

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu fenomena yang menarik perhatian saat ini di dalam lingkungan pendidikan adalah perundungan. perundungan adalah suatu tindakan yang paling ditakuti oleh banyak orang, baik kekerasan secara verbal maupun nonverbal (Sapitri, 2020). Bentuk perundungan yang sering terjadi di dalam lingkungan pendidikan yaitu *bullying*. *Bullying* merupakan masalah kompleks yang semakin sering terjadi di lingkungan sekolah, termasuk di tingkat sekolah dasar. Perilaku ini ditandai dengan tindakan agresif yang berulang-ulang, baik secara fisik, verbal, maupun sosial, yang dilakukan oleh individu atau kelompok terhadap individu lain yang dianggap lebih lemah (Zakiyah et al., 2017). Tindakan *bullying* tidak memandang usia ataupun jenis kelamin korban. Korban *bullying* pada umumnya adalah anak yang lemah, pemalu, pendiam, dan anak *special* serta faktor dari lingkungan keluarga (Dewi, 2020). Korban perundungan (*bullying*) seringkali mengalami dampak psikologis yang serius, seperti kecemasan, depresi, rendah diri, hingga pikiran untuk bunuh diri. Dampak negatif dari *bullying* terhadap peserta didik sangat beragam, mulai dari penurunan prestasi akademik, gangguan psikologis, hingga masalah sosial (Kumalasari, 2023) .

Kasus *bullying* banyak di temukan pada peserta didik sekolah dasar. Sekolah Dasar merupakan jenjang pendidikan paling dasar pada pendidikan di Indonesia yang memiliki peran penting dalam keberlangsungan proses pendidikan selanjutnya. Hal ini sesuai dengan Undang-Undang (UU) Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas) juga mengatur tentang tujuan pendidikan nasional, yaitu untuk

mencerdaskan kehidupan bangsa. Tujuan tersebut diwujudkan dengan mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan bertanggung jawab. Perilaku *bullying* di lingkungan sekolah sangat memprihatinkan bagi pendidik, orangtua, dan masyarakat (Lusiana & Siful Arifin, 2022). Sekolah seharusnya menjadi tempat peserta didik untuk menimba ilmu, mencari pengetahuan, membantu mereka dalam membentuk karakter kepribadian yang positif, baik, dan berakhlak mulia ternyata menjadi tempat kekerasan tindak *bullying* yang bisa merusak kesehatan psikologis hingga masalah sosial dalam diri peserta didik. Setiap pelajar pernah mengalami semua bentuk perundungan (*Bullying*). Ada yang menjadi pelaku, korban atau paling tidak sebagai saksi. Bisa terjadi di sekolah maupun di luar sekolah, di sekolah umum, atau di pesantren. Perilaku *bullying* ini Setiap generasi akan melakukan hal yang sama. (Sulisrudatin, 2014).

Dalam menghadapi situasi *bullying*, peserta didik perlu mengembangkan strategi *coping* yang efektif untuk mengatasi stres dan trauma yang ditimbulkan. Strategi *coping* merupakan upaya yang dilakukan individu untuk mengelola tuntutan lingkungan yang melebihi kemampuannya (Wahab et al., 2017). Strategi *coping* sangat penting untuk dimiliki dalam diri peserta didik untuk melindungi diri dari tindak kekerasan *bullying*. Marganet,dkk., (2018) menyatakan bahwa usaha individu dalam mengurangi atau menghilangkan tegangan dalam kondisi yang penuh stres disebut dengan *coping stress*. Keuntungan dari *coping stress* adalah mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain, mampu untuk menerima diri sendiri dan orang lain, dan mengajarkan untuk berfikir positif (Indrawati, 2020). Tujuan strategi *coping* sendiri adalah untuk mengurangi dampak buruk pada kesehatan mental dan fisik seorang individu. Menurut teori Richard

Lazarus menyebutkan bahwa terdapat dua bentuk *coping*, yaitu berorientasi pada permasalahan (*problem-focused coping*) dan yang berorientasi pada emosi (*emotion-focused coping*). Strategi *coping* dapat dilakukan oleh individu untuk meminimalkan atau mengurangi efek dari stress terhadap tindak kekerasan *bullying*. Strategi *coping* dapat diartikan sebagai suatu tindakan tersembunyi yang dilakukan oleh individu, dengan adanya strategi *coping* peserta didik dapat mengurangi rasa stress karena tindak *bullying* tersebut (Andriyani, 2019).

Selain strategi *coping*, *resiliensi* juga menjadi faktor penting dalam membantu korban perundungan untuk bangkit dan pulih dari pengalaman traumatis. Istilah *resiliensi* dikenalkan pertama kali pada 1950-an oleh Blok dengan nama *ego-resiliency (ER)*, yang diartikan sebagai kemampuan umum yang melibatkan kemampuan penyesuaian diri yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada tekanan internal maupun eksternal (J. Wulandari, 2020). *Resiliensi* adalah kemampuan individu untuk mengatasi kesulitan, bangkit kembali, dan berkembang setelah mengalami peristiwa traumatis (Adaptasi et al., 2019). *American Psychological Association (2020)* menerangkan ada lima strategi utama dalam membangun *resiliensi* peserta didik, yaitu dengan membangun koneksi sosial, menjaga kesehatan, menemukan visi, mengembangkan pikiran positif, dan mencari bantuan jika memang membutuhkannya. Ketahanan diri perlu diperkuat untuk menghadapi berbagai permasalahan di kehidupan kedepannya. Dengan menerapkan strategi *coping* dan *resiliensi* peserta didik dapat mempertahankan diri dari dampak buruk tindak kekerasan (*bullying*) (Fakhriyani, 2021) .

Berdasarkan hasil observasi di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto ditemukan adanya tindak perundungan (*Bullying*) yang terjadi dikalangan peserta didik yang menjadi

perhatian bagi pendidik dan kepala sekolah. Hal ini diperoleh pada saat wawancara pada tanggal 10 Oktober 2024 dengan ibu kepala sekolah dan ibu wali kelas yang mengemukakan bahwa ada 6 peserta didik yang sering menjadi korban *bullying* oleh temannya. Adapun bentuk *bullying* yang sering terjadi pada peserta didik tersebut yaitu *bullying* verbal dan *bullying* fisik. *Bullying* verbal yang dilakukan seperti mengejek, menghina, mengolok-olok, sedangkan *bullying* fisik seperti memukul, mencubit, dan mendorong. *Bullying* terjadi karena sebagai bahan candaan, balas dendam, dan terjadi karena saling membenci. Namun, tindakan yang dilakukan peserta didik dalam menghadapi *bullying* berbeda-beda, tergantung pada kemampuan mereka.

Hasil observasi juga menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik memiliki keistimewaan dalam kemampuan menggunakan strategi *coping* saat menghadapi *bullying*. Dalam situasi tekanan seperti tindakan agresif, peserta didik yang memiliki dukungan keluarga dan lingkungan sekolah cenderung menggunakan strategi *coping* yang adaptif, seperti berbicara kepada guru atau teman dekat serta mengalihkan perhatian dengan fokus pada kegiatan positif seperti belajar atau bermain. Strategi ini membantu mereka mengelola emosi dan tetap berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah. Pendampingan dari guru untuk mendorong komunikasi terbuka dan rasa aman di kelas juga mendukung peserta didik dalam menemukan cara-cara untuk menghadapi tekanan dengan lebih baik. Guru berperan penting dalam mengatasi perilaku *bullying*. Hal ini dikarenakan peserta didik di sekolah lebih dekat dengan guru dan peserta didik lebih terbuka dengan guru (Kartika et al., 2024). Selain itu, ketahanan peserta didik di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto terlihat cukup kuat. Beberapa peserta didik yang mengalami *bullying* tetap menunjukkan sikap optimis dan tidak terlalu terdampak secara akademis.

Peserta didik memiliki kemampuan untuk bangkit kembali dan menampilkan ketahanan emosi yang tinggi, yang berperan penting dalam menjaga kesehatan mental mereka (Sudarta, 2022). Interaksi dengan teman sebaya yang positif dan partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler juga menjadi faktor penting yang membantu peserta didik memperkuat *resiliensi*. Hasil ini menekankan bahwa keistimewaan peserta didik yang dibesarkan dalam mengembangkan strategi *coping* dan *resiliensi* adalah faktor kunci dalam menghadapi *bullying*, sehingga dukungan berkelanjutan dari keluarga dan sekolah sangat penting untuk meningkatkan ketahanan psikologis peserta didik. Berbeda dengan individu yang memiliki *resiliensi* rendah, tidak dapat menilai, mengatasi, dan meningkatkan diri ataupun mengubah dirinya dari keterpurukan atau kesengsaraan dalam hidup (Adaptasi et al., 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mulkismawati, 2021) menemukan bahwa tindakan *bullying* masih banyak terjadi terjadi di sekolah, baik dalam bentuk fisik maupun verbal. Situasi tersebut bisa semakin serius jika mencapai tingkat hinaan, serangan pribadi, dan pencemaran nama baik di depan orang banyak. Perbedaan dengan penelitian ini lebih mengeksplorasi strategi yang dilakukan oleh peserta didik dalam menghadapi *bullying*, sedangkan penelitian sebelumnya meneliti latar belakang dari peserta didik yang menggunakan strategi *coping* dan *resiliensi* dalam menghadapi *bullying*.

Penelitian berjudul “Strategi *Coping* dan *Resiliensi* Peserta Didik dalam Menghadapi *Bullying* di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto” sangat penting, meskipun hanya melibatkan 6 peserta didik kelas VI, hasilnya mampu menggambarkan secara nyata bagaimana peserta didik di jenjang akhir SD mengatasi tekanan emosional dan trauma

akibat *bullying*. Perundungan di sekolah dapat menimbulkan efek psikologis serius seperti kecemasan, depresi, penurunan kepercayaan diri, bahkan berdampak pada prestasi akademik jika tidak segera ditangani. Dengan mengidentifikasi strategi coping yang baik dan berorientasi pada penyelesaian masalah maupun pengelolaan emosi serta tingkat ketangguhan diri (*resiliensi*) peserta didik tersebut, penelitian ini memberikan wawasan penting untuk upaya intervensi sejak dini. Di usia sekitar 11–12 tahun, anak masih mudah dibentuk oleh dukungan dari guru dan keluarga, sehingga intervensi yang ditargetkan dapat sangat efektif. Pemahaman yang diperoleh dari peserta didik ini dapat membantu sekolah merancang kebijakan dan program yang lebih tepat sasaran dalam membangun sekolah yang mendukung, sekaligus mencegah dampak jangka panjang *bullying* terhadap kesehatan mental dan perkembangan mereka di masa depan.

Berdasarkan fakta dan teori yang ada, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana strategi *coping* dan *resiliensi* berpartisipasi dalam membantu peserta didik menghadapi pengalaman *bullying*, serta dampaknya terhadap kesehatan mental dan sosialnya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mendukung ketahanan mental peserta didik, sehingga dapat dijadikan dasar untuk merancang program pencegahan *bullying* di lingkungan sekolah. Dengan demikian, penelitian ini layak diangkat karena memiliki kontribusi penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta didik di tengah peningkatannya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana strategi *coping* yang digunakan peserta didik dalam menghadapi *bullying* di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto?
2. Bagaimana strategi *resiliensi* yang digunakan peserta didik dalam menghadapi *bullying* di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto?
3. Bagaimana dampak strategi *coping* dan *resiliensi* yang digunakan peserta didik dalam menghadapi *bullying* di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto terhadap kesejahteraan sosial?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Menganalisis dan mendeskripsikan bagaimana strategi *coping* yang digunakan peserta didik dalam menghadapi *bullying* di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto?
2. Menganalisis dan mendeskripsikan bagaimana strategi *resiliensi* yang digunakan peserta didik dalam menghadapi *bullying* di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto?
3. Menganalisis dan mendeskripsikan bagaimana dampak strategi *coping* dan *resiliensi* yang digunakan peserta didik dalam menghadapi *bullying* di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto terhadap kesejahteraan sosial.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan referensi ilmiah di bidang pendidikan, khususnya mengenai strategi *coping* dan *resiliensi* pada anak usia sekolah dasar. Temuan penelitian ini diharapkan memperkaya teori terkait bagaimana peserta didik menghadapi tekanan atau perilaku negatif dari lingkungan sekolah, seperti *bullying*, serta bagaimana faktor *resiliensi* membantu mereka dalam mengatasi dan pulih dari pengalaman tersebut.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi sekolah, diharapkan menjadi dasar untuk merancang kebijakan-kebijakan serta program anti *bullying* yang lebih efektif dan menciptakan lingkungan yang lebih suportif bagi perkembangan psikologis dan sosial peserta didik.
- b. Bagi guru dan tenaga pendidik, untuk membantu mengidentifikasi peserta didik yang membutuhkan bantuan dukungan psikologis dan sosial untuk peserta didik yang mengalami *bullying*.
- c. Bagi peserta didik, mampu untuk meningkatkan kesadaran peserta didik akan pentingnya *resiliensi* dalam menjaga kesejahteraan psikologis mereka dalam menghadapi *bullying*.

E. Batasan Penelitian

Batasan penelitian ini hanya dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto, sehingga hasil penelitian ini mungkin tidak dapat digeneralisasikan ke sekolah lain dengan karakteristik berbeda. Penelitian ini terbatas, hanya 6 peserta didik di Sekolah

Dasar Negeri Sidokerto yang sedang menghadapi atau pernah mengalami *bullying*. Peserta didik sekolah lain tidak termasuk dalam penelitian ini. Penelitian ini mengkaji semua bentuk *bullying* yang dialami oleh peserta didik, baik itu *bullying* verbal, fisik, maupun sosial. Namun, *bullying* yang terjadi di luar lingkungan sekolah (misalnya, melalui media sosial) tidak menjadi fokus utama.

F. Istilah Kajian

1. Strategi *Coping*

Dalam konteks penelitian ini, strategi *coping* merujuk pada upaya atau mekanisme yang digunakan oleh peserta didik kelas 6 di SDN Sidokerto dalam menghadapi tekanan atau stres yang timbul akibat *bullying*. Strategi *coping* dapat berupa strategi *problem-focused coping* (berfokus pada penyelesaian masalah) atau *emotion-focused coping* (berfokus pada pengelolaan emosi).

2. Strategi *Resiliensi*

Resiliensi dalam penelitian ini didefinisikan sebagai kemampuan peserta didik kelas 6 di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto untuk pulih dan bertahan dari dampak negatif *bullying*, termasuk kemampuan mereka untuk menjaga kesejahteraan psikologis, sosial, dan emosional setelah mengalami *bullying*.

3. Peserta Didik Sekolah Dasar

Peserta didik kelas 6 yang bersekolah di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto dan berusia antara 11 hingga 12 tahun. Mereka merupakan subjek penelitian yang akan diukur strategi *coping* dan *resiliensinya* dalam menghadapi *bullying* di lingkungan sekolah.

4. *Bullying*

Bullying di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto merupakan salah satu permasalahan yang perlu mendapat perhatian khusus dalam lingkungan pendidikan dasar. *Bullying* atau perundungan, Merujuk pada tindakan agresif yang berulang, baik secara fisik, verbal, maupun sosial, yang dilakukan oleh satu atau lebih peserta didik terhadap peserta didik lainnya. Dalam kajian mengenai *bullying* di SD Negeri Sidokerto, penting untuk melihat faktor penyebab, bentuk-bentuk *bullying* yang terjadi, serta dampak yang ditimbulkan pada perkembangan psikologis siswa. Kajian ini juga menyoroti peran guru, orang tua, dan lingkungan sekolah dalam mencegah serta menanggulangi perundungan untuk menciptakan suasana belajar yang aman, dan nyaman. *Bullying* dalam penelitian ini mencakup segala bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara berulang oleh satu atau lebih peserta didik terhadap peserta didik lainnya, baik secara fisik, verbal, maupun psikologis, yang menyebabkan korban merasa terancam, terhina, atau tersakiti. Di Sekolah Dasar Negeri Sidokerto ada beberapa peserta didik yang mampu menghadapi tindak perundungan (*bullying*) dengan baik.