

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Akhir-akhir ini, perilaku agresif seperti *bullying* juga menjadi masalah global, dan salah satunya terjadi di Indonesia. Remaja laki-laki dan perempuan sangat sensitif terhadap perilaku perundungan. *Bullying* dapat terjadi di berbagai tempat tergantung pada situasinya, seperti sekolah atau lingkungan pendidikan, tempat kerja, rumah, tetangga, taman bermain, dan lain-lain. Saat ini, banyak kasus *bullying* terjadi di sekolah.

Pada tahun 2020, Jessamyn (2019) mengungkapkan bahwa 16,5% siswa di AS terlibat dalam perilaku pelecehan. Menurut laporan UNESCO (2019), sekitar 32% siswa, atau satu dari ketiga, mengalami perundungan di sekolah (Manto, Nito, dkk, 2020). Perundungan yang diterima, seperti melawan dengan kekerasan Program Penilaian Siswa Internasional (PISA) (2018) melaporkan bahwa 41,1% siswa mengalami perundungan (Setiowati dan Dwiningrum, 2020).

Sementara itu, data OECD menunjukkan 22,7% kasus perilaku *bullying* di Indonesia (Ulfatun, Santosa, Presganachya, & Zsa-Zsadilla, 2021). Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) (2016) memiliki data akurat tentang kasus *bullying*, dengan 40 anak yang dituduh melakukan intimidasi dan 81 anak yang menjadi korban. Informasi dari KPAI (2020) menunjukkan bahwa, dari tahun 2011 hingga 2019, ada peningkatan 37.381 laporan kekerasan terhadap anak. (Nor Hadijah, 2023).

Selanjutnya, Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) mencatat 30 kasus perundungan di satuan pendidikan sepanjang 2023, menurut laporan Kompas.id. Ini adalah peningkatan sembilan kasus dibandingkan tahun sebelumnya, yang menunjukkan bahwa aturan yang dibuat belum diimplementasikan dengan baik. Dari tiga puluh kasus tersebut, setengahnya terjadi di SMP, tiga puluh persen di SD, sepuluh persen di SMA, dan sepuluh persen di SMK.

Perundungan terjadi paling sering di sekolah menengah, baik oleh teman siswa maupun guru. Dengan 781 kasus kekerasan pada usia anak, DKI Jakarta menempati peringkat ketiga di seluruh Indonesia, menurut catatan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Anak tahun 2023. Kasus paling sering terjadi karena tawuran siswa. Perilaku perlindungan yang meningkat setiap tahun telah menyebabkan kerugian atau kerusakan yang besar. Hal ini dapat terjadi karena *bullying* biasanya dianggap kecil dan tidak ada upaya yang dilakukan untuk menangani perilaku ini. Namun, mediasi yang efektif membantu mengurangi perselisihan yang terjadi antara beberapa anak yang menjadi korban *bullying* atau perundungan (Limber, Crawford, 2002).

Semakin banyak orang melihat fenomena ini di media cetak dan elektronik. *Bullying* sekarang menjadi masalah di seluruh dunia, di seluruh sekolah dan tempat kerja. Tampaknya intimidasi semakin meningkat pada akhir tahun ini. Ini menimbulkan masalah bagi orang yang ditindas, keluarga mereka, dan lingkungan pendidikan (Giovazolias, Kourkoutas, Mitsopoulou, & Georgiadi, 2010). Hal ini menunjukkan bahwa perilaku kekerasan tidak terlindungi lagi di lingkungan sekolah.

Ada dua sumber kekerasan, menurut Hover et al. (Simbolon, 2012). Sumber internal termasuk sifat kepribadian individu, pengalaman kekerasan sebelumnya, dan beberapa sikap anggota keluarga yang terlalu memanjakan anak mereka sehingga mereka tidak dapat tumbuh menjadi orang yang baik. Sumber dari luar yaitu termasuk lingkungan dan budaya. Menurut Astuti (2008), faktor-faktor eksternal termasuk perbedaan kelas, ekonomi, agama, gender, suku, dan budaya dan keyakinan yang salah tentang cara korban berperilaku. Senior dapat merasa lebih berkuasa daripada junior karena tingkat kelas, yang dapat digunakan untuk mengintimidasi mereka. Judarwanto (2011) menyatakan bahwa penelitian mereka menunjukkan bahwa 4,7% siswa kelas IX dan 17% siswa kelas VIII mengalami *bullying*.

Berdasarkan hasil *preliminary study* yang dilakukan di lingkungan sekolah tersebut maka didapatkan data wawancara pada tanggal 8 Januari

2024 dari 5 responden, 3 diantaranya mendukung variable kesulitan regulasi emosi dan perilaku *bullying* terhadap *bystander effect*, dan 2 responden terpengaruhi oleh variabel lain yakni variable diluar dari peneliti.

Ada kelebihan dan kekurangan pada tahap pengembangan. Salah satunya adalah masa remaja awal ini, yang selain merupakan masa pertumbuhan pribadi yang semakin berkembang, juga merupakan masa yang penuh dengan masalah. Konflik atau krisis pada masa dewasa awal dapat disebabkan oleh tanggung jawab baru, kekhawatiran akan masa depan (membuat pilihan baik atau buruk), dan menghabiskan lebih banyak waktu sendiri atau dengan teman-teman tertentu (Lumen Learning, 2016). Ketidak stabilan emosi mungkin terjadi pada orang yang mengalami krisis dan tidak dapat mengatasinya (Swinson, 2017).

Emosi yang tidak stabil memengaruhi pemikiran, perilaku, dan pengambilan keputusan orang (Lerner et al., 2015; Cherry, 2021). Mereka yang menghadapi kesulitan untuk mengendalikan reaksi emosi negatif mereka atau memberikan reaksi emosi yang tidak sesuai dengan keadaan tertentu (Gratz dan Roemer, 2004), dan mereka juga tidak dapat mempertahankan emosi negatif untuk waktu yang cukup lama untuk dipahami, dianalisis, dan dikomunikasikan. Adaptif menunjukkan masalah mengatur emosi (Franco, 2018). Banyak gangguan kejiwaan, seperti depresi, PTSD, BPD, dan penyalahgunaan zat, dikaitkan dengan kesulitan mengendalikan emosi (Franco, 2018).

Kesulitan Regulasi emosi yaitu suatu kemampuan seseorang dalam mengatur emosi mereka, yang mencakup beberapa penggunaan dan ekspresi emosi mereka untuk mencapai keseimbangan emosi (Gross, 2014). Regulasi emosi terdiri dari upaya yang efektif untuk mengontrol, menilai, dan mencapai tujuan untuk mengelola proses emosional mereka (Koole, 2009). Orang yang mampu mengatur emosinya secara efektif memiliki beberapa tanda, seperti kemampuan mengenali dan memahami sebab-sebab timbulnya emosi, diikuti dengan kemampuan mengendalikan dan membentuk emosi sehingga memiliki ketahanan yang baik dalam

menghadapi permasalahan (Gratz dan Roemer, 2003).

Remaja yang tidak bisa mengontrol emosi mereka lebih cenderung melakukan perilaku berbahaya sebagai cara untuk mengatasi emosi negatif mereka, menurut Hessler dan Katz (2010). Ketidakmampuan remaja untuk mengontrol emosinya disebutkan oleh Silk, Steinberg, dan Morris (2003) sebagai kebohongan, kabur dari rumah, depresi, dan ketidakhadiran. Pada dasarnya, sistem saraf yang mendukung reaktivitas dan regulasi emosi tidak seimbang saat remaja muda.

Ini menunjukkan bahwa remaja usia dini kurang efektif dalam mengatur emosinya dan lebih banyak dipengaruhi oleh konteks emosi ketika mereka membuat keputusan. Ini juga didukung oleh data dari survei yang penulis bagikan kepada remaja usia tiga belas hingga lima belas tahun, yang menunjukkan bahwa sebagian besar 54% dari 46 remaja awal dari 25 remaja awal memiliki regulasi emosi yang buruk.

Banyak variabel, seperti biologis, usia, budaya, religiusitas, dan keluarga, dapat memengaruhi kontrol emosi remaja (Gross, 2014). Faktor biologis berasal dari manusia sendiri, terutama otak. Daerah kortikal dalam hal ini berkembang lebih awal daripada daerah kortikal prefrontal dalam perkembangan emosi remaja. Selanjutnya, faktor usia mengacu pada gagasan bahwa regulasi emosi seseorang akan menjadi lebih baik seiring usianya, sedangkan faktor budaya mengacu pada bagaimana pengalaman emosional seseorang sesuai dengan model budayanya.

Kemudian faktor agama mengacu pada praktik dan keyakinan agama. Dalam hal ini, agama mungkin memiliki banyak aspek yang dapat memengaruhi bagaimana seseorang menangani tekanan emosional transformasi adalah salah satunya. Terakhir, ada hubungannya dengan keluarga. Dalam tiga cara, keluarga dapat memengaruhi perkembangan regulasi emosi remaja observasi, perilaku pengasuhan, dan iklim emosi keluarga.

Berdasarkan hasil *preliminary study* yang dilakukan dilingkungan sekolah tersebut maka didapatkan data wawancara pada tanggal 8 Januari

2024 dari 5 responden, 3 diantaranya mendukung variabel kesulitan regulasi emosi dan *bystander effect* terhadap perilaku *bullying*, dan 1 responden terpengaruhi oleh variable lain yakni variable diluar dari peneliti serta 1 responden tidak terpengaruhi sama sekali terhadap variabel kesulitan regulasi emosi.

Pendidikan moral tentang prinsip-prinsip prososial ditanamkan pada anak-anak sangat penting untuk mencegah perilaku buruk (Mak, Leung, & Loke, 2019). Faktanya, banyak remaja saat ini tidak peduli dengan lingkungan sekitar mereka, yang menyebabkan efek penonton (Fahmi, 2017). Efek penonton adalah efek yang mengurangi intensitas perilaku yang bermanfaat karena banyak orang lain yang mengalami situasi yang sama (Cherry, 2020). Meningkatnya perilaku tersebut merupakan pengaruh luar yang menunjukkan bahwa perilaku prososial remaja berkurang ketika berada di lingkungan sosial atau lingkungan yang cenderung sedang adanya suatu acara.

Mercer dan Clayton (2012) telah melakukan percobaan dengan beberapa siswa laki-laki dan menemukan jika ketika seseorang mengalami stres atau kesakitan, siswa menolak untuk membantu karena ada orang lain di sekitar mereka. Menurut Hendri (2019), ada fenomena di mana seorang siswa di sekolah menengah atas diadu oleh temannya hingga mematahkan hidungnya, tetapi tidak ada yang menghentikannya meskipun ada guru dan siswa lain di kelas.

Fenomena ini menunjukkan bahwa dampak *bystander effect* memang ada. Jika tidak diperhatikan, itu akan menyebabkan remaja takut, apatis, menunggu orang lain memulai, dan bergantung pada orang lain. Namun, jika dampak pihak lain semakin meningkat, itu akan memiliki dampak positif, yaitu membuat remaja lebih sadar akan dirinya sendiri sehingga mereka tidak berada dalam situasi yang kurang baik di tengah situasi keramaian (Zaedy, Setiawan, dan Iriansyah, 2021).

Sierksma, Thijs, dan Verkuyten (2014) menyatakan bahwa *bystander effect* biasanya tidak berlaku dalam situasi selain situasi krisis dalam

pembelajaran siswa. Studi lain juga menemukan bahwa saksi biasanya mendorong perilaku perlindungan diri. Faktor-faktor seperti pengalaman korban sebelumnya, tingkat empati, dan ketidakhadiran orang lain memengaruhi pengaruh penghalang, menurut penelitian Song dan Oh (2017) tentang *bystander effect* dan *bullying*.

Berdasarkan hasil *preliminary study* yang dilakukan di lingkungan sekolah tersebut maka didapatkan data wawancara pada tanggal 8 Januari 2024 dari 5 responden, 3 diantaranya mendukung variable kesulitan regulasi emosi dan *bystander effect* terhadap perilaku *bullying*, dan 1 responden terpengaruhi oleh variable lain yakni variable diluar dari peneliti serta 1 responden tidak terpengaruhi sama sekali terhadap variabel perilaku *bullying*.

Dengan mempertimbangkan latar belakang masalah di atas, jelas bahwa kesulitan regulasi emosi serta perilaku *bystander effect* sangat penting terhadap perilaku *bullying* pada remaja. Penulis ingin melakukan studi dengan judul : “ **Kesulitan Regulasi Emosi dan *Bystander effect* Terhadap Perilaku *Bullying* Remaja**”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fenomena di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran deskripsi kesulitan regulasi emosi, *bystander effect*, dan perilaku *bullying* pada remaja?
2. Apakah ada hubungan antara kesulitan regulasi emosi dengan perilaku *bullying* remaja?
3. Apakah ada hubungan antara *bystander effect* dengan perilaku *bullying* remaja?
4. Apakah ada pengaruh kesulitan regulasi emosi dan *bystander effect* terhadap perilaku *bullying* remaja?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut, dengan mempertimbangkan rumusan masalah di atas:

1. Untuk mengetahui gambaran deskripsi kesulitan regulasi emosi, *bystander effect* terhadap perilaku *bullying* pada remaja.
2. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kesulitan regulasi emosi dengan perilaku *bullying* remaja.
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *bystander effect* dengan perilaku *bullying* remaja.
4. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara kesulitan regulasi emosi dan *bystander effect* terhadap perilaku *bullying* remaja.

D. Manfaat Penelitian

Di antara beberapa manfaat teoritis dan praktis dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

- a) Diharapkan bahwa penelitian ini akan membantu mengembangkan bidang psikologi, khususnya psikologi sosial.
- b) Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan informasi kepada para pembaca terkait dengan hubungan kesulitan regulasi emosi dan perilaku *bystander effect* terhadap perilaku *bullying* remaja.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi pembaca dan peneliti tentang peningkatan pemahaman kesulitan regulasi emosi dan perilaku *bystander effect* dapat membantu masyarakat dalam mengenali tanda-tanda perilaku *bullying* pada remaja.

b) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bahwa penelitian ini akan memberikan kontribusi empiris dan menjadi sumber referensi bagi para peneliti yang akan melakukan penelitian terkait variabel yang sama, khususnya tentang *bystander effect* pada perilaku.