BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Sekolah merupakan salah satu wadah yang dapat digunakan untuk mengembangakan potensi dan mendapatkan ilmu bagi siswa. Sekolah seharusnya mampu menciptakan atmosfir yang menyenangkan, aman, nyaman dan mampu menjadi wadah untuk mengembangkan potensi yang dimiliki siswa. Hal ini sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, dalam Pasal 3 UU Sisdiknas No. 20 tahun 2003 sebagai berikut: "Pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab".

Namun, kerap terjadi tindakan kekerasan di sekolah yang mengakibatkan korban jiwa. Berdasarkan penelitian dari Yayasan Semai Jiwa Aminin (SEJIWA) pada tahun 2008, diketahui bahwa tidak ada satu pun sekolah di Indonesia yang bebas dari tindakan kekerasan. Kekerasan atau *bullying* di institusi pendidikan bisa dilakukan oleh siapa saja, baik antarteman, antarsiswa, antargeng di sekolah, kakak kelas, bahkan guru. Lokasi kejadiannya mulai dari ruang kelas, toilet, kantin, halaman, pintu gerbang, bahkan di luar pagar sekolah. Akibatnya, sekolah bukan lagi tempat yang menyenangkan bagi siswa, tetapi justru menjadi tempat yang menakutkan dan membuat trauma (Mudjijanti, 2011). Hal ini bertentangan dengan

Pasal 54 UU No. 23 tahun 2002 tentang Perlindungan Anak disebutkan bahwa: “Anak di dalam dan di lingkungan sekolah wajib dilindungi dari tindakan kekerasan yang dilakukan oleh guru, pengelola sekolah atau teman-temannya di dalam sekolah yang bersangkutan, atau lembaga pendidikan lainnya”.

Bullying menurut Olweus (1993) adalah suatu perilaku negatif berulang yang bermaksud menyebabkan ketidaksenangan atau menyakitkan yang dilakukan oleh orang lain oleh satu atau beberapa orang secara langsung terhadap seseorang yang tidak mampu melawannya. Menurut *American Psychiatric Association* (APA) (dalam Stein dkk., 2006), *bullying* adalah perilaku agresif yang dikarakteristikkan dengan 3 kondisi yaitu (a) perilaku negatif yang bertujuan untuk merusak atau membahayakan (b) perilaku yang diulang selama jangka waktu tertentu (c) adanya ketidakseimbangan kekuatan atau kekuasaan dari pihak – pihak yang terlibat.

Beberapa bentuk perilaku yang terlihat pada tindakan *bullying* yaitu memukul atau memanggil nama seseorang yang membuat orang tersebut menjadi marah, tersakiti, atau merasa terganggu (Liness dalam Wahyuni & Asra, 2014). Olweus (1995) juga menjelaskan beberapa bentuk perilaku *bullying* yang membedakannya dengan perilaku agresif secara umum, antara lain: (1) Adanya perilaku agresif dan sengaja “melakukan kejahatan”, (2) Dilakukan secara berulang-ulang atau berkali-kali, (3) Hubungan interpersonal yang ditandai dengan ketidakseimbangan kekuatan, dan (4) Mengakibatkan dampak negatif bagi korban.

Smokowski (dalam Surilena, 2016) menyatakan bahwa perilaku *bullying* bisa secara fisik (memukul, menendang, menggigit, dan lainnya), secara verbal (mengolok-

olok, mengancam, dan lainnya) atau segala jenis perilaku yang membahayakan atau mengganggu, perilaku tersebut berulang dalam waktu berbeda dan terdapat kekuatan yang tidak seimbang. Selain itu, terdapat pula bentuk *direct bullying* dan *indirect bullying*. *Direct bullying* merupakan perilaku *bullying* yang bersifat langsung, verbal, ataupun fisik. *Indirect bullying* atau *relational bullying* merupakan jenis *bullying* yang kurang kasat mata, namun dampaknya bagi korban sama buruknya. Jenis *bullying* lain merupakan perundungan yang bersifat sosial yang terkait dengan penggunaan internet yang lebih dikenal dengan *cyberbullying* (Boyle dalam Surilena, 2016).

Remaja yang menjadi korban *bullying* mengalami kesulitan bersosialisasi, menutup diri, cemas, depresi, ide atau usaha bunuh diri, gangguan makan, penyalahgunaan zat, gejala somatik (penurunan nafsu makan, nyeri kepala, gangguan tidur, nyeri perut, dan mudah lelah), penyalahgunaan zat, serta gangguan mental lainnya (Magklara, Skapinakis, dkk.; Maliki, Asagwara, dkk., dalam Surilena, 2016). Dampak perilaku *bullying* pada masa kanak-kanak atau remaja dapat berlanjut dan menetap sampai dewasa. Klomek, dkk (2007) menyatakan bahwa 57% orang dewasa yang pernah mengalami perundungan saat usia kanak-kanak atau remaja melaporkan saat dewasa mengalami depresi, *self-esteem* rendah, dan kesulitan interpersonal.

Lund, dkk. (2012) menyatakan bahwa korban *bullying* rentan untuk memiliki ide atau percobaan bunuh diri serta melakukan pembalasan. Dampak yang terkait dengan perilaku *bullying* pada remaja adalah rasa kesepian, pencapaian akademik buruk, kesulitan penyesuaian (adaptasi), peningkatan risiko penggunaan obat-obatan atau alkohol, keterlibatan dalam tindakan kriminal dan kerentanan depresi dibandingkan

dengan anak atau remaja lain yang tidak terlibat *bullying*. Kim dkk. (dalam Surilena, 2016) menyatakan bahwa korban *bullying* memiliki risiko 1,5-3,5 kali mengalami kecemasan dibandingkan dengan yang tidak terlibat *bullying*.

Penelitian yang dilakukan oleh Yayasan Semai Jiwa Amini (SEJIWA) pada tahun 2008 tentang kekerasan *bullying* di tiga kota besar di Indonesia, yaitu Yogyakarta, Surabaya, dan Jakarta mencatat terjadinya tingkat kekerasan sebesar 67,9 di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) dan 66,1% di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Kekerasan yang dilakukan semasa 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 Yogyakarta : 77,5% (mengakui ada kekerasan) dan 22,5% (mengakui tidak ada kekerasan); Surabaya : 59,8% (ada kekerasan); Jakarta : 61,1% (ada kekerasan).

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Kardiana tentang tingkat depresi terhadap perilaku *bullying* pada siswa, ditemukan sebesar 28,4% siswa menjadi korban *bullying* dengan intensitas ringan dan 6,3% siswa menjadi korban *bullying* dengan intensitas sedang dan siswa lainnya tidak pernah mengalami perilaku *bullying*. Tingkat depresi pada korban *bullying* ditemukan 26,3% depresi ringan, 14,7% depresi sedang dan responden lainnya normal. Kecenderungan siswa yang mengalami perilaku *bullying* intensitas sedang mengalami depresi sedang sebesar 66,7%, dan dari yang mengalami perilaku *bullying* intensitas ringan sebesar 33,3% mengalami depresi ringan. Siswa yang mengalami perilaku *bullying* intensitas sedang cenderung mengalami depresi

sedang. Perilaku *bullying* yang paling sering dilakukan yaitu *bullying* verbal, diikuti *bullying* fisik.

Bullying dapat menjadi stressor yang mengancam pada remaja sebab penerimaan dari teman sebaya merupakan hal yang sangat penting sehingga pengucilan dapat diartikan sebagai stress, frustasi, dan kesedihan (Santrock, 2003). Penolakan dari teman sebaya akan berakibat pada munculnya masalah psikologis seperti kecemasan, depresi, kesedihan, kesulitan berhubungan dengan oranglain, dan kesepian (Baumeister & Tice, Miller, Laugesen, Antony, & Young dalam Ramadhani & Retnowati, 2013). *Bullying* pada remaja akan menimbulkan konflik, apabila konflik tersebut tidak teratasi dengan baik, maka akan membawa pengaruh yang negatif terhadap kematangan karakter pada remaja atau dapat memicu gangguan mental. Agar masalah *bullying* tidak menimbulkan masalah yang lebih serius dan memicu gangguan mental, akan lebih baik jika seseorang yang mengalami masalah tersebut sesegera mungkin untuk mengatasinya. Apabila tidak mampu menyelesaikan masalah itu sendiri, akan lebih baik jika mencari bantuan orang lain (Hentyan & Karyani, 2017). Menurut Liang, Goodman, Tummala-Narra & Weintraub menyatakan bahwa perilaku mencari bantuan merupakan suatu hal yang penting dilakukan bagi siapapun yang kurang mampu dalam menyelesaikan masalahnya sendiri, hal tersebut menjadikan alasan bahwa mencari bantuan memiliki dampak positif bagi kesehatan mental.

Remaja yang tertekan akan mencari bantuan atau konsultasi dengan anggota keluarga atau teman dibanding menggunakan perawatan kesehatan professional (Daeem dkk., 2016). Remaja mengandalkan teman sebaya untuk memberikan

dukungan yang sebelumnya disediakan oleh keluarga (Frankel, Sebald dalam Ramadhani & Retnowati, 2013). Di dalam mencari bantuan, remaja banyak melakukannya dengan cara bercerita, dengan harapan mendapat bantuan. Houle dkk (2013) menyatakan bahwa remaja memiliki kecenderungan untuk memilih sumber bantuan secara informal, yaitu dari orang-orang terdekat seperti orangtua, teman dan keluarga sebagai sumber bantuan utama. Sedangkan sumber bantuan formal seperti psikolog merupakan pilihan terakhir dalam mengatasi permasalahannya.

Konsep mencari bantuan menjadi populer akhir-akhir ini sebagai salah satu cara untuk memahami perilaku mencari bantuan pada orang-orang yang memiliki masalah, baik secara fisik seperti penderita endometriosis (Manderson, dkk., dalam Nurhayati, 2013), penderita kanker payudara (Hunter, dkk., dalam Nurhayati, 2013), dan penderita alzheimer (Smyth & Milidonis dalam Nurhayati, 2013), maupun secara psikologis seperti pada penderita depresi (Han, dkk; Sherwood; Barney, dkk; Logsdon, dkk; Hammer & Vogel; Mc Cusker & Galupu dalam Nurhayati, 2013), distress emosional (Ishikawa, dkk., dalam Nurhayati, 2013), pejudi (Pulford, dkk., dalam Nurhayati, 2013), masalah – masalah kesehatan mental (rickwood, dkk; doherty & kartaluva o'doherty dalam Nurhayati, 2013), *mental disorder* (Have, dkk., dalam Nurhayati, 2013), serta traumatisasi interpersonal (Schreiber, dkk., dalam Nurhayati, 2013).

Mencari bantuan didefinisikan sebagai proses dalam merespon masalah yang tidak dapat dipecahkan sendiri, meliputi usaha secara aktif dan melibatkan pihak ketiga. Sebagai sebuah proses, perilaku mencari bantuan memiliki 3 karakteristik, yaitu: berorientasi pada masalah, tindakan yang disengaja, serta merupakan instruksi

interpersonal (Cornally & McCarthy, 2011). Definisi tersebut secara jelas mengatakan bahwa perilaku mencari bantuan merupakan tindakan yang disengaja. Memilih secara aktif dan mengejar sumber bantuan diakui oleh para ahli sebagai aspek penting agar terjadi perilaku mencari bantuan (Rickwood, dkk, 2005) dan dapat digambarkan sebagai perilaku yang direncanakan (Cornally & McCarthy, 2011).

Perilaku mencari bantuan mengacu pada kemampuan individu untuk secara aktif mencari bantuan dari orang lain (misalnya, dukungan, informasi, saran, pengobatan) dalam menanggapi masalah atau pengalaman yang menyakitkan (Cornally dan McCarthy, 2011; Rickwood dkk., 2005). Perilaku mencari bantuan juga didefinisikan oleh Rickwood dkk. (2005) sebagai salah satu komunikasi seseorang dengan orang lain untuk mendapatkan bantuan dalam memahami, memberi saran, memberi informasi, mengobati, dan memberi bantuan secara umum dalam menanggapi masalah atau pengalaman menyedihkan yang dialami. Menurut Rickwood, dkk. (2005) bantuan yang dicari seseorang dapat diminta dari sumber bantuan secara; (1) Informal, yang terdiri dari anggota keluarga (orangtua, saudara kandung, keluarga/kerabat) atau rekan – rekan (teman atau sahabat); (2) Formal, yang terdiri dari profesional kesehatan (dokter, psikolog, guru, dan pekerja sosial) dan organisasi berbasis masyarakat. Berbagai studi menunjukkan bahwa mencari bantuan dari sumber bantuan yang tepat dapat mencegah munculnya distres, menimbulkan penyesuaian yang lebih baik, dan mengurangi masalah emosi serta perilaku (Raviv dkk, 2000). Menurut Frydenberg (dalam Barker, 2007) perilaku mencari bantuan pada remaja adalah setiap tindakan yang dilakukan oleh remaja yang memandang dirinya sebagai seseorang yang membutuhkan bantuan

orang lain seperti bantuan psikologis, afektif, atau pelayanan kesehatan maupun sosial dengan tujuan untuk memenuhi kebutuhan secara positif.

Penelitian yang dilakukan oleh Aulia (2014) tentang perilaku mencari bantuan pada remaja yang mengalami kekerasan dengan melibatkan 200 subjek, menunjukkan bahwa laki-laki dan perempuan yang mengalami kekerasan, lebih banyak yang tidak melakukan pencarian bantuan. Senada dengan penelitian diatas, Panglipur (2014) meneliti tentang *help seeking behavior* pada remaja yang mengalami kekerasan dalam berpacaran dengan melibatkan 117 siswa di lima SMA di Surabaya, menunjukkan bahwa remaja yang pernah mengalami kekerasan secara emosional verbal sebesar 82,1%, seksual sebesar 29% dan fisik sebesar 34,1% secara kontinum selama berpacaran. Sumber bantuan utama yang dipilih berasal dari teman, saudara dan orang tua. Pilihan sumber bantuan awal belum tentu dicari kembali oleh remaja laki-laki dan perempuan ketika mengalami kembali kekerasan dalam berpacaran.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada 23 April 2017, subjek N menceritakan bahwa ia mengalami tindakan *bullying* di kelas X SMA. Perlakuan yang ia dapat adalah di olok-olok secara terus menerus karena tubuhnya yang kecil dan hitam, selain itu karena ia memiliki rasa ingin tahu yang tinggi terhadap mata pelajaran, ia sering di olok-olok dengan sebutan si pintar. Hampir seluruh teman sekelasnya tidak mau berteman dan menjadikannya sebagai anggota kelompok apabila diminta guru membentuk kelompok tugas. Subjek merasa rendah diri, sedih dan menyalahkan keadaan yang ia alami. Kemudian ia meceritakan hal yang dialami dan meminta tolong kepada teman dekatnya untuk membantunya, teman tersebut memberikan dukungan

dan menyarankan subjek agar menemui guru BK untuk menceritakan permasalahannya. Guru BK membantu subjek menyelesaikan permasalahan yang ia alami, sehingga kini subjek sudah mulai memiliki teman yang lebih banyak dan mulai merasa percaya diri.

Paparan diatas membuktikan bahwa tidak semua remaja korban *bullying* melakukan *help seeking behavior*, meskipun korban tidak mampu menyelesaikan permasalahannya secara mandiri. Sehingga peneliti tertarik untuk menggali lebih dalam mengenai remaja korban *bullying* yang melakukan *help seeking behavior*. Peneliti hendak memahami secara lebih mendalam, bagaimana gambaran *help seeking* pada remaja korban *bullying?*

B. Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran *help seeking behavior* pada korban *bullying*.

C. Manfaat

Manfaat yang daiharapkan dapat diperoleh melalui penelitian ini antara lain:

1. Secara teoritis:
    a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangkan ilmu Psikologi.
    b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman mengenai gambaran *help seeking behavior* pada remaja korban *bullying*.
2. Secara secara praktis:
    a. Penelitian ini diharapkan dapat membantu pihak sekolah untuk lebih memberikan pemahaman terhadap siswa, guru, pegawai sekolah mengenai *bullying*.
    b. Penelitian ini diharapkan agar guru BK lebih memperhatikan siswa yang memiliki masalah dan membantu siswa mengatasi masalah di sekolah.