

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Fenomena *bullying* di kalangan siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) menjadi permasalahan sosial yang semakin memprihatinkan. Fenomena *bullying* merupakan masalah nyata yang masih sering terjadi di kalangan remaja, baik di lingkungan sekolah maupun di dunia digital. Data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menunjukkan bahwa kasus *bullying* di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, dengan ratusan laporan kasus yang terjadi di lingkungan sekolah dalam beberapa tahun terakhir (Ayu dkk., 2025).

Berdasarkan penelitian awal dari subjek 1 dan 5, diketahui bahwa subjek pernah mengalami *bullying* verbal berupa ejekan dan penghinaan oleh teman sekelas. Kondisi tersebut menyebabkan subjek merasa minder. Penelusuran masalah menunjukkan bahwa pengalaman *bullying* tersebut berdampak pada kemampuan subjek dalam menerima dirinya, meskipun perlahan mulai membaik berkat dukungan keluarga dan usahanya untuk fokus pada kemampuan yang dimiliki. Berdasarkan kondisi tersebut, fokus permasalahan pada subjek 1 dan 5 terletak pada bagaimana pengalaman bullying mempengaruhi penerimaan diri.

Berdasarkan penelitian awal menunjukkan bahwa subjek 2 pernah menjadi korban pengucilan. Pengalaman tersebut membuat subjek merasa dirinya tidak berguna, memilih menyendiri. Berdasarkan penelusuran masalah diketahui bahwa *bullying* telah memengaruhi kondisi psikologis subjek, terutama munculnya perasaan rendah diri dan kesulitan permasalahan pada subjek 2 diarahkan pada gambaran *well-being* yang meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial, serta tujuan hidup setelah mengalami *bullying*. Berdasarkan penelitian awal, subjek 3 diketahui pernah mengalami *bullying* berupa ejekan yang menyebabkan dirinya merasa takut berada di lingkungan pertemanan. Akibat pengalaman tersebut, subjek menjadi lebih tertutup. Penelusuran masalah menunjukkan bahwa *bullying* memberikan dampak terhadap rasa percaya diri. Berdasarkan kondisi tersebut, fokus masalah pada subjek 3 adalah menggambarkan kondisi *well-being* yang berkaitan dengan mengembangkan kemandirian setelah mengalami pengalaman *bullying*.

Berdasarkan penelitian awal subjek 4 pernah mengalami *bullying* verbal yang membuat dirinya sering direndahkan oleh teman-temannya. Pengalaman tersebut menyebabkan subjek merasa tidak berharga, kehilangan rasa percaya diri, serta menganggap dirinya tidak memiliki kemampuan yang setara dengan teman lain. Penelusuran masalah menunjukkan bahwa pengalaman *bullying* memengaruhi cara

subjek memandang dirinya sendiri dan menimbulkan rasa takut ketika menjalin hubungan dengan orang lain. Fokus permasalahan pada subjek 4 diarahkan pada aspek hubungan sosial, kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial, serta tujuan hidup setelah mengalami *bullying*.

Kajian literatur yang dilakukan oleh Sartika dan Bajirani (2023) menemukan bahwa *bullying* menyebabkan berbagai dampak psikologis seperti, rendahnya *psychological well-being*, meningkatnya stres (*psychological distress*), rendahnya regulasi emosi, serta penurunan kemampuan sosial dan akademik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengalaman *bullying* tidak hanya memengaruhi kesehatan mental korban dalam jangka pendek, tetapi juga dapat menghambat perkembangan psikologis, kemampuan berinteraksi secara sehat, serta pencapaian akademik mereka. Oleh karena itu, pemahaman mengenai dampak *bullying* menjadi penting sebagai dasar dalam merancang upaya pencegahan dan intervensi yang dapat mendukung pemulihan kesejahteraan psikologis remaja korban *bullying* (Dilla dkk, 2024).

Perkembangan teknologi dan digitalisasi turut mengubah pola interaksi sosial siswa, yang pada beberapa kasus justru memperluas bentuk *bullying* baik secara langsung maupun melalui media digital. Selain itu, tuntutan akademik dan praktik kejuruan yang tinggi di SMK sering kali menimbulkan tekanan psikologis pada siswa. Kondisi ini

diperparah dengan masih terbatasnya kesadaran serta sistem pencegahan *bullying* di lingkungan sekolah (Ramadhani, 2015). Kondisi tersebut sejalan dengan temuan Mahmudi dan Wardani (2023) yang menunjukkan bahwa konformitas teman sebaya dan intensitas penggunaan media sosial secara bersama-sama berpengaruh terhadap perilaku *bullying* pada siswa, sehingga meningkatnya interaksi remaja melalui media digital perlu menjadi perhatian khusus dalam upaya pencegahan *bullying* di sekolah (Mahmudi & Wardani, 2023).

Kondisi kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* menjadi aspek yang sangat penting untuk diperhatikan. *Well-being* tidak hanya diartikan sebagai ketiadaan masalah psikologis, tetapi juga mencakup kemampuan individu dalam menerima diri, menjalin hubungan positif, memiliki kemandirian, mampu mengelola lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta terus berkembang sebagai pribadi (Tumanggor, 2018).

Selain itu, studi lain mengungkapkan bahwa korban *bullying* cenderung mengalami penurunan *psychological well-being* yang ditandai dengan munculnya stres, kecemasan, depresi, hingga perasaan kesepian dan tidak berharga. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengalaman menjadi korban *bullying* tidak hanya memberikan dampak pada aspek emosional, tetapi juga memengaruhi cara individu memandang dirinya sendiri dan lingkungannya. Perasaan tidak berharga yang terus berlangsung dapat menurunkan kepercayaan diri, menghambat

kemampuan menjalin hubungan sosial yang positif, serta mengurangi motivasi untuk mengembangkan potensi diri. (Wahyuningrum dkk, 2025).

Temuan ini diperkuat oleh penelitian lain yang menyatakan bahwa rendahnya *psychological well-being* merupakan salah satu dampak utama dari *bullying*, sehingga perlu adanya faktor protektif seperti dukungan sosial, *coping*, dan penerimaan diri untuk meningkatkannya (Muara dkk, 2024). Dengan demikian, *psychological well-being* menjadi aspek yang sangat penting dalam konteks bullying karena berfungsi sebagai indikator kondisi mental korban sekaligus sebagai faktor protektif yang dapat membantu individu bertahan, beradaptasi, dan pulih dari pengalaman negatif akibat *bullying*.

Bullying merupakan salah satu permasalahan serius yang banyak terjadi di lingkungan pendidikan, khususnya pada remaja usia sekolah menengah. Perilaku *bullying* dapat berupa kekerasan fisik, verbal, psikologis, maupun melalui media digital (*cyberbullying*) yang dilakukan secara berulang dan melibatkan ketimpangan kekuasaan antara pelaku dan korban. Fenomena ini tidak hanya berdampak pada proses belajar siswa, tetapi juga berpengaruh signifikan terhadap kondisi psikologis dan kesehatan mental remaja (Yusmansyah & Mayasari, 2019).

Remaja korban *bullying* sering kali menunjukkan kondisi *well-being* yang rendah. Mereka cenderung mengalami kesulitan dalam menerima diri akibat perlakuan negatif yang diterima, merasa terisolasi dari lingkungan sosial, serta kehilangan arah dan tujuan hidup. Selain itu,

tekanan sosial yang dialami juga dapat menghambat perkembangan pribadi dan kemandirian mereka. Hal ini menunjukkan bahwa *bullying* tidak hanya berdampak pada kondisi emosional sesaat, tetapi juga berpengaruh jangka panjang terhadap kesejahteraan psikologis individu (Yusmansyah & Mayasari, 2019).

Di lingkungan sekolah kejuruan seperti SMKN 1 Jiwan, keberagaman latar belakang siswa, perbedaan karakter, serta dinamika pergaulan remaja berpotensi memunculkan perilaku *bullying*. Namun, dalam banyak kasus, fenomena *bullying* sering kali tidak terungkap secara mendalam karena korban cenderung memilih untuk diam, takut melapor, atau menganggap perlakuan yang diterimanya sebagai hal biasa. Kondisi ini menyebabkan dampak *bullying* terhadap kesehatan mental remaja kurang teridentifikasi secara komprehensif.

Fenomena *bullying* menjadi penting untuk diteliti karena memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja serta berimplikasi pada perkembangan pribadi, sosial, dan akademik mereka. Penelitian mengenai hal ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam merumuskan strategi intervensi yang efektif guna meningkatkan *psychological well-being* korban *bullying* serta menciptakan lingkungan pendidikan yang lebih aman dan suportif. Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan data kontekstual, khususnya pada lingkungan pendidikan seperti SMK yang memiliki karakteristik berbeda dibandingkan jenjang pendidikan lainnya. Selama ini, penelitian yang mengkaji *well-being*

dalam konteks *bullying* masih didominasi oleh pendekatan kuantitatif dan belum banyak menggali pengalaman subjektif korban secara mendalam. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu mengisi kekosongan tersebut melalui pendekatan yang lebih eksploratif dan kontekstual.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus pada kajian mendalam mengenai kondisi *well-being* pada remaja korban *bullying* dengan menggunakan perspektif teori dari Ryff 1989. Fokus utama penelitian ini adalah :

1. Mengkaji secara mendalam bagaimana penerimaan diri (*self-acceptance*) terbentuk pada remaja korban *bullying* yang meliputi aspek emosional, kognitif, dan sosial.
2. Bagaimana remaja korban *bullying* memaknai dan membangun hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*).
3. Bagaimana remaja korban *bullying* mengekspresikan kemandirian diri (*autonomy*) mereka di tengah situasi sosial yang tidak mendukung.
4. Bagaimana pengalaman remaja korban *bullying* dalam membangun dan memaknai tujuan hidup (*purpose in life*).

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan kondisi *well-being* pada remaja korban bullying berdasarkan perspektif teori dari Ryff 1989. Adapun tujuan khusus dari dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

5. Mendeskripsikan penerimaan diri (*self-acceptance*) pada remaja korban *bullying*.
6. Mendeskripsikan hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*) pada remaja korban *bullying*.
7. Mendeskripsikan tingkat otonomi (*autonomy*) remaja korban *bullying* dalam menghadapi tekanan sosial.
8. Mendeskripsikan tujuan hidup (*purpose in life*) pada remaja korban *bullying*.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang diharapkan sebagai berikut

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang bimbingan dan konseling serta psikologi perkembangan remaja. Selain itu, penelitian ini dapat memperkaya kajian mengenai *psychological well-being* pada remaja korban bullying berdasarkan perspektif teori dari Ryff 1989, sehingga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang relevan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa (Remaja Korban *Bullying*), penelitian ini diharapkan dapat membantu remaja memahami kondisi kesejahteraan psikologis dirinya, serta menjadi dasar dalam meningkatkan penerimaan diri, hubungan sosial, dan pengembangan pribadi.
- b. Guru BK/Konselor, hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan dalam merancang layanan bimbingan dan konseling yang lebih tepat sasaran, khususnya dalam membantu meningkatkan *well-being* siswa korban *bullying*.
- c. Bagi kepala Sekolah, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menyusun kebijakan dan program pencegahan serta penanganan *bullying* yang lebih efektif dan berorientasi pada kesejahteraan siswa.

E. Definisi Istilah

3. *Well-being* dipahami sebagai kondisi keberfungsian hidup individu secara optimal, di mana konseli mampu merasakan kehidupan yang bermakna, merasa puas dan bahagia, serta mampu memenuhi kebutuhan dan tujuan hidupnya secara sehat dan bertanggung jawab (Ryff, 1989).
4. Remaja adalah suatu tahapan dari proses pertumbuhan fisik dan psikologis seseorang yang berlangsung antara usia 12 tahun - usia 22 tahun, yang ditandai dengan adanya perubahan-perubahan baik dari segi jasmani/fisik, maupun dari segi rohani/psikologis. Kata "remaja" berasal dari bahasa Latin *adolescere* yang berarti tumbuh menuju kedewasaan (Naomi et al., 2025).

5. *Bullying* merupakan suatu bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang oleh seseorang atau sekelompok orang yang memiliki kekuatan lebih besar, baik secara fisik, sosial, maupun psikologis, terhadap individu lain yang dianggap lebih lemah. Tindakan ini bertujuan untuk menimbulkan penderitaan, rasa takut, maupun tekanan psikologis pada korban, dan sering kali dilakukan tanpa rasa tanggung jawab dari pelakunya (Rahma et al., 2025).