

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa dimana individu mengalami transisi kehidupan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Piaget (dalam Hurlock, 2015) mengungkapkan bahwa secara psikologis, masa remaja adalah usia ketika individu mampu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13-16 tahun atau 17 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17-18 tahun (Hurlock, 2015).

Dari masa kanak-kanak pertengahan hingga akhirnya memasuki masa remaja, jumlah waktu yang digunakan untuk berinteraksi dengan teman sebaya cenderung meningkat (Santrock, 2007). Remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama dengan teman-teman sebaya sebagai kelompok (Hurlock, 2015). Lebih lanjut Santrock (2007) menjelaskan di masa remaja, relasi dengan teman sebaya memiliki proporsi yang besar dari kehidupan individu. Relasi yang baik di antara teman-teman sebaya dibutuhkan bagi perkembangan sosial yang normal di masa ini. Salah satu fungsi terpenting kelompok teman sebaya adalah sebagai sumber informasi mengenai dunia di luar keluarga. Remaja memperoleh umpan balik mengenai kemampuannya dari kelompok teman sebaya. Remaja mempelajari bahwa apa yang mereka lakukan itu lebih baik, sama baik, atau kurang baik dibandingkan remaja-remaja lainnya.

Santrock (2007) menjelaskan pada masa ini seorang remaja memiliki

kebutuhan yang kuat untuk disukai dan diterima teman sebaya, mereka akan merasa senang apabila diterima dan sebaliknya akan merasa sangat tertekan dan cemas apabila dikeluarkan dan diremehkan oleh teman-teman sebayanya. Bagi beberapa remaja, pengalaman ditolak dan diabaikan dapat membuat mereka merasa kesepian dan bersikap bermusuhan. Tidak hanya itu, penolakan teman sebaya dapat mengakibatkan munculnya perilaku *bullying* yang merupakan bentuk khusus agresi di kalangan teman sebaya (Krahe dalam Saifullah, 2016).

*Bullying* adalah serangkaian tindakan negatif dan agresif atau manipulatif yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang terhadap orang lain yang biasanya dalam periode waktu tertentu, termasuk di dalamnya tindakan yang kasar dan didasarkan pada ketidakseimbangan kekuasaan (Sullivan, Cleary, & Sullivan, 2004). Menurut Olweus (dalam Frisen, Jonsson & Persson, 2007) *bullying* yang terjadi pada remaja merupakan suatu sarana untuk mencapai kekuatan dan pengaruh yang kuat dalam lingkungan teman sebaya. Selanjutnya ia juga menjelaskan bahwa remaja kerap melihat dunia sebagai tempat yang sangat sulit dan lebih siap menafsirkan tindakan orang lain secara agresif. Biasanya mereka melakukan *bullying* sebagai suatu pembenaran (Smith & Sharp, 1994). Sullivan, Cleary dan Sullivan (2004) juga menyebutkan bahwasanya ketika remaja menunjukkan dominansinya maka itu merupakan puncak perilaku *bullying* pada masa remaja.

Dari data National Mental Health and Education Center tahun 2004 di Amerika diperoleh data bahwa *Bullying* merupakan bentuk kekerasan yang umumnya terjadi dalam lingkungan sosial, dimana 15 % dan 30 % siswa adalah

pelaku *bullying* dan korban *bullying* (dalam Tumon, 2014). Selain itu, National Association of Elementary School Principals (2013) melaporkan bahwa setiap tujuh menit anak *dibully* di lingkungan sekolah, dan setiap bulan ada tiga juta murid absen dari sekolah karena merasa tidak nyaman. Diperkirakan ada 18 juta anak telah *dibully* di tahun 2013.

Fenomena perilaku *bullying* ibarat gunung es yang nampaknya “kecil” di permukaan, namun menyimpan banyak permasalahan yang sebagian besar tidak mudah diketahui atau disadari oleh guru ataupun orang tua (Surilena, 2016). Di Indonesia kasus *bullying* di sekolah menduduki peringkat paling atas pengaduan masyarakat ke Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) di sektor pendidikan (Novia & Iqbal, dalam Republika.co.id, 2015). Dari 2011 sampai Agustus 2014, KPAI mencatat 369 pengaduan terkait masalah tersebut. Jumlah itu sekitar 25% dari total pengaduan di bidang pendidikan sebanyak 1.480 kasus (Novia & Iqbal, dalam Republika.co.id, 2015). Selain itu, hasil studi oleh ahli intervensi *bullying*, Huneck mengungkapkan bahwa 10-60 % siswa di Indonesia melaporkan mendapat ejekan, cemoohan, pengucilan, pemukulan, tendangan, ataupun dorongan, setidaknya sekali dalam seminggu (dalam Januarko & Setiawati, 2013).

Kasus *bullying* yang kerap terjadi dalam dunia pendidikan di Indonesia semakin memprihatinkan. Hasil kajian Konsorsium Nasional Pengembangan Sekolah Karakter tahun 2014 menyebutkan, hampir di setiap sekolah di Indonesia ada kasus *bullying* (Beritasatu.com, 2015). Tidak terkecuali kasus *bullying* yang terjadi di Kota Padang. Berdasarkan Hasil kuesioner studi

pendahuluan penelitian yang disebarakan oleh peneliti ke beberapa SMP di Kota Padang dari tanggal 4-10 Januari 2017 juga ditemukan bahwa adanya kasus *bullying* di sekolah. 48 siswa dari 51 siswa yang mengisi kuesioner, mengaku pernah mendapatkan perilaku *bullying* dari teman-temannya. Seperti diejek dan dipanggil dengan nama yang aneh (“*gapuak*”, “*tompel*”, “*bonenang*”, “*preketek*” dan “*tuyul*”) oleh temannya. Selain itu diantara mereka ada yang pernah dicubit, didorong, dipukul dan dikucilkan oleh teman-temannya. Berdasarkan penelitian Peterson dan Rigby di Australia, *bullying* yang terjadi di sekolah biasanya mulai meningkat pada awal *secondary school* atau setingkat dengan Sekolah Menengah Pertama (dalam Sullivan, Cleary, & Sullivan, 2004).

Kasus *bullying* terbagi ke dalam tiga bentuk. Seperti yang dikemukakan oleh Sullivan, dkk (2004) yaitu *bullying* fisik, *bullying* non-fisik (verbal dan non-verbal), dan merusak property. *Bullying* fisik terjadi ketika seseorang secara fisik dirugikan. Sementara *bullying* verbal meliputi nama panggilan yang aneh, komentar rasis atau menggoda, bahasa kasar, menggoda, membuat komentar kejam, dan menyebarkan desas-desus palsu dan berbahaya. Sedangkan *bullying* non-verbal terdiri atas dua bentuk yaitu *bullying non-verbal* langsung (melihat dengan sinis dan muka datar) dan *bullying non-verbal* tidak langsung (mengabaikan, tidak diikutsertakan, mengisolasi, dan membuat siswa lain tidak menyukai seseorang). Bentuk yang terakhir dari *bullying* yaitu merusak properti, dapat mencakup merobek pakaian, merusak buku, menghancurkan properti. Kemudian Sullivan, dkk (2004) juga menjelaskan bahwa terdapat tiga peran

utama dalam *bullying* yaitu, *bully* merupakan orang yang melakukan *bullying* kepada orang lain. *Victim* yaitu orang yang menjadi sasaran *bullying* oleh pelaku *bullying*. Dan *bystander* yaitu orang yang tidak melakukan *bullying* ataupun menjadi sasaran *bullying*.

Remaja yang terlibat dalam perilaku *bullying* perlu menjadi perhatian, terutama bagi korban *bullying* (Fekkes, Pijpers & Verloove-Vanhorick, dalam Santrock, 2007). Dampak yang diderita oleh korban *bullying* dapat berlangsung dalam jangka pendek maupun jangka panjang (Baldry, Farrington, Hya, Payne, Chadwick, Lopez, Prinstein & Roberts, dalam Santrock, 2007). Salah satu dampak jangka pendek dari *bullying* yang paling jelas terlihat adalah kesehatan fisik. Beberapa dampak fisik yang biasanya ditimbulkan *bullying* adalah sakit kepala, sakit tenggorokan, flu, batuk, bibir pecah-pecah, dan sakit dada (Riauskina, Djuwita & Soesetio, dalam Ardiyansyah & Gusniarti, 2008). Serta mengalami sakit perut dan gangguan tidur (Houbre, Traquinio, Thuillier & Hergott, 2006).

Selain itu, *bullying* juga akan memberikan efek jangka panjang seperti menurunnya *psychological well-being* dan penyesuaian sosial yang buruk. Korban *bullying* merasakan banyak emosi negatif seperti marah, dendam, kesal, tertekan, takut, malu, sedih, tidak nyaman dan merasa terancam, namun tidak berdaya menghadapinya. Dalam jangka panjang emosi-emosi ini dapat berujung pada munculnya perasaan rendah diri bahwa dirinya tidak berharga dan kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Dampak yang paling ekstrim dari dampak psikologis ini adalah kemungkinan untuk timbulnya gangguan psikologis

pada korban *bullying*, seperti rasa cemas berlebihan, selalu merasa takut, depresi, ingin bunuh diri, dan gejala-gejala gangguan stres pascatrauma (Riauskina, Djuwita & Soesetio, dalam Ardiyansyah & Gusniarti, 2008). Hal ini senada dengan yang dituturkan oleh SR (13 tahun), salah satu siswi SMP di Kota Padang:

*“awak sabananyo berang kak. Waktu kawan-kawan tu manggalakan wak kak. Wak maraso rendah diri jadinya.tu ibo hati waknyo. Pernah wak manangih dalam baraja kak. Awak lai batanyo ka inyo manga manggalakan wak? Tapi tiok wak batanyo, wak tambah nyo galakannyo....”* (komunikasi personal, 6 September 2016).

Berdasarkan penuturan SR, terlihat bahwa dampak *bullying* yang dirasakan adalah merasa marah, rendah diri, sedih dan menangis. Selain itu, F (14 tahun) yang merupakan siswa dari SMP yang berbeda juga mengalami hal yang sama. Dampak *bullying* yang ia rasakan seperti munculnya rasa marah dan sedih. Berikut kutipan komunikasi interpersonal dengan F:

*“awak nyo panggia-panggia Jokowi dek nyo kak. Awak ndak suko dipanggia itu do kak. Ntah dek a lo nyo panggia wak itu kak. Tu kawan-kawan yang lain ikuik lo manggia wak Jokowi. Tu berang wak nyo kak. Ibo lah hati wak nyo kak. Waktu tu se pernah kapalo wak nyo tokok pas sedang baraja. Tu nangih wak nyo kak....”* (komunikasi personal, 7 September 2016).

Menurut Egan & Todorov (2009) *bullying* ditandai dengan pelanggaran interpersonal dan menyakitkan. Ketika seseorang melakukan suatu pelanggaran yang menyakitkan kepada orang lain, maka hubungan antara keduanya dapat rusak secara permanen. Namun, Worthington (1998) mengatakan bahwa ketika seseorang yang dihadapkan pada suatu peristiwa yang menyakitkan akibat pelanggaran, ia dapat merespon dengan dua cara yaitu dengan tidak memaafkan atau mencoba untuk memaafkan pelanggaran tersebut.

McCullough, Worthington, dan Rachal (1997) mendefinisikan pemaafan

sebagai perubahan serangkaian perilaku dengan jalan menurunkan motivasi untuk membalas dendam, menjauhkan diri atau menghindari dari pelaku pelanggaran dan meningkatkan motivasi untuk berdamai dengan pelaku. Worthington (1998) juga menjelaskan bahwa memaafkan seseorang berarti menghentikan rasa marah dan kesal terhadap orang tersebut, serta tidak akan membalas dendam kepadanya. Ia memandang bahwa pemaafan merupakan sesuatu yang terjadi dalam pikiran dan hati dari seorang individu yang menjadi korban.

Younger, Piferi, Jobe, & Lawler (2004) melakukan sebuah penelitian mengenai alasan orang tidak memaafkan dan alasan untuk memaafkan. Dari hasil penelitiannya, beberapa responden mengungkapkan alasan mereka tidak memaafkan. Pertama, karena pelaku telah mengkhianati kepercayaan korban. Pelaku tidak pernah meminta maaf atas pelanggaran yang dibuatnya. Mereka tidak pernah merasa menyesal atas apa yang telah dilakukannya. Pelaku tidak layak dimaafkan karena perbuatan mereka merupakan perbuatan tercela. Kedua, beberapa responden menyatakan bahwa pelanggaran yang terjadi telah mengacaukan hidup mereka (dampaknya masih berlangsung atau pelanggaran tersebut masih dilakukan).

Sedangkan alasan seseorang untuk memaafkan diantaranya adalah pentingnya hubungan antara pelaku dan korban. Jika hubungan itu dianggap sebagai bagian penting dari kehidupan korban, maka mereka menunjukkan kemungkinan yang lebih besar untuk memaafkan dengan tujuan untuk menjaga hubungan tersebut. Kedua, mereka menyadari bahwasanya mereka mungkin saja melakukan hal yang serupa dan harus dimaafkan juga. Ketiga, mereka memaafkan

ketika pelaku meminta maaf atau merasa kasihan. Responden mengaku lebih pemaaf ketika pelaku menawarkan permintaan maaf dan menyesali perbuatannya. Keempat, pemaafan dipengaruhi oleh agama atau keyakinan spiritual. Kelima, demi kesehatan pribadi dan kebahagiaan. Kesehatan pribadi dan kebahagiaan merupakan alasan yang paling sering dikutip untuk memaafkan. Mereka mengaku mereka tidak bisa sehat (baik secara psikologi maupun fisik) kecuali mereka memaafkan (Younger, Piferi, Jobe, & Lawler, 2004).

Worthington (1998) mengatakan pemaafan menawarkan alternatif, jika korban bisa memaafkan pelanggar, hubungan dapat diperbaiki dan bahkan dapat diselamatkan dari kemungkinan berakhirnya hubungan tersebut. Pada tingkat interpersonal, esensi dari pemaafan adalah bahwa hal itu menciptakan kemungkinan untuk memulihkan suatu hubungan dari kerusakan. Hal ini senada dengan yang dituturkan oleh SR (13 tahun):

*“ibo hati wak kak tapi wak diam se kak. Satiyok nyo galakan wak, wak maafkan se nyo kak. Kalau dibaleh kecekyo, beko nyo tambah manjadi. Wak do’aan se inyo kak supayo nyo barubah. Ndak nyo galak-galakan wak lai kak. Lagian nyo kawan wak juo kak....”* (komunikasi personal, 6 September 2016).

Berdasarkan penuturan SR, terlihat bahwa ia memilih untuk memaafkan orang yang telah membully-nya. Menurut Egan & Todorov (2009) seseorang yang menjadi target *bullying* di sekolah, dapat memanfaatkan pemaafan untuk memulihkan luka emosional dari *bullying*. Pemaafan mampu menggantikan emosi negatif dengan emosi positif dan bisa bertindak sebagai sumber daya yang efektif untuk menangani efek negatif dari *bullying*.

Karena tujuan pemaafan adalah untuk menghilangkan pelanggaran masa lalu

dengan cara tidak memberikan efek buruk pada masa yang akan datang. Seseorang yang menjadi korban dari suatu pelanggaran akan mengalami kemarahan dan sakit hati sebagai respon terhadap pelanggaran yang dirasakannya. Sebagian besar bukti menyatakan bahwa kemarahan adalah emosi utama yang terkait dengan pemaafan. Jika seseorang yang menjadi korban memilih untuk tidak memaafkan, ia akan terus merasa marah sehingga memungkinkan terbentuknya siklus emosi negatif yang terus bertahan dengan cara yang sia-sia dan tidak berguna. Bahkan dapat membuat korban merasa sengsara dan adanya keinginan untuk membalas dendam. Menaruh dendam dapat mengurangi kesempatan seseorang untuk merasakan kebahagiaan dan kesuksesan, bahkan dalam domain yang tidak memiliki hubungan langsung dengan pelanggaran tersebut (Worthington, 1998).

Di lain sisi, Enright (2012) menyatakan bahwa pemaafan bukanlah suatu hal yang mudah ditebak. Ketika seseorang melakukan pemaafan, maka ia akan kembali ke bagian-bagian menyakitkan yang telah lama ditaklukkannya. Hal ini sesuai dengan yang dituturkan oleh F (14 tahun):

*“acok tapikia dek wak kak. Manga awak nyo gitu-gituan. Cubo lo lah inyo di posisi awak, ntah a yang nyo rasoan. Ntah lai taraso lo dek nyo a yang wak rasoan. Kadang heran se wak kak, manga awak se yang nyo galak-galakan? Padahal banyak yang lain gai mah.... ”* (komunikasi personal, 7 September 2016).

Berdasarkan penuturan F, terlihat bahwa ia memasuki fase awal dari proses pemaafan yaitu fase membuka kembali. Dimana pada fase tersebut, ia berulang kali memikirkan peristiwa menyakitkan yang telah dialaminya. Kemudian ia juga membandingkan dirinya dengan pelaku. Serta ia memiliki

pandangan yang berubah tentang keadilan, ia merasa heran mengapa hanya dirinya yang menerima perlakuan tersebut di antara teman-temannya yang lain.

Seseorang yang memaafkan akan melewati beberapa proses pemaafan hingga sampai pada akhir dari makna pemaafan tersebut. Seperti yang dijelaskan oleh Enright dan Human Development Study Group (dalam Worthington, 1998) bahwa proses pemaafan terbagi ke dalam empat fase, yaitu fase membuka kembali (*uncovering phase*), fase memutuskan (*decision phase*), fase bekerja (*work phase*), dan fase pendalaman (*deepening phase*).

Jika seseorang mampu melakukan pemaafan dengan melewati prosesnya, maka ia akan merasakan manfaat dari pemaafan tersebut. Adapun manfaat yang dirasakan berupa manfaat psikologis dan fisik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Witvliet, Ludwig & Laan (2001) bahwa ketika seseorang memaafkan, ia menampilkan stres yang lebih rendah dan reaksi emosional yang sehat. Sebaliknya, ketika seseorang tidak memaafkan, ia menampilkan fisiologis dan emosional yang negatif, seperti munculnya reaksi stress. Bahkan episode akut stress dapat merugikan kesehatan, melalui efek kumulatif pada sistem kekebalan tubuh (dalam Egan & Todorov, 2009).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Lawler, Younger, Piferi, Billington, Jobe, Edmonson & Jones (2003) menemukan bahwa pemaafan dapat memprediksi reaktivitas kardiovaskular yang lebih sehat selama dan setelah pelanggaran interpersonal. Selain itu, juga dilaporkan bahwa lebih sedikit ditemukannya gejala penyakit fisik. Sedangkan penelitian Berry dan Worthington (2001) menemukan bahwa pemaafan dapat memprediksi tingkat stres yang lebih rendah dan kesehatan

yang lebih baik. Temuan ini menunjukkan bahwa pemaafan berfungsi untuk melawan dampak fisiologis pelanggaran, dan dengan demikian dapat berfungsi sebagai penyangga terhadap masalah kesehatan (dalam Egan & Todorov, 2009).

Pemaafan merupakan perilaku prososial yang berperan penting untuk kesehatan psikologis jangka panjang selama masa remaja dan dianggap sebagai proses penanganan yang berfokus pada emosi yang dapat meningkatkan kesehatan (Worthington, 2006; Worthington & Scherer, 2004 dalam Rana, Hariharan, Nandinee, & Kallavarapu, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Rana, Hariharan, Nandinee, dan Kallavarapu (2014) menemukan bahwa pemaafan dan domainnya berkontribusi secara signifikan terhadap kebahagiaan remaja. Hubungan antara pemaafan dan kebahagiaan merupakan hubungan yang positif, peningkatan pemaafan pada remaja dikaitkan dengan lebih banyaknya kebahagiaan di kalangan remaja itu sendiri. Ada sejumlah penelitian yang melaporkan kepedulian terhadap kesehatan dan kesejahteraan remaja karena remaja rentan terhadap proses perkembangan normal, pengaruh keluarga, teman, lingkungan, dan pola gaya hidup yang mereka pilih sehingga dengan menanamkan kecenderungan pemaafan pada remaja dapat mengurangi perilaku yang tidak diinginkan (kekerasan, agresi, permusuhan, *bullying*, dan lain-lain) dan dengan demikian memperbaiki kesehatan dan kesejahteraan mereka (Pareek, Mathur, & Mangnani, 2016).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwasanya pemaafan merupakan serangkaian perubahan emosi negatif menjadi emosi positif dan dapat memberikan manfaat terhadap kesehatan. Jika seorang remaja yang menjadi korban *bullying* bisa melakukan pemaafan dalam menanggapi *bullying* di sekolah,

mereka mungkin dapat menikmati kesehatan yang unggul dan terlindungi dari beberapa efek *bullying* yang merugikan. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti mengenai “**Gambaran pemaafan pada remaja korban *bullying* di SMP**”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran pemaafan dan apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi pemaafan pada remaja korban *bullying* di SMP?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pemaafan dan faktor-faktor yang mempengaruhi pemaafan pada remaja korban *bullying* di SMP.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan memperkaya kepustakaan di bidang psikologi, khususnya psikologi klinis dan psikologi pendidikan.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan bagi banyak pihak, diantaranya:

#### a. Bagi remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada remaja mengenai gambaran pemaafan. Bagaimana pemaafan dapat dimanfaatkan dalam menanggapi perilaku *bullying* yang

terjadi, baik di sekolah maupun di tempat lain. Sehingga hal ini dapat memulihkan luka emosional dan mengurangi efek negatif dari *bullying*.

**b. Bagi sekolah**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak sekolah, khususnya guru mengenai gambaran pemaafan yang dapat digunakan sebagai cara untuk mengurangi dampak perilaku *bullying* di sekolah. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat digunakan sebagai landasan oleh guru BK dalam melakukan bimbingan dan konseling kepada siswa korban *bullying*.

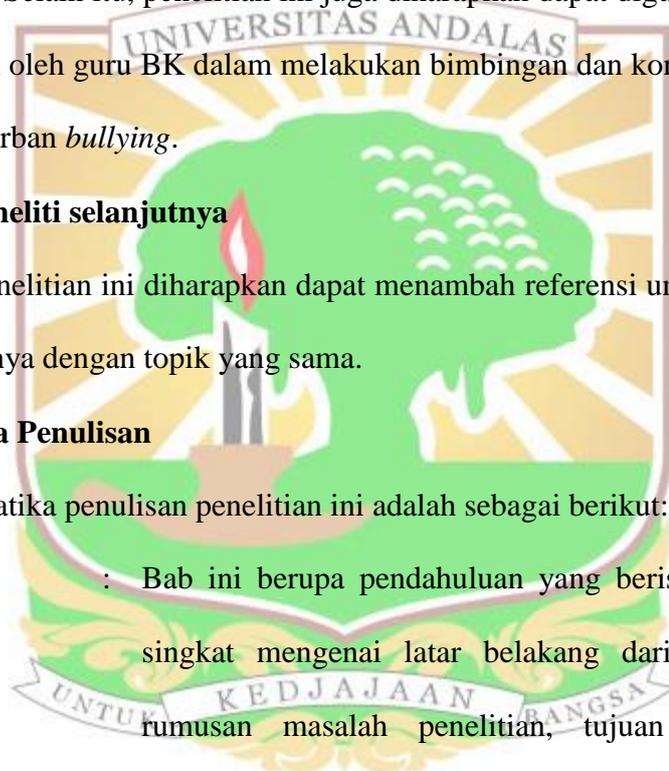
**c. Bagi peneliti selanjutnya**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi untuk penelitian selanjutnya dengan topik yang sama.

**1.5 Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan penelitian ini adalah sebagai berikut:

- Bab I : Bab ini berupa pendahuluan yang berisikan uraian singkat mengenai latar belakang dari penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.
- Bab II : Tinjauan pustaka berisi teori-teori yang berkaitan dengan variabel yang diteliti yaitu *grief*, teori tentang remaja, teori mengenai kematian dan kerangka berpikir.
- Bab III : Metodologi penelitian berisi uraian mengenai



metode yang digunakan peneliti, responden penelitian, prosedur pengambilan responden, metode pengambilan data, alat bantu pengumpulan data, uji kredibilitas, prosedur penelitian, dan prosedur analisis data.

Bab IV : Bab ini berisi deskripsi data subjek, analisa dan pembahasan data yang diperoleh dari hasil wawancara yang dilakukan dan pembahasan data-data penelitian sesuai dengan teori yang relevan untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah ditentukan sebelumnya.

Bab V : Bab ini berisi mengenai kesimpulan dan saran dari penelitian yang telah dilakukan.

