

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada dasarnya manusia merupakan makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri dan sangat berkaitan dengan apapun yang ada di lingkungan sekitarnya. Alisyahbana dalam Na'imah (2015) berpendapat bahwa individu berkembang untuk memenuhi kebutuhan sosialnya karena dorongan rasa ingin tahu terhadap segala sesuatu yang ada di dunia sekitarnya. Setiap individu ingin mengetahui cara yang tepat untuk berinteraksi dengan dunia sekitarnya, baik secara fisik maupun yang bersifat hubungan sosial. Interaksi yang terjalin menentukan hubungan sosial diantara masing-masing individu.

Hubungan sosial berlangsung dalam setiap fase kehidupan, termasuk pada fase menjelang dewasa (*emerging adulthood*). Menurut Arnett dalam Upton (2012) pada fase ini individu berada pada usia 18- 25 tahun. Semakin diakui bahwa masa menjelang dewasa sebagai titik kritis dalam perjalanan hidup, dimana semua individu sudah mulai memutuskan secara mandiri apa yang terbaik untuk lingkungannya dan eksperimentasi dengan identitas, gaya hidup dan karir.

Pada masa dewasa ini Arnett dalam Upton (2012) menggambarkan sebagian besar orang muda di usia ini tidak memandang diri mereka sebagai orang dewasa penuh; namun mereka juga tidak merasa sebagai remaja. Individu menyiapkan berbagai persiapan untuk memenuhi tuntutan sebagai mahasiswa.

Santrock dalam Ali (2011) mengemukakan bahwa salah satu unsur kesuksesan mahasiswa di perguruan tinggi yaitu menciptakan hubungan sosial yang baik, terutama dengan teman sebaya. Mahasiswa sebagai individu yang sangat ingin diterima dan dipandang sebagai anggota kelompok teman sebaya dan akan sangat menderita jika suatu saat tidak diterima atau bahkan diasingkan oleh kelompok teman sebayanya. Kesadaran akan pentingnya relasi menyebabkan mahasiswa berusaha membina hubungan dengan orang lain agar tidak diasingkan oleh lingkungan.

Pemenuhan hubungan sosial yang baik, individu bisa saja mendapat kendala dalam menjalin relasi hubungan sosial. Individu yang gagal dalam membangun relasi akan mendapat kesulitan lainnya seperti permasalahan *bullying* teman sebaya maupun dari senior. Hal ini diperkuat dengan pernyataan Strang dalam Chien (1998) menunjukkan bahwa salah satu kesulitan pada mahasiswa yaitu permasalahan sosial. Steinberg dalam Na'imah (2015) mengatakan permasalahan sosial yang dialami oleh individu pada fase menuju dewasa adalah permasalahan *bullying*, diskriminasi gender, konflik keluarga, bunuh diri, penyalahgunaan narkotika, penyalahgunaan psikotropika dan penyalahgunaan bahan adiktif lainnya serta kecemasan sosial.

Arnett (2013) mengatakan bahwa masalah yang sering dialami dalam fase menjelang dewasa salah satunya adalah masalah eksternal (*externalizing problems*). Pada masa ini individu mengalami kesulitan di dunia eksternal (seperti kenakalan, tauran dan lainnya) mereka cenderung berasal dari keluarga dengan monitoring dan kontrol orang tua yang kurang. Hal ini didukung

pernyataan Olweus dalam Sullivan (2005) mengemukakan sebab perilaku *bullying* berkaitan langsung dengan pola asuh dan sikap orangtua, sehingga mereka cenderung kurang bisa mengontrol diri yang kemudian mengarah ke masalah eksternalisasi mereka. Olweus dalam Sullivan (2005) mengemukakan bahwa *bullying* memiliki berbagai macam bentuk seperti *bullying* verbal, fisik dan relasional. Tindakan *bullying* dapat di terima dari teman, senior, orang tua, guru bahkan lingkungan sekitar.

Kasus-kasus *bullying* di tingkat perguruan tinggi sudah terjadi secara turun temurun. Pada tahun 2000, Muda Praja ER, Kontingan Jawa Barat, meninggal dunia di rumah sakit karena dipukuli tujuh orang seniornya, tetapi setelah pelaksanaan kelulusan pelaku *bullying* diproses secara hukum (Syafiie, 2013). Mengutip dari Okezone.com (2007), Praja WH meninggal dunia pada tahun 2003 setelah dianiaya 10 Praja lainnya. Hal serupa terjadi pada mahasiswa bernama Fikri Dolasmantya Surya dikutip dari Fimela News (2015) meninggal dunia karena kekerasan yang dialami saat mengikuti masa orientasi di Pantai Goa China, Desa Sitarjo, Malang pada tanggal 12 November 2013. Hasil visum mahasiswa asal NTB ini menunjukkan adanya dehidrasi parah karena senior hanya menyediakan satu sampai dua botol air untuk diminum bersama tiap harinya. Hal ini juga didukung dari keterangan 114 mahasiswa baru lainnya. Bukan hanya mengalami kekerasan fisik seperti ditendang atau diinjak oleh para senior, mahasiswi baru yang mengikuti kegiatan juga diduga mengalami kekerasan secara lisan seperti penghinaan dan intimidasi. Para pelaku dijatuhi hukuman penjara sesuai dengan pasal yang berlaku.

Bukan hanya hukuman negara saja yang menanti pelaku *bullying* ini, Olweus dalam Sullivan (2005) mengatakan pelaku *bullying* akan rentan terhadap kasus kriminal, perilaku kekerasan akan timbul di masa yang akan datang, masalah akademik yang berpengaruh pada masa depan. Efek *bullying* meliputi tingkat harga diri yang rendah, depresi, cemas, sensitif, mudah khawatir dan takut akan situasi baru, bahkan memiliki resiko tinggi melakukan bunuh diri bagi korbannya. Berbagai macam kasus *bullying* yang terjadi di dunia pendidikan ini diperlukan pencegahan penyebaran perilaku *bullying*. WBI/ *Workplace Bullying Institute* (2012) menyebutkan adanya masalah kesehatan yang dialami korban *bullying*, seperti kecemasan 76%, kehilangan konsentrasi 71%, gangguan tidur 71%, kewaspadaan yang berlebihan 60% dan stress yang menyebabkan sakit kepala 55%. Hal itu tidak hanya berdampak pada individu yang menjadi korban *bullying* saja. Hasil penelitian Kurniawati (2012) individu yang mengalami *bullying* fisik (korban) kesulitan dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitar dan bermasalah pada hubungan interpersonal.

Upaya ini dapat dibantu dengan *self-help* atau bantuan diri merupakan bentuk dari salah satu pencegahan terhadap *bullying*. Cortois (2001) mengatakan bahwa pengobatan akibat isu-isu kekerasan pada orang dewasa salah satunya dengan melakukan program bantuan diri. Bantuan diri ini merupakan tindakan membantu atau memperbaiki diri sendiri tanpa bantuan orang lain. Bantuan diri ini dilakukan dengan beberapa jenis pilihan, salah satunya dengan menggunakan media seperti buku yang dapat membimbing individu sesuai dengan masalah yang dihadapinya dan melakukan perubahan

bukan hanya memberikan informasi saja. Hopper (2005) melakukan studi terhadap minat membaca mahasiswa atas dasar kebutuhan emosional dan akademik yang menunjukkan buku bantuan diri untuk mahasiswa dapat membantu melepaskan masalah sosial yang berkaitan dengan *bullying*, prasangka, rasisme, sex, keinginan untuk menjadi populer. Nacross dalam Campbell (2003) merekomendasikan penggunaan buku dalam bantuan diri. Berdasarkan survey penggunaan jenis bantuan diri menunjukkan hasil 85% penggunaan buku untuk bantuan diri, 82% kelompok bantuan diri, 46% berupa film, 34% web-site, dan 24 % memilih menggunakan autobiografi.

Penelitian tentang buku bantuan diri (*self-help books*) dilakukan oleh Wilson dan Cash dalam Bergsma (2007) yang diterbitkan dalam majalah dengan judul *Psychology Magazine* melakukan survei terhadap sampel dari 264 mahasiswa. Wanita lebih cenderung memiliki sikap positif terhadap buku bantuan diri. Sikap positif terhadap buku bantuan diri seperti kenikmatan membaca, orientasi pengendalian diri yang lebih kuat. Individu yang membaca tentang bantuan diri cenderung memiliki kemampuan untuk mengenali hubungan antara pikiran, perasaan dan tindakan sehingga ada keinginan menggunakan buku bantuan diri untuk memperbaiki diri. Membaca buku bantuan diri tampaknya menjadi bagian dari gaya penanganan aktif dan memadai yang cocok dengan budaya individualistik, karena individu memiliki kebebasan untuk mengejar kebahagiaan dengan caranya sendiri.

Starker dalam Bergsma (2007) menjelaskan bahwa pemilihan jenis bantuan diri berupa buku atas beberapa pertimbangan selain akses

mendapatkan buku lebih mudah, mudah digunakan, bersifat rahasia/ pribadi karena dapat diselesaikan secara mandiri, dan biaya yang dikeluarkan lebih rendah dibanding harus berkonsultasi dengan terapis. Konten yang akan ditampilkan dalam buku bantuan diri terkait hakikat, karakteristik, jenis, sebab, dampak, siklus, tempat, strategi pencegahan dan lembaga pengaduan kasus *bullying*. Menurut Bergsma (2007) dalam buku bantuan diri memiliki tema pengembangan, pribadi, hubungan, serta mengatasi. Pada kasus *bullying* ini tema yang akan diangkat adalah pengembangan diri sendiri mengenai perbaikan diri agar terhindar dari perilaku *bullying* di lingkungannya.

Penelitian yang dilakukan adalah sebuah tindak lanjut dari penelitian yang dilakukan oleh Na'imah Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2011 dengan judul 'Gambaran Permasalahan Sosial Mahasiswa S1 Universitas Negeri Jakarta angkatan 2013-2015'. Didapatkan hasil bahwa *bullying* menjadi permasalahan sosial tertinggi ketiga mencapai 19,87% dengan skor 1978. FIK menjadi fakultas dengan persentase tertinggi pada indikator *bullying* yaitu 48,85% dengan skor 170. Terlebih lagi UNJ merupakan perguruan tinggi yang mencetak calon guru maupun non-keguruan, sebagaimana guru merupakan komponen penting dalam pendidikan. Guru yang berhadapan langsung dengan peserta didik untuk mentransfer ilmu sekaligus mendidik dengan nilai-nilai positif. Sebagaimana seorang guru harus memiliki kompetensi kepribadian yang baik agar tercapainya sikap profesionalitas seorang guru.

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan, maka peneliti memfokuskan masalah dalam penelitian ini yaitu "Pengembangan Hipotetik Buku Bantuan Diri (*Self-Help Books*) Tentang Perilaku *Bullying*".

B. Fokus Masalah

Sesuai dengan penulisan latar belakang di atas, maka penulis memfokuskan masalah pada "Pengembangan Hipotetik Buku Bantuan Diri (*Self-Help Book*) Tentang Perilaku *Bullying*" yang mencakup konten hakikat, karakteristik, jenis, sebab, dampak, siklus, tempat, strategi pencegahan dan lembaga pengaduan kasus *bullying* yang dituju pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta (UNJ).

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus masalah, maka perumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimana buku bantuan diri untuk mencegah perilaku *bullying* yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa dalam tindakan bantuan diri ?
2. Bagaimana buku bantuan diri untuk mencegah *bullying* mampu membantu dan memberikan pengetahuan terhadap mahasiswa yang melakukan *bullying* ?
3. Bagaimana pengembangan buku bantuan diri untuk mencegah perilaku *bullying*, sehingga dapat menjadi salah satu referensi buku yang baik dalam tindakan bantuan diri ?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Kegunaan hasil penelitian dari pengembangan memiliki manfaat sebagai berikut ;

1. Manfaat Buku Bantuan Diri

Buku bantuan diri (*self-help book*) ini dibuat untuk memberikan informasi mengenai perilaku *bullying* serta pemberian bantuan diri (*self-help*) terhadap individu yang berperan di dalamnya.

2. Praktis

a. UPT LBK

Diharapkan buku bantuan diri (*self-help book*) ini dapat memberikan sumber informasi yang baik bagi mahasiswa yang memiliki pengalaman atau permasalahan berkaitan dengan *bullying*.

b. Mahasiswa

Penggunaan buku bantuan diri (*self-help book*) oleh mahasiswa menguatkan pemahaman dan dapat menghindari perilaku *bullying*.

c. Peneliti selanjutnya

Digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan layanan bimbingan dan konseling dalam permasalahan perilaku *bullying*.