

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Mahasiswi memiliki arti sebagai mahasiswa wanita, menurut KBBI (2016) mahasiswi adalah seseorang yang sedang mengikuti proses belajar di perguruan tinggi. Umumnya, individu yang sudah berada dalam tahap jenjang pendidikan di perguruan tinggi yaitu mahasiswi berada pada usia 18-25 tahun, yang dapat dikategorikan dalam dewasa awal. Pada usia tersebut, individu diharapkan untuk mencapai kematangan emosional dan bertanggung jawab penuh atas tindakan mereka, termasuk kesadaran akan konsekuensi hukum dari perbuatan yang melanggar peraturan (Simbolon, 2012). Terlepas dari hal tersebut, masih terdapat beberapa mahasiswi yang terlibat dalam perilaku *bullying* atau pernah menjadi korban *bullying* pada saat masa sekolah ataupun ketika perkuliahan, pengalaman sebagai korban *bullying* dapat meninggalkan dampak psikologis yang mendalam pada diri korban hingga berlanjut ketika sudah menjadi mahasiswi.

Dampak bagi individu yang tidak mengalami *bullying* umumnya menunjukkan kesehatan mental yang lebih baik, tingkat kepercayaan diri yang tinggi, dan memiliki kemampuan untuk beradaptasi serta menjalin hubungan sosial yang baik dengan lingkungan sekitarnya (Wasiyem et al., 2025). Selain itu, individu yang tidak mengalami *bullying* biasanya dapat menyesuaikan diri serta mampu membangun relasi yang baik, dan menunjukkan perilaku asertif yang membuat mereka terhindar dari konflik atau perlakuan buruk dari orang lain (Ainiyah et al., dalam Febriansyah et al., 2024). Sebaliknya, pada individu yang menjadi korban *bullying* cenderung akan memiliki berbagai dampak negatif, baik dari secara fisik maupun psikologis.

Perilaku *bullying* sampai saat ini masih menjadi masalah yang sering ditemui di lingkungan sosial, lingkungan sekolah, juga dalam lingkungan perguruan tinggi. Dalam penelitian berdasarkan data menurut survei Asosiasi Pendidikan

Tinggi Indonesia pada tahun 2022, *bullying* merupakan salah satu masalah yang serius yang sering terjadi di Indonesia dan memberikan dampak negatif yang panjang bagi korbannya. Terdapat, satu dari lima mahasiswa mengaku pernah menjadi korban perundungan atau *bullying* di lingkungan perguruan tinggi, dengan hasil sebanyak 34% diantaranya pernah mengalami perundungan verbal atau psikologis, dan 16% lainnya mengalami perundungan fisik atau seksual.

Menurut Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2024) tercatat bahwa terdapat 917 kasus perundungan di sekolah dari tahun 2016 hingga 2020, jumlah kasus tertinggi pada tahun 2016 sebanyak 253 kasus namun, menurun menjadi 88 kasus pada tahun 2020. Meskipun sempat mengalami penurunan, berdasarkan data dari Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI, 2024) menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada tahun-tahun berikutnya. JPPI menunjukkan sebanyak 91 kasus kekerasan di lingkungan pendidikan pada tahun 2020, lalu jumlah tersebut meningkat menjadi sebanyak 142 kasus pada tahun 2021, meningkat kembali dengan terdapat 194 kasus pada tahun 2022, dan kembali meningkat hingga mencapai 285 kasus pada tahun 2023. Pada tahun 2024, JPPI melaporkan terdapat peningkatan yang drastis karena tercatat sebanyak 573 kasus kekerasan yang terjadi di lingkungan pendidikan, yaitu sekolah, madrasah, dan pesantren. Selain itu, KPAI mengungkapkan bahwa sekitar 3.800 kasus perundungan terjadi sepanjang tahun 2023, dengan hampir setengahnya terjadi di lembaga pendidikan, termasuk pondok pesantren.

Lalu pada beberapa penelitian kualitatif menunjukkan bahwa *bullying* tidak terjadi secara fisik, namun juga secara verbal, bahkan melalui secara *online* atau media elektronik, yang akan berdampak negatif pada kondisi psikologis korban. Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Hapsari, et al. (2016), mengungkapkan bahwa *bullying* yang terjadi pada mahasiswi dapat meliputi berbagai bentuk seperti intimidasi verbal dan sosial yang dapat menyebabkan korban *bullying* merasa terisolasi dan mengalami penurunan kepercayaan diri. Pada penelitian yang dilakukan oleh Kharisma, et al. (2025) juga mengungkapkan *bullying* yang terjadi pada mahasiswi tidak hanya menyebabkan penurunan kepercayaan diri, namun juga menyebabkan kesulitan dalam berinteraksi sosial, rasa diasingkan, konflik interpersonal yang dapat mengganggu kehidupan sosial, serta dapat menurunkan

prestasi akademik mahasiswi korban *bullying*. Data tersebut menunjukkan bahwa perundungan atau *bullying* dalam lingkungan pendidikan di Indonesia masih menjadi salah satu masalah yang serius dan cenderung terus meningkat jumlah kasusnya.

Dari data yang didapatkan, menunjukkan bahwa perilaku *bullying* masih menjadi salah satu permasalahan serius yang perlu diselesaikan dan mendapatkan perhatian yang lebih, baik dalam aspek akademik maupun lingkungan sosial mahasiswi. Fenomena *bullying* ini melibatkan tindakan agresif seperti fisik, verbal, maupun psikologis yang dilakukan oleh pelaku secara berulang kali dengan tujuan untuk menyakiti atau mendominasi korban tersebut hingga merasa takut bahkan sampai merasa terintimidasi karena dianggap lemah untuk melakukan pembelaan diri, hal tersebut dapat meninggalkan dampak yang negatif pada korban (Febriansyah & Yuningsih, 2024).

Perilaku *bullying* ini memiliki berbagai bentuk jenis tindakan yang bervariasi, seperti mengejek dengan kata-kata (verbal) yang membuat korban merasa direndahkan harga dirinya, dikucilkan oleh lingkungan sekitar dan membuat korban merasa diasingkan atau tidak ditemani, hingga melakukan kekerasan fisik pada korban dan menyebabkan dampak psikologis yang mendalam (Katyna, 2019 dalam Kurniawati, et al., 2024). Lalu terdapat perilaku *bullying* yang dilakukan secara tidak langsung, seperti memberikan komentar negatif secara daring (*online*), menyebarkan gosip melalui media sosial, hingga menyebarkan foto atau video yang bermaksud untuk mempermalukan orang lain, perilaku *bullying* ini sering dikenal dengan *cyberbullying*, hal tersebut terjadi karena semakin meningkatnya dengan perkembangan teknologi dan media sosial (Anzari, Rozakiyah, & Pratiwi 2021). Pengalaman seperti ini menunjukkan bahwa *bullying* merupakan masalah kompleks yang tidak hanya terjadi di tingkat sekolah dasar dan menengah, namun juga terus berlanjut hingga tingkat perguruan tinggi.

Dampak yang terjadi terhadap korban *bullying* tidak hanya bersifat sementara, namun juga dapat berlanjut hingga korban tersebut beranjak dewasa. Namun, masyarakat sering menganggap ‘remeh’ mengenai fenomena *bullying* ini, bagi sebagian masyarakat bahkan ada yang menormalisasikan sehingga mengesampingkan akibat dan dampak yang akan dialami oleh korban (Safia &

Solong, 2024). Selain itu, banyak korban *bullying* yang pernah mengalami *bullying* di masa sekolah masih membawa luka emosionalnya ke jenjang perguruan tinggi, dan mengakibatkan kepercayaan diri yang menurun, hubungan sosial yang tidak baik, serta prestasi akademik yang akan menurun (Yuliani, 2019, dalam Hartini, Tresya & Sarwili, 2025).

Salah satu contoh kasus *bullying* di dunia nyata yang cukup *viral* di tahun 2024 adalah kasus *bullying* yang terjadi di SMA *Internasional Binus School* Serpong pada Februari 2024, kasus tersebut melibatkan sekelompok siswa yang mempunyai geng bernama "Geng Tai", seorang siswa berusia 17 tahun, mengalami perundungan oleh geng tersebut, korban mengalami kekerasan fisik yang dilakukan oleh geng tersebut, setelah ditelusuri motif dari pelaku melakukan hal itu adalah sebagai bagian dari tradisi tidak tertulis jika ingin masuk ke dalam geng tersebut. Namun, korban mendapatkan kekerasan fisik, akibat dari tindakan tersebut, korban mengalami luka memar, dan juga trauma psikologis yang berat, dampak yang dirasakan korban mengalami ketakutan dan stres yang membuatnya merasa tidak aman di lingkungan sekolah, dari kasus ini mengungkapkan *bullying* ekstrim yang terjadi pada siswa SMA.

Dari penjelasan tersebut, dapat dikatakan bahwa perilaku *bullying* terhadap individu akan mempunyai dampak yang sangat signifikan. Korban *bullying* biasanya sering mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, trauma, rasa tidak percaya diri, bahkan dendam kepada pelaku (Safia & Solong, 2024). Hal ini bisa memengaruhi konsentrasi belajar, motivasi akademik, dan menarik diri pada lingkungan sosial. Selain itu, juga terdapat efek jangka panjang bagi korban terhadap tindakan yang dilakukan oleh pelaku *bullying*, karena dapat menyebabkan ketidakamanan yang berkelanjutan, meskipun korban sudah tidak lagi berada di lingkungan yang sama dengan pelaku.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hanifah, et al. (2022) mengungkapkan bahwa korban *bullying* berisiko tinggi mengalami berbagai gangguan psikologis, seperti kecemasan, depresi, perasaan rendah diri, dan stres berkelanjutan. Lalu, korban *bullying* akan mengalami trauma yang menghambat mereka dalam menjalin interaksi sosial yang sehat, sehingga tidak jarang banyak

korban *bullying* yang memilih untuk menarik diri dari lingkungan pertemanan karena takut akan mengalami perlakuan yang serupa.

Selain berdampak pada lingkungan sosial korban, beberapa korban yang pernah mengalami *bullying* juga menyimpan perasaan kecewa, sedih, marah, kebencian, bahkan dendam kepada pelaku. Mereka merasa tidak berdaya dan lemah ketika menghadapi situasi tersebut di masa lalu, dan menyebabkan luka emosional yang tersisa terus membebani hidup dari korban *bullying* tersebut. Terdapat perasaan negatif yang terus menerus dipendam oleh korban juga menyebabkan stres yang berkepanjangan, gangguan kecemasan, serta kesulitan dalam mempercayai orang lain. Jika kondisi tersebut tidak diatasi dengan baik, maka dapat menghambat perkembangan diri pada korban, juga dapat memengaruhi kualitas hidup korban di masa depan.

Dalam upaya untuk mengatasi dampak atau efek negatif dari *bullying* yang berkepanjangan bagi korban, terdapat mekanisme psikologis yang dapat membantu pemulihan dan memberikan dampak positif pada korban *bullying* yaitu *forgiveness* atau pemaafan. *Forgiveness* adalah proses dimana seseorang dapat melepaskan emosi negatif terhadap seseorang yang telah menyakitinya, seperti kemarahan, kebencian, dan dendam, tanpa harus melupakan pengalaman tersebut. McCullough dkk. (1997) dikutip dalam Wardhati & Faturochman (2006) mengungkapkan bahwa memaafkan dapat menjadi dorongan motivasi untuk mengubah perilaku individu dari kecenderungan perilaku membalas dendam dan menyimpan kebencian terhadap individu yang telah menyakitinya, dengan begitu individu akan merasa ingin berdamai serta membangun hubungan yang baik dengan orang yang telah menyakitinya.

Terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan pada proses *forgiveness* yang terjadi pada korban *bullying* antara laki-laki maupun perempuan. Dalam penelitian Deasyanti et al., (2021) mengungkapkan bahwa proses *forgiveness* yang terjadi pada korban *bullying* laki-laki dan perempuan akan lebih dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti tingkat empati, adanya dukungan sosial, serta pengalaman *bullying* yang dialami. Dengan hal tersebut dapat menunjukkan bahwa tingkatan *forgiveness* lebih ditentukan dengan

kemampuan individu korban *bullying*, lingkungan sosial dari individu tersebut dan pengalaman *bullying* yang dialami individu tersebut.

Namun, dalam penelitian ini akan berfokus pada mahasiswi yang pernah menjadi korban *bullying*, karena dalam kemampuan *forgiveness* sebagai korban *bullying*, beberapa penelitian menunjukkan adanya perbedaan antara laki-laki dan perempuan, seperti pada hasil penelitian oleh Supriyadi, Raman, dan Perdini (dalam Alitani et al., 2025) menunjukkan adanya perbedaan dalam tingkat *forgiveness* antara laki-laki dan perempuan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa laki-laki menunjukkan tingkat *forgiveness* yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Hal ini disebabkan karena laki-laki memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk mampu menahan diri dan menggunakan logika atau pemikiran yang mereka percayai. Laki-laki lebih cenderung memikirkan masa depan dan berusaha membangun kembali kepercayaan. Sebaliknya, perempuan seringkali mengalami kesulitan dalam memberikan maaf karena mereka lebih dipengaruhi oleh perasaan sehingga proses memaafkan menjadi lebih kompleks secara emosional dan juga strategi untuk mengendalikan diri (Jie et al., dalam Alitani et al., 2025).

*Forgiveness* bukan berarti membenarkan atau menerima tindakan pelaku *bullying*, tetapi upaya korban untuk membebaskan dan melepaskan diri dari beban emosional yang masih ada terhadap perlakuan *bullying* yang diterima di masa lalu. Bernard (2013) dikutip dalam Hanifah et al. (2022) mengungkapkan bahwa individu yang mampu memaafkan cenderung memiliki kesehatan psikologis yang lebih baik, lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan sosialnya, dan memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang masih memendam perasaan takut atau negatif kepada pelaku.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Alitani et al. (2025) menunjukkan bahwa sebanyak 42% siswi SMA yang pernah mengalami *bullying* memiliki tingkat *forgiveness* yang rendah, dan berdampak pada kesulitan dalam memaafkan pelaku serta dampak psikologis yang berkepanjangan. Dalam konteks mahasiswi, dampak tersebut mungkin bisa lebih rumit karena lingkungan perguruan tinggi yang lebih membutuhkan kemandirian dan interaksi sosial yang lebih luas. Hal tersebut dapat dijelaskan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanifah et al. (2022) mengungkapkan bahwa perempuan cenderung mengalami dampak psikologis yang

lebih mendalam dan kompleks pada proses pemaafan dibandingkan dengan laki-laki, hal itu menunjukkan perempuan yang menjadi korban *bullying* juga menunjukkan proses *forgiveness* yang lebih emosional dan personal, mulai dari fase menghindari, marah, hingga akhirnya dapat berdamai.

Memaafkan memang bukan proses yang mudah bagi korban *bullying*. Terdapat faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan seseorang yang telah disakiti untuk memaafkan, salah satu yang paling utamanya adalah dukungan sosial. Dukungan sosial bagi korban *bullying* didapatkan dari keluarga dan teman terdekat korban karena mereka dapat berperan penting dalam membantu korban untuk melalui proses pemulihan emosional dan membantu korban menemukan cara untuk memaafkan pelaku.

Selain itu, *forgiveness* atau pemaafan merupakan proses psikologis yang kompleks dan tidak bisa terjadi secara instan, karena akan banyak fase atau tahap yang akan dilewati oleh individu, maka setiap individu akan berada dalam tahapan yang berbeda-beda dalam proses memaafkan, tergantung bagaimana pengalaman, kondisi emosi yang dialami oleh individu tersebut. Dalam penelitian ini, akan melihat proses pemaafan setiap individu tidak cukup hanya dilihat dari satu aspek, namun perlu melihat berdasarkan indikator atau dimensi yang dijelaskan dalam teori, penelitian ini akan mengacu pada teori *forgiveness* McCullough dan akan dikaitkan dengan fase pemaafan dari teori Enright.

Penelitian sebelumnya oleh Hanifah et al. (2022) menemukan bahwa korban *bullying* yang mendapatkan dukungan sosial yang baik dari lingkungan sekitarnya akan cenderung memiliki sikap yang lebih terbuka terhadap pemaafan dibandingkan korban yang masih merasa sendirian atau tidak mendapatkan dukungan sosial yang cukup. Karena itu, *forgiveness* pada mahasiswi yang pernah menjadi korban *bullying* ini merupakan proses penting yang diperlukan untuk memulihkan kesejahteraan emosional dan psikologis mereka.

Selain itu, dengan mekanisme psikologis tersebut juga dapat memengaruhi karakteristik individu dalam memberikan maaf. Individu yang memiliki tingkat empati tinggi atau memiliki pengalaman hidup serupa mungkin lebih memahami sudut pandang pelaku dan akan lebih mudah memaafkan. Namun sebaliknya, bagi orang yang merasa bahwa pengalaman *bullying* itu sangat merusak secara

emosional dan sosial, mereka mungkin akan merasa lebih sulit untuk memaafkan pelaku, terutama jika luka psikologis yang korban alami masih belum sembuh.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Marpaung et al. (2024) dijelaskan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat antara dukungan sosial dan kemampuan memaafkan pada korban *bullying* di kalangan Gen Z di Jakarta, jadi semakin besar dukungan yang mereka terima, maka semakin mudah bagi mereka untuk memaafkan. Hal tersebut dapat memperlihatkan bahwa proses *forgiveness* bukan hanya bersifat internal (individual), namun dipengaruhi juga oleh faktor eksternal seperti lingkungan sosial yang positif, dukungan dan dorongan dari keluarga, teman terdekat, dan lingkungan akademik.

Maka dari itu, pada penelitian ini akan berfokus pada mahasiswi yang sebelumnya pernah menjadi korban *bullying* ketika di masa sekolah yaitu saat SMA maupun saat awal masuk dalam lingkungan perguruan tinggi. Karena mahasiswi menggambarkan individu yang berada dalam masa transisi menuju kedewasaan dalam menghadapi berbagai tantangan psikologis dan sosial. Pengalaman *bullying* yang belum terselesaikan dapat menjadi penghambat yang signifikan dalam proses kehidupan perkuliahannya, karena korban *bullying* umumnya sering mengingat hal-hal yang negatif dari perilaku *bullying* yang diterima korban, dan hal tersebut akan mengganggu kesehatan mental mereka karena akan mengalami kecemasan dan depresi hingga ada keinginan untuk bunuh diri.

Mahasiswi yang pernah menjadi korban *bullying* dan masih menyimpan rasa trauma serta dendam terhadap pelaku cenderung akan mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial yang sehat, karena mereka akan menghadapi tantangan dalam membentuk dan mempertahankan suatu hubungan, umumnya masih akan merasa cemas dan takut dalam interaksi sosial. Selain itu memiliki kepercayaan diri yang rendah, hal ini dapat berpengaruh pada kegiatan akademik atau partisipasi aktif di lingkungan perguruan tinggi, dan mereka akan menghadapi hambatan dalam perkembangan akademik serta karir mereka. Oleh karena itu, penelitian ini berguna untuk memahami bagaimana *forgiveness* bekerja dalam konteks mahasiswi yang pernah menjadi korban *bullying*.

Berdasarkan uraian tersebut oleh karena itu, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait gambaran *forgiveness* pada mahasiswi yang pernah

menjadi korban *bullying*, penelitian ini dapat bertujuan untuk menggambarkan bagaimana mahasiswi yang pernah mengalami *bullying* memaknai dan menjalani proses *forgiveness* terhadap diri mereka, dapat mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kemampuan korban dalam memaafkan pelaku, serta dapat memahami bagaimana *forgiveness* dapat membantu korban *bullying* untuk melepaskan perasaan dan pikiran negatif yang membebani kehidupan mereka setelah kejadian di masa lalu. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat terbentuknya lingkungan perguruan tinggi yang lebih baik dan mendukung kesejahteraan psikologis bagi mahasiswi yang pernah menjadi korban *bullying*, serta mampu mencegah dampak jangka panjang yang lebih serius akibat pengalaman *bullying* tersebut.

## 1.2. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang dalam penelitian adalah:

1. Bagaimana gambaran proses *forgiveness* pada mahasiswi yang pernah menjadi korban *bullying*?
2. Apakah dimensi *forgiveness* dapat memperlihatkan kemampuan mahasiswi yang pernah menjadi korban *bullying* korban dalam memaafkan pelaku *bullying*?
3. Bagaimana fase *forgiveness* dapat membantu mahasiswi yang pernah menjadi korban *bullying* dalam mengatasi dampak psikologis yang mereka alami?

## 1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penulis melakukan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui gambaran proses *forgiveness* pada mahasiswi yang pernah menjadi korban *bullying*.

2. Mengetahui dimensi *forgiveness* apa saja yang dapat memperlihatkan kemampuan mahasiswi yang pernah menjadi korban *bullying* korban dalam memaafkan pelaku *bullying*.
3. Mengetahui bagaimana *forgiveness* dapat membantu mahasiswi yang pernah menjadi korban *bullying* untuk melepaskan perasaan dan pikiran negatif yang membebani kehidupan mereka setelah kejadian yang dialami.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Penelitian mengenai gambaran *forgiveness* pada mahasiswi yang pernah menjadi korban *bullying* ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif terhadap pemahaman tentang *forgiveness* dalam konteks *bullying* serta dapat memberikan wawasan yang dalam bidang psikologis mengenai *forgiveness* terhadap psikologis korban *bullying*.

### **1.4.2. Manfaat Praktis**

1. Bagi korban yang pernah menjadi korban *bullying*, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman tentang pentingnya *forgiveness* dalam membantu proses pemulihan, dan juga dapat membantu korban untuk menemukan cara untuk mengurangi rasa trauma serta membangun hubungan sosial kembali yang lebih sehat dan positif.
2. Bagi keluarga, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman pada korban *bullying*, sehingga keluarga dapat lebih memperhatikan dan memberi dukungan yang kuat pada korban.
3. Bagi pendidik dan konselor, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai dampak dari *bullying* lalu mekanisme *forgiveness* yang menjadi proses cara pemulihan serta dapat mengembangkan program intervensi psikologis bagi korban yang sulit dalam memaafkan pelaku *bullying*.