapat dipengaruhi oleh pengaruh lingkungan, seperti seringnya diremehkan dan dikucilkan oleh teman sebaya, pola asuh orang tua yang sering melarang atau mengekang aktivitas anak, orang tua yang selalu memarahi kesalahan anak, tetapi tidak pernah memberi penghargaan apabila anak melakukan hal yang positif, kurang kasih sayang, trauma kegagalan dimasa lalu, dan trauma dipermalukan atau dihina di depan umum.

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 20-23 maret 2024 kepada 10 remaja yang mengalami korban *bullying* yang berusia 12-15 tahun yang ada di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan menggunakan 5 aspek kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Lauster (2012). Hasil menunjukkan pada aspek keyakinan terhadap kemampuan diri, bahwa 7 remaja tersebut cenderung tidak terpenuhi kurangnya pengalaman positif dan dukungan dari lingkungan sekitar yang dapat memperkuat keyakinan terhadap kemampuan diri subjek sendiri. Sedangkan 3 subjek masih bisa memiliki keyakinan yang cukup terhadap kemampuan dirinya karena memiliki pengalaman sukses sebelumnya dan mendapatkan dukungan emosional yang memadai dari keluarga dan teman-teman.

Pada aspek optimis, didapatkan bahwa 8 dari 10 remaja cenderung tidak terpenuhi karena seringnya mengalami kegagalan dan kritik yang membuat subjek merasa pesimis terhadap masa depannya. Sebaliknya, 2 remaja menunjukkan optimis yang terpenuhi karena memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri dan

masa depan nya, serta mendapatkan dorongan semangat yang terus menerus dari orang-orang terdekat. Berdasarkan hasil wawancara menunjukkan adanya permasalahan kepercayaan diri pada remaja. Subjek lebih sering merasa kurang mampu dan pesimis dalam menghadapi tantangan sehari-hari.

Dalam hal ini kepercayaan diri memiliki peran krusial dalam menghadapi kehidupan sehari-hari, sehingga menjadi penting bagi setiap individu untuk membangun rasa percaya diri dalam dirinya. Remaja awalnya percaya pada dirinya sendiri, namun kegagalan di masa depan atau dari pengalaman pahit yang dialami secara bertahap mengurangi kepercayaan dirinya. Ma'rufi,dkk dalam Oktavianto, Melinda & Timiyatun (2023) dari hasil penelitiannya mengatakan bahwa penyebab kepercayaan diri rendah dapat beraneka macam, bisa saja dari pengalaman yang kurang menyenangkan, pengalaman pahit yang didapatkan dalam pergaulan atau lingkungannya, seperti mengalami *bullying* dalam kehidupannya, dari pengalaman tersebut sehingga pada korban yang mengalaminya pada rasa percaya dirinya menurun dan korban memiliki trauma yang mungkin sulit untuk dihilangkan, selain itu juga dari pola asuh orang tua serta dari keadaan fisik atau tubuhnya yang membuat dirinya merasa kurang percaya diri. Bagi individu yang mengalami pengalaman menjadi korban *bullying* tentunya akan selalu menjadi memori traumatis yang masih membekas dan tidak bisa dilupakan meskipun pengalaman tersebut sudah berlalu, hal ini akan berdampak pada suatu lingkungan sosial yang menimbulkan ketakutan bagi korban *bully* dan mengakibatkan rasa kepercayaan dirinya menurun. Dengan memiliki pengalaman *bullying* dapat membentuk pola hubungan interpersonal yang buruk, membuat sulit bagi korban untuk mempercayai orang lain. Dalam hal ini percaya diri dianggap sebagai modal utama dalam mencapai perkembangan diri yang optimal.

Hal ini diperkuat dari hasil penelitian oleh Rahmah, Khodijah & Mansur (2021) menjelaskan bahwa pengalaman dengan *bullying* mempunyai hubungan dengan kepercayaan diri siswa. Artinya semakin besar intensitas pengalaman dengan *bullying* maka semakin rendah kepercayaan diri, tetapi sebaliknya semakin rendah intensitas pengalaman dengan *bullying* maka semakin tinggi kepercayaan diri. Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizal (2013) menemukan adanya korelasi positif antara tingkat *bullying* dengan kepercayaan diri siswa. Artinya semakin rendah tingkat *bullying* maka semakin tinggi pula kepercayaan diri siswa. Selain itu, pada penelitian Rayani (2017) menyatakan bahwa responden yang memiliki tingkat *bullying* tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang rendah. Kondisi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kesulitan remaja dalam mengungkapkan perasaan, kondisi di luar lingkungan sekolah, dan pengalaman buruk di masa lalu, seperti pernah menjadi korban *bullying*.

Berdasarkan latar belakang permasalahan maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara pengalaman *di-bully* dengan kepercayaan diri pada remaja awal korban *bullying*?

## **B. Tujuan dan Manfaat**

### **1. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengalaman *di bully* dengan kepercayaan diri pada remaja awal korban *bullying*.

### **2. Manfaat Penelitian**

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

Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat pada pengembangan ilmu psikologi, pendidikan, sosial, dan perkembangan dalam hal mengetahui hubungan antara *bullying* dengan kepercayaan diri pada remaja awal korban *bullying*.

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

##### **1. Bagi remaja**

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam bagi remaja yang menjadi korban *bullying* mengenai bagaimana pengalaman *bullying* memengaruhi kepercayaan dirinya. Dengan memahami hubungan ini, remaja dapat lebih menyadari pentingnya dukungan sosial dan cara-cara untuk membangun kembali rasa percaya diri. Penelitian ini juga dapat mendorong remaja untuk lebih terbuka dalam mencari bantuan jika mereka menghadapi masalah serupa.

##### **II. Bagi Praktisi**

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi praktisi di sekolah atau lembaga lainnya untuk lebih efektif dalam merancang intervensi yang mendukung korban *bullying*. Praktisi dapat menggunakan temuan penelitian untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri remaja, serta mengembangkan pendekatan yang lebih tepat dalam membantu korban *bullying* untuk meningkatkan rasa percaya dirinya. Dengan demikian, dapat memberikan dukungan emosional dan psikologis yang lebih sesuai dengan kebutuhan individu korban *bullying*.

