

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*Bullying* atau perundungan, telah menjadi fenomena sosial yang mengkhawatirkan dan ada di berbagai lingkungan pendidikan di Indonesia, termasuk di ibu kota, Jakarta sebagai kota metropolitan yang memiliki dinamika persaingan yang ketat. Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Jakarta berada dalam fase perkembangan remaja akhir, yang secara psikososial merupakan periode krusial dalam pembentukan identitas diri. Menurut teori Erik Erikson (dalam Santrock, 2003), remaja menghadapi krisis antara identitas vs kebingungan peran atau *identity vs role confusion*, di mana pengakuan dari kelompok sebaya (*peer group*) menjadi faktor dalam penilaian diri. Di Jakarta, tekanan ini dimanifestasikan melalui struktur sosial yang sangat kompetitif di lingkungan perkotaan yang padat, sehingga kesenjangan antara kelompok yang memiliki kekuatan lebih dan kelompok dengan kekuatan yang terbatas. Pada penelitian kali ini berfokus pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) yang berusia 17 hingga 21 tahun pada fase perkembangan remaja akhir.

Kasus-kasus yang menjadi perhatian publik beberapa tahun terakhir menunjukkan bahwa masalah ini tidak terbatas pada sekolah-sekolah tertentu, melainkan dapat terjadi pada institusi pendidikan mana pun, termasuk yang memiliki reputasi tinggi. Sebagai contoh, kasus *bullying* di SMA BINUS School Simprug yang sempat menjadi sorotan media massa yang luas, dilansir dari laman detiknews, menyebutkan bahwa pelapor dikeroyok oleh 3 orang, kemudian digiring dan ditonton oleh 30 orang. Lalu dengan kondisi tidak berdaya, pelapor ditinggalkan oleh 30 orang di toilet (Detiknews, 2024). Selain itu, insiden serupa juga pernah dilaporkan di SMA Negeri 70 Jakarta, dilansir dari laman Antara yang menyebutkan kejadian tersebut berlangsung pada 28 November 2024 di toilet sekolah. Berdasarkan keterangan orangtua, ABF mengalami kekerasan fisik yang menyebabkan luka memar dan lebam di bagian ulu hati, perut, dan paha kiri

(Antara, 2024). Selain itu, insiden ledakan di masjid SMA Negeri 72 Jakarta pada tahun 2025 memberikan indikasi dampak yang lebih besar, pelaku yang merupakan korban *bullying* diduga melakukan tindakan tersebut sebagai bentuk retribusi atau balas dendam.

*Bullying* tidak hanya terjadi secara verbal dan kontak fisik, melainkan juga terjadi secara *online* atau disebut sebagai *cyberbullying*. Data yang diperoleh dari UNICEF pada tahun 2019 yang tersebar di 34 Provinsi di Indonesia. Sebanyak 2777 dari 2860 mengaku mengalami *cyberbullying* (UNICEF, 2020). Adapun tindakan *bullying* yang dialami berupa yaitu penyebaran foto atau video tanpa izin sebanyak 41%, kekerasan melalui aplikasi *chatting* 45%. Tindakan *bullying* tersebut terjadi pada jejaring sosial atau media sosial sebanyak 71%, saat bertukar pesan atau melalui aplikasi chatting sebanyak 19%, game online sebanyak 5%, dan YouTube sebanyak 1% (UREPORT, 2019).

Perhatian yang diberikan oleh media dan lembaga pemerintah menunjukkan bahwa *bullying* bukanlah masalah sepele. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat adanya peningkatan kasus yang signifikan sejak Januari 2023 sampai Agustus 2023. Dalam laporan tersebut, KPAI menyebutkan terdapat 2.355 kasus pelanggaran perlindungan anak, di mana 837 di antaranya terjadi di lingkungan pendidikan. Dari jumlah tersebut, sebanyak 87 kasus secara spesifik dikategorikan sebagai korban *bullying* (Sekolah Relawan, 2023). Angka ini, yang hanya mencakup kasus yang dilaporkan, menunjukkan adanya populasi korban yang substansial di lingkungan sekolah.

Namun, data yang ada diperkirakan hanya yang tercatat. KPAI sendiri mengakui bahwa jumlah korban *bullying* yang sebenarnya bisa jadi jauh lebih besar karena tidak semua kasus dilaporkan (Sekolah Relawan, 2023). Sifat tersembunyi dari masalah ini menunjukkan adanya kegagalan sistem pengawasan di sekolah dan juga jaringan dukungan sosial yang ada, baik dari guru maupun orang tua, untuk melindungi siswa secara efektif. Ketakutan atau rasa malu sering kali mencegah korban untuk berbicara dan mencari bantuan, yang pada akhirnya membuat mereka rentan dan menghadapi masalah sendirian. Keberadaan Tindakan *bullying* fisik, verbal, emosional, dan *cyberbullying* secara simultan menciptakan tekanan psikologis yang berlapis bagi siswa sekolah menengah atas di Jakarta, hal ini

menuntut adanya intervensi yang tidak hanya bersifat hukuman, tetapi juga preventif psikologis untuk memulihkan kesejahteraan mereka. Pendekatan psikologi positif memandang bahwa individu, termasuk korban *bullying*, tetap memiliki kapasitas untuk pulih dan berkembang. Pandangan ini sejalan dengan konsep *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Ryff (1995), Ryff mendefinisikan *psychological well-being* sebagai kerangka yang berakar pada tradisi filosofis eudaimonia, yang menekankan pada fungsi psikologis yang optimal (*optimal functioning*) serta hidup yang dijalani dengan tujuan, pemenuhan potensi diri, dan pertumbuhan berkelanjutan. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana korban *bullying* dapat mempertahankan atau memulihkan *psychological well-being* mereka di tengah tekanan sosial yang mereka alami.

Dampak dari *bullying* jauh melampaui luka fisik. Penelitian menunjukkan bahwa *bullying* memiliki efek negatif yang mendalam dan signifikan pada kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) remaja. Secara umum, korban *bullying* melaporkan gangguan psikologis yang parah, seperti stres, kecemasan, dan depresi. Lebih dari 71% korban dalam satu studi melaporkan mengalami gangguan psikologis mayor, dan 57% dari total responden telah mengalami *bullying* (Dahlia, Azzahra & Azzahra, dkk, 2025).

Gejala yang dialami oleh korban *bullying* sangat spesifik dan merusak. Mereka dapat mengalami penurunan rasa percaya diri, kekhawatiran berlebihan terhadap lingkungan sekitar, trauma untuk kembali berinteraksi dengan teman sebaya, rasa malu yang membuat mereka menghindari kontak mata, hingga ledakan amarah sebagai akibat dari perlakuan buruk yang terus-menerus (Oktaviany, 2023). Dalam kasus yang ekstrem, *bullying* dapat memicu munculnya *post-traumatic stress*, bahkan perilaku bunuh diri (Nurhayati, 2025). Data dari berbagai studi secara konsisten menunjukkan bahwa pengalaman menjadi korban *bullying* berhubungan kuat dan konsisten dengan menurunnya *psychological well-being* (Dorit, 2021).

Lebih dari sekadar emosi, dampak psikologis ini menciptakan efek domino yang merusak seluruh aspek kehidupan korban. *psychological well-being* yang terganggu dapat menyebabkan penurunan kinerja akademik, kesulitan dalam interaksi dengan teman sebaya, serta masalah dalam hubungan dengan orang tua

(Han, 2025). Data meta-analisis yang kuat menguatkan temuan ini, dengan menunjukkan bahwa risiko depresi pada anak dan remaja yang menjadi korban *bullying* adalah 2,77 kali lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak menjadi korban (Ye, dkk, 2023). Parahnya, risiko ini melonjak menjadi 3,19 kali lebih tinggi pada individu yang tidak hanya menjadi korban, tetapi juga menjadi pelaku *bullying* (Ye, dkk, 2023). Konsekuensi *bullying* bahkan menyentuh aspek mortalitas; data ini menunjukkan bahwa 40% kasus bunuh diri anak di Indonesia terkait dengan pengalaman *bullying* (UNICEF, 2020). Data ini menunjukkan bahwa *bullying* merupakan masalah publik yang serius dan beragam yang membutuhkan intervensi yang komprehensif dan menyeluruh. Menanggapi hal ini, penelitian tidak cukup hanya berfokus pada aspek negatif seperti depresi, kecemasan. Namun harus mengambil perspektif kesehatan mental positif, yang diukur melalui konsep *psychological well-being*.

Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* bukanlah sekadar ketiadaan masalah psikologis, melainkan sebuah fungsi psikologis yang proaktif dan positif. *Psychological well-Being* pada siswa adalah gambaran psikologis siswa yang seimbang, yang memungkinkannya untuk mengembangkan diri secara optimal dalam menghadapi setiap tantangan (Prihartini, 2023). Dalam konteks perundungan atau *bullying*, *psychological well-being* dapat berfungsi untuk membantu korban mengatasi dan pulih dari pengalaman traumatis mereka. Individu dengan *psychological well-being* yang baik memiliki sumber daya internal untuk bangkit dari kesulitan, mengelola emosi negatif, dan terus bergerak maju (Zakiyah, 2024).

*Psychological well-being* memiliki enam dimensi, sebagaimana yang telah dikemukakan oleh Carol Ryff. Dimensi-dimensi ini menjelaskan bagaimana *psychological well-being* dapat berfungsi sebagai mekanisme coping. Enam dimensi tersebut meliputi penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*) (Ryff, 1995).

Setiap dimensi memiliki fungsi spesifik dalam konteks korban *bullying*. Misalnya, penerimaan diri yang kuat dapat membantu korban melawan rasa malu

dan rendah diri yang timbul akibat perlakuan buruk (Oktaviany, 2023). Memiliki tujuan hidup dapat mengalihkan fokus korban dari pengalaman negatif dan memberikan mereka motivasi untuk terus berjuang. Selain itu, penguasaan lingkungan dapat membantu korban merasa lebih berdaya dalam situasi yang terasa tidak terkendali. Studi menunjukkan bahwa individu dengan *psychological well-being* yang baik memiliki kemampuan untuk mencapai aspek-aspek ini, yang merupakan kunci untuk pemulihan dari pengalaman *bullying* (Oktaviany, 2023).

Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* remaja dipengaruhi oleh serangkaian faktor yang kompleks, yang dapat diklasifikasikan menjadi dua kategori besar, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah karakteristik dan sumber daya yang berasal dari dalam diri individu. Literatur ilmiah mengidentifikasi beberapa faktor internal yang penting, seperti makna hidup, pengaturan emosi, *locus of control*, pengampunan, dan religiusitas (Prihartini, 2023). Faktor-faktor ini mencerminkan kemampuan pribadi seseorang untuk beradaptasi dan membangun ketahanan diri dalam menghadapi tantangan.

Di sisi lain, faktor eksternal adalah pengaruh yang datang dari lingkungan luar. Ini mencakup dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya, tekanan dari lingkungan sekolah, kondisi ekonomi, serta paparan terhadap media sosial (Alya, 2025). Dalam konteks *bullying*, faktor eksternal seperti tekanan dari teman sebaya sering kali menjadi penyebab masalah, sementara dukungan sosial dari keluarga dapat menjadi sumber perlindungan (Parent Universal Resources Expert, 2025).

Penting untuk dicatat bahwa meskipun faktor eksternal dapat menjadi sumber ancaman yang serius, faktor internal dapat berfungsi sebagai kompensasi ketika dukungan eksternal tidak ada atau gagal. Dalam kasus korban *bullying*, di mana dukungan sosial dari teman sebaya sering kali gagal, mengidentifikasi dan memperkuat faktor internal menjadi sangat penting. Dalam konteks ini, religiusitas muncul sebagai salah satu faktor internal yang paling sering dan signifikan disebutkan dalam literatur ilmiah yang mempengaruhi *psychological well-being* (Prihartini, 2023). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Linawati & Desiningrum, 2017), yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada peserta didik. Semakin tinggi nilai religiusitas yang dimiliki siswa, maka *psychological well-being* mereka juga

semakin tinggi, sehingga dapat dikatakan bahwa faktor lain yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* adalah religiusitas. Oleh karena itu, penelitian ini akan secara spesifik berfokus pada religiusitas sebagai variabel internal yang dapat memberdayakan siswa korban *bullying* untuk mengatasi pengalaman traumatis akibat *bullying*.

Untuk memahami peran religiusitas secara ilmiah, konsep ini harus didefinisikan secara jelas dan terukur. Huber dan Huber (2012) mendefinisikan religiusitas sebagai pikiran dan keyakinan yang dimiliki seseorang untuk memandang dunia sehingga mempengaruhi pengalaman dan perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari. Huber dan Huber (2012) menyebut pikiran dan keyakinan yang dimiliki seseorang untuk memandang dunia sebagai personal *construct system*, yang membagi religiusitas menjadi lima dimensi utama (Huber & Huber, 2012). Huber dan Huber (2012) berpendapat bahwa religiusitas seseorang dapat diukur dari intensitas menjalankan kewajiban dan nilai-nilai agama yang paling menonjol dalam diri seseorang.

Dimensi yang digunakan Huber dan Huber (2012) mengacu pada revisi tahun 1968 oleh Glock dan Stark, di mana dimensi *consequence* dieliminasi dan dimensi ritualistik dipecah menjadi praktik publik dan praktik pribadi. Huber dan Huber merevisi menjadi lima dimensi yang digunakan dalam *The Central of Religiosity Scale* (CRS): dimensi praktik publik, praktik pribadi, pengalaman religius, ideologi, dan dimensi intelektual (Huber & Huber, 2012).

Sebuah meta-analisis dari 147 studi menunjukkan hubungan terbalik yang kuat antara gejala depresi dan religiusitas, yakni semakin tingkat religiusitas maka semakin rendah tingkat depresi yang dialami (Azab, 2019). Namun, terdapat juga penelitian yang menunjukkan hasil berbeda, dengan hasil bahwa hubungan antara religiusitas dan *psychological well-being* tidak selalu bersifat linier. Satu studi menemukan bahwa religiusitas tidak secara signifikan mempengaruhi *psychological well-being* pada santri pondok pesantren, meskipun lingkungan mereka sangat religius (Tqasofah, 2023). Temuan ini menekankan pentingnya tidak hanya kehadiran religiusitas, tetapi juga cara individu mempraktikkan dan memahaminya.

Meskipun penelitian terdahulu telah menunjukkan pengaruh antara

religiusitas dan *psychological well-being* secara umum, sangat sedikit studi yang secara spesifik menargetkan populasi siswa sekolah menengah atas yang menjadi korban *bullying*. Keunikan penelitian ini terletak pada kombinasi tiga elemen penting: Pertama, populasi yang rentan dan spesifik siswa sekolah menengah atas yang menjadi korban *bullying*. Kedua, lokasi geografis yang relevan yaitu di Jakarta, di mana yang menjadi ibu kota dan juga kasus *bullying* banyak terjadi. Ketiga, variabel internal yang berpotensi menjadi faktor protektif yang kuat yaitu religiusitas untuk mengimbangi kegagalan faktor-faktor eksternal. Penelitian ini akan memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai bagaimana religiusitas dapat menjadi sumber daya psikologis yang signifikan bagi korban *bullying*.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan paparan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah utama, yaitu:

1. Maraknya kasus *bullying* di kalangan siswa SMA di Jakarta yang berdampak luas dan seringkali tidak dilaporkan.
2. Tingginya prevalensi *bullying*, termasuk *cyberbullying*, di kalangan remaja sekolah menengah atas di Jakarta, dan risiko dampak psikologis yang serius, termasuk rendahnya *psychological well-being* siswa.
3. Religiusitas diidentifikasi sebagai salah satu faktor internal yang memiliki potensi untuk meningkatkan *psychological well-being*, namun belum banyak diteliti secara spesifik pada populasi siswa SMA korban *bullying* di Jakarta.

## 1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini membatasi ruang lingkupnya pada analisis pengaruh religiusitas terhadap *psychological well-being*. Subjek penelitian akan berfokus pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) yang menjadi korban *bullying*, yang berdomisili di wilayah Jakarta.

## 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah: "Seberapa besar pengaruh religiusitas terhadap *psychological well-being* pada siswa Sekolah Menengah Atas yang menjadi korban *bullying* di Jakarta?"

## 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah, maka tujuan yang hendak dicapai pada penelitian ini adalah:

1. Untuk menguji signifikansi pengaruh religiusitas terhadap *psychological well-being* pada siswa SMA korban *bullying* di Jakarta.
2. Untuk mengukur besaran kontribusi religiusitas dalam menjelaskan variabel *psychological well-being* pada populasi subjek tersebut.

## 1.6 Manfaat Penelitian

### 1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan pada literatur psikologi, khususnya dalam ranah psikologi positif dan psikologi agama. Temuan-temuan penelitian ini dapat memperkaya pemahaman mengenai faktor-faktor protektif untuk kesehatan mental remaja, serta mengukuhkan peran religiusitas sebagai sumber daya yang valid dalam menghadapi trauma dan kesulitan psikologis.

### 1.6.2 Manfaat Praktis

Menyediakan dasar ilmiah bagi sekolah, konselor, dan pembuat kebijakan pendidikan di Jakarta untuk merancang intervensi yang berbasis religiusitas dalam rangka mendukung pemulihan korban *bullying*. Penelitian ini dapat mendukung integrasi religiusitas sebagai bagian dari program konseling dan pencegahan bunuh diri di sekolah. Selain itu, penelitian ini memberikan wawasan kepada orang tua

dan guru mengenai pentingnya pembinaan intrinsik religiusitas sebagai keterampilan coping yang efektif bagi siswa SMA korban *bullying*.

