

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

*Bullying* merupakan salah satu permasalahan psikososial yang masih sering terjadi pada remaja dan menjadi ancaman serius bagi perkembangan emosional, sosial, serta kesehatan mental. *Bullying* didefinisikan sebagai perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja, berulang, dan melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban, baik dalam bentuk fisik, verbal, maupun sosial. Pada masa remaja, khususnya di tingkat sekolah menengah pertama (SMP), interaksi dengan teman sebaya menjadi sangat dominan, sehingga meningkatkan risiko terjadinya *bullying* (Thoha, 2022).

Dampak *bullying* tidak hanya bersifat jangka pendek, tetapi juga dapat memengaruhi kondisi psikologis remaja dalam jangka panjang. Korban *bullying* berpotensi mengalami kecemasan, penurunan harga diri, perasaan tidak berharga, hingga menarik diri dari lingkungan sosial. Kondisi ini menunjukkan bahwa *bullying* bukan hanya permasalahan perilaku, tetapi juga berkaitan erat dengan kesehatan mental remaja. Namun demikian, tidak semua remaja memiliki tingkat kerentanan yang sama dalam mengalami *bullying*. Sebagian remaja cenderung lebih mudah menjadi sasaran perundungan dibandingkan yang lain. Kondisi ini dikenal sebagai kecenderungan menjadi korban *bullying*, yaitu keadaan di mana individu memiliki karakteristik tertentu yang membuatnya lebih rentan mengalami perilaku agresif secara berulang dari teman sebaya (Thoha, 2022).

Kecenderungan ini menunjukkan bahwa terdapat faktor-faktor tertentu yang memengaruhi kerentanan individu terhadap *bullying*.

Kecenderungan menjadi korban *bullying* dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik eksternal maupun internal. Faktor eksternal meliputi lingkungan sosial, tekanan teman sebaya, dan dukungan sosial, sedangkan faktor internal berkaitan dengan kondisi psikologis individu. Salah satu faktor internal yang diduga berperan adalah *self-compassion*. *Self-compassion* merupakan kemampuan individu untuk memahami, menerima, dan memperlakukan dirinya dengan kebaikan tanpa menghakimi ketika menghadapi kegagalan atau penderitaan (Alitani, 2021).

Individu dengan tingkat *self-compassion* yang rendah diduga cenderung memiliki *self-judgment* yang tinggi, kurang percaya diri, serta kesulitan dalam mengelola emosi negatif. Kondisi ini dapat memunculkan perilaku pasif dalam interaksi sosial, sehingga individu lebih rentan menjadi target *bullying*. Sebaliknya, individu dengan *self-compassion* yang tinggi memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih baik, kepercayaan diri yang lebih stabil, serta mampu menghadapi tekanan sosial secara adaptif. Dengan demikian, *self-compassion* diduga berperan sebagai faktor protektif terhadap kecenderungan menjadi korban *bullying*.

Berdasarkan data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI), kasus *bullying* di Indonesia mengalami peningkatan yang signifikan. Pada tahun 2024 tercatat sebanyak 573 kasus, meningkat lebih dari 100% dibandingkan tahun 2023 yang hanya berjumlah 285 kasus (Nadhifa Fitriana, 2025). Data ini

menunjukkan bahwa *bullying* masih menjadi ancaman serius terhadap kesehatan mental dan perkembangan sosial remaja di sekolah. Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI) juga melaporkan bahwa kasus kekerasan di lembaga pendidikan telah terjadi di hampir seluruh provinsi di Indonesia. Distribusi kasus menunjukkan bahwa Jawa Timur berada di posisi tertinggi dengan 81 kasus, diikuti oleh Jawa Barat (56 kasus) dan Jawa Tengah (45 kasus) (Zuhriyah, 2024). Berdasarkan data gabungan JPPI dan KPAI, bentuk *bullying* yang paling banyak terjadi adalah *bullying* fisik dengan persentase sekitar 55,5%. Kasus ini mencakup pemukulan, penendangan, atau bentuk kekerasan fisik lainnya. Disusul dengan *bullying* verbal atau psikis menempati posisi kedua dengan angka 29,3%. Bentuk ini mencakup hinaan, ejekan, atau pengucilan yang membuat korban merasa tertekan secara emosional. Yang tidak kalah mengkhawatirkan adalah tren *cyberbullying* atau perundungan siber. Laporan SAFEnet pada triwulan pertama 2024 menunjukkan bahwa kasus perundungan siber meningkat lebih dari 100 persen dibandingkan tahun sebelumnya menjadi 480 kasus (Zakia, 2025).

Fenomena tersebut tidak hanya terjadi pada tingkat nasional, tetapi juga ditemukan pada konteks lokal. Berdasarkan hasil wawancara awal dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 2 Tenggarang Bondowoso, diketahui bahwa masih terdapat siswa yang mengalami ejekan, pengucilan, serta tekanan sosial dari teman sebaya. Kondisi ini menunjukkan bahwa *bullying* juga terjadi di lingkungan sekolah tingkat daerah dan berpotensi memengaruhi kondisi psikologis siswa.

Meskipun penelitian mengenai *bullying* telah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian lebih berfokus pada dampak *bullying* terhadap kesehatan mental. Penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara *self-compassion* dengan kecenderungan menjadi korban *bullying* pada remaja, khususnya di tingkat SMP, masih terbatas, terutama pada konteks lokal. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengidentifikasi hubungan antara *self-compassion* dengan kecenderungan menjadi korban *bullying* pada remaja SMP Negeri 2 Tenggarang Bondowoso sebagai dasar pengembangan intervensi keperawatan yang lebih preventif dan berbasis psikologis.

## **B. Rumusan Masalah**

### **1. Pernyataan Masalah**

*Bullying* merupakan permasalahan psikososial yang masih sering terjadi pada remaja dan berdampak negatif terhadap kondisi emosional serta sosial korban. Tingginya angka kejadian *bullying* di Indonesia menunjukkan bahwa perundungan masih menjadi ancaman serius di lingkungan pendidikan. Namun demikian, tidak semua remaja memiliki peluang yang sama untuk menjadi korban *bullying*. Sebagian remaja cenderung lebih rentan menjadi sasaran perundungan dibandingkan yang lain, yang dikenal sebagai kecenderungan menjadi korban *bullying*.

Kecenderungan tersebut tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal, tetapi juga oleh faktor internal individu. Salah satu faktor internal yang diduga berperan adalah *self-compassion*. Individu dengan *self-compassion* rendah cenderung memiliki *self-judgment* yang tinggi,

kurang percaya diri, serta kesulitan dalam mengelola emosi, sehingga lebih rentan dalam interaksi sosial dan berpotensi meningkatkan kecenderungan menjadi korban *bullying*. Sebaliknya, *self-compassion* yang tinggi dapat menjadi faktor protektif yang membantu individu lebih adaptif dalam menghadapi tekanan sosial.

Meskipun demikian, penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara *self-compassion* dengan kecenderungan menjadi korban *bullying* pada remaja, khususnya di tingkat sekolah menengah pertama, masih terbatas. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self-compassion* dengan kecenderungan menjadi korban *bullying* pada remaja.

## 2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana tingkat *self-compassion* pada remaja di SMP Negeri 2 Tenggarang Bondowoso?
- b. Bagaimana tingkat kecenderungan menjadi korban *bullying* pada remaja di SMP Negeri 2 Tenggarang Bondowoso?
- c. Bagaimana hubungan antara *self-compassion* dengan kecenderungan menjadi korban *bullying* pada remaja di SMP Negeri 2 Tenggarang Bondowoso?

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara *self-compassion* dengan kecenderungan menjadi korban *bullying* pada remaja di SMP Negeri 2 Tenggarang Bondowoso.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat *self-compassion* pada remaja di SMP Negeri 2 Tenggarang Bondowoso
- b. Mengidentifikasi tingkat kecenderungan menjadi korban *bullying* pada remaja di SMP Negeri 2 Tenggarang Bondowoso.
- c. Menganalisis hubungan antara *self-compassion* dengan kecenderungan menjadi korban *bullying* pada remaja di SMP Negeri 2 Tenggarang Bondowoso

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah yang signifikan bagi perkembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam memperkaya khazanah literatur mengenai teori tumbuh kembang remaja awal (*early adolescence*) pada bidang Keperawatan Anak (*Pediatric Nursing*). Temuan riset ini menyajikan landasan konseptual berbasis bukti (*evidence-based nursing*) mengenai bagaimana dinamika psikologis internal, seperti *self-compassion*, berfungsi sebagai mekanisme koping adaptif yang memengaruhi kerentanan remaja terhadap stresor lingkungan ekstrem berupa tindakan *bullying*.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Perawat

Penelitian ini dapat membantu perawat memahami bahwa tingkat *self-compassion* berperan penting dalam menurunkan risiko anak menjadi korban *bullying*. Dengan demikian, perawat dapat

mengintegrasikan pendekatan peningkatan *self-compassion* dalam intervensi keperawatan

b. Bagi Siswa

Penelitian ini membantu siswa memahami pentingnya memiliki *self-compassion* atau sikap belas kasih terhadap diri sendiri, sehingga mereka dapat menerima kekurangan diri tanpa merasa rendah diri maupun terpuruk saat menghadapi ejekan atau tekanan sosial.

c. Bagi Sekolah

Melalui temuan ini, pihak sekolah dapat merancang program konseling serta pembinaan karakter yang berorientasi pada penguatan *self-compassion* peserta didik. Langkah tersebut diharapkan mampu menciptakan atmosfer belajar yang lebih inklusif, positif dan saling mendukung.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Temuan dalam riset ini diharapkan mampu memberikan kontribusi sebagai dasar bagi studi selanjutnya yang tertarik mengeksplorasi lebih jauh keterkaitan antara *self-compassion* dengan Tingkat kerentanan remaja menjadi korban perundungan, baik pada tingkat sekolah yang berbeda ataupun dalam lingkup budaya yang lebih luas..