

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Remaja adalah manusia yang berumur belasan tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 - 18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Pada masa remaja manusia tidak dapat disebut sudah dewasa tetapi tidak dapat pula disebut anak-anak. Masa remaja adalah masa peralihan atau masa transisi dari anak menuju masa dewasa yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan begitu pesat baik itu fisik maupun mental.

Menurut Santrock (2012) masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa. Sejalan dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri remaja, mereka juga dihadapkan pada tugas-tugas yang berbeda dari tugas pada masa kanak-kanak. Tugas-tugas perkembangan yang terjadi pada remaja yaitu mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya, mencapai peran sosial pria dan wanita, beradaptasi dengan perubahan fisik, mencapai kemandirian secara emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, menjamin kemandirian ekonomi, mempersiapkan karir dan pernikahan, mengembangkan keterampilan intelektual, bertanggung jawab secara sosial, memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika, serta beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa (Nurhayati, G.E. & Lauren, V.Y. 2020).

Remaja lebih banyak melakukan kegiatannya di sekolah sejak pagi hingga sore hari dan di sekolah mereka akan selalu bertemu dengan teman-teman sebayanya, sehingga banyaknya waktu yang mereka habiskan adalah bersama dengan teman-temannya. Dalam pertemanan ada hal rentan terjadi yang membuat tidak nyaman dan tidak menyenangkan sehingga remaja menjadi salah satu korban perundungan. Fenomena perundungan di Indonesia adalah suatu hal umum yang terjadi di sekolah dan tentu saja menyisakan luka yang

mendalam bagi para korban perundungan. Schott (2014) *bullying* merupakan tindakan agresif, baik secara fisik maupun verbal, yang dilakukan oleh individu (Darmayanti, dkk. 2019)

Menurut Ipaenim (2019) Siapapun bisa saja menjadi target perilaku perundungan (*bullying*), namun korban lebih sering dipilih atas dasar sifat psikologisnya dibandingkan sifat fisiknya. Tipikal korban pada umumnya cenderung pemalu, sensitif, dan mungkin cemas atau *insecure*. Sementara beberapa lainnya dipilih karena alasan fisik seperti kelebihan berat badan atau kecil secara fisik, cacat, atau memiliki ras atau kepercayaan agama yang berbeda (Tang, I. & Supraha, W. 2021)

Tokunaga (2010) menggaris bawahi bahwa dampak *bullying* terhadap korban tergantung pada frekuensi, jangka waktu dan keparahan tindakan perundungan yang dialami korban. Semakin serius bentuknya, semakin lama terjadinya dan semakin sering frekuensinya maka akan semakin besar kemungkinan korban mengalami dampak negatif (Rusyidi, B. 2020) Secara psikologis, korban akan mengalami *psychologica distress* misalnya tingkat kecemasan yang tinggi, depresi dan pikiran-pikiran untuk bunuh diri. Secara akademis korban akan mengalami *poor results* seperti prestasi akademis menurun dan kurangnya konsentrasi (Sudiby, 2012).

*Bullying* merupakan perilaku seseorang ataupun sekelompok orang yang bersifat negatif dan bertujuan menyakiti korban baik secara fisik maupun mental. *Bullying* dapat mengakibatkan timbulnya salah satu masalah psikologis remaja yaitu kecemasan (Mia, N.A.Z. & Novianti, E. 2021). Dengan demikian salah satu dampak negatif yang dialami oleh korban perundungan yaitu kecemasan.

Kecemasan menurut Spielberger (2010) adalah reaksi emosional yang tidak menyenangkan terhadap bahaya nyata atau imajiner yang disertai dengan perubahan pada sistem saraf otonom dan pengalaman subjektif sebagai tekanan, ketakutan, dan kegelisahan (Rahmiati, S. 2017). Kecemasan merupakan perasaan tertekan yang menakutkan, tidak menyenangkan, dan mengkhawatirkan akan adanya ancaman bahaya disertai gejala-gejala seperti

gelisah, tegang dan takut. Setiap orang pasti pernah mengalami cemas, namun jika kecemasan ini berlebihan akan mengganggu kehidupan sehari-hari.

Kecemasan adalah gangguan afektif yang ditandai dengan rasa takut dan khawatir yang mendalam dan berkelanjutan, kecemasan yang timbul secara terus menerus dan tidak segera diatasi dapat menimbulkan rasa takut dan kekhawatiran yang berlebihan dan terjadi secara berulang-ulang. Reid (2016) menyatakan bahwa siswa yang mengalami perundungan dilaporkan memiliki kecemasan yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan siswa yang tidak menjadi korban perundungan. Sejumlah penelitian menyatakan bahwa korban perundungan lebih rentan untuk terkena kecemasan, depresi, hingga bunuh diri (Rahmat, P.P. & Supriatna, U.Y. 2020)

Pada penelitian oleh (Khoirunnisa, M.L. dkk. 2018) dengan judul “Hubungan Tindakan *Bullying* Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pelajar SMK PGRI 1 Tangerang”, hasil dari penelitian menemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara korban bullying dengan tingkat kecemasan dengan hasil kecemasan 56 responden (70%). Selanjutnya pada jurnal oleh (Nurhayati, G.E. & Lauren, V.Y. 2020) “Tindakan *Bullying* Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja”, hasil dari penelitian terdapat hubungan yang signifikan tingkat kecemasan dengan korban *bullying* pada remaja di SMP PGRI 1 Bandung.

Santrock (1998) teman sebaya juga memiliki pengaruh negatif bagi remaja. Dimana sebagian remaja ditolak atau diabaikan oleh teman sebaya menyebabkan munculnya perasaan kesepian atau permusuhan. Begitu pula dengan perasaan kesepian, kesepian dapat dirasakan oleh semua orang pada semua kelompok usia, namun kelompok usia yang memiliki risiko paling tinggi adalah kelompok usia antara 15 – 24 tahun (Siwi, L.G. & Qomaruddin, M.B. 2021).

Perasaan kesepian pada remaja juga dapat dipengaruhi oleh pemahaman terhadap keberadaan diri sendiri yang sedang memasuki masa transisi yaitu masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Misnani, J. 2016). Kesepian merupakan keadaan emosi yang dirasakan karena keinginan

untuk berhubungan baik dengan orang lain tapi tidak dapat tercapai berakibat mengalami depresi, hilangnya kepercayaan diri atau bahkan berusaha untuk bunuh diri sehingga hal ini dapat menimbulkan kecemasan pada dirinya. Baron dan Byrne (2005) mengemukakan bahwa kesepian berpengaruh negatif terhadap afek atau perasaan individu, termasuk depresi, kecemasan, ketidakbahagiaan, dan ketidakpuasan yang ditampakkan dengan kondisi atau perasaan ketidakberdayaan, dan rasa malu. Kesepian yang dirasakan akan memberi efek negatif pada individu yang mengalami hal tersebut (Larasati, N. A. 2020).

Pada penelitian oleh (Siwi, L.G. & Qomaruddin, M.B. 2021) dengan judul “Perasaan Kesepian Berhubungan Dengan Depresi, Kecemasan, Dan Stres Pada Siswa SMA”, hasil dari penelitian menemukan bahwa terdapat hasil positif yang signifikan antara perasaan kesepian dengan kecemasan. Selanjutnya pada jurnal oleh (Sari, D.P. & Hamidah. 2021) “Hubungan antara Kecemasan dan Kesepian dengan Insomnia pada Lansia”, hasil dari penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dengan kecemasan.

Pada penelitian ini hasil *preliminary research* dengan wawancara yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 29 September 2022 di SMK Budi Mulia Utama, pada variabel kecemasan terdapat 3 aspek yaitu perilaku, afektif dan kognitif. Berdasarkan hasil wawancara dari 5 responden pada variabel kecemasan dapat dipaparkan pada aspek perilaku siswa memiliki perasaan gelisah, takut, dan tidak tenang ketika jika bertemu dengan orang asing, siswa juga memilih untuk menghindari masalah jika terlalu sulit untuk diselesaikan. Pada aspek kognitif siswa merasa terganggu dan tidak fokus jika melakukan kegiatan, merasa takut dan cemas jika mengalami kejadian yang buruk. Pada aspek afektif responden merasa gelisah dan sangat terganggu karena kondisi sulit yang dialami.

Hasil *preliminary research* dengan wawancara pada tanggal 29 September di SMK Budi Mulia Utama, pada variabel perundungan sebagai korban terdapat 7 aspek dengan hasil wawancara dari 5 responden dapat dipaparkan pada aspek amarah (*flaming*) siswa menerima kata-kata kasar di

media sosial. Pada aspek pelecehan (*harasement*) siswa hanya diam dan tidak menanggapi jika diganggu terus-menerus, adapun siswa pergi melaporkan kepada orangtuanya. Pada aspek fitnah atau pencemaran nama baik (*denigration*) terdapat siswa yang merasa takut akan menjadi bahan tertawaan orang lain ketika keburukannya diumbar. Pada aspek peniruan (*impersonation*) tidak terdapat siswa yang menjadi korban dari aspek peniruan. Pada aspek tipu daya (*outing and trickery*) terdapat siswa yang memilih diam dan berusaha untuk mengalihkan pembicaraan ketika dipaksa untuk bercerita tentang rahasia. Pada aspek pengecualian (*exclusion*) terdapat siswa yang merasa sedih dan malu karena dipojokkan dalam grup daring. Pada aspek penguntitan di media sosial (*cyberstalking*) terdapat siswa yang merasa terganggu dan risih karena diteror oleh orang lain.

Hasil *preliminary research* dengan wawancara pada tanggal 29 September di SMK Budi Mulia Utama, pada variabel kesepian terdapat 3 aspek yaitu *trait loneliness*, *social desirability loneliness*, *depression loneliness*. Berdasarkan hasil wawancara dari 5 responden pada variabel kesepian dapat dipaparkan pada aspek *trait loneliness* terdapat siswa yang merasa takut dan menangis ketika sendirian, tidak terlalu terbuka dan merasa lebih waspada ketika bersama dengan orang yang baru dikenal. Pada aspek *social desirability loneliness* terdapat siswa tidak memiliki kehidupan sosial yang diinginkan dan siswa lebih memilih mencari kehidupan sosial yang membuat nyaman dan bersahabat dengan dirinya. Pada aspek *despression loneliness* terdapat siswa merenungi diri sendiri ketika mengalami kegagalan pada diri sendiri dan siswa merasa kegagalan yang dialami membuat dirinya merasa kesepian.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti melakukan penelitian mengenai perundungan dan kesepian dengan kecemasan pada korban perundungan di SMK Budi Mulia Utama. Peneliti melakukan wawancara dengan 5 responden dan terdapat beberapa siswa yang mengalami kecemasan, perundungan dan kesepian. Peneliti memilih Perundungan Dan Kesepian Dengan Kecemasan Pada Korban Perundungan sebagai judul skripsi karena peneliti tertarik

melihat fenomena *bullying* yang sedang marak terjadi di masa remaja. Peneliti menggunakan subjek remaja SMK (Sekolah Menengah Kejuruan) di SMK Budi Mulia Utama dengan rentang usia 14-18 tahun. Sekolah tersebut terletak di Jakarta Timur dan memiliki tiga kejuruan yaitu kejuruan Akuntansi, kejuruan Multimedia, kejuruan OTKP (Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka terdapat rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran perundungan, kesepian serta kecemasan pada korban perundungan?
2. Bagaimana hubungan perundungan dengan kecemasan pada korban perundungan?
3. Bagaimana hubungan kesepian dengan kecemasan pada korban perundungan?
4. Bagaimana hubungan perundungan dan kesepian dengan kecemasan pada korban perundungan?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka terdapat tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Mengetahui bagaimana gambaran perundungan, kesepian dengan kecemasan pada korban perundungan
2. Mengetahui bagaimana hubungan perundungan dengan kecemasan pada korban perundungan
3. Mengetahui bagaimana hubungan kesepian dengan kecemasan pada korban perundungan
4. Mengetahui bagaimana hubungan perundungan, kesepian dengan kecemasan pada korban perundungan

## **D. Manfaat Penelitian**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dari segi teoritis dan praktis sebagai berikut:

### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis penelitian diharapkan dapat memberikan informasi keilmuan terkait hasil penelitian, serta diharapkan dapat memperkaya dan berkontribusi dalam perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Peneliti**

Dapat menambah pengetahuan dan pemahaman peneliti mengenai perundungan dan kesepian dengan kecemasan pada remaja serta meningkatkan kemampuan yang dimiliki Tri Dharma Perguruan Tinggi.

#### **b. Bagi Program Studi**

Hasil penelitian ini menambah bahan referensi pada program studi psikologi sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya mengenai perundungan, kecemasan dan kesepian.

#### **c. Bagi Lembaga Pendidikan**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi untuk menyusun program penguatan karakter sehingga remaja tidak melakukan perilaku perundungan dan tidak mengalami kesepian dan kecemasan.

