

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Bullying merupakan perilaku negatif yang masih terjadi di berbagai lapisan masyarakat Indonesia. Perilaku ini dapat dilakukan oleh individu atau kelompok, dan tidak terbatas pada usia tertentu. Menurut Masdin (2013), *bullying* merupakan masalah universal yang merasuki berbagai aspek kehidupan. Masdin juga menekankan bahwa perundungan dapat memiliki dampak jangka panjang yang signifikan terhadap kesehatan fisik dan mental korban. Olweus (1978) dalam penelitiannya, menyatakan bahwa *bullying* merupakan bentuk agresi dan penyalahgunaan kekuasaan yang memiliki tiga karakteristik khusus: terjadi secara berulang, dilakukan dengan kesengajaan, dan melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban. *Bullying* tidak hanya memengaruhi korban secara langsung, tetapi juga dapat berdampak luas pada berbagai aspek kehidupan seseorang dituduhkan.

Seperti kasus yang menimpa siswi SMP swasta di Kota Tegal yang mengalami fitnahan, meskipun telah membersihkan diri dari tuduhan mencuri uang iuran untuk jaket kelas, korban tetap mengalami tekanan dari teman sekelasnya (Achmad, 2023). Pada peristiwa lain, seorang anak SD yang ditertawakan guru karena membawa bekal ulat sagu juga menggambarkan betapa merugikannya tindakan *bullying* verbal. Kejadian ini menunjukkan bahwa *bullying* dapat terjadi tidak hanya antar siswa, tetapi juga melibatkan staf pengajar (Garjito, 2023). Tragedi bunuh diri seorang siswa SD di Banyuwangi menyoroti dampak yang mematikan dari *bullying*, terutama ketika korban merasa diolok-olok karena statusnya sebagai anak yatim. Polisi menyebutkan bahwa korban mengalami depresi karena sering dirundung oleh teman-temannya di sekolah (Baihaqi, 2023). Sebuah kasus kekerasan yang melibatkan pembunuhan pelajar di Pameungpeuk, di mana pelaku membunuh korban dengan motif sakit hati terhadap omongan korban terhadap ibunya (Mubarokah & Arief, 2024).

Kemendikbudristek, menyatakan bahwa kekerasan dan *bullying* tetap menjadi perhatian utama dalam bidang pendidikan. Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi periode 2021-2024, Nadiem Makarim, mengungkapkan bahwa, terdapat potensi *bullying* sebesar 24,4% di lingkungan sekolah. Survei ini melibatkan sekitar 260 ribu sekolah di Indonesia, dari tingkat SD/Madrasah hingga SMA/SMK, dengan total 6,5 juta siswa dan 3,1 juta guru/pengajar (kemdikbud.go.id 2021). Oleh karena itu, sekolah yang seharusnya menjadi tempat yang aman

untuk belajar dan mengembangkan keterampilan sosialisasi, kini tampaknya bukan lagi tempat yang aman untuk mendapatkan pendidikan akibat banyaknya kasus *bullying* di lingkungan pendidikan.

Menurut riset dari platform Jajak Pendapat (Jakpat), kekerasan verbal adalah bentuk *bullying* yang paling sering dialami oleh korban, dengan persentase mencapai 87,6% dari responden (Naurah, 2023). Kekerasan fisik dan *cyberbullying* menempati urutan kedua dan ketiga, dengan persentase masing-masing 27,5% dan 19,6%. Sebagian kecil responden, yaitu 0,9%, juga melaporkan mengalami jenis *bullying* lainnya. Survei ini dilakukan secara online pada 14 Maret 2023 melalui aplikasi Jakpat, dengan total 2.929 responden. Responden diperbolehkan memilih lebih dari satu jawaban dalam survei ini. Hasil ini sejalan dengan penelitian menunjukkan bahwa tingkat kejadian *bullying* verbal di kalangan siswa sangat tinggi, mencapai 98% (Anwari, 2018). Berdasarkan data tersebut, tingginya persentase kekerasan verbal menunjukkan bahwa lingkungan sekolah yang seharusnya menjadi tempat untuk memperoleh ilmu sudah lagi bukan tempat yang aman karena adanya perilaku *bullying* verbal.

Bullying verbal menjadi fokus penelitian ini karena menurut data yang ditemukan, dampak dari *bullying* verbal jauh lebih mendalam dan menyakitkan. Selain itu, masih banyak masyarakat yang meremehkan *bullying* verbal yang pada kenyataannya, bentuk perundungan ini justru dapat menyebabkan tekanan dan depresi yang lebih besar pada korban (Ahmad, 2011). *Bullying* verbal mencakup tindakan kekerasan seperti memberi julukan, menghina, dan mengejek (Coloroso, 2006). Joseph, seorang peneliti asal Inggris, juga menyatakan bahwa *bullying* verbal memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan kepercayaan diri anak dan remaja, sesuai dengan apa yang telah disebutkan sebelumnya.

Di lingkungan terdekat peneliti pun, terdapat individu yang pernah mengalami *bullying* verbal saat masa sekolah, baik dalam bentuk ejekan, penghinaan, maupun fitnah yang berdampak pada kepercayaan diri dan kondisi psikologisnya. Bahkan masih merasakan dampak emosional dari pengalaman tersebut namun mampu bangkit dan mengembangkan resiliensi dalam menghadapi tantangan hidup. Fenomena ini mendorong peneliti untuk memahami lebih dalam bagaimana individu yang mengalami *bullying* verbal dapat bertahan dan menghadapi pengalaman *bullying* verbalnya.

Untuk memperoleh gambaran awal mengenai pengalaman korban *bullying* verbal, peneliti melakukan studi awal dalam bentuk survei Google Form yang dibagikan melalui berbagai media

sosial. Dalam studi awal, peneliti menemukan 24 orang korban *bullying* verbal yang dialami semasa sekolah dengan berbagai bentuk, seperti penghinaan terhadap warna kulit, sindiran merendahkan, ejekan tersirat, dan fitnah seperti tuduhan menjadi maling tanpa bukti yang jelas. Selain itu, *bullying* verbal juga menyasar aspek lain, seperti penampilan fisik, orientasi seksual, dan kemampuan akademis. Seseorang dapat dikategorikan sebagai korban perundungan (*bullying*) jika diperlakukan secara negatif, baik sekali maupun berulang kali dalam jangka waktu tertentu (Wiyani, 2014).

Berdasarkan studi awal, korban *bullying* verbal mengalami berbagai reaksi dan pikiran yang kompleks, yaitu perasaan sedih, terpukul, malu, serta mempertanyakan tentang nilai diri mereka. Mereka juga menghadapi rasa bingung, marah, dan frustrasi atas perlakuan yang mereka terima, dengan beberapa korban bahkan mengalami tingkat kelelahan yang signifikan. Penolakan terhadap diri sendiri dan perasaan negatif juga muncul yang dipicu oleh komentar dan ejekan dari pelaku *bullying* sehingga dapat merusak kepercayaan diri dan mengakibatkan perasaan rendah diri. Bahkan, satu di antara mereka juga sempat melakukan percobaan bunuh diri, yaitu subjek dengan inisial GG, seorang laki-laki berusia 32 tahun, yang menunjukkan betapa parahnya dampak *bullying* verbal terhadap kesejahteraan fisik maupun psikis seseorang. Hal ini sejalan dengan meta analisis data secara global yang menyatakan bahwa *bullying* yang dialami pada masa anak-anak dan remaja berdampak pada peningkatan risiko gangguan mental seperti kecemasan, depresi, masalah perilaku psikosomatik dan memiliki kecenderungan bunuh diri (Moore, et al., 2017).

Pengalaman menarik datang dari seorang subjek dengan inisial GG yang berhasil bangkit dari masa kelamnya sebagai korban *bullying*. Dari studi awal terungkap bahwa, subjek mengalami *bullying* verbal terkait dengan orientasi seksual, yaitu ejekan dan hinaan “banci” atau “bencong” sejak ia menduduki Sekolah Dasar (SD) hingga Sekolah Menengah Atas (SMA), yang bahkan memicunya untuk berpikir dan mencoba bunuh diri. Ia menemukan jalan keluarnya dengan menjadi *content creator* di salah satu *platform* media sosial. Di sana, ia berani membagikan pengalaman *bullying* yang dialaminya, membuka luka lamanya untuk membantu orang lain yang mungkin mengalami nasib serupa. Lalu akibat trauma yang mendalam, ia harus menjalani terapi dengan psikiater dan psikolog. Konsumsi obat-obatan dan sesi *trauma healing* menjadi bagian dari proses pemulihannya. Perjalanan panjang dan penuh perjuangan ini tidak sia-sia. Ia berhasil melewati masa-masa sulitnya dan bangkit dengan semangat baru. Saat ini, ia fokus merintis usaha di dunia fashion.

Meskipun mengalami masa-masa sulit dan melibatkan pemikiran untuk bunuh diri dan berbagai kesulitan hidup akibat trauma yang dialaminya, keberadaan ibu dan tekad untuk membahagiakan keluarga merupakan pendorong utama yang membantu subjek bertahan serta keyakinan pada agama dan pengakuan terhadap kelemahan diri yang kemudian membantu dalam proses pemulihannya. Dalam perjalanan menuju kehidupan yang lebih baik, ia melakukan berbagai langkah yang termasuk menjauhi lingkungan yang memicu trauma, menarik diri dari pergaulan, dan mengikuti sesi *trauma healing* dengan seorang psikolog.

Proses ini mengajarkan kepadanya bahwa menyimpan luka dan dendam hanya membebani hidupnya dan akhirnya ia menyadari pentingnya memaafkan. Dengan langkah ini, ia merasakan beban yang lebih ringan dan mulai memulai hidup dengan hati dan pikiran yang lebih lega, sambil tetap mengarah pada penerimaan diri sendiri dan proses pemulihan yang lebih lanjut. Berdasarkan data studi awal ini, penulis menemukan bahwa *bullying* verbal yang diterima oleh subjek, dapat memiliki dampak negatif pada dirinya, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Akan tetapi subjek menunjukkan kemampuan untuk mencapai aspek positif yang dikenal sebagai resiliensi.

Selain itu, pengalaman serupa juga dialami oleh seorang mahasiswa berinisial GH, yang saat ini berusia 22 tahun. GH merupakan seorang yang telah melalui perjalanan yang tidak mudah, terutama ketika ia masih duduk di bangku sekolah. Selama masa sekolahnya, GH menjadi korban *bullying* verbal yang berdampak signifikan pada kepercayaan dirinya. *Bullying* verbal yang dialaminya berupa ejekan dan penghinaan berupa sebutan banci/bencong dari teman-teman sebayanya, yang sering kali terjadi di lingkungan sekolah, membuatnya merasa terasing dan tertekan. Namun, dengan dukungan dari keluarga dan beberapa teman dekat, GH berhasil mengatasi trauma yang ditimbulkan oleh *bullying* dan memutuskan untuk tidak membiarkan pengalaman pahit itu menghalangi impian serta cita-citanya. Kini, ia telah berhasil masuk ke jurusan kuliah yang diinginkannya, membuktikan bahwa dirinya mampu bangkit dari masa lalu yang kelam. Dalam psikologi, hal tersebut dikenal sebagai resiliensi.

Adapun yang menjadi alasan bahwa kedua subjek menjadi korban ejekan dalam jangka waktu lama karena dinilai memiliki ekspresi dan perilaku yang terlalu feminin dibandingkan laki-laki pada umumnya, mencakup komentar tentang gaya bicara, gerak tubuh, hingga preferensi aktivitas yang dianggap tidak sesuai dengan norma maskulinitas. Masyarakat patriarkal umumnya menuntut laki-laki menampilkan sifat maskulin seperti tegas, kuat, dan tidak emosional, sementara

sifat feminin seperti lemah lembut, ekspresif, atau gemulai kerap dipandang menyimpang jika ditunjukkan oleh laki-laki (Butler, 1990; Kimmel, 2000), sehingga penyimpangan dari ekspektasi ini berisiko memicu stigma dan perundungan. Dampaknya dapat berupa rasa malu, harga diri rendah, depresi, hingga perilaku menyakiti diri. Namun, kedua subjek memiliki kemampuan untuk bangkit dari situasi negatif tersebut yang dapat membantu mereka pulih dan bangkit, yang dikenal sebagai resiliensi.

Grotberg (1995) mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas universal yang memungkinkan seseorang, kelompok, atau komunitas untuk mencegah, meminimalkan, atau mengatasi dampak merugikan dari kesulitan. Konsep ini telah banyak diteliti dan diterapkan dalam berbagai konteks kehidupan, menunjukkan betapa pentingnya resiliensi dalam menghadapi tantangan. Sebuah penelitian oleh Andariesta dan rekan-rekan (2021) mengungkapkan bahwa anak-anak jalanan di Jakarta menunjukkan tingkat resiliensi yang bervariasi. Meskipun mereka menghadapi banyak kesulitan, seperti kekurangan makanan dan perlindungan, anak-anak ini dapat mengembangkan mekanisme koping yang membantu mereka bertahan hidup.

Berdasarkan penjelasan di atas, *bullying* verbal dapat menimbulkan dampak negatif yang signifikan, tetapi tidak semua korban mengalami konsekuensi yang sama. Beberapa individu mampu bertahan dan bahkan tumbuh lebih kuat. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi sumber yang dapat memfasilitasi tumbuhnya resiliensi pada korban *bullying* verbal. Dengan demikian, penelitian ini akan memperoleh gambaran yang mendalam mengenai proses resiliensi individu yang pernah mengalami *bullying* verbal.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti bagaimana proses resiliensi pada individu korban *bullying* verbal.

Tujuan Penelitian

Dari uraian latar belakang masalah, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguraikan gambaran proses resiliensi individu dengan pengalaman *bullying* verbal.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan memiliki kegunaan teoretis yang signifikan dalam bidang psikologi, terutama psikologi positif dan klinis dengan memberikan pemahaman mendalam tentang bagaimana individu mengembangkan resiliensi terhadap pengalaman *bullying* verbal.

Selain itu, hasil penelitian ini dapat menambah referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengkaji topik resiliensi, khususnya dalam konteks *bullying* verbal. Selain itu, penelitian ini dapat memperluas kajian di bidang psikologi, baik perkembangan, klinis, maupun pendidikan, dengan memberikan wawasan tentang resiliensi sebagai mekanisme adaptasi terhadap tekanan. Hasil penelitian ini juga memungkinkan pendekatan baru dalam intervensi atau terapi yang efektif untuk meningkatkan resiliensi pada korban *bullying* verbal. Selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi dasar untuk studi lanjutan yang mengeksplorasi faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi.

Kegunaan Praktis

Bagi Individu Korban *Bullying* Verbal dan Masyarakat Umum. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan panduan yang mendalam tentang resiliensi pada korban *bullying* verbal, yang memungkinkan pengembangan program-program pendukung untuk memperkuat ketahanan mental dan emosional korban, membantu mereka pulih dari dampak negatif *bullying*, serta mencegah terjadinya kasus *bullying* di masa depan. Selain itu, penelitian ini juga memberikan wawasan berharga bagi masyarakat umum dalam memahami pentingnya resiliensi dalam menghadapi tantangan dan trauma, serta bagaimana memberikan dukungan yang efektif kepada korban *bullying verbal*.

Bagi Praktik Psikologi dan Intervensi Klinis. Penelitian ini memberikan kontribusi praktis bagi para psikolog dan praktisi klinis dengan menyajikan gambaran mendalam mengenai pengalaman individu yang menjadi korban *bullying* verbal. Temuan dalam penelitian ini membuka wawasan baru dalam merancang pendekatan intervensi yang lebih personal, kontekstual, dan memperhatikan aspek spiritual klien. Proses pemulihan yang ditunjukkan oleh subjek menekankan pentingnya integrasi antara refleksi emosional, dukungan sosial, dan pencarian makna hidup dalam proses terapi. Oleh karena itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam mengembangkan layanan konseling yang lebih peka terhadap dinamika trauma verbal serta kebutuhan spiritual klien, sehingga meningkatkan efektivitas intervensi psikologis secara menyeluruh



uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG