

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kekerasan merupakan fenomena sosial yang hingga kini masih menjadi salah satu hal paling ditakuti oleh manusia, baik dalam bentuk kekerasan langsung maupun tidak langsung, serta kekerasan verbal maupun nonverbal. Di lingkungan sekolah, salah satu bentuk kekerasan yang paling sering terjadi adalah *bullying*, yaitu perilaku agresif yang dilakukan secara berulang dengan tujuan menyakiti individu lain yang berada pada posisi lebih lemah. fenomena *bullying* antar siswa menunjukkan kecenderungan yang semakin memprihatinkan, terutama pada siswa usia sekolah yang secara emosional masih berada pada fase perkembangan dan cenderung labil, sehingga rentan terlibat baik sebagai pelaku maupun korban *bullying*. (Nurdiana et al., 2021) Anak-anak yang menjadi korban *bullying* sering kali mengalami tekanan emosional yang signifikan, yang menyebabkan penurunan harga diri secara drastis. Hal ini diakibatkan oleh berbagai faktor, termasuk pengalaman sosial yang menyakitkan dan kurangnya dukungan dari teman sebaya maupun lingkungan keluarga (Anggraeni & Muchlisin, 2023).

Kasus *bullying* pada remaja di Indonesia terus meningkat dan berdampak serius pada kesehatan mental, bahkan hingga memicu tindakan bunuh diri yang kini menjadi penyebab kematian ketiga terbesar di Indonesia. Kekerasan terhadap anak, termasuk *bullying*, menjadi salah satu faktor yang dapat mendorong remaja

mengakhiri hidupnya. Data menunjukkan peningkatan kasus *bullying* dari 119 kasus pada tahun 2020 menjadi 241 kasus pada tahun 2023, dengan proporsi tertinggi terjadi pada jenjang SMP sekitar 50% dan pada jenjang SMA/SMK sebesar 13,5%. Secara lebih spesifik, di SMPN 21 pada tahun 2025 tercatat 12 kasus *bullying* yang menunjukkan bahwa masalah ini juga nyata terjadi di tingkat sekolah. Fenomena tersebut diperparah dengan maraknya kasus bunuh diri pada mahasiswa sepanjang tahun 2023, yang menegaskan bahwa kesehatan mental remaja dan dewasa muda berada dalam kondisi yang mengkhawatirkan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak *bullying* terhadap kesehatan mental remaja. (Karisma et al., 2024)

Perilaku *bullying* dapat muncul akibat interaksi antara faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang berasal dari dalam diri individu, seperti kebutuhan untuk mendominasi, rendahnya empati, serta kontrol diri yang lemah, dapat mendorong seseorang untuk menyakiti orang lain. Selain itu, faktor keluarga juga berperan, terutama apabila individu tumbuh dalam lingkungan keluarga dengan pola asuh otoriter, kurangnya perhatian orang tua, atau adanya konflik dalam rumah tangga. Lingkungan sekolah dan pengaruh teman sebaya turut memberikan kontribusi besar, khususnya ketika terdapat budaya sekolah yang permisif terhadap kekerasan atau adanya dorongan dari teman sebaya untuk melakukan *bullying* demi memperoleh status sosial dan kekuasaan. Perkembangan teknologi dan media sosial semakin memfasilitasi terjadinya *bullying*, karena pelaku dapat dengan mudah menyakiti orang lain dari jarak jauh tanpa pengawasan langsung. (Ramdan et al., 2025)

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman siswa sebagai korban *bullying* di lingkungan sekolah, khususnya terkait bentuk dan situasi *bullying* yang dialami, perasaan serta respons emosional yang muncul, serta dampak pengalaman tersebut terhadap konsep diri siswa. Pengalaman *bullying* yang terjadi di sekolah dapat memberikan dampak signifikan terhadap harga diri siswa, yang ditandai dengan menurunnya penilaian individu terhadap dirinya sendiri dan perubahan dalam cara berinteraksi secara sosial dengan lingkungan sekolah. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji secara mendalam bagaimana pengalaman siswa korban *bullying*, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai kesejahteraan psikososial siswa serta menjadi dasar dalam upaya pencegahan *bullying* di lingkungan sekolah. (Nurhidayah et al., 2021)

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana bentuk dan pengalaman *bullying* yang dialami oleh siswa korban *bullying* di SMPN 21 kota Malang?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Mendesripsikan pengalaman siswa korban *bullying* di SMPN 21 kota Malang

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengeksplorasi bentuk *bullying* yang dialami korban di SMPN 21 Kota Malang

2. Mengidentifikasi perasaan siswa sebagai korban *bullying* di SMPN 21 Kota Malang
3. Mengidentifikasi dampak *bullying* terhadap kehidupan siswa di SMPN 21 Kota Malang

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat teoritis

Dapat menjadi alat dalam membangun perkembangan ilmu pengetahuan serta untuk mendapatkan informasi baru.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Bagi SMPN 21 Kota Malang

Penelitian ini dapat menjadi dasar penyusunan program pembinaan karakter dan bimbingan konseling.

2. Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan.

Penelitian ini dapat memberikan referensi untuk proses pembelajaran dan referensi bagi institusi kesehatan untuk melakukan edukasi dan praktek keperawatan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi acuan atau referensi untuk penelitian lanjutan yang berkaitan dengan konsep diri korban *bullying* di SMP Kota Malang.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Perundungan / *bullying*

2.1.1 Pengertian Perundungan / *bullying*

Bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang oleh seseorang atau sekelompok orang terhadap orang lain yang lebih lemah atau tidak berdaya. *Bullying* dapat berupa kekerasan fisik, verbal, psikologis, atau seksual yang bertujuan untuk menyakiti, menakut-nakuti, atau menghina korban. Perundungan bukanlah fenomena baru dan memang sudah banyak terjadi tidak hanya di Indonesia, tetapi juga di berbagai belahan dunia dan dapat dialami siapa pun. Aksi *bullying* ini marak terjadi di lingkungan sekolah dasar hingga tingkat atas, bahkan aksi ini juga masih terjadi di lingkungan perguruan tinggi meskipun dalam jumlah yang relatif kecil.

Bullying sendiri merupakan tindakan bermusuhan yang dilakukan oleh satu orang atau sekelompok orang dengan tujuan untuk menakuti atau menyakiti orang lain. (Intervensi & Jisp, 2021) *Bullying* di sekolah merupakan salah satu permasalahan yang sering terjadi hampir di seluruh dunia. (Nurhidayah et al., 2021) *Bullying* dalam bentuk fisik, seperti memukul, mencubit, menampar, dan memalak (meminta dengan paksa yang bukan miliknya). *Bullying* dalam bentuk verbal, seperti memaki,

menggossip, dan mengejek, sedangkan dalam bentuk psikologi, seperti mengintimidasi, mengecilkan, dan diskriminasi. (Sofyan et al., 2022)

Fenomena *bullying* di lingkungan sekolah dapat mempengaruhi perkembangan psikologis korban, yang sering kali tidak terlihat pada awalnya. *Bullying* yang dialami korban dapat menurunkan *self-esteem*, merusak hubungan sosial, dan mengganggu kesejahteraan emosional mereka. Perundungan yang berulang dapat menciptakan ketidakamanan dalam diri korban, menghambat pembentukan identitas diri yang sehat, dan menambah perasaan terisolasi di lingkungan sosialnya. (Kandia, 2024)

2.1.2 Bentuk Perundungan / *bullying*

1) *Bullying* Fisik

Bullying fisik mencakup tindakan langsung yang menyakiti tubuh atau properti korban: misalnya memukul, menendang, mendorong, menjambak, mencubit, atau merusak barang milik korban. Bentuk *bullying* ini sering kali menimbulkan cedera fisik yang dapat terlihat dengan jelas, dan sering kali merupakan bentuk *bullying* yang pertama kali dikenali. Korban dari *bullying* fisik bisa mengalami trauma fisik yang memperburuk kesejahteraan fisik mereka dan berpotensi mengganggu aktivitas sehari-hari. Selain itu, *bullying* fisik dapat meningkatkan rasa takut dan ketidakamanan di lingkungan sosial, yang berdampak pada kesehatan mental korban. "*bullying yang saya alami berbentuk tindakan fisik, dimana senior akan memukul jika ada yang junior yang tidak mematuhi peraturan.*" (Amnda et al., 2020)

2) *Bullying* Verbal

Bullying verbal melibatkan ucapan atau kata-kata yang menyakitkan seperti ejekan, hinaan, olokan, panggilan nama buruk, ancaman, atau pelecehan lisan. Meskipun tidak ada kontak fisik yang terjadi, dampak psikologis dari *bullying* verbal bisa jauh lebih besar daripada yang terlihat. Kata-kata kasar, sarkasme dan intimidasi atau menghina dapat merusak harga diri korban, menyebabkan kecemasan, depresi, dan mengganggu kesejahteraan emosional mereka. Dalam jangka panjang, *bullying* verbal dapat memengaruhi konsep diri korban, membuat mereka merasa rendah diri dan terisolasi. *“iya saya sering mengejek teman saya. jika teman saya mengejek, saya akan membalas ejekan tersebut. iya, saya merasa senang setelah mengejek teman saya”* (Pebriana & Supriyadi, 2024)

3) *Bullying* Sosial / Relasional

Jenis ini lebih halus agresinya bukan pada tubuh, tapi pada hubungan misalnya mengecualikan seseorang dari kelompok, menyebar gosip atau fitnah, isolasi sosial, merusak reputasi korban, atau membuat korban merasa terpinggirkan. *Bullying* sosial ini sering kali lebih sulit dikenali karena tidak ada tanda fisik yang jelas. Meskipun begitu, dampak emosional yang ditimbulkan bisa sangat merusak, karena korban merasa terisolasi dan tidak diterima dalam kelompok sosial mereka. Proses ini dapat mempengaruhi kesehatan mental dan perkembangan sosial korban, menciptakan perasaan tidak aman dan rendah diri yang dapat bertahan lama. *"Saya pernah dikucilkan karena kata teman-teman saya kurang pergaulan."* (Amnda et al., 2020)

2.1.3 Faktor Penyebab Perundungan / *bullying*

Faktor Internal

- 1) Salah satu faktor internal adalah pengendalian diri yang lemah (*self-control* yang rendah).

Ketidakmampuan untuk mengatur impuls dan emosi dapat mendorong individu untuk bertindak agresif, terutama dalam situasi sosial yang menantang.

- 2) Selain itu, karakteristik individu seperti kesulitan dalam penyesuaian sosial (*social adjustment*),

Kesulitan penyesuaian sosial dan gangguan emosional dapat memengaruhi interaksi siswa di lingkungan sekolah dan berkontribusi terhadap terjadinya perilaku *bullying*.

- 3) Rasa tidak aman, rendahnya harga diri, atau kebutuhan untuk merasa kuat/berkuasa bisa mendorong seseorang melakukan *bullying* sebagai cara kompensasi terhadap perasaan inferioritas.

Faktor Eksternal: Keluarga, Teman Sebaya, & Lingkungan Sekolah

- 1) Lingkungan keluarga memainkan peran besar. Pola asuh yang kurang sehat misalnya kurang kehangatan, kurang perhatian, kurang pengawasan, atau toleransi terhadap kekerasan meningkatkan risiko anak menjadi melakukan *bullying*.

- 2) Teman sebaya atau kelompok pertemanan (*peer group*) juga berpengaruh. Tekanan teman sebaya, keinginan diterima, atau upaya memperoleh status sosial di kelompok bisa menjadi pendorong terjadinya *bullying*.

- 3) Lingkungan sekolah: sekolah dengan iklim sosial yang permisif terhadap kekerasan, kurangnya pengawasan guru, atau norma kelompok yang membenarkan *bullying* memberi ruang tumbuh bagi perilaku intimidasi. (Haru, 2023)

Pengaruh Media Sosial / Dunia Digital

- 1) Penggunaan media sosial oleh remaja dapat memfasilitasi perilaku *bullying* secara daring. Dalam penelitian di tingkat sekolah menengah, ditemukan hubungan signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan perilaku *bullying*.
- 2) Media sosial memperluas ruang dan peluang bagi *bullying* melalui komentar, pesan, penyebaran rumor, atau pelecehan digital terutama karena jarak dan anonimitas memungkinkan pelaku merasa aman untuk menyerang tanpa konsekuensi langsung. (Hartati et al., 2025)

2.2 Korban perundungan / *bullying*

2.2.1 Definisi korban perundungan / *bullying*

Korban *bullying* sering kali mengalami perasaan rendah diri, ketakutan, ketidaknyamanan, dan perasaan tidak berharga. Pengalaman tersebut dapat mengganggu kesejahteraan emosional dan psikologis mereka, mempengaruhi kemampuan mereka untuk berfungsi dengan baik dalam lingkungan sosial maupun akademik. Selain dampak emosional, korban juga cenderung mengalami kesulitan dalam penyesuaian sosial, dengan rasa takut pergi ke sekolah, bahkan menghindari lingkungan sekolah secara keseluruhan. Mereka mungkin menarik diri dari pergaulan, merasa terisolasi,

dan tidak mampu membangun hubungan yang sehat dengan teman sebaya. Kondisi ini dapat memperburuk kesejahteraan mereka, menyebabkan penurunan prestasi akademik, karena kesulitan untuk berkonsentrasi dalam belajar dan berpartisipasi dalam kegiatan sekolah. Bahkan, perasaan tertekan yang berlarut-larut dapat menyebabkan korban memiliki keinginan untuk bunuh diri, melihatnya sebagai jalan keluar dari penghinaan dan kekerasan yang mereka alami.

Remaja yang menjadi korban perundungan di sekolah sering kali memiliki kontrol yang terbatas terhadap lingkungan mereka dibandingkan dengan orang dewasa yang juga mungkin mengalami perundungan. Pada orang dewasa, strategi coping yang digunakan cenderung lebih bersifat *problem-focused coping*, yaitu pendekatan yang berfokus pada penyelesaian masalah, seperti menuntut pelaku atau melaporkan tindakan tersebut kepada atasan. Namun, pada remaja korban perundungan di sekolah, mereka sering kali tidak memiliki kendali yang cukup terhadap situasi atau lingkungan mereka, yang membuatnya lebih sulit untuk mengatasi tekanan tersebut. Oleh karena itu, alternatif strategi *coping* yang lebih efektif untuk mereka adalah *emotion-focused coping*, yang berfokus pada pengelolaan emosi dan perasaan, seperti pemaafan. Pemaafan dapat menjadi salah satu cara untuk mengurangi dampak emosional yang ditimbulkan oleh perundungan, memberikan korban kemampuan untuk melepaskan diri dari rasa marah atau dendam terhadap pelaku

2.2.2 Karakteristik korban perundungan

Korban perundungan sering kali menunjukkan karakteristik tertentu yang membedakan mereka dari teman sebaya lainnya. Beberapa ciri-ciri ini dapat dilihat dalam aspek emosional, sosial, dan psikologis mereka, yang dapat memengaruhi bagaimana mereka berinteraksi dengan lingkungan sekitar dan bagaimana mereka merespons perundungan yang terjadi.

Pertama, perasaan rendah diri dan kurang percaya diri adalah salah satu karakteristik utama yang sering muncul pada korban perundungan. Mereka cenderung merasa tidak berharga, kurang dihargai, atau bahkan merasa terisolasi dari lingkungan sosial mereka. Rasa ketidakberdayaan ini sering kali muncul akibat perlakuan yang diterima dari pelaku perundungan, yang bisa berwujud hinaan, ejekan, atau bahkan kekerasan fisik.

Korban *bullying* juga sering kali menunjukkan kecemasan dan ketakutan yang berlebihan, terutama ketika harus menghadapi situasi yang berhubungan dengan pelaku *bullying* atau lingkungan yang dapat memicu trauma. Mereka mungkin merasa takut untuk pergi ke sekolah atau bergabung dalam kegiatan sosial karena khawatir akan menjadi sasaran perundungan lebih lanjut. Ketakutan ini bisa menyebabkan mereka menarik diri dari interaksi sosial, yang pada gilirannya memperburuk perasaan kesepian dan terisolasi.

Selain itu, korban perundungan sering kali mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi, baik dalam kegiatan belajar maupun dalam interaksi sosial. Hal ini disebabkan oleh gangguan emosional yang mereka alami,

seperti stres atau kecemasan, yang menghambat kemampuan mereka untuk fokus pada tugas atau aktivitas lainnya. Akibatnya, prestasi akademik mereka sering menurun, dan mereka mungkin merasa tertekan untuk memenuhi ekspektasi diri sendiri atau orang lain.

Penarikan diri dari pergaulan sosial juga menjadi karakteristik yang sering ditemukan pada korban perundungan. Mereka mungkin menghindari interaksi dengan teman sebaya dan memilih untuk menyendiri. Hal ini dapat terjadi karena mereka merasa malu atau takut akan lebih banyak dihina atau diejek. Korban perundungan juga dapat menunjukkan gejala depresi yang lebih mendalam, seperti kehilangan minat pada aktivitas yang sebelumnya faktor penyebab menjadi korban (Rahmani & Abdullah, 2025)

2.2.3 Dampak perundungan pada korban

Perundungan memiliki dampak negatif bagi semua yang terlibat didalamnya. Pelaku yang melakukan tindakan ini akan menjadi semakin agresif dan secara perilaku memiliki masalah. Korban akan mengalami gangguan mental dan fisik serta penurunan semangat dalam belajar. Sementara saksi yang melihat perundungan yang terjadi akan mengalami rasa bersalah, ketakutan, dan bahkan ada kemungkinan akan mempraktikkan tindakan tersebut di masa yang akan datang. Tindakan perundungan dapat menyebabkan berbagai dampak negatif pada korban, termasuk depresi, kecemasan, gangguan makan, dan gangguan tidur. Selain itu, korban sering kali mengalami pikiran untuk mengakhiri akan hidup, mengalami masalah perilaku, serta risiko penyalahgunaan zat yang dilarang. Agresivitas dan

kecenderungan kekerasan juga dapat muncul sebagai respons terhadap trauma yang dialami, menjadikan perundungan sebagai masalah serius yang memerlukan perhatian khusus untuk mencegah dampak jangka panjang. (Lotulung & Kasingku, 2024)

1) Tingkat Stres

Stres dapat didefinisikan sebagai reaksi individu terhadap perubahan dalam lingkungan yang memerlukan penyesuaian, baik secara fisik maupun emosional. Stres ditandai dengan ketegangan dan tekanan mental yang terjadi akibat interaksi antara individu dan lingkungan yang dapat membahayakan kesehatan, terutama jika tidak dikelola dengan baik. Perundungan, sebagai salah satu bentuk tekanan sosial, dapat menyebabkan stres yang meningkat pada korban. Korban *bullying* dapat mengalami peningkatan tingkat stres yang mengancam kesehatannya, mempengaruhi kesejahteraan fisik dan mental mereka secara keseluruhan.

2) Depresi

Depresi dapat mengubah pola reaksi afektif, fisik, kognitif, dan perilaku seseorang. Depresi adalah kondisi dimana seseorang merasakan kesedihan, kekecewaan, atau kegagalan dalam menghadapi perubahan atau kehilangan yang berdampak pada penyesuaian diri. Keadaan abnormal ini dapat menyebabkan gangguan pada kesehatan fisik, psikologis, dan sosial korban. Perundungan adalah salah satu faktor yang dapat menyebabkan depresi pada pelajar. Tekanan yang diberikan oleh perundung dapat mempengaruhi kesehatan mental korban, menyebabkan mereka merasa tertekan dan cemas.

Depresi yang dialami oleh pelajar akibat *bullying* dapat memiliki konsekuensi fatal bagi kesejahteraan mereka.

3) Kecemasan

Kecemasan adalah respons subjektif yang mengkhawatirkan dan menakutkan terkait potensi bahaya atau ancaman. Kecemasan sering disertai dengan gejala fisik atau perilaku tertentu, seperti rasa takut, khawatir, atau cemas yang tidak ber alasan. Pada individu yang mengalami kecemasan, hal ini dapat mempengaruhi perilaku mereka, seperti menarik diri dari lingkungan sosial, kesulitan berkonsentrasi, kehilangan nafsu makan, atau menjadi mudah tersinggung. Kecemasan yang berlebihan juga dapat mengarah pada gangguan emosional lainnya, seperti depresi atau penyalahgunaan diri. Remaja yang menjadi korban *bullying* sering kali mengalami kecemasan yang mendalam, yang dapat menyebabkan mereka merasa terisolasi dan beralih pada perilaku merugikan diri sendiri sebagai upaya untuk mengatasi perasaan tersebut. (Rahmani & Abdullah, 2025)

4) Harga diri rendah

Harga diri rendah merujuk pada penilaian individu terhadap nilai diri mereka sendiri, yang dipengaruhi oleh pengalaman sosial dan interaksi dengan lingkungan sekitar. Ketika seseorang mengalami *bullying*, harga diri mereka dapat menurun secara signifikan, yang membuat mereka merasa tidak dihargai dan tidak layak. Penurunan harga diri ini seringkali disertai dengan perasaan malu dan ketidakmampuan untuk mengatasi tantangan sosial atau akademik. Dalam jangka panjang, harga diri yang rendah akibat *bullying* dapat menyebabkan perasaan terisolasi, rendah diri, dan kesulitan

dalam membangun hubungan yang sehat dengan orang lain. Dampak dari harga diri yang rendah ini dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis dan emosional korban, meningkatkan risiko gangguan mental seperti kecemasan dan depresi, serta mengganggu perkembangan sosial mereka (Almira & Marheni, 2021)

2.3 Pengalaman korban *bullying*

Pengalaman psikologis remaja korban *bullying* mencerminkan dampak emosional dan psikososial yang kompleks akibat perundungan yang dialami secara berulang. Korban *bullying* sering mengalami kecemasan berlebihan, perasaan malu, trauma psikologis, serta ketakutan yang menetap, terutama dalam konteks lingkungan sekolah. Pengalaman tersebut dapat menimbulkan perasaan tidak berdaya, ditandai dengan ketidakmampuan untuk membela diri atau menghadapi situasi yang mengancam, sehingga berkontribusi terhadap hilangnya kepercayaan diri. Selain itu, korban kerap merasakan perasaan sendiri dan serba salah, yang menunjukkan adanya isolasi sosial dan konflik internal dalam memaknai pengalaman perundungan yang dialami.

Pengalaman *bullying* dapat berdampak signifikan terhadap fungsi sosial dan kesejahteraan psikologis remaja. Korban dapat menunjukkan kecenderungan menghindari lingkungan sosial, munculnya kecemasan sosial, serta ketakutan untuk bersekolah. Pada kondisi yang lebih berat, pengalaman perundungan juga dapat memicu munculnya pikiran negatif yang ekstrem, termasuk keinginan untuk mengakhiri hidup, sebagai bentuk

respons terhadap tekanan psikologis yang dirasakan. Dampak psikologis tersebut menunjukkan bahwa *bullying* tidak hanya memengaruhi kondisi emosional sesaat, tetapi juga dapat mengganggu fungsi sosial dan perkembangan psikologis remaja secara menyeluruh apabila tidak mendapatkan perhatian dan penanganan yang tepat. (Sirait, 2023)

2.4 Konsep diri

Konsep diri adalah apa yang dipikirkan dan dirasakan seseorang mengenai dirinya sendiri. Konsep diri mencakup gagasan individu tentang siapa dirinya, yang meliputi keyakinan, pandangan, serta penilaian terhadap berbagai aspek diri. Di dalamnya terdapat persepsi tentang bagaimana seseorang melihat dirinya sebagai pribadi, bagaimana ia merasakan dan menghargai dirinya, serta bagaimana ia menginginkan dirinya menjadi sesuai harapan atau ideal yang diinginkannya. Konsep diri terbentuk melalui proses panjang yang dipengaruhi oleh pengalaman, interaksi sosial, penerimaan atau penolakan dari lingkungan, serta penilaian orang lain yang dianggap penting. Oleh karena itu, konsep diri tidak hanya berkaitan dengan pemahaman kognitif mengenai diri, tetapi juga meliputi respons emosional dan aspirasi individu terhadap gambaran diri yang ideal. Konsep diri yang positif akan mendorong individu memiliki rasa percaya diri, merasa berharga, serta mampu beradaptasi dengan lingkungan, sementara konsep diri yang negatif seringkali membuat seseorang merasa tidak berdaya, tidak berharga, dan sulit mengembangkan potensi dirinya. (Siallagan, 2023)

Konsep diri memiliki pengaruh yang besar terhadap perilaku seseorang, oleh karena itu pemahaman terhadap konsep diri seseorang akan

memudahkan dalam memahami perilaku seseorang. Konsep diri tidak hanya mempengaruhi karakter seseorang, tetapi juga mempengaruhi kepuasannya dalam hidup. Setiap orang memiliki konsep diri yang dapat berkembang menjadi konsep diri positif atau negatif, tetapi biasanya tidak mengetahui apakah konsep diri tersebut negatif atau positif. (Luas et al., 2023)

2.4.1 Citra Diri (Self Image)

Bagian diri ini merupakan aspek yang paling mendasar dalam konsep diri dan berhubungan dengan cara individu mengidentifikasi dirinya. Dalam pertanyaan "Siapa saya?", terkandung label dan simbol yang diberikan pada diri individu oleh dirinya sendiri maupun oleh orang lain untuk menggambarkan identitas mereka. Label tersebut bisa berupa hal-hal sederhana seperti "Saya Ita" yang hanya menyebutkan nama, namun seiring bertambahnya usia dan pengalaman, serta interaksi dengan lingkungan sosial, individu mulai mengembangkan pengetahuan yang lebih mendalam tentang dirinya. Pada tahap ini, individu mulai melengkapi gambaran tentang dirinya dengan karakteristik dan atribut yang lebih kompleks. Sebagai contoh, seorang remaja mungkin menyatakan, "Saya pintar tetapi terlalu gemuk," yang mencerminkan pemahaman diri yang lebih kompleks yang mencakup aspek intelektual dan fisik.

Penting untuk dicatat bahwa konsep diri ini berkembang seiring waktu, dan faktor eksternal seperti interaksi dengan teman, keluarga, dan lingkungan sosial memainkan peran penting dalam membentuk pengetahuan individu tentang dirinya. Seiring bertambahnya interaksi

sosial, individu mulai membandingkan dirinya dengan orang lain, yang sering kali memperkenalkan ketegangan antara identitas yang dibangun secara pribadi dan ekspektasi sosial yang ada. Misalnya, seseorang mungkin merasa dihargai karena prestasi akademisnya, tetapi merasa tidak cukup baik jika ia tidak memenuhi standar kecantikan atau fisik yang ada di masyarakat. Hal ini menjadi lebih nyata dalam konteks perundungan, di mana label negatif atau hinaan terhadap penampilan fisik atau kemampuan seseorang dapat sangat mempengaruhi citra diri mereka. Dalam kasus ini, pengetahuan diri yang berkembang tidak hanya mencakup pengakuan terhadap kekuatan dan kelemahan, tetapi juga dapat terdistorsi oleh penilaian sosial yang menyakitkan. Sehingga, penting untuk memahami bahwa konsep diri adalah hasil interaksi yang dinamis antara pemahaman internal individu dan konstruksi sosial yang ada di sekitarnya. (Dewi, 2021)

Citra diri atau self-image adalah gambaran individu tentang dirinya sendiri, baik secara fisik maupun psikologis. Komponen self-image mencakup persepsi atau tanggapan, baik di masa lalu maupun sekarang, terkait ukuran dan bentuk tubuh serta kemampuan pada dirinya (fisik). (Siallagan, 2023)

2.4.2 Harga Diri (Self Esteem)

Harga diri adalah penilaian pribadi yang dilakukan seseorang terhadap nilai dirinya, yang didasarkan pada berbagai faktor seperti kemampuan, pencapaian, dan sejauh mana perilaku individu tersebut mencerminkan standar ideal yang ia tetapkan untuk diri sendiri. Harga diri mencerminkan seberapa besar seseorang menghargai dirinya apakah ia

merasa layak, mampu, dan berharga. Tinggi rendahnya harga diri sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk keberhasilan dan kegagalan yang dialami, penerimaan sosial dari orang lain, serta kualitas hubungan interpersonal yang dimiliki. Misalnya, individu yang sering mengalami keberhasilan dalam mencapai tujuan pribadi atau sosial cenderung memiliki harga diri yang tinggi, karena mereka merasa dihargai dan diakui. Sebaliknya, kegagalan yang berulang atau kurangnya dukungan sosial dapat menyebabkan penurunan harga diri, di mana individu merasa tidak mampu atau kurang berarti.

Harga diri yang sehat memainkan peran penting dalam meningkatkan rasa percaya diri seseorang, memungkinkan mereka untuk menghadapi tantangan dan situasi sulit dengan lebih positif. Sebaliknya, harga diri yang rendah sering kali berkaitan dengan perasaan tidak mampu, rasa malu, atau keyakinan bahwa dirinya tidak berharga. Kondisi ini dapat menghambat seseorang untuk berinteraksi secara sosial, berprestasi di bidang yang mereka geluti, dan mengembangkan hubungan yang bermakna dengan orang lain. Penurunan harga diri sering kali terlihat pada individu yang menjadi korban *bullying*, karena perundungan dapat merusak persepsi positif seseorang terhadap dirinya, memicu rasa rendah diri, dan menurunkan motivasi untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar. (Dewi, 2021)

Harga diri atau self-esteem adalah evaluasi individu terhadap dirinya sendiri, baik secara positif maupun negatif. Harga diri yang tinggi dapat

meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi individu untuk mencapai tujuan hidupnya

2.4.3 Ideal Diri (Self Ideal)

Ideal diri adalah gambaran atau persepsi yang dimiliki individu mengenai bagaimana seharusnya ia bersikap dan berperilaku, yang disesuaikan dengan standar nilai yang diyakini dan harapan pribadi. Ideal diri ini terbentuk melalui berbagai faktor, termasuk pengalaman hidup, nilai-nilai yang diajarkan dalam keluarga, norma sosial yang berlaku di masyarakat, serta tujuan jangka panjang yang ingin dicapai oleh individu. Sebagai contoh, seorang remaja mungkin memiliki ideal diri yang berkaitan dengan kesuksesan akademis dan sosial, serta norma moral yang telah diajarkan oleh orang tua dan lingkungannya.

Individu cenderung membandingkan tindakan dan pencapaian yang mereka raih dengan gambaran ideal diri tersebut untuk menilai sejauh mana mereka telah memenuhi standar yang mereka tetapkan. Proses ini sering kali berfungsi sebagai pedoman dalam mengembangkan potensi diri dan sebagai motivasi untuk mencapai tujuan yang lebih tinggi. Namun, jika standar ideal diri yang dimiliki terlalu tinggi atau tidak realistis, hal ini dapat menimbulkan ketidakpuasan diri yang berkelanjutan, bahkan perasaan kegagalan yang berlebihan. Dalam konteks perundungan, korban sering kali merasa bahwa mereka tidak dapat memenuhi standar ideal diri mereka akibat tekanan dari lingkungan sosial yang negatif, yang dapat memperburuk perasaan rendah diri dan ketidakpuasan terhadap diri mereka sendiri. (Dewi, 2021)

Ideal diri atau self-ideal adalah gambaran individu tentang dirinya yang ideal atau sempurna. Ideal diri dapat memotivasi individu untuk meningkatkan diri dan mencapai tujuan hidupnya.

2.4.4 Identitas Diri

Identitas diri adalah kesadaran seseorang tentang siapa dirinya, yang terbentuk melalui proses observasi, pengalaman, penilaian, serta interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Identitas diri bukanlah sesuatu yang tetap, melainkan hasil sintesis dari berbagai aspek dalam konsep diri, termasuk citra diri, harga diri, peran diri, dan ideal diri, yang membentuk gambaran diri yang utuh dan konsisten. Proses ini menciptakan pemahaman yang lebih dalam tentang diri seseorang, mencakup keyakinan, nilai-nilai, tujuan hidup, serta karakteristik unik yang membedakan individu satu dengan lainnya.

Identitas diri tidak hanya mencerminkan siapa seseorang saat ini, tetapi juga bagaimana mereka melihat diri mereka di masa depan, serta bagaimana mereka berhubungan dengan orang lain dan lingkungan sosialnya. Identitas ini berkembang sepanjang kehidupan, dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengalaman pribadi, budaya, lingkungan sosial, serta tahap perkembangan psikologis yang dilalui oleh individu. Seiring bertambahnya usia dan pengalaman hidup, individu terus membentuk dan merevisi identitas dirinya, berdasarkan perubahan dalam pemahaman diri mereka, interaksi dengan orang lain, dan pencapaian yang telah diraih. Dalam konteks perundungan, identitas diri korban dapat terganggu, karena perundungan seringkali menantang atau merusak pandangan diri mereka,

yang berpotensi menyebabkan kebingungan atau ketidakpastian dalam pengembangan identitas yang sehat. (Dewi, 2021)

2.4.5 Peran diri

Peran diri adalah pola sikap, perilaku, nilai, serta tanggung jawab yang diharapkan dari seseorang berdasarkan posisi atau statusnya dalam berbagai konteks, seperti keluarga, pekerjaan, maupun masyarakat. Setiap individu memiliki peran diri yang berbeda-beda sesuai dengan peran sosial yang diembannya, misalnya sebagai anak, orang tua, pelajar, pekerja, atau anggota komunitas. Peran diri ini mencerminkan bagaimana seseorang memenuhi harapan sosial yang berlaku dalam lingkungan mereka, serta bagaimana mereka menjalankan tuntutan-tuntutan yang terkait dengan posisi atau status tersebut.

Namun, peran diri tidak selalu tetap dan dapat berubah seiring waktu. Perubahan ini terjadi seiring dengan perkembangan usia, perubahan kondisi sosial, dan dinamika lingkungan yang dihadapi individu. Misalnya, peran seorang anak akan berubah menjadi peran orang tua seiring berjalannya waktu, atau seorang pelajar yang kemudian menjadi pekerja. Ketidaksesuaian antara harapan yang ada di masyarakat atau keluarga dengan kemampuan individu dalam menjalankan peran tersebut dapat menimbulkan konflik peran atau stres. Hal ini bisa terjadi ketika seseorang merasa tidak mampu memenuhi harapan yang ada, atau merasa terbebani dengan tuntutan yang berlebihan dari lingkungan sosialnya. Dalam konteks perundungan, korban *bullying* sering kali mengalami tekanan untuk memenuhi peran sosial mereka, sementara mereka merasa tidak mampu

atau terhambat oleh pengalaman negatif yang mereka alami, yang dapat memperburuk perasaan stres dan konflik peran yang mereka rasakan.

(Dewi, 2021)

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Karya tulis ini merupakan studi kasus dengan desain studi kasus deskriptif eksploratif yaitu mengeksplorasi dan menggambarkan secara mendalam pengalaman pada siswa korban *bullying* di SMPN 21 Kota Malang, meliputi bentuk *bullying*, perasaan siswa saat mengalami *bullying*, dampak *bullying* terhadap kehidupan siswa

3.2 Subjek Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti mengambil 2 subjek yang sesuai dengan kasus yakni dengan riwayat menjadi korban perundungan. Adapun kriteria subjek penelitian terbagi menjadi 2 macam, yaitu:

- 1) Kriteria inklusi
 - a. Siswa yang pernah mengalami perundungan (*bullying*) baik secara fisik, verbal, sosial, atau siber. Data diperoleh dengan data dari Bimbingan konseling sekolah
 - b. Siswa yang masih dalam fase berproses atau belum sepenuhnya pulih dari dampak *bullying*.
 - c. Siswa bersedia menjadi partisipan penelitian dan memberikan informasi terkait pengalaman perundungannya.

d. Siswa memiliki respon kooperatif dalam wawancara dan proses pengumpulan data.

e. Siswa yang menarik diri akibat dampak perundungan, baik perundungan fisik, verbal, sosial, maupun siber.

2) Kriteria eksklusi

a. Siswa yang tidak bersedia menjadi subjek penelitian.

b. Siswa yang telah sepenuhnya pulih atau tidak lagi terpengaruh oleh pengalaman perundungan.

c. Siswa yang tidak memenuhi kriteria untuk menjadi korban perundungan berdasarkan definisi yang telah ditetapkan oleh peneliti.

3.3 Lokasi & Waktu Penelitian

1) Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 21 Kota Malang

2) Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada Januari-Februari 2026

3.4 Fokus Studi

Fokus studi pada karya tulis ini adalah Pengalaman siswa korban *bullying* di SMPN 21 Kota Malang, yang dijelaskan pada definisi operasional berikut:

Tabel 3.1 Fokus studi Pengalaman siswa korban *bullying* di SMPN 21 Kota Malang

No.	Fokus Studi	Definisi	Parameter	Instrumen
1	Pengalaman siswa korban <i>bullying</i>	Pengalaman psikologis remaja korban <i>bullying</i> mencerminkan dampak emosional dan psikososial yang kompleks akibat perundungan yang dialami secara berulang.	1. Bentuk <i>bullying</i> 2. Perasaan siswa saat mengalami <i>bullying</i> 3. Dampak <i>bullying</i> terhadap kehidupan siswa	Lembar wawancara
1)	Bentuk <i>bullying</i> yang dialami siswa	Bentuk <i>bullying</i> adalah jenis tindakan perundungan yang dialami siswa sebagai korban, yang meliputi perilaku verbal dan sosial yang dilakukan secara berulang dan menimbulkan ketidaknyamanan atau penderitaan psikologis.	Bentuk <i>bullying</i> verbal, <i>Bullying</i> fisik, <i>bullying</i> sosial/ relasional	Wawancara OBVQ-R
2)	Perasaan korban <i>bullying</i>	Perasaan dan respons emosional korban <i>bullying</i> adalah kondisi emosional dan psikologis yang dialami siswa setelah mengalami perundungan, yang ditunjukkan melalui perasaan, pikiran, serta reaksi emosional terhadap situasi sosial dan lingkungan sekolah.	Perasaan malu, Perasaan takut, Perasaan cemas, Perasaan sedih, Perasaan kesepian atau terisolasi	Wawancara, DASS-42
3)	Dampak <i>bullying</i> terhadap kehidupan siswa	Dampak pengalaman <i>bullying</i> adalah perubahan kondisi fisik psikologis dan sosial yang dialami siswa akibat perundungan, yang tercermin dalam gangguan kecemasan, penurunan harga diri, serta terganggunya	Fisik, Citra diri, harga diri, ideal diri, identitas diri, peran diri	Observasi

No.	Fokus Studi	Definisi	Parameter	Instrumen
		fungsi sosial dan aktivitas sehari-hari.		

3.5 Pengumpulan Data

1) Instrumen Penelitian

Pengumpulan data yang digunakan pada studi kasus ini adalah menggunakan :

1. Lembar Wawancara *Olweus Bully/Victim Questionnaire-Revised (OBVQ-R)* untuk mengetahui jenis *bullying*
2. Lembar Wawancara DASS-42 untuk mengetahui perasaan korban
3. lembar Observasi untuk mengetahui dampak *bullying*.

2) Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data studi kasus ini menggunakan wawancara dan observasi.

3) Langkah-Langkah Pengumpulan Data

a. Sebelum melakukan penelitian

- 1) Peneliti menyusun proposal penelitian karya tulis ilmiah
- 2) Peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada ketua Program Studi D3 Keperawatan Malang Poltekkes Kemenkes Malang dan kepala Sekolah SMPN 21 Kota Malang

b. Selama melakukan penelitian

- 1) Peneliti mengidentifikasi subjek yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi
- 2) Peneliti mendatangi subjek menjelaskan maksud dan tujuan mengenai penelitian dan hal apa saja yang akan dilaksanakan bersama subjek.

- 3) Jika subjek menyetujui maka peneliti meminta kerja sama subjek dengan menandatangani persetujuan sebelum dilakukan wawancara dan pengisian kuesioner, dan jika subjek tidak bersedia maka peneliti tidak memaksa dan menghargai keputusan subjek
- 4) Setelah diwawancara, peneliti memeriksa kelengkapan data

c. Setelah melakukan penelitian

- 1) Peneliti melakukan pengolahan data

Pengolahan data pada penelitian ini dilakukan secara sistematis melalui beberapa tahap agar data yang diperoleh dapat dianalisis secara tepat sesuai fokus studi.

- d. Peneliti menyajikan hasil berupa narasi atau deskripsi dari pernyataan subjek

3.6 Analisis Data dan Penyajian Data

1) Analisis data

Analisis data dilakukan secara deskriptif berdasarkan tujuan penelitian.

1. Tujuan pertama, yaitu mengidentifikasi bentuk *bullying* yang dialami siswa, dianalisis menggunakan data hasil wawancara dan instrumen Olweus Bully/Victim Questionnaire-Revised (OBVQ-R). Data kemudian dikelompokkan ke dalam kategori *bullying* fisik, verbal, dan sosial/relasional.
2. Tujuan kedua, yaitu mengidentifikasi perasaan siswa sebagai korban *bullying*, dianalisis menggunakan hasil wawancara mendalam yang didukung oleh instrumen Depression Anxiety Stress Scale (DASS-42). DASS-42 terdiri dari 42 item yang terbagi menjadi tiga subskala, yaitu

depresi, ansietas, dan stres. Setiap item diberi skor 0–3, kemudian skor masing-masing subskala dijumlahkan dan diinterpretasikan sesuai kategori DASS-42. Untuk skala D, skor 0–9 berada dalam kisaran normal; 10–13, ringan; 14–20, sedang; 21–27, berat; ≥ 28 , sangat berat. Untuk skala A, skor 0–7 dianggap normal; 8–9, ringan; 10–14, sedang; 15–19, berat; ≥ 20 , sangat berat. Untuk skala S, skor 0–14 normal; 15–18, ringan; 19–25, sedang; 26–33, berat; ≥ 34 , sangat berat. Hasil DASS-42 digunakan sebagai data pendukung untuk mengidentifikasi kondisi emosional subjek, sedangkan data utama diperoleh melalui wawancara mendalam mengenai perasaan yang muncul akibat pengalaman *bullying*. Analisis difokuskan pada perasaan yang muncul akibat pengalaman *bullying* seperti sedih, takut, cemas, malu, dan kesepian.

3. Tujuan ketiga, yaitu mengidentifikasi dampak *bullying* terhadap kehidupan siswa, dianalisis menggunakan hasil wawancara dan observasi dengan mengacu pada aspek konsep diri yang meliputi citra diri, harga diri, ideal diri, identitas diri, dan peran diri.

Data yang diperoleh kemudian direduksi, dikelompokkan berdasarkan tujuan penelitian, diinterpretasikan, dan disajikan dalam bentuk narasi deskriptif.

2) Penyajian data

Penyajian data dalam penelitian ini dilakukan dalam bentuk narasi atau teks deskriptif untuk memberikan gambaran menyeluruh tentang kondisi konsep diri korban *bullying* di SMP. Data yang diperoleh dari wawancara mendalam dan observasi lapangan disusun dalam bentuk uraian

sistematis serta poin-poin yang menggambarkan aspek-aspek konsep diri, seperti citra diri, harga diri, ideal diri, peran diri, dan identitas diri. Setiap poin akan menjelaskan respon psikologis subjek, perubahan perilaku, serta makna pengalaman *bullying* terhadap cara subjek menilai dirinya. Melalui pendekatan ini, peneliti berupaya menampilkan gambaran yang komprehensif mengenai bagaimana tindakan *bullying* berdampak pada pembentukan dan perkembangan konsep diri remaja di tingkat SMP.

3.7 Etika Penelitian

1) *Informed consent* (lembar persetujuan)

Peneliti terlebih dahulu memberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, dan hal apa saja yang akan dilaksanakan bersama subjek pada penelitian ini. Setelah subjek paham dan bersedia, maka peneliti harus meminta persetujuan berupa tanda tangan pada lembar persetujuan. Jika subjek, tidak bersedia maka peneliti tidak memaksa dan menghormati Keputusan subjek. Yang mana tujuan hal ini adalah untuk memastikan subjek penelitian mengetahui dampak dan maksud penelitian.

2) *Anonymity* (tanpa nama)

merupakan suatu etik penelitian yang bertujuan untuk menjaga kerahasiaan identitas subjek, sehingga peneliti tidak mencantumkan nama subjek pada laporan hasil penelitian, yang hanya akan diberikan kode tertentu.

3) *Confidentiality* (kerahasiaan)

Peneliti akan merahasiakan informasi yang diberikan, seperti merahasiakan alamat atau mendokumentasikan tindakan dengan mengambil gambar membelakangi subjek atau mengaburkan wajah subjek.

4) *Beneficience* (manfaat)

Peneliti tidak akan melakukan studi kasus yang tidak mengandung unsur bahaya dan merugikan subjek, peneliti memiliki tujuan untuk membantu subjek dalam mengenali diri sendiri dan masalah yang sedang dirasakan.

5) *Justice* (keadilan)

Pada penelitian ini peneliti melibatkan 2 subjek yang mana subjek tersebut memiliki kesempatan dan manfaat yang sama, tidak ada yang membedakan kedua subjek, keduanya diperlakukan secara adil.