

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perundungan merupakan perilaku negatif atau kurang baik yang menyebabkan seseorang dalam situasi keadaan yang tidak nyaman atau tersakiti dan biasanya terjadi terus-menerus yang ditandai dengan adanya ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban. Perilaku perundungan ini tidak lepas dari keinginan untuk berkuasa dan juga menjadi seseorang yang selalu ditakuti di lingkungan sekolahnya.

Maraknya kasus-kasus kekerasan yang terjadi pada anak-anak usia sekolah saat ini sangat memprihatinkan bagi pendidik dan orangtua. Kekerasan merupakan suatu permasalahan yang cukup serius di Indonesia dan terus meningkat setiap tahunnya. Banyak sekali bentuk kekerasan yang terjadi, namun kekerasan terhadap anak-anak di sekolah merupakan salah satu kasus kekerasan yang paling banyak tercatat dan terus meningkat setiap tahun.

Tindakan kekerasan merupakan akar dari permasalahan perundungan. Perundungan (*bullying*) merupakan perilaku agresi yang dilakukan secara terus menerus dan berulang-ulang, terdapat kekuatan yang tidak seimbang antara pelaku dan korbannya, serta memiliki tujuan untuk menyakiti dan menimbulkan rasa tertekan bagi korbannya. Fenomena perundungan terjadi pada semua tingkatan, mulai dari tingkat Sekolah Dasar hingga di tingkat Perguruan Tinggi.

Perundungan lebih banyak terjadi pada siswa tingkat menengah atas. Siswa SMA termasuk ke dalam kelompok usia remaja. Pada masa remaja berlangsung sebagian besar perubahan fisiologis, sosial, dan psikologis dalam kehidupan. Masa remaja merupakan masa pencarian identitas dan makna dalam kehidupan. Remaja yang memiliki makna atau tujuan hidup akan dapat memecahkan masalah krisis identitas yang dihadapi selama periode ini. Hal yang tidak kalah penting bagi remaja supaya dapat melewati krisis identitas adalah memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi.

Siswa yang menjadi korban perundungan memiliki penghargaan diri (*self-esteem*) yang rendah, depresi, kecemasan, masalah kesehatan dan sering tidak hadir di sekolah. Perundungan menimbulkan *school performance and school attachment* yang rendah, mengalami stres dan menunjukkan gejala-gejala depresi serta menunjukkan keinginan untuk bunuh diri. Korban perundungan

mengalami rasa rendah diri, takut, tidak nyaman, serta tidak berharga. Selain itu korban juga mengalami penyesuaian sosial yang buruk, korban merasakan takut ke sekolah bahkan tidak mau ke sekolah, dan menarik diri dari pergaulan. Korban juga mengalami prestasi akademik yang menurun karena mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi dalam belajar, bahkan memiliki keinginan untuk bunuh diri dibandingkan harus menghadapi tekanan-tekanan yang berupa hinaan dan hukuman.

Hal tersebut jika dibiarkan dapat mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis dari korban perundungan. Korban perundungan memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Kesejahteraan psikologis sangat penting bagi remaja karena mempengaruhi perkembangan kepribadian yang kuat di masa depan, serta mempengaruhi nilai-nilai, arah, dan tujuan hidup yang dipilih. Kesejahteraan psikologis pada remaja mengacu pada perasaan puas dengan kehidupan, memiliki emosi positif, tidak adanya gangguan psikologis, fungsi akademik tertinggi, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan kesehatan fisik.

Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis pada remaja. Kualitas hubungan di dalam keluarga, terutama dengan orangtua merupakan faktor penentu utama kesejahteraan psikologis pada remaja. Beberapa faktor kunci lain yang dapat berkontribusi pada tingkat yang lebih tinggi atau tingkat yang lebih rendah dari kesejahteraan psikologis pada remaja adalah popularitas, kesehatan fisik, stres dan kedekatan dalam hubungan dengan teman sebaya.

Berdasarkan prasarvei di SMK Muhammadiyah 1 Kota Metro, diperoleh data siswa yang mengalami perundungan sebagai berikut:

Tabel 1. Data Siswa yang Mengalami Perundungan SMK Muhammadiyah 1 Kota Metro

Kelas	Jumlah Siswa	Siswa yang Mengalami Perundungan
X	178	6
XI	196	3
XII	158	2
Jumlah	532	11

(Sumber Data: BK SMK Muhammadiyah Kota Metro, 2022)

Berdasarkan tabel 1 dapat dijelaskan bahwa siswa yang mengalami perundungan di SMK Muhammadiyah 1 Metro sebanyak 11 siswa dari total 532 siswa. Perundungan yang terjadi lebih banyak bersifat verbal yaitu berupa ejekan

yang dapat merendahkan diri seseorang. Selain bersifat verbal ada juga siswa yang melakukan perundungan berupa pengucilan terhadap siswa lain, dan ada beberapa kasus perundungan yang bersifat fisik dengan menendang ataupun memukul siswa lainnya.

Perundungan di sekolah merupakan perilaku bermasalah di kalangan remaja yang berdampak terhadap prestasi sekolah, keterampilan prososial, dan kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* bagi korban maupun pelaku. Secara khusus, perilaku perundungan (*bullying*) memiliki dampak negatif terhadap korban, antara lain meningkatkan gejala-gejala emosional misalnya merasa tidak bahagia, tertekan, sangat sedih dan depresi. Semakin sering terkena perundungan (*bullying*) maka semakin tinggi tingkat depresinya, rendahnya harga diri dan meningkatkan stress.

Bullying yang dialami siswa di sekolah secara terus menerus dapat memiliki efek jangka pendek dan jangka panjang yang serius terhadap kesejahteraan psikologis. Anak-anak yang memiliki kesehatan yang lebih buruk dari biasanya merupakan anak-anak yang dikategorikan sebagai korban *bullying* teman sebaya. kesehatan yang buruk ini mencakup jenis fisik dan psikologis. Mereka yang memiliki kesejahteraan rendah ditandai dengan kesehatan yang buruk secara umum, gangguan dalam fungsi sosial; kecemasan dan depresi dan paling serius dari semuanya.

Pemaafan (*forgiveness*) adalah kesediaan untuk meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal dengan orang lain dan menumbuhkan pikiran, perasaan, dan hubungan interpersonal yang positif dengan orang lain yang melakukan pelanggaran secara tidak adil. Ketika memaafkan, maka seseorang meninggalkan kemarahan-kebencian-sakit hati, meninggalkan penilaian negatif, meninggalkan perilaku atau perkataan yang menyakitkan, meninggalkan keinginan balas dendam, meninggalkan perilaku menghindar, dan meninggalkan perilaku acuh tidak acuh terhadap orang lain yang telah menyakitinya secara tidak adil. Di sisi lain, ketika memaafkan, seseorang juga menumbuhkan perasaan iba dan kasih sayang, menumbuhkan kemurahan hati, mampu mengontrol emosi terhadap orang yang telah menyakiti hatinya tersebut, meningkatkan upaya rekonsiliasi, dan bermusyawarah dengan pihak yang pernah menjadi pelaku.

Pemaafan atau *forgiveness* dapat juga diartikan sebagai memaafkan dan memberi maaf. Perilaku memaafkan adalah mengurangi atau membatasi

kebencian serta dendam yang mengarah kepada pembalasan. Secara sederhana dapat dikatakan bahwa memaafkan lebih dari sekedar membuang hal-hal negatif. Memaafkan adalah proses melepaskan rasa nyeri, kemarahan, dan dendam yang disebabkan oleh pelaku. Memaafkan adalah pengalaman perpindahan dari suatu momen ke momen lain. Kedamaian dan pemahaman terjadi saat penderitaan hilang dan keinginan membalas kepada pihak lain berhasil dialihkan.

Pemaafan atau *al-'afw* terulang dalam Al Quran sebanyak 34 kali, 7 kali darinya berbicara tentang pemaafan. Hal tersebut menunjukkan akhlaq saling memaafkan menjadi bagian terpenting dalam kehidupan seorang muslim. Artinya ada konsekuensi tertentu bila seseorang memaafkan atau tidak memaafkan terhadap seseorang yang pernah berbuat kesalahan kepadanya. Oleh karenanya *al-'afw* (memaafkan) adalah salah satu sifat orang yang bertaqwa kepada Allah sebagaimana Al Qur'an menjelaskannya dalam QS. Ali 'Imran ayat 134 sebagai berikut:

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكِبَاطِ وَالْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ
 وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan mema’afkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan”. (Q.S. Ali 'Imran : 134)

Ayat tersebut mendeskripsikan sikap seorang Muslim yang bertakwa dalam menghadapi seseorang yang melakukan kekeliruan terhadapnya dengan tiga cara yaitu menahan amarah, memaafkan, dan berbuat baik terhadap siapapun yang berbuat kesalahan kepadanya.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa korban *bullying* adalah pemaafan. Pemaafan adalah kesediaan untuk meninggalkan hal-hal yang tidak menyenangkan yang bersumber dari hubungan interpersonal yaitu dengan menumbuhkan dan mengembangkan perasaan, pikiran dan hubungan yang lebih positif dengan orang yang telah melakukan perbuatan tidak menyenangkan. Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Pemaafan dengan Kesejahteraan Psikologis pada Korban Perundungan di SMK Muhammadiyah Kota Metro”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada siswa korban perundungan di SMK Muhammadiyah Kota Metro?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada siswa korban perundungan di SMK Muhammadiyah Kota Metro.

D. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Bagi Guru

Memberikan sumbangsih pemikiran bagi para guru BK di SMK Muhammadiyah Kota Metro tentang hubungan pemaafan korban perundungan terhadap kesejahteraan psikologis.

2. Bagi Siswa

Dapat memberi informasi dan motivasi kepada siswa agar tidak menjadi pelaku maupun korban perundungan.

3. Bagi Peneliti

Dapat dijadikan referensi atau bahan acuan untuk kegiatan penelitian lebih lanjut.

E. Asumsi Penelitian

Asumsi atau anggapan dasar merupakan suatu gambaran sangkaan, perkiraan, satu pendapat atau kesimpulan sementara, atau suatu teori sementara yang belum dibuktikan. Asumsi pada penelitian ini adalah pemaafan siswa korban perundungan memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis. Semakin tinggi tingkat pemaafan, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh siswa.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini meliputi:

1. Jenis penelitian: jenis penelitian dalam penelitian ini yaitu kuantitatif korelasional.

2. Objek penelitian : objek dalam penelitian ini meliputi pemaafan korban perundungan dan kesejahteraan psikologis.
3. Subjek penelitian: subjek pada penelitian ini adalah siswa SMK Muhammadiyah 1 Kota Metro yang mengalami perundungan.
4. Tempat penelitian: tempat penelitian dilaksanakan di SMK Muhammadiyah 1 Kota Metro.
5. Waktu penelitian: penelitian ini dilaksanakan pada Semester Genap Tahun Pelajaran 2022/2023.