BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial, karena itu manusia selalu membutuhkan manusia lainnya untuk berinteraksi. Hal ini membuat keterampilan sosial setiap manusia akan meningkat. Namun di dalam berinteraksi tak jarang pada akhirnya akan menimbulkan sebuah konflik. Konflik bisa terjadi karena setiap manusia memiliki karakteristik tertentu yang berbeda dari satu dan lainnya. Salah satu perbedaan karakteristik yang dimiliki oleh remaja yaitu adanya "perbedaan" kekuasaan seperti anak-anak yang lebih besar, lebih kuat, anak-anak yang dinilai popular di lingkungannya sehingga dapat menyalahgunakan posisinya, hal ini biasanya akan menimbulkan peristiwa *bully*.

Bullying merupakan istilah yang sudah tidak asing di telinga masyarakat Indonesia. *Bullying* adalah tindakan penggunaan kekuasaan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya (Sejiwa, 2008). Adapun yang termasuk dengan *bullying* fisik yaitu memukul, mendorong, menendang dan mengambil barang seseorang. Yang termasuk dalam *bullying* verbal antara lain memanggil seseorang dengan julukan tertentu, mengancam, dan mengolok-olok. Sedangkan yang termasuk *bullying* psikologis yaitu menggosipkan, menyisihkan seseorang dalam pergaulan, dan mengucilkan (Coloroso, 2006). Salah satu contoh yang dilakukan yaitu mengejek, memanggil dengan bukan nama sebenarnya, berkelahi, dan mengucilkan kerap jadi kenakalan anak-anak dan remaja yang sudah dianggap biasa (CNN Indonesia, 2019). Saat ini angka kasus *bully* di Indonesia terus bertambah dari tahun ketahun (Kompasiana, 2020).

Menurut laporan KPAI, dalam kurun waktu 9 tahun, dari 2011 sampai 2019 ada 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak. Untuk *bullying* baik di pendidikan maupun sosial media angkanya mencapai 2.473 laporan (KPAI, 2020). Indonesia pun menjadi negara yang berada di posisi kelima tertinggi dari 78 negara sebagai negara yang paling banyak mengalami *bullying* (databoks, 2020). Pada tahun 2017 sebanyak 84% anak usia 12 tahun hingga 17 tahun pernah menjadi korban *bullying* (Viva.co.id, 2017). Kemudian pada tahun 2019, 40% remaja telah di*bully* di sekolah dan 32% melaporkan bahwa mereka telah menjadi korban kekerasan fisik (UNAIRNEWS, 2019). Untuk daerah Jakarta terdapat 37 kasus selama Januari sampai April 2019 dengan kasus *bullying* (Barat.jakarta.go.id, 2019). Dari persentase data *bullying* diatas, ternyata di Indonesia khususnya Jakarta masih banyak remaja yang menjadi korban *bullying*.

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Berbagai pendapat yang membahas tentang batasan usia remaja. Masa remaja yang berlangsung di antara rentang usia 10 sampai dengan 20 tahun, tahap ini disebut dengan *identity versus identity diffusion/role confusion* Erikson (dalam Anindyajati, 2013). Menurut Erikson (dalam Krismawati, 2014) pada tahap ini anak mulai memasuki usia remaja dimana identitas diri baik dalam lingkup sosial maupun dunia kerja mulai ditemukan. Pada umumnya remaja senang melakukan interaksi dengan sesama temannya, menjalin persahabatan yang erat, melakukan sesuatu yang mereka sukai bersama-sama. Namun, nyatanya pada saat ini banyak

sekali kasus *bullying* yang korbannya seorang remaja. Apabila dalam masa perkembangannya mereka menjadi korban *bullying*, hal itu akan mengganggu proses perkembangannya dalam melaksanakan peran di kehidupan bersosial dengan individu lain. Erikson (1968) mengemukakan bahwa remaja yang berhasil menangani krisis dan mencapai identitas akan berkembangan menjadi orang dewasa yang sehat secara fisik dan mental. Berbeda dengan remaja yang gagal menangani krisis dan memperlihatkan kebingungan identitas akan mengalami gangguan psikososial yang dimanifestasikan dalam bentuk kenakalan, penyalahgunaan obat, agresi antisosial, rasa cemas, depresi, dan gangguan tidur (Anindyajati, 2013).

Dilansir dari Insertlive.com (2020) salah satu siswa Sekolah Menengah Pertama di Jakarta Timur berinisial N mengakhiri hidupnya dengan melompat dari lantai 4 gedung sekolahnya. Kejadian itu bermula karena N memutuskan untuk tidur di UKS (Unit Kesehatan Sekolah) karena merasa sakit kepala. Setelah bangun tidur, N kembali ke kelas namun tas miliknya disita oleh guru karena dianggap N tidak ada di kelas, N pun menghubungi kakaknya dan meminta kakaknya untuk mengambil tas miliknya yang disita. Namun kakak N mengatakan agar N pulang saja, tetapi N tetep berada di sekolah. Pada pukul 15.00 WIB, N mengirim pesan kepada teman-temannya yang berisikan pesan bahwa teman-temannya tidak menyukainya sampai tidak mau mengatakan kepada guru bahwa N sakit dan sedang tidur di UKS, lalu N mengatakan pada pukul 15.30 bahwa N sudah tidak ada selamanya. Pesan tersebut benar terjadi, N melompat dari lantai 4 gedung sekolahnya. Pada fenomena kasus *bullying* yang terjadi dengan N, ia merasa tidak disukai oleh teman-temannya sehingga hal itu menggangu kondisi psikologisnya. Oleh karena itu, remaja yang menjadi korban *bullying* lebih berisiko mengalami berbagai masalah kesehatan, baik secara fisik maupun mental (Zakiyah dkk, 2017).

Korban *bullying* biasanya merupakan “anak baru” di suatu lingkungan, terkadang ketakutan, tidak terlindungi, anak yang ras atau etnisnya dipandang inferior sehingga layak dihina, anak yang merasa cemas, anak yang pemalu menurut Coloroso (dalam Zakiyah dkk, 2017). Menurut Byrne dibandingkan dengan teman sebayanya yang tidak menjadi korban, korban *bullying* cenderung menarik diri, depresi, cemas dan takut akan situasi baru (Zakiyah dkk, 2017). Murid yang menjadi korban *bullying* dilaporkan lebih menyendiri dan kurang bahagia di sekolah serta memiliki teman dekat yang lebih sedikit daripada murid lain (Boulton & Underwood dkk, dalam Zakiyah dkk, 2017). *Bullying* dapat mengakibatkan tingginya tingkat depresi, kecemasan, dan bunuh diri ketika dewasa (Takizawa, 2014). Tidak hanya itu, (Slee & Skrzypiec, 2016) korban *bullying* bahkan mengalami permasalahan dalam hubungan sosial, kondisi ekonomi yang memburuk, dan rendahnya *well-being* ketika menginjak usia 50 tahun.

Subjective well-being didefinisikan sebagai penilaian individu atas hidup yang dijalani individu, mencakup penilaian kepuasan hidup dan suasana hati atau emosi. Penilaian ini meliputi evaluasi perasaan terhadap berbagai peristiwa yang dijalani yang sejalan dengan evaluasi pikiran terhadap kepuasan hidup. Cemas, depresi dan khawatir merupakan afek negatif (Diener & Chan, 2011). Menurut Diener (2009) *subjective well-being* terbagi dalam dua komponen utama, yaitu komponen kognitif (kepuasan hidup) dan komponen afektif. Diener, Suh, & Oishi

(dalam Eid & Larsen, 2008) menjelaskan individu dikatakan memiliki *subjective well-being* tinggi jika mengalami kepuasan hidup, sering merasakan kegembiraan, dan jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan dan kemarahan. Sebaliknya, individu dikatakan memiliki *subjective well-being* rendah jika tidak puas dengan kehidupannya, mengalami sedikit kegembiraan dan afeksi, serta lebih sering merasakan emosi negatif seperti kemarahan dan kecemasan. jika remaja korban *bullying* kerap merasakan afek negatif, merasa tidak bahagia dengan kejadian yang ada di hidupnya, maka akan mempengaruhi *subjective well-being*-nya.

Adapun untuk memperkuat fenomena, peneliti melakukan wawancara mengenai *subjective well-being* dengan 2 orang remaja korban *bullying*. Wawancara tersebut adalah sebagai berikut:

W 15 Tahun, 1 April 2021
"*aku sering banget dikatain kalo aku itu item, kribo, keriting, anak kampung sama anak-anak yang tinggal di sekitar rumah aku. Iya emang aku item dan keriting tapi terus kenapa gitu? Aku juga baru pindah kan kesini jadi mungkin mereka gak suka aja kali sama aku. Jadinya aku ngerasa gak suka sama fisik aku yang kulitnya item dengan rambut keriting gini. Kadang-kadang juga aku ngerasa sedih karena kaya apa ya, orang gak bisa nerima keadaan aku gitu ditambah aku baru pindah kan jadi ngerasa gak seneng aja sama keadaan ini, rasanya pengen balik lagi aja ke kampung gak nyaman banget disini, gak bahagia, aku pengen sama temen-temen lama aku aja*".
Berdasarkan hasil wawancara diatas, W sering di *bully* secara fisik oleh anak-anak di sekitar rumahnya. Hal yang dirasakan oleh W yaitu adanya perasaan tidak menyukai dirinya sendiri, merasakan sedih karena ia merasa lingkungannya tidak menerimanya, W merasa tidak nyaman, tidak bahagia dengan situasi yang mengharuskan ia pindah dari kampung halamannya ke tempat yang baru ini. Karena peristiwa *bully* ini, W sering merasakan afek negatif.

J 14 Tahun, 17 April 2021
"aku pernah di bully, waktu itu kejadian lagi latihan nulis biodata pake Bahasa inggris kan di tempat les. Terus anak kelas tuh pada liat nama orang tua aku, jadinya mereka panggil aku sering pake nama orang tua aku gitu, sering dibecandain gitu nama orang tua aku. Kadang bercandanya mereka juga termasuk yang parah sih menurut aku karena bawa-bawa orangtua tapi aku males aja ngeladeninnya, lebih ke cuek ya. Gak peduli lah sama tingkah mereka yang kaya gitu. Jadi aku bawa asik aja tiap kali mereka ngatain pake nama orang tua aku, aku ketawa-ketawa aja sih".
Berdasarkan hasil wawancara diatas, J pernah mengalami salah satu jenis bully yaitu bullying verbal. J merasa apa yang dilakukan teman-temannya sudah termasuk diluar batas karena membawa nama orang tua namun hal itu tidak mempengaruhi J sama sekali. Karena J memilih untuk cuek dan santai. Dalam hal ini, kejadian *bullying* yang menimpanya, tidak mempengaruhi diri J sama sekali, J merespon kejadian itu dengan santai dan tertawa-tertawa.

Berdasarkan hasil wawancara dengan kedua korban *bullying* W dan J, dapat disimpulkan bahwa kedua korban memiliki *subjective well-being* yang berbeda. Korban J memiliki subjective *well-being* yang tinggi, karena korban tidak merasa masalah dengan tingkah laku teman-temannya yang sering menjadikan nama orang tuanya sebagai bahan bercandaan, J merespon kejadian itu hanya dengan sikap *cuek* dan santai bahkan J juga tertawa. Sedangkan, jika melihat dari cerita korban W, ia memiliki *subjective well-being* yang rendah karena korban sering merasakan afek negatif yaitu perasaan sedih, tidak nyaman, cemas, tidak bahagia dengan kejadian yang ada di hidupnya. Hal ini didukung dengan merujuk dari penelitian sebelumnya yaitu penelitian Goswami (2011) mengenai hubungan antara *social relationship* dengan *subjective well-being* pada anak bahwa anak-anak yang mengalami korban *bullying* dan perlakuan yang tidak adil akan memiliki *subjective well-being* yang rendah. Artinya, korban *bullying* cenderung sering mengalami perasaan yang tidak menyenangkan dan merasa tidak puas terhadap kehidupannya. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* yaitu dukungan sosial. Dalam Rigby (2000) Dukungan dari lingkungan dapat mempengaruhi *subjective well-being* seseorang.

Dukungan sosial adalah dukungan yang diterima oleh seseorang dari orang lain berupa pemberian informasi secara verbal, bantuan nyata atau tindakan yang dilakukan oleh orang sekitar atau berupa kehadiran orang lain sebagai fungsi ikatan sosial yang dapat memberikan dorongan semangat, perhatian, dan penghargaan bagi seseorang (Sarafino, 2002). Dukungan sosial adalah informasi dari orang lain bahwa ia dicintai dan diperhatikan, memiliki harga diri dan dihargai, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama (Taylor dalam Allifni, 2011). Dukungan sosial merupakan cara individu menafsirkan ketersediaan sumber dukungan yang berperan sebagai penahan gejala dari peristiwa stress (Zimet dalam Hastari, 2018). Selain melakukan interaksi sosial, manusia juga membutuhkan dukungan dari orang lain dalam menghadapi suatu masalah. Terdapat tiga aspek dukungan sosial menurut Zimet (1988) yaitu dukungan keluarga, dukungan teman, dukungan orang yang istimewa.

Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, timbul rasa percaya diri dan kompeten. Tersedianya dukungan sosial akan membuat individu merasa dicintai, dihargai dan menjadi bagian dari kelompok (dalam Pontoh & Farid, 2015). Apabila remaja korban *bullying* menerima dukungan sosial tinggi diduga akan memiliki *subjective well-being* yang tinggi dikarenakan dengan menerimanya dukungan sosial maka remaja korban *bullying* akan merasa diperhatikan, dihargai yang membuat remaja korban *bullying* memiliki kekuatan untuk menghadapi masalah apapun sehingga tetap bisa bangkit, melupakan, serta menganggap permasalahan yang dialaminya adalah bagian dari pengalaman hidupnya. Dengan adanya dukungan sosial, maka remaja korban *bullying* lebih sering merasakan afek positif seperti merasa senang, jarang merasakan cemas, tidak merasa khawatir, tidak mengalami depresi, sering merasa bahwa hidupnya berharga, merasa dicintai orang-orang sekitarnya, merasa percaya diri dan memiliki harga diri. Sebaliknya, remaja korban *bullying* yang menerima dukungan sosial rendah maka akan tidak memiliki kekuatan untuk menghadapi permasalahan yang dialaminya dengan begitu mereka akan lebih sering merasakan afek negatif seperti sering merasakan sedih, merasa cemas,

memiliki suasana hati yang buruk, merasa tidak bahagia dalam hidupnya, tidak percaya diri, tidak memiliki semangat dalam menjalani hari-hari, merasa tidak diterima di lingkungannya, tidak memiliki seseorang untuk menceritakan keluh-kesah dengan begitu *subjective well-beingnya* akan rendah.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Rahmanillah dkk (2018) menunjukan bahwa *social support* dan *self esteem* memberikan pengaruh terhadap *subjective well-being* pada remaja korban *bullying* di Pondok Pesantren sebesar 22,6%. Hal ini berarti bahwa kedua variabel yakni *social support* dan *self-esteem* memberikan sumbangsih terhadap perubahan variabel *subjective well being*. Dengan demikian, perubahan variabel *subjective well-being* sebesar 77,4% sisanya dapat dijelaskan oleh variabel selain *social support* dan *self-esteem*.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Sardi dan Ayriza (2020) mengatakan bahwa ada hubungan yang positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan *subjective well-being* pada remaja, besarnya kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada remaja yang tinggal di pondok pesantren sebesar 94% dan sisanya 6% dipengaruhi oleh variabel lain.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Mauna dkk (2018) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap *subjective well-being* dimensi kepuasan hidup sebesar 27% dan pengalaman positif negatif sebesar 7,5% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti akan melakukan sebuah penelitian dengan judul "Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Subjective Well-being* pada remaja korban *bullying*". Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada remaja korban *bullying*.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

Bagaimana pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada remaja korban *bullying*?

1.3. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.3.1. Tujuan

Mengetahui bagaimana pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada remaja korban *bullying*

1.3.2. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini diharapkan mampu membantu pengembangan ilmu psikologi terkait peran dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada remaja korban *bullying*

2. Manfaat Praktis

   Penelitian ini diharapkan menjadi salah satu pemecahan masalah bagi Individu yang menjadi korban *bullying* dan menjadi informasi bagi siapapun dalam menangani permasalahan *bullying* di Indonesia.

1.4. Kerangka Berpikir

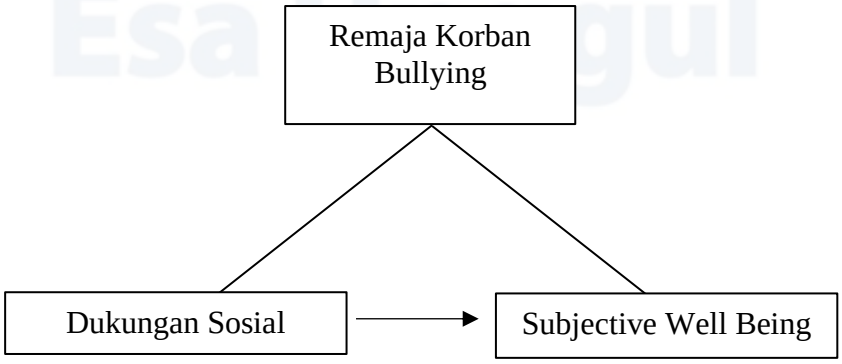
Bullying merupakan tindakan yang memiliki tujuan untuk menyakiti korbannya baik secara fisik, verbal, maupun psikologis. Dampak dari *bullying* bisa menyebabkan korban depresi, mengalami kecemasan, takut untuk bersosialisasi dan merasa tidak bahagia dengan kehidupannya. Di Indonesia sering sekali terdapat kasus *bullying* dan sudah banyak sekali korbannya. Dari *bullying* tersebut dapat mempengaruhi kebahagiaan dan bagaimana korban melihat kehidupannya baik di masa lalu, sekarang, maupun masa depan serta korban akan menilai apa saja yang telah terjadi di kehidupannya. Hal ini berpengaruh dengan perasaan negatif dan positif yang dirasakan oleh remaja korban *bullying* sehingga afek negatif dan positif tersebut serta rasa puas atau tidak dalam kehidupannya akan mempengaruhi *subjective well-being* pada remaja korban *bullying*.

Remaja korban *bullying* yang sering merasakan perasaan cemas, sedih, khawatir, tidak bahagia akan memiliki *subjective well-being* yang rendah. Sedangkan, remaja korban *bullying* yang jarang merasakan perasaan cemas, sedih khawatir, dan merasa bahagia akan memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Salah satu yang mempengaruhi *subjective well-being* yaitu dukungan sosial.

Remaja korban *bullying* yang menerima dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dan sahabat berupa perhatian, rasa dicintai, dihargai maka dipercaya akan memiliki *subjective well-being* yang tinggi, karena ia merasa bahwa lingkungan sosial mendukungnya dengan begitu ia memiliki kekuatan untuk menghadapi serta menjadikan permasalahan yang dihadapinya adalah sebagai pengalaman hidup sehingga afek negatif lebih jarang dirasakan oleh remaja korban *bullying*. Dengan merasakan lebih banyak afek positif maka ia lebih bisa memiliki rasa puas dengan kehidupannya seperti dalam kesehariannya lebih banyak merasakan perasaan bahagia daripada sedih, lebih banyak tertawa daripada menangis, merasa keberadaannya dianggap dan dibutuhkan oleh lingkungannya, merasa dicintai oleh orang-orang disekitarnya, memiliki semangat yang bersumber dari orang-orang penting seperti keluarga, teman, atau sahabat. Begitupun sebaliknya, jika remaja korban *bullying* mendapat dukungan sosial yang rendah maka ia tidak akan memiliki kekuatan untuk melewati permasalahan yang ada dihidupnya serta akan lebih sering merasakan afek negatif dalam kehidupannya sehingga *subjective well-being*nya rendah. Yang termasuk afek negatif yaitu perasaan sedih, khawatir, depresi, merasa tidak berharga, merasa tidak dibutuhkan oleh lingkungannya, merasa hidupnya tidak menyenangkan, merasa sendiri dan kesepian sehingga merasa tidak bahagia dengan hidupnya. Oleh karena itu, remaja korban *bullying* yang memiliki dukungan sosial tinggi diduga memiliki *subjective well-being* yang tinggi.

Berdasarkan uraian yang disampaikan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being* remaja korban *bullying*.

Berikut ini adalah kerangka berpikir penelitian yang dijelaskan secara singkat melalui gambar skema 1.1 di bawah ini



Gambar 1. Skema Kerangka Berpikir