

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. *Bullying*

a. Pengertian *bullying*

Bullying adalah istilah yang diambil dari bahasa Inggris. Kata ini berasal dari "bully" yang berarti pengganggu, yaitu seseorang yang menyulitkan orang lain yang lebih lemah. Dalam bahasa Indonesia, beberapa istilah yang sering digunakan masyarakat untuk menjelaskan fenomena bullying meliputi penindasan, penggencetan, perpeloncoan, pemalakan, pengucilan, atau intimidasi (Susanti, 2006).

Bullying adalah tindakan agresif yang dilakukan dengan sengaja dan terulang oleh seseorang atau kelompok yang memiliki kekuatan lebih dibanding individu yang lebih lemah, baik dalam aspek fisik, mental, atau sosial. Tindak kekerasan ini bisa muncul dalam berbagai bentuk, termasuk kekerasan fisik, verbal, relasional, atau melalui platform digital cyberbullying (Pratiwi & Sugito, 2021).

Menurut Komisi Nasional Perlindungan Anak, definisi bullying adalah perilaku kekerasan fisik dan psikologis berjangka panjang yang dilakukan seseorang atau kelompok terhadap

seseorang yang tidak mampu mempertahankan dirinya. Tindakan tersebut menyoroti bahwa *bullying* tidak hanya terbatas pada tindakan fisik, tetapi juga mencakup kekerasan psikologis, namun yang pasti bullying seringkali terjadi dalam waktu yang cukup lama, menyebabkan dampak yang berkepanjangan pada kesejahteraan korban (Duwita dkk, 2024).

Menurut Wicaksana, *bullying* adalah kekerasan fisik dan psikis jangka panjang yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok terhadap seseorang yang tidak dapat melindungi dirinya sendiri dalam situasi dimana ia ingin menyakiti, menakut-nakuti, atau merasa tertekan. Pengertian *bullying* secara umum yaitu *bullying* adalah tindakan agresif yang bersifat negatif yang dilakukan oleh seseorang maupun sekelompok orang untuk mengganggu atau bahkan menyakiti orang lain demi kepuasan pribadi (Ramadhani, 2015).

Berdasarkan berbagai definisi yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa *bullying* merupakan suatu bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja, berulang, dan sistematis oleh individu atau kelompok yang memiliki kekuatan lebih terhadap individu yang lebih lemah, baik dari segi fisik, psikologis, maupun sosial.

Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Trisnani dan Wardani (2019) yang mengungkapkan bahwa perilaku bullying di

sekolah kerap terjadi di berbagai lokasi, seperti ruang kelas, kantin maupun area sekolah lainnya, dengan bentuk verbal langsung lebih dominan dilakukan oleh siswa laki-laki sedangkan bentuk non-verbal tidak langsung lebih banyak dilakukan oleh siswa perempuan (Trisnani & Wardani, 2019).

a. Ciri-ciri *bullying*

Ciri-ciri pelaku *bullying* adalah ketika memiliki perasaan akan kekuasaan yang lebih tinggi sehingga pelaku dapat mengatur orang lain dengan seenaknya yang dianggap lebih rendah dari dirinya. Menurut pendapat Astuti (2008) dalam Rachmawati (2024: 102) menjelaskan ciri-ciri pelaku *bullying* antara lain adalah sebagai berikut:

1. Hidup berkelompok dan menguasai kehidupan sosial siswa di sekolah.
2. Menempatkan diri di tempat tertentu di sekolah atau sekitarnya.
3. Merupakan seseorang yang populer atau berpengaruh.
4. Gerak-geriknya sering kali dapat ditandai, yaitu sering berjalan di depan, sengaja menabrak, berkata kasar, menyepelekan atau melecehkan.

Setelah mengetahui apa saja ciri-ciri pelaku *bullying*, tentu kita dapat mengetahui ciri-ciri korban *bullying* tersebut. Ciri-ciri korban *bullying* menurut pendapat Prastiti & Anshori (2023), yaitu sebagai berikut:

Dari segi fisik, korban umumnya adalah individu yang secara fisik lebih lemah dibandingkan kelompok sebayanya, sehingga sering menjadi sasaran serangan fisik maupun pelecehan verbal dari pelaku.

1. Dari segi sosial, korban cenderung menarik diri dari lingkungan pergaulan dan menghindari kegiatan sosial yang biasa mereka nikmati, sehingga merasa terisolasi dan terputus dari lingkungan sekitarnya.
2. Dari segi mental/psikologis, korban rentan mengalami kecemasan, depresi, gangguan stres pasca-trauma, serta rasa harga diri dan kepercayaan diri yang rendah.
3. Dari segi akademis, korban mengalami penurunan konsentrasi belajar yang berpengaruh pada prestasi akademik dan tingkat kehadirannya di sekolah, sebagai konsekuensi dari tekanan psikologis yang dialami
4. Dari segi relasi antar-individu, dampak psikologis yang dialami korban bersifat relatif menetap tergantung kemampuan resiliensinya, dan dalam kondisi paling parah dapat memengaruhi hubungan sosial korban hingga memicu keinginan menyakiti diri sendiri.

Berdasarkan uraian mengenai karakteristik pelaku dan korban *bullying*, dapat disimpulkan bahwa perilaku *bullying*

melibatkan dinamika relasi kekuasaan yang tidak seimbang, di mana pelaku cenderung memiliki dominasi sosial yang kuat dan memanfaatkan posisi tersebut untuk mengontrol serta menekan individu lain yang dianggap lebih lemah. Di sisi lain, korban *bullying* menunjukkan karakteristik yang kompleks dan multidimensional, meliputi aspek akademik, sosial, emosional, fisik, dan interpersonal. Secara psikologis, korban cenderung memiliki tingkat kecemasan sosial yang tinggi, serta persepsi diri yang negatif. Dengan demikian, *bullying* merupakan fenomena sosial yang tidak hanya ditandai oleh perilaku agresif pelaku, tetapi juga oleh kerentanan korban yang dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal.

b. Macam-macam *bullying*

Bullying bisa dibagi menjadi beberapa jenis utama, tergantung cara dan media yang digunakan oleh pelaku untuk melakukan tindakan yang menyakiti. Jenis-jenis tersebut meliputi *bullying* fisik, verbal, relasional, dan *cyberbullying* (Yusmansyah & Mayasari, 2019).

1. *Bullying* fisik merupakan jenis *bullying* yang lebih dari sekadar kekerasan seperti memukul dan menendang, tetapi juga mencakup tindakan mencuri atau merusak barang milik korban. *Bullying* fisik tergolong jenis *bullying* yang paling mudah diidentifikasi dan terlihat, namun hanya sekitar 1 dari 3

kasus bullying fisik yang dilaporkan oleh anak-anak sekolah (Agisyaputri et al., 2023).

2. *Bullying* verbal terjadi melalui kata-kata yang menyakitkan atau merendahkan, seperti ejekan, hinaan, julukan, ancaman, dan komentar negatif yang berulang. Bentuk ini sangat umum dialami remaja dan berdampak pada harga diri serta kesehatan mental korban. Contohnya termasuk mengejek fisik, kemampuan, latar belakang sosial, atau bahkan menghina keluarga korban. *Bullying* verbal sering sulit dideteksi karena tidak meninggalkan bekas fisik, meskipun tidak menyebabkan luka fisik, dampaknya bisa sangat besar terhadap kepercayaan diri korban, terutama bila terjadi secara berulang (Fitria & Kadir, 2025).

3. *Bullying* Relasional, merupakan jenis yang paling sulit dideteksi karena pelemahan harga diri korban yang secara terus menerus melalui pengabaian, pengucilan pengecualian, atau penghindaran. Korban dan pelaku secara tidak sadar mereka melakukan tindakan *bullying* namun akibat dari perilaku ini korban merasakan efeknya baik secara psikis maupun fisik (Jannah dkk, 2021).

4. *Cyberbullying* adalah jenis *bullying* yang dilakukan melalui media digital, seperti media sosial, aplikasi pesan, forum online, atau platform digital lainnya. Contohnya seperti

mengirim pesan ancaman, mengirim ujaran kebencian, menyebarkan berita palsu, membagikan foto atau video tanpa izin, serta memberi komentar negatif secara berulang. Berbeda dengan bentuk bullying lainnya, *cyberbullying* bisa terjadi kapan saja dan menjangkau lebih banyak orang, sehingga memberi tekanan psikologis yang lebih besar pada korban. Anonimitas pelaku juga membuat dampaknya semakin berat (Olweus, 2013).

Dengan demikian, setiap jenis *bullying* memiliki mekanisme dan konsekuensi yang berbeda, namun secara keseluruhan berkontribusi terhadap penurunan kesejahteraan fisik, psikologis, dan sosial korban, sehingga memerlukan pendekatan penanganan yang komprehensif dan kontekstual sesuai dengan karakteristik masing-masing bentuk *bullying*.

c. **Faktor *bullying***

Faktor penyebab terjadinya perilaku *bullying* bersifat multi dimensional. Artinya, perilaku *bullying* memiliki beberapa faktor utama, seperti faktor individu yaitu perbedaan fisik, kepribadian pendiam, rendahnya kepercayaan diri korban, faktor keluarga pola asuh otoriter, dan kurang perhatian orang tua, faktor teman sebaya tekanan kelompok, budaya senioritas, faktor sekolah dan media lemahnya pengawasan, iklim sekolah yang tidak seportif. Dalam konteks faktor individu, karakteristik kepribadian seperti

rendahnya empati dan tingginya agresivitas berkontribusi signifikan terhadap kecenderungan seseorang melakukan *bullying* terhadap teman sebaya (Soffia et dkk, 2021).

Menurut Tumon (2014) dan Usman (2013) faktor yang dapat mempengaruhi *Bullying* adalah (Budiman, 2021).

1. Faktor keluarga memiliki peran fundamental dalam membentuk perilaku individu. Keluarga yang kurang memberikan dukungan emosional, perhatian, serta pola asuh yang tidak tepat berpotensi mendorong munculnya perilaku *bullying*. Sebaliknya, dukungan keluarga yang positif dapat meningkatkan kemampuan adaptasi, rasa aman, serta pembentukan perilaku prososial pada anak.
2. Faktor kepercayaan diri berkaitan dengan kondisi psikologis individu. Individu dengan kepercayaan diri rendah cenderung lebih rentan menjadi korban bullying, sedangkan individu dengan konsep diri negatif dan kebutuhan dominasi dapat berpotensi menjadi pelaku. Kepercayaan diri dipengaruhi oleh berbagai aspek seperti konsep diri, harga diri, kondisi fisik, pengalaman hidup, dan lingkungan.
3. Faktor teman sebaya (*peer group*) merupakan faktor sosial yang sangat dominan pada masa remaja. Interaksi yang intens dengan kelompok sebaya dapat

memengaruhi perilaku individu, baik secara positif maupun negatif. Tekanan kelompok, keinginan untuk diterima, serta konformitas terhadap norma kelompok sering kali mendorong remaja untuk terlibat dalam perilaku *bullying*.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Mahmudi dan Wardani (2023) yang membuktikan bahwa konformitas teman sebaya berpengaruh signifikan terhadap perilaku *bullying*, dan pengaruh tersebut semakin meningkat apabila disertai tingginya intensitas penggunaan media sosial di kalangan remaja (Mahmudi & Wardani, 2023).

Dengan demikian, *bullying* tidak dapat dipahami sebagai perilaku yang berdiri sendiri, melainkan sebagai hasil interaksi berbagai faktor yang saling mempengaruhi. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanganan *bullying* perlu dilakukan secara komprehensif dengan melibatkan pendekatan individual, keluarga, dan sosial.

Pendekatan pencegahan yang mengintegrasikan nilai-nilai religius juga terbukti dapat memperkuat pemahaman siswa mengenai bahaya kekerasan, sebagaimana ditemukan oleh Kadafi dkk (2023) pada jenjang pendidikan anak usia dini, sehingga strategi serupa berpotensi diadaptasi sebagai

salah satu bentuk pendekatan komprehensif dalam upaya pencegahan *bullying* di lingkungan pendidikan menengah (Kadafi dkk, 2023).

d. Dampak *bullying*

Perilaku *bullying* tidak hanya berdampak merugikan pada korban, melainkan juga berdampak pada seluruh lingkungan sekolah. Riset menunjukkan bahwa korban *bullying* seringkali mengalami dampak emosional yang serius, seperti depresi, dan kecemasan. Efek-efek tersebut juga dapat mempengaruhi pencapaian akademis mereka dan kualitas hidup secara keseluruhan. Sementara itu, pelaku *bullying* juga bisa menghadapi konsekuensi jangka panjang, termasuk keterlibatan dalam perilaku kriminal di masa depan (Putri Felita Listiani et al., 2024).

Dampak *bullying* tidak hanya dirasakan oleh para korban saja, pelaku *bullying* juga mendapat dampak yang negatif terhadap dirinya dan lingkungannya. Dampak bagi pelaku *bullying* diantaranya pelaku *bullying* mempunyai empati yang minim dalam interaksi terhadap sosial. Bukan hanya empatinya saja yang bermasalah tapi juga perilakunya pun tak normal. Perilaku yang hiperaktif dan pro-sosial saling berkaitan dengan tindakan pelaku *bullying* terhadap

lingkungan disekitarnya. Pelaku *bullying* memiliki tingkat gangguan kesehatan mental terutama gejala emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan korban *bullying* (Penelitian et al., n.d.).

Dampak bagi korban *bullying* seperti mengalami kekerasan fisik dan juga verbal. Tindakan seperti ini dapat menjadi trauma berkepanjangan bagi korban. Tidak hanya trauma saja yang dialami korban *bullying*, hasil belajar akademik juga sangat terpengaruh akibat korban *bullying*. Kekerasan fisik yang diterima oleh korban *bullying* diantaranya sering terisolasi secara sosial, tidak mempunyai teman dekat, tidak memiliki hubungan baik dengan orang tua, kesehatan mental yang menurun, dan yang paling buruk *bullying* dapat mengakibatkan depresi hingga memicu bunuh diri (Darmayanti, 2019).

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa perilaku *bullying* merupakan fenomena yang memiliki dampak luas dan kompleks, tidak hanya terhadap korban, tetapi juga terhadap pelaku serta lingkungan sekolah secara keseluruhan. Bagi korban, *bullying* menimbulkan konsekuensi serius pada aspek emosional, seperti meningkatnya tingkat kecemasan, depresi, dan trauma psikologi yang berkepanjangan. Di sisi lain, pelaku *bullying*

juga mengalami dampak negatif, baik dalam perkembangan kepribadian maupun kesehatan mental. Rendahnya empati, kecenderungan perilaku agresif, serta potensi gangguan emosional menunjukkan adanya permasalahan psikososial yang mendasar.

2. *Well-being*

a. Pengertian *Well-being*

Well-being merupakan konstruksi psikologis dan sosial yang menggambarkan kondisi individu yang optimal dalam aspek mental, emosional, dan sosial yang mencakup perasaan bahagia, *satisfaction*, fungsi optimal, dan makna hidup. Dalam konteks psikologi modern, *well-being* dipahami sebagai kondisi multidimensional yang merefleksikan keseimbangan antara pengalaman afektif positif, evaluasi kognitif terhadap kehidupan, dan aktualisasi potensi diri secara berkelanjutan (Sekarini dkk, 2020).

Istilah *well-being* yang populer di dunia kesehatan khususnya psikologi telah berkembang luas melingkupi segala aspek kehidupan. *Well-being* dapat diartikan sebagai kesejahteraan. Kesejahteraan merupakan istilah umum untuk kondisi individu atau ataupun secara medis yang sejahtera (Karyanya & Pencapaian, 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *well-being* merupakan kondisi kesejahteraan individu yang mencakup aspek psikologis, emosional, sosial, dan kehidupan secara menyeluruh. *Well-being* tidak hanya berkaitan dengan perasaan bahagia atau kepuasan hidup, tetapi juga mencerminkan kemampuan individu dalam menjalani fungsi kehidupan secara optimal, membangun hubungan sosial yang sehat, serta mengembangkan potensi diri dan menemukan makna hidup.

b. Ciri-ciri *Well-being*

Well-being pada remaja mencakup kesehatan mental subjektif, kepuasan hidup, pengendalian emosi, hubungan sosial, dan fungsi positif dalam kehidupan sehari-hari. Perspektif subjektif mencakup evaluasi individu terhadap kehidupannya, emosi, dan kemampuan berfungsi (Soffia dkk, 2021).

Dari sudut pandang psikologis, kesejahteraan mencerminkan suatu kondisi positif di mana individu merasa mampu memaksimalkan potensi mereka, mempertahankan hubungan sosial yang sehat, dan merespons tantangan hidup dengan cara yang adaptif. Dalam berbagai disiplin ilmu, termasuk psikologi dan kesehatan masyarakat, kesejahteraan dimaknai sebagai keseimbangan antara

emosi positif, penilaian kognitif terhadap kehidupan (kepuasan hidup), serta tingkat fungsi psikologis yang tinggi (Bautista dkk, 2023).

Berdasarkan paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa *well-being* pada remaja merupakan suatu kondisi multidimensional yang mencakup aspek subjektif dan psikologis, meliputi kepuasan hidup, kesehatan mental, pengendalian emosi, kualitas hubungan sosial, serta kemampuan individu dalam menjalankan fungsi kehidupan secara optimal.

c. Dimensi *Well-being*

Ryff (1989) mengemukakan bahwa *psychological well-being* terdiri atas enam dimensi utama, yaitu sebagai berikut:

1. *Self-acceptance* (Penerimaan diri) *Self-acceptance* merujuk pada kemampuan individu untuk menerima dirinya secara utuh, baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki. Individu dengan penerimaan diri yang baik memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mampu berdamai dengan pengalaman masa lalu, serta tidak terus-menerus menyalahkan diri atas kegagalan yang pernah dialami.
2. *Positive relations with others* (Hubungan positif dengan orang lain) Dimensi ini menggambarkan kemampuan

individu dalam membangun dan mempertahankan hubungan sosial yang hangat, saling percaya, dan penuh empati. Individu yang memiliki hubungan positif dengan orang lain mampu menunjukkan kepedulian, memahami perasaan orang lain, serta menjalin relasi yang suportif. Hubungan sosial yang sehat berperan penting dalam memberikan dukungan emosional dan mengurangi perasaan kesepian.

3. *Autonomy* (Kemandirian) *Autonomy* berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengatur diri sendiri, mengambil keputusan secara mandiri, dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial atau penilaian orang lain. Individu yang mandiri mampu bertindak sesuai dengan nilai dan keyakinan pribadinya, serta memiliki kontrol terhadap perilaku dan pilihan hidupnya. Dimensi ini penting dalam membentuk keteguhan sikap dan tanggung jawab pribadi.

4. *Environmental mastery* (Penguasaan lingkungan) *Environmental mastery* menunjukkan kemampuan individu dalam mengelola lingkungan kehidupannya secara efektif. Individu dengan penguasaan lingkungan yang baik mampu memanfaatkan peluang yang ada, mengatur aktivitas sehari-hari, serta menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan. Kemampuan ini

mencerminkan kompetensi individu dalam menghadapi tantangan hidup dan menyelesaikan masalah secara adaptif.

5. *Purpose in life* (Tujuan hidup) *Purpose in life* mengacu pada sejauh mana individu memiliki arah, tujuan, dan makna dalam kehidupannya. Individu yang memiliki tujuan hidup yang jelas cenderung memandang hidupnya bermakna, memiliki motivasi untuk berkembang, serta mampu menghadapi kesulitan dengan lebih optimis. Tujuan hidup berperan sebagai pendorong utama dalam pengambilan keputusan dan perencanaan masa depan.
6. *Personal growth* (Pertumbuhan pribadi) *Personal growth* mencerminkan dorongan individu untuk terus berkembang dan meningkatkan potensi diri. Individu dengan pertumbuhan pribadi yang baik terbuka terhadap pengalaman baru, berusaha belajar dari pengalaman hidup, serta memiliki keinginan untuk memperbaiki diri secara berkelanjutan. Dimensi ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis bersifat dinamis dan berkembang sepanjang rentang kehidupan.

Berdasarkan pemikiran Ryff (1989), dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* ditandai oleh kemampuan individu untuk menerima diri secara utuh, membangun

hubungan sosial yang sehat dan suportif, memiliki kemandirian dalam pengambilan keputusan, serta mampu mengelola dan beradaptasi dengan lingkungan secara efektif. Selain itu, individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik juga ditunjukkan oleh adanya tujuan hidup yang jelas dan bermakna, serta dorongan berkelanjutan untuk mengembangkan potensi diri. Dengan demikian, *psychological well-being* tidak hanya merefleksikan kondisi bebas dari gangguan psikologis, tetapi juga menunjukkan kapasitas individu dalam menjalani kehidupan secara optimal, bermakna, dan adaptif sepanjang rentang kehidupannya (Ryff & Keyes, 1995).

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian ini dilaksanakan dengan acuan beberapa penelitian sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sulistyowati dan Izzaty (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara harapan (*hope*) dengan kesejahteraan subjektif pada remaja korban *bullying*. Semakin tinggi tingkat harapan yang dimiliki, maka semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif yang dirasakan. Harapan berperan penting dalam membantu remaja mengelola emosi negatif, menetapkan tujuan hidup, serta mengembangkan strategi adaptif dalam menghadapi

permasalahan. Pada penelitian sebelumnya menyoroti hubungan antar variabel (hubungan statistik). Sedangkan penelitian saya lebih berfokus pada gambaran kondisi *well-being* korban *bullying* secara komprehensif.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitriani dan Widiningsih (2020), menunjukkan bahwa pemaafan memiliki hubungan dengan *psychological well-being* pada remaja korban *bullying*. Penelitian ini dilatar belakangi oleh tingginya kasus *bullying* yang berdampak negatif terhadap kondisi psikologis remaja, seperti stres, kecemasan, depresi, serta rendahnya penerimaan diri dan hubungan sosial. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional pada 66 siswa korban *bullying*, hasil penelitian menegaskan bahwa pemaafan dapat menjadi salah satu faktor penting dalam membantu pemulihan kesejahteraan psikologis remaja. Pada penelitian sebelumnya berfokus pada hubungan antara pemaafan dan *psychological well-being*, sedangkan penelitian yang saya lakukan lebih menekankan pada gambaran atau kondisi *well-being* pada remaja korban *bullying* secara mendalam.

Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat, Mayasari, dan Afriany (2024) menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk mengkaji bentuk-bentuk *bullying* dan dampaknya terhadap kesehatan mental siswa di SMP Negeri 1 Kulisusu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *bullying* terjadi dalam berbagai bentuk, yaitu fisik, verbal, sosial, dan

cyberbullying. Bentuk yang paling dominan dialami siswa adalah *bullying* fisik dan verbal, seperti pemukulan, ejekan, dan penghinaan. Penelitian ini menegaskan bahwa *bullying* tidak hanya terjadi secara langsung, tetapi juga melalui interaksi sosial dan media digital, serta berdampak pada kondisi mental korban. Dari penelitian sebelumnya menggunakan konsep umum kesehatan mental.

Sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan *psychological well-being* menurut Ryff (1989), yang lebih spesifik dan terstruktur.

C. Kerangka Berfikir

Fenomena bullying pada remaja merupakan permasalahan yang masih sering terjadi di lingkungan pendidikan dan memiliki dampak signifikan terhadap kondisi psikologis. *Bullying* dipahami sebagai perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang oleh individu atau kelompok yang memiliki kekuatan lebih terhadap individu yang lebih lemah. Dampak dari *bullying* tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga psikologis, seperti munculnya kecemasan, depresi, rendah diri, hingga menurunnya *psychological well-being*. Penelitian menunjukkan bahwa korban *bullying* cenderung mengalami kesulitan dalam menerima diri, menjalin hubungan sosial yang sehat, serta kehilangan rasa aman dalam lingkungan sosialnya (Fitriani & Widiningsih, 2020).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan adanya faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being* pada korban *bullying*. Penelitian Rahmadina dan Tumanggor (2024) menemukan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan positif dengan *psychological well-being* pada remaja korban *bullying*. Dukungan emosional dari keluarga membantu korban merasa diterima dan memiliki tempat aman untuk berbagi pengalaman negatif yang dialami (Muara dkk, 2024).

Fenomena *bullying* di sekolah, khususnya di SMKN 1 Jiwan, yang sering terjadi yaitu masalah psikososial. Dari hasil observasi *Bullying* tidak hanya fisik saja, tapi juga verbal yang sering sekali berulang-ulang dan ada ketimpangan kekuasaan antara yang *bully* dengan korbannya. Remaja sedang di fase perkembangan emosi dan sosial yang belum stabil, jadi mereka rentan terkena dampak negatif dari hal ini.

Korban *bullying*, dapat terganggu *well-being* nya, mulai dari penerimaan diri, hubungan sosial, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, sampai pertumbuhan pribadi. Biasanya, korban *bullying* jadi kurang percaya diri, merasa cemas, stres, menghindari orang, dan susah mengambil keputusan sendiri. Ini menunjukkan bahwa *bullying* tidak hanya berdampak ke akademik, tapi juga kesehatan mental dan perkembangan kepribadian siswa secara keseluruhan.

Guru bimbingan dan konseling, sangat penting paham pengalaman subjektif remaja korban *bullying*. Pendekatan kualitatif cocok karena bisa mengali makna, perasaan, dan cara mereka memaknai pengalaman *bullying* serta dampaknya *ke well-being*. Lewat wawancara mendalam, dan dokumentasi, peneliti bisa mendapat gambaran lengkap kondisi psikologis mereka dan faktor-faktor yang berpengaruh.