



## HUBUNGAN PENGALAMAN **BULLYING** DENGAN KEMAMPUAN ADAPTASI PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN BULLYING EXPERIENCES AND SELF-ACCEPTANCE ADAPTATION ABILITY IN ADOLESCENTS**

Lilik Setiawan<sup>1\*</sup>, Eko Arik Susmiatin<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> STIKes Karya Husada Kediri

e-mail : [Liliks1975@gmail.com](mailto:Liliks1975@gmail.com)

#### **ABSTRAK**

Kejadian *bullying* merupakan tindakan yang tidak diinginkan yang terjadi pada remaja karena adanya ketidakseimbangan kekuatan, dan *bullying* ini berpotensi terjadi berulang kali dan sewaktu-waktu. Pengalaman *bullying* yang dialami oleh korban secara langsung akan berdampak pada perkembangan dan pertumbuhannya sebagai remaja, terutama dalam kemampuan beradaptasi sekaligus kemampuan bersosialisasi. Faktor yang memperberat *bullying* yaitu kurang rasa percaya diri, kurang rasa penerimaan diri, dan komunikasi yang kurang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengalaman *bullying* dengan kemampuan adaptasi penerimaan diri. Desain yang digunakan dalam penelitian ini yakni korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi seluruh siswa korban *bullying* di SMK Taruna Bakti sebanyak 35 responden. Sampel dalam penelitian adalah 35 siswa diperoleh dari teknik *total sampling*. Data variabel pengalaman *bullying* diukur menggunakan kuesioner *The Olweus Bully* dan data variabel kemampuan adaptasi penerimaan diri diukur menggunakan kuesioner *Berger's Self Acceptance Scale*, dan analisa data dengan uji statistik *Spearman rank*. Hasil penelitian menyatakan sebagian besar responden 26 siswa (74,3%) mengalami *bullying* ringan dengan kriteria penerimaan yang baik. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan pengalaman *bullying* dengan kemampuan adaptasi penerimaan diri ( $p$ -value  $0,00 < 0,05$ ). Penerimaan diri yang baik pada individu, membuatnya mampu mengembangkan diri, mampu untuk berinteraksi dengan orang lain, dan menjalin hubungan yang akrab dengan orang lain tanpa merasa terganggu atas kelemahan yang dimiliki, karena individu yang memiliki penerimaan diri yang tinggi menyadari dan menerima segala bentuk kekurangan maupun kelebihan yang ada di dalam dirinya dan menyadari bahwa hal tersebut juga dimiliki oleh individu lain.

Kata Kunci : Pengalaman *Bullying*, Kemampuan Adaptasi Penerimaan Diri, Remaja

#### **ABSTRACT**

*Incident bullying is an unwanted action that occurs in adolescents due to an imbalance of power, and bullying this has the potential to happen repeatedly and at any time. Experience bullying what the victim experiences directly will have an impact on their development and growth as a teenager, especially in terms of adaptability and social skills. Aggravating factors bullying namely lack of self- confidence, lack of self- acceptance, and lack of communication. This research aims to determine the relationship between experience bullying with the ability to adapt to self-acceptance. The design used in this research is correlation with the approach cross-sectional. The population of all students victims of bullying at Taruna Bakti Vocational School was 35 respondents. The sample in the research was 35 students obtained from engineering*

#### **Article History:**

Received: August 25, 2025; Revised: October 23, 2025; Accepted: October 25



*Total Sampling. Experience variable data bullying measured using a questionnaire The Olweus Bully and data on the variable ability to adapt to self-acceptance were measured using a questionnaire Berger's Self Acceptance Scale, and data analysis with statistical tests Spearman rank. The research results stated that the majority of respondents 26 students (74.3%) experienced bullying lightweight with good acceptance criteria. The results of the analysis show that there is a relationship of experience bullying with the ability to adapt to self-acceptance (p-value 0.00<0.05). Good self-acceptance in individuals makes them able to develop themselves, able to interact with other people, and establish close relationships with other people without feeling disturbed by their weaknesses, because individuals who have high self-acceptance are aware of and accept all forms of shortcomings and weaknesses. the advantages that exist within him and realizing that other individuals also have these.*

*Keywords: ExperienceBullying, Self-Acceptance Adaptability, Adolescents*

## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa atau transisi dari anak-anak menuju dewasa, masa ini dimulai dari usia 12 tahun sampai 18 hingga 21 tahun. Masa remaja ditandai dengan adanya beberapa perubahan seperti fisik, emosi, dan juga psikis (Agisyaputri et al, 2023). Fase remaja merupakan fase yang mencerminkan individu yang masih berpikir konkret, kondisi ini disebabkan karena proses pendewasaan pada diri remaja, oleh karena itu sangat diperlukan pengawasan yang lebih ketat untuk menghindari terjadinya kesenjangan pada remaja tersebut. Menurut Ramadani (2023) perilaku menyimpang remaja dapat terjadi karena kesalahan dalam bersosialisasi dan beradaptasi, kemungkinan yang dapat terjadi diantaranya terganggunya psikologis remaja psikosis, perilaku anti sosial, berbohong, sampai pada *bullying*. Kejadian *bullying* merupakan tindakan yang tidak diinginkan yang terjadi pada remaja karena adanya ketidakseimbangan kekuatan, dan *bullying* ini berpotensi terjadi berulang kali dan sewaktu-waktu.

Tindakan *bullying* ini berupa ancaman, menyerang secara fisik maupun verbal, bahkan mengasingkan seseorang dari kelompok (*National Centre Against Bullying*, 2019). Pengalaman *bullying* yang di alami oleh korban secara langsung akan berdampak pada perkembangandan pertumbuhannya sebagai remaja, terutama dalam kemampuan beradaptasi sekaligus kemampuan bersosialisasi. Remaja sebagai korban akan merasa tidak aman dan tidak nyaman dengan lingkungannya dan dirinya sendiri. Apabila remaja dengan pengalaman *bullying* tidak diberikan pendampingan khusus dan berkala maka dapat berdampak pada keadaan individu baik internal maupun eksternal remaja, baik konsep diri, harga diri, sampai pada kurangnya penerimaan diri remaja karena pengalaman *bullying* yang dialaminya (Ibrahim, Idi Subandi dan Hanif Suranto, 2018).

Data WHO tahun 2019 menyatakan setengah dari remaja di dunia mengalami kekerasan di sekolah. Sebanyak 150 juta remaja di dunia pernah mengalami kekerasan berupa perkelahian fisik serta perundungan atau *bullying* dari teman sebaya di sekolah. Prevalensi perilaku *bullying* pada remaja di seluruh dunia diperkirakan 8 hingga 50% di berbagai negara Asia, Amerika, Eropa (Soedjatmiko dkk, 2019). Di Indonesia 8 dari 10 anak mengalami *bullying* dan kasus *bullying* menempati urutan atau posisi keempat dalam kasus kekerasan remaja. Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), sejak tahun 2020-2023 ditemukan sekitar 253 kasus *bullying*, terdiri dari 122 remaja yang menjadi korban dan 131 remaja menjadi pelaku (KPAI, 2023). Diketahui bentuk *bullying* yang sering terjadi di Indonesia 10-60% bentuk *bullying* yang diterima berupa cemooh,

### Article History:

Received: August 25, 2025; Revised: October 23, 2025; Accepted: October 25



pengucilan, kekerasan fisik, dan ejekan (Amalia, 2021). Menurut laporan dari Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Jatim (2020) menyatakan bahwa terdapat 90 kasus *bullying* di Jawa Timur, kasus ini tersebar di daerah Surabaya, Gresik, Tulungagung, Lumajang, Malang, Blitar dan Kediri. Di Nganjuk diketahui jumlah kasus yang teridentifikasi selama 2019 terdapat 6 kasus *bullying* berat (Liputan 6, 30 Desember 2019). Dalam penilitian Permata dan Nasution (2021) menunjukkan bahwa bentuk tindakan *bullying* yang sering terjadi adalah *bullying* verbal sebanyak 23,6%, *bullying* fisik 29%.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 8 Maret 2023 di SMK Taruna Bakti Kertosono, dari 5 remaja yang diwawancara dan pernah mengalami *bullying* mereka mengatakan bahwa 40% atau 2 orang diantaranya merasa dikucilkan sehingga tidak percaya diri karena takut kembali lagi mengalami *bullying* dan 60% atau 3 orang diantaranya menyatakan bahwa mereka merasa malu karena pernah menjadi bahan *bullying*, sulit tidur, merasa tidak diterima oleh teman sekelas. Hal tersebut dapat terjadi karena kurangnya konsep diri pada remaja, sehingga pada usianya yang mana termasuk dalam usia pertumbuhan dan perkembangan mereka akan dengan mudah merasakan perubahan pada emosional dan psikologisnya ketika tidak diimbangi dengan penguatan konsep diri serta dukungan dari keluarga.

Beberapa pengalaman yang tidak menyenangkan sebagai korban *bullying* mengharuskan remaja untuk menyesuaikan diri dengan pengalaman buruk tersebut, sehingga hal tersebut justru berdampak terhadap kemampuan adaptasi korban terutama penerimaan dirinya (Pramoko, 2019). Penerimaan diri merupakan hal penting untuk pertumbuhan dan perkembangan remaja, ketika remaja tidak memiliki penerimaan diri maka dapat berpengaruh terhadap perkembangan dirinya khususnya hubungan interpersonal dengan orang lain. Menurut Febriana & Rahmasari (2021), terdapat beberapa dampak yang dimiliki oleh individu yang memiliki penerimaan diri yang buruk diantaranya kurangnya *self regard* dalam diri, hubungan interpersonal yang buruk, *introvert*, minder, memandang dirinya negatif, memiliki penyesuaikan yang buruk, dan kurang percaya diri. Selain itu, pengalaman *bullying* juga dapat mempengaruhi harga diri remaja, dimana apabila terganggu maka akan banyak menimbulkan perilaku menarik diri dari lingkungan sosial dan berlanjut stress yang dapat berkembang menjadi depresi bahkan bunuh diri (Rizqi, 2019). Hal tersebut didukung dengan penelitian Hasson et.al (2019) dalam *Journal of International Research* menyatakan bahwa perilaku *bullying* memiliki efek merugikan bagi korbannya yaitu terjadinya gangguan kesehatan fisik, pesimis terhadap masa depan, stress bahkan depresi serta kesulitan untuk membina hubungan sosial dengan sekitar. Remaja korban *bullying* dapat mengalami penerimaan diri rendah atau buruk yang mana hal tersebut sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental individu (Huang et al, 2020).

Efek dari pengalaman *bullying* bila tidak segera teratasi maka dapat menyebabkan masalah yang menjadi lebih serius, sehingga upaya yang dilakukan harusnya bukan hanya mengurangi prevalensinya saja namun juga dapat ditekankan pula pada pendidikan tentang *bullying* serta mengembangkan riset untuk mengidentifikasi prediktor dari *bullying* (Tsitsika et al, 2014). Selain itu pemerintah Indonesia juga telah menerbitkan Peraturan Presiden (PerPres) tentang pencegahan dan penanggulangan *bullying* dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No 82 tahun 2015 yang komponennya ada 3 yang terdiri atas komponen pada hal penanggulangan, sanksi, dan pencegahan (CNN Indonesia, 2016).

Selain upaya yang dilakukan pemerintah, peran orang tua dalam pola pengasuhan juga harus ditingkatkan, orang tua dapat membangun rasa percaya diri anak serta lebih berani untuk mengutarakan pendapat, menumbuhkan sifat kepedulian terhadap sekitar dan mengajarkan etika untuk saling menghargai (Kemenppa, 2016). Peran dan dukungan orang tua merupakan faktor yang sangat penting untuk membangun karakter

**Article History:**

Received: August 25, 2025; Revised: October 23, 2025; Accepted: October 25



anak, sehingga selain merasa dilindungi anak juga dapat mempertahankan diri ketika mendapat ancaman dengan sikap yang di ajarkan oleh orang tua.

Tenaga kesehatan juga dapat berperan dalam upaya promotif dan preventif dalam mengatasi kasus kekerasan dan trauma. Peran perawat dalam hal ini ialah melakukan tindak promotif dalam bentuk konseling dan deteksi dini terhadap remaja yang memiliki pengalaman sebagai korban *bullying* dan dampaknya, selain itu perawat juga dapat memberikan terapi psikoedukasi remaja untuk mencegah kasus peningkatan *bullying* dengan melakukan adaptasi atau penyesuaian diri dengan lingkungan (Stuart, 2013). Selain memberikan terapi psikoedukasi, adaptasi atau penyesuaian terhadap lingkungan dapat menjadi salah satu cara agar korban bisa bangkit kembali dari kejadian *bullying*. Dengan melakukan adaptasi dan penyesuaian diharapkan remaja dapat lebih mengenal lingkungan dengan berbagai karakter dan sifat yang dimiliki oleh masing-masing remaja, sehingga ketika mendapat tekanan atau ancaman, remaja dapat melakukan pertahanan diri dengan baik dan tidak hanya diam menerima perlakuan *bullying* yang diberikan oleh individu lain. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Doko (2022) bahwa cara efektif yang dapat dilakukan remaja adalah dengan melakukan interaksi atau saling berkomunikasi dengan lingkungan sekitar, hal tersebut dikarenakan individu yang tertutup atau jarang berinteraksi dengan orang lain biasanya yang dapat dijadikan korban *bullying*.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian korelasi dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi persetujuan setelah diberikan *informed consent*; 2) Siswa yang berusia 15-17 tahun; 3) Siswa yang ada ditempat saat penelitian. Kriteria eksklusi: 1) Siswa yang mengundurkan diri ditengah penelitian; 2) Siswa yang mengalami sakit/memiliki riwayat penyakit. Variabel pada penelitian ini yaitu pengalaman *bullying* sebagai variabel independen dan kemampuan adaptasi penerimaan diri sebagai variabel dependen. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner olweus Bully/victim questionnaire 16 soal dan Berger's self acceptance questionnaire 17 soal. Uji statistik yang digunakan yaitu Uji *Spearman Rank*. Jika berdasarkan hasil uji didapatkan nilai  $p < 0,05$  maka terdapat hubungan pengalaman *bullying* dengan kemampuan adaptasi penerimaan diri. Surat Keterangan Etik No: 0220/EC/LPPM/STIKES/VII/2023.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SMK Taruna Bakti Kertosono

### Article History:

Received: August 25, 2025; Revised: October 23, 2025; Accepted: October 25



Tabel 1. Distribusi Frekuensi karakteristik responden

No	Karakteristik Responden	F	%
1.	<b>Usia</b>		
	Usia 15-16 tahun	31	88,6
	Usia 17 tahun	4	11,4
	<b>Total</b>	35	100,0
2.	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-Laki	15	42,9
	Perempuan	20	57,1
	<b>Total</b>	35	100,0
3.	<b>Hobi</b>		
	Olahraga (Sepak bola, basket, badminton, tenis meja)	24	68,6
	Membaca	11	31,4
	<b>Total</b>	35	100,0
4.	<b>Pekerjaan Orang Tua</b>		
	Petani	2	5,7
	Pedagang	27	77,2
	PNS	6	17,1
	<b>Total</b>	35	100,0
5.	<b>Pendidikan Orang Tua</b>		
	SMP	28	80,0
	SMA	6	17,1
	PT		
	<b>Total</b>	35	100,0
6.	<b>Jumlah Saudara</b>		
	Anak Tunggal	11	31,4
	2 (dua) atau lebih	24	68,6
	<b>Total</b>	35	100,0
7.	<b>Tinggal Dengan</b>		
	Orang Tua	25	71,4
	Kakek Nenek	3	8,6
	Kos/Asrama/Pondok	7	20,0
	<b>Total</b>	35	100,0
8.	<b>Keikutsertaan Dalam Organisasi</b>		
	Karang Taruna	3	8,6
	Osis	19	54,3
	Ekstrakurikuler	9	25,7
	Tidak mengikuti sama sekali		
	<b>Total</b>	35	100,0
9.	<b>Media InfoBullying</b>		
	Medsos	22	62,9
	Berita televisi/radio	7	20,0
	Belum pernah mendapatkan info	6	17,1
	<i>bullying</i>		
	<b>Total</b>	35	100,0

Berdasarkan hasil penelitian dari karakteristik responden dapat diketahui bahwa usia siswa dalam penelitian ini sebagian besar (88,6%) berusia 15-16 tahun. Jenis kelamin didapatkan sebagian besar (57,1%) adalah perempuan, pada karakteristik hobi sebagian besar (68,6%) adalah memiliki hobi olahraga, distribusi karakteristik pekerjaan orang tua siswa sebagian besar (57,2%) adalah wiraswasta, sedangkan distribusi karakteristik pendidikan orang tua siswa sebagian besar (80,0%) adalah antara SMA. Pada karakteristik jumlah saudara sebagian besar (68,6%) dengan jumlah saudara adalah 2 atau lebih dan pada karakteristik tempat tinggal hampir seluruh responden (71,4%) bertempat tinggal dengan orang tua. Pada karakteristik keikutsertaan organisasi sebagian besar mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, dan pada karakteristik informasi sebagian besar (62,9%) mendapatkan info mengenai *bullying* melalui media sosial.

**Article History:**

Received: August 25, 2025; Revised: October 23, 2025; Accepted: October 25



Tabel 2. Pengalaman Bullying

Pengalaman Bullying	F	%
Ringan	29	82,9
Sedang	6	17,1
Berat	0	0,0
Total	35	100,0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat pengalaman *bullying* pada siswa SMK Taruna Bakti Kertosono hampir seluruh (82,9%) mengalami tingkat pengalaman *bullying* dengan kriteria ringan, sebagian kecil (17,1%) mengalami pengalaman *bullying* dengan kriteria sedang.

Tabel 3. Kemampuan Adaptasi Penerimaan Diri Pada Remaja Usia 15-17 Tahun Di SMK Taruna Bakti Kertosono Juli 2023

Kemampuan Adaptasi Penerimaan Diri	F	%
Kurang	6	17,1
Cukup	3	8,6
Baik	26	74,3
Total	35	100,0%

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa penerimaan diri pada remaja siswa SMK Taruna Bakti hampir seluruh (74,3%) masuk dalam kriteria penerimaan diri baik, sebagian kecil (17,1%) masuk dalam kriteria penerimaan diri kurang, dan (8,6%) masuk dalam kriteria penerimaan diri cukup.

Tabel 4. Hubungan Pengalaman Bullying Dengan Kemampuan Adaptasi Penerimaan Diri Pada Remaja Usia 15-17 Tahun di SMK Taruna Bakti Kertosono

Pengalaman Bullying	Penerimaan Diri							
	Kurang		Cukup		Baik		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Ringan	0	0,0	3	8,6	26	74,3	29	82,9
Sedang	6	17,1	0	0,0	0	0,0	6	17,1
Berat	0	0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Total	6	17,1	3	8,6	26	74,3	35	100,0

Uji Spearmen's Rank Nilai p-value = 0,000 <  $\alpha$  0,05 r = -0,854

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden (74,3%) mengalami *bullying* ringan dengan kriteria penerimaan diri yang baik. Berdasarkan analisis data menggunakan uji Spearmen's Rank diperoleh nilai *P Value*  $0,000 < 0,05$  yang artinya terdapat hubungan antara hubungan pengalaman *bullying* dengan kemampuan adaptasi penerimaan diri pada remaja usia 15-17 tahun di SMK Taruna Bakti Kertosono. Nilai korelasi  $-0,854$  artinya kekuatan hubungan termasuk

**Article History:**

Received: August 25, 2025; Revised: October 23, 2025; Accepted: October 25



dalam kategori sangat kuat, dimana semakin ringan pengalaman *bullying* maka semakin baik kemampuan adaptasi penerimaan diri.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil hampir seluruh responden (82,9%) memiliki tingkat pengalaman *bullying* dengan kriteria ringan, sebagian kecil (17,1%) yaitu 6 responden mengalami pengalaman *bullying* dengan kriteria sedang. Teori Wiyani (2013) menyatakan bahwa pengalaman *bullying* merupakan peristiwa atau kejadian perilaku kekerasan yang dialami seseorang atau sekelompok orang dan berulang kali dirasakan. Pengalaman *bullying* memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu dari faktor internal dan eksternal. Pada faktor internal yaitu datang dari keluarga, yang mana seharusnya keluarga menjadi tempat perlindungan namun dalam kejadian *bullying* keluarga justru memberikan perundungan. Pada kondisi ini tidak sedikit keluarga yang melakukan upaya tindakan *bullying* tanpa keluarga sadari misalnya menjelekkan anak di depan orang lain (Iffah Rosyiana, 2021), sedangkan faktor eksternal adalah faktor teman sebaya dan media sosial, sebagian besar waktu yang dimiliki remaja adalah bersosialisasi dengan teman sebaya baik ketika di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah, intensitas sosialisasi yang berlebihan pada remaja juga dapat menimbulkan terjadinya *bullying*.

Remaja dalam penelitian ini didapatkan hampir seluruh responden (82,9%) mengalami *bullying* dengan kriteria ringan dan tergolong dalam kategori *bullying* verbal dan mental. Termasuk dalam kriteria ringan karena ada social control yang bagus dari responden seperti mencegah, mengurangi, mengatasi tindakan *bullying* tersebut, nilai-nilai dari keluarga yang mereka dapatkan di rumah membantu mereka dalam mengatasi, mengurangi dan membatasi perilaku *bullying* yang mereka dapat, kesadaran lingkungan yang tinggi tentang perilaku *bullying* dapat membantu mereka dalam menghindari perilaku *bullying* dan ada juga yang menganggap bahwa *bullying* itu hal yang biasa dalam lingkungan sekitar serta terkadang responden juga menganggap ejekan dan *bully-an* adalah suatu hal yang bersifat bercanda, tidak menganggapnya serius dan tidak dimasukkan kedalam hati.

Berdasarkan penelitian yang dikemukakan Yunita (2019) menyatakan bahwa pengalaman *bullying* hingga saat ini menjadi perbincangan serius, dimana *bullying* yang dilakukan secara berulang dan bertujuan membuat seorang merasa tidak nyaman, sehingga hal ini diperlukan pemahaman moral yang ditekankan mengapa tindakan *bully* itu dilakukan dan bagaimana seseorang berfikir sampai pada keputusan yang dilakukan adalah sesuatu yang baik atau justru sebaliknya. Resiliensi sebagai salah satu kekuatan dasar dan menjadi pondasi untuk membangun kekuatan emosional dan psikologis individu sehingga terbentuklah karakter-karakter positif.

Dampak negatif *bullying* dapat diminimalisir, jika individu sebagai siswa korban *bullying* dapat menghadapi masalah-masalah yang dialaminya tersebut dengan menjadi individu yang resilien, sehingga siswa korban *bullying* tersebut mampu bangkit kembali dari keterpurukan dan mampu mengambil hikmah dari permasalahan yang dialaminya. Dari hasil penelitian didapatkan distribusi silang antar usia dengan pengalaman *bullying* menunjukkan bahwa hampir seluruh (88,6%) dari total responden berusia 15-16 tahun. Remaja usia 15-16 tahun dikategorikan sebagai remaja pertengahan. Pada masa ini remaja mulai mencari identitas diri, mengembangkan tingkah laku serta belajar mengendalikan dorongan dan membuat keputusan yang berkaitan dengan sekolah dan pekerjaan yang akan menjadi cita-citanya termasuk masih juga memerlukan teman sebaya. Hal ini selaras dengan pendapat Bulu (2019) yang menyatakan bahwa faktor

### Article History:

Received: August 25, 2025; Revised: October 23, 2025; Accepted: October 25



dari perilaku *bullying* disebabkan oleh adanya pengaruh teman sebaya yang menimbulkan pengaruh negatif melalui cara menyebarkan ide bahwa *bullying* bukan suatu masalah besar melainkan hal yang wajar untuk dilakukan.

Pada masanya, anak juga memiliki kemauan untuk tidak bergantung pada keluarga dan suka mencari dukungan. Jadi *bullying* terjadi karena ada pengaruh teman. Beberapa faktor penyebab seseorang melakukan tindakan *bullying* yaitu karena faktor teman sebaya atau lingkungan sosial. Faktor Konformitas / pengaruh teman sebaya secara sosial dikenal sebagai fase pertama untuk berkelompok sehingga memiliki banyak teman dan dikenal dengan gang age, jadi konformitas teman sebaya atau peer lebih mempunyai pengaruh terhadap perilaku. Menurut pendapat peneliti, faktor usia memiliki korelasi terhadap pengalaman *bullying* pada remaja. Hal ini disebabkan karena pada masa remaja individu sedang mencari jati diri dimana lingkungan memiliki pengaruh yang besar. Apabila individu tidak memiliki lingkungan pertemanan yang baik maka akan berpengaruh pada pencarian jati diri yang tidak baik.

Kondisi ini juga di pengaruhi oleh jenis kelamin dimana didapatkan dari hasil penelitian bahwa sebagian besar responden (57,1%) berjenis kelamin perempuan. Perbedaan jenis kelamin juga diketahui sebagai salah satu faktor resiko yang mendorong perilaku *bullying* (National Crime Prevention Center Canada, 2008). Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa anak laki-laki lebih banyak menerima perlakuan *bullying* karena anak laki-laki memiliki kecenderungan berperilaku agresif secara fisik, selain itu anak laki-laki lebih menunjukkan sikap penerimaan terhadap perilaku *bullying* serta lebih sering terlibat dalam tindakan *bullying* (AASA, 2009).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ediana (2013) mengenai analisis faktor yang mempengaruhi perilaku *bullying* didapatkan hasil bahwa terbukti perilaku *bullying* banyak terjadi pada laki- laki daripada perempuan dengan rata- rata melakukan *bullying* 17,29 lebih besar dari perempuan 16,04. Hasil penelitian ini memiliki kesesuaian dengan penelitian dari Nansel et al., 2001 (dalam Rohman, 2016), yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan perilaku *bullying* yang ditunjukkan oleh siswa laki- laki dan siswa perempuan sekolah dasar, ia juga melaporkan bahwa anak laki-laki lebih sering menjadi korban jika dibandingkan dengan anak perempuan. Weir, 2001 (dalam Rohman, 2016), pada penelitiannya juga mengungkapkan bahwa, "*The prevalence of bullying appears to peak at ages 10 to 12 (although there is little known about the prevalence of bullying among children too young to complete surveys. In general, boys are more likely than girls to be victims or perpetrators, or both*".

Susan (2013) dalam penelitiannya tentang *bullying* di United States melaporkan bahwa terdapat hubungan pada kejadian *bullying* pada kedua jenis kelamin. Jenis kelamin laki-laki menduduki level yang lebih tinggi terhadap perlakuan tindakan *bullying* kepada siswa lain sebanyak 6% dibanding jenis kelamin perempuan yang hanya 4-5%. Penelitian Fika (2012) tentang hubungan antara karakteristik anak usia sekolah dasar dengan kejadian *bullying* juga menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan kejadian *bullying* dengan hasil analisa menunjukkan anak laki-laki 5 kali lebih berpeluang mengalami kejadian *bullying* dibandingkan anak perempuan (nilai  $p = 0,011 < 0,05$ ).

Pada penelitian ini juga didapatkan hasil distribusi silang antara pekerjaan orang tua sebagian besar (57,2%) responden orang tuanya memiliki pekerjaan wiraswasta. hal ini dikarenakan status sosial mempengaruhi bagaimana nantinya dalam mencari solusi dan berdiskusi dalam pemecahan suatu masalah dalam keluarga. Hal ini sejalan dengan penelitian Yunita dkk (2019) yang mana dapat dikatakan usia remaja, status sosial sering dipandang sebagai bahan empuk untuk melakukan *bullying* dan menimbulkan kejadian *bullying*. Dimana remaja akan mencari strata yang sama,

**Article History:**

Received: August 25, 2025; Revised: October 23, 2025; Accepted: October 25



sehingga apabila orang lain yang memiliki strata di bawah dari kelompok mereka akan dipandang sebagai orang tidak mampu. Hal ini dikarenakan status di dalam satu kelompok adalah salah satu gambaran diri yang penting.

Menurut pendapat peneliti selain hal yang telah dipaparkan diatas, pekerjaan orang tua memiliki korelasi terhadap pengalaman *bullying*. Hal ini didukung oleh pernyataan responden yang mengatakan orang tua sibuk bekerja seharian dan intensitas pertemuan yang sedikit membuat mereka jarang berkomunikasi dengan orang tuanya. Selain itu juga, kurangnya pengawasan dari orang tua merupakan salah satu faktor yang sering berkaitan dengan kenakalan remaja seperti *bullying*. Tindakan yang diterapkan orang tua dirumah seperti membiarkan anak berperilaku semaunya dirumah, memperbolehkan anak melakukan kegiatan diluar rumah, membebaskan anak bergaul dengan siapa saja, mengizinkan anak membeli barang apapun yang ia suka dan sering tidak peduli dengan permasalahan anaknya. Hasil penelitian ini juga mendukung teori yang menyebutkan bahwa salah satu faktor penyebab timbulnya perilaku *bullying* adalah kurangnya kehangatan yang diberikan oleh orang tua. Identifikasi Pengalaman *Bullying* Pada Remaja Usia 15-17 Tahun di SMK Taruna Bakti Kertosono.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa penerimaan diri pada remaja siswa SMK Taruna Bakti hampir seluruh responden (74,3%) masuk dalam kriteria penerimaan diri baik. Teori Rollo May menjelaskan bahwa penerimaan diri adalah bentuk individu untuk dapat menerima dirinya apa adanya atau bagaimana ia ingin menjadi sesuatu, memungkinkan individu bebas dari ketergantungan sosial. May dan Maslow mengatakan bahwa hubungan interpersonal memiliki hubungan yang signifikan dengan penerimaan diri (Bernard, 2013). Neff dan Germer (2018) pun menjelaskan bahwa penerimaan diri artinya individu dapat menerima segala hal yang terjadi dalam hidup meskipun kita tidak menyukainya dan mengerti bahwa tidak segala hal sesuai dengan keinginan. Penerimaan diri tentu sangat penting bagi setiap individu. Apabila individu tidak memiliki penerimaan diri yang baik maka akan berpengaruh pada perkembangan dirinya dan hubungan interpersonal dengan orang lain.

Hurlock (dalam Zahro, 2015) mengungkapkan beberapa dampak yang muncul apabila individu memiliki penerimaan diri yang baik diantaranya yaitu, memiliki self-regard yang stabil, mampu mengenali kelebihan dan kekurangan diri, memiliki kepribadian yang sehat, mudah menerima orang lain, mudah menjalin hubungan interpersonal dengan harmonis, dan memiliki penyesuaian diri yang baik. Penerimaan diri juga berpengaruh erat dengan hubungan interpersonal, apabila individu memiliki penerimaan diri yang baik maka ia juga memiliki hubungan interpersonal yang baik (Bernard, 2013). Tidak hanya itu penerimaan diri pun memiliki pengaruh pada kesehatan mental individu. Individu dengan penerimaan diri yang baik, juga akan memiliki kesehatan mental yang baik (Huang et al., 2020). Maka menjadi penting untuk korban *bullying* memiliki penerimaan diri yang baik.

Penerimaan diri atau *self acceptance* dapat dipengaruhi oleh banyak faktor. Menurut asumsi peneliti salah satu faktor yang dapat mempengaruhi individu memiliki penerimaan diri yang baik yaitu usia. Dalam penelitian ini responden memiliki usia 15-16 tahun dimana pada usia ini remaja sudah memiliki pemahaman diri yang baik serta memiliki konsep diri yang stabil. Hal ini juga didukung dari hasil pembagian kuesioner *self acceptance*, didapatkan hasil bahwa yang tertinggi diantara aspek-aspek *self acceptance* yaitu aspek keyakinan pada kemampuan untuk menghadapi hidup (24,9%). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian pada item pernyataan yang menunjukkan bahwa individu memiliki keyakinan yang kuat pada dirinya sendiri, tidak berfikir minder. Sedangkan aspek yang paling rendah diantara aspek-aspek *self acceptance* yaitu aspek rasa menerima kritik yang objektif (17,0%) di mana individu belum mampu

**Article History:**

Received: August 25, 2025; Revised: October 23, 2025; Accepted: October 25



menerima kritik dan masukan pada dirinya tanpa berfikir bahwa itu menghina atau bermaksud menyakiti hati individu.

Menurut (Nurista and Pratisti 2021) menyebutkan seseorang yang dapat menilai dirinya secara positif akan menerima dan menyukai kondisinya sendiri, dan mampu melakukan interaksi sosial dengan baik pada orang-orang disekitarnya, seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang kurang akan mengakibatkan penerimaan diri yang rendah. Individu yang memiliki *self- acceptance* memandang kelemahan atau kekurangan diri sebagai hal yang wajar dan dimiliki setiap individu, karena individu yang memiliki *self-acceptance* akan bisa berpikir positif tentang dirinya bahwa setiap individu memiliki kelemahan atau kekurangan dan hal tersebut tidak akan menjadi penghambat individu untuk mengaktualisasikan diri (Heriyadi 2013).

Penerimaan diri yang baik pada individu, membuatnya mampu mengembangkan diri, mampu untuk berinteraksi dengan orang lain, dan menjalin hubungan yang akrab dengan orang lain tanpa merasa terganggu atas kelemahan yang dimiliki, karena Individu yang memiliki penerimaan diri yang tinggi menyadari dan menerima segala bentuk kekurangan maupun kelebihan yang ada di dalam dirinya dan menyadari bahwa hal tersebut juga dimiliki oleh individu lain. Penerimaan diri dan dukungan sosial yang tinggi dari lingkungan memengaruhi dirinya dalam mengembangkan konsep diri, karena gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh dari interaksi dengan lingkungan.

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden (74,3%) mengalami bullying ringan dengan kriteria penerimaan diri yang baik. Berdasarkan analisis data menggunakan uji Spearman's Rank diperoleh nilai P Value  $0,001 < 0,05$  yang artinya terdapat hubungan antara hubungan pengalaman bullying dengan kemampuan adaptasi penerimaan diri pada remaja usia 15-17 tahun di SMK Taruna Bakti Kertosono. Nilai korelasi  $-0,854$  artinya kekuatan hubungan termasuk dalam kategori sangat kuat, dimana semakin ringan pengalaman bullying maka semakin baik kemampuan adaptasi penerimaan diri. Pada hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman bullying berhubungan dengan kemampuan adaptasi penerimaan diri siswa, Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pangestu, 2022) dengan judul hubungan bullying dengan penerimaan diri pasa siswa, menunjukkan bahwa hasil uji statistik dengan menggunakan uji Spearman Rank di peroleh nilai  $p= (0,000)$  maka lebih kecil dari  $\alpha=0,05$  yang artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima hal ini bisa di katakan ada hubungan yang signifikan antara Hubungan Bullying Dengan penerimaan Diri Pada Siswa. Sedangkan untuk nilai korelasi koefisien diperoleh  $-,673$  yang berarti memiliki arah negatif artinya semakin tinggi bullying maka semakin rendah penerimaan diri. Kondisi tersebut karena tingkat pengalaman bullying itu berdampak langsung pada tekanan, beban yang dihadapi, rasa malu dan semua hal negative individu akan menyebabkan individu berfikir negative pula pada diri mereka. Kondisi itu sangat jelas akan menjadi tekanan berat karena merasa dirinya kurang, tidak berharga dan selalu negative di hadapan temannya dan lingkungan, Korban bullying merupakan individu yang dirugikan atas perlakuan yang tidak seharusnya mereka terima. Bullying verbal menjadi salah satu jenis bullying yang sering diterima oleh korban. Tidak hanya bullying verbal, subjek juga menjadi korban bullying non-verbal, bullying fisik, bullying sosial, dan cyberbullying.

Pada umumnya korban bullying tidak hanya mendapatkan satu jenis perlakuan bullying, namun juga jenis bullying yang lain secara bersamaan (Cho et al., 2019). Dampak psikologis dan sosial. Pada dampak psikologis, subjek merasa sedih, marah, takut, dan bingung. Hal ini sejalan dengan penelitian Hana dan Suwarti (2020). Penelitian ini juga

**Article History:**

Received: August 25, 2025; Revised: October 23, 2025; Accepted: October 25



menemukan subjek yang menyakiti dirinya sendiri serta terdapat keinginan untuk bunuh diri. Kecenderungan untuk menyakiti diri sendiri dan keinginan bunuh diri ini dapat muncul pada korban bullying (Chu et al., 2019) disertai dampak psikologis lainnya seperti stres dan cemas. Meskipun suicidal behaviors atau perilaku bunuh diri adalah tindakan yang berbahaya, namun tindakan ini telah diprediksi dapat terjadi pada korban bullying (Harahap & Ika Saputri, 2019). Dalam kasus bullying sendiri, pihak sekolah dan guru memiliki peranan yang penting untuk mencegah atau menghentikan bullying. Peran guru serta hubungan guru dengan murid dapat memunculkan motivasi murid untuk melindungi temannya ketika mendapatkan perilaku bullying (Budiman & Asriyadi 2021)

## KESIMPULAN & SARAN

Pengalaman bullying pada siswa SMK Taruna Bakti Kertosono sebagian besar berada pada kriteria pengalaman bullying ringan. Selain itu, penerimaan diri siswa SMK Taruna Bakti Kertosono umumnya berada pada kriteria penerimaan diri yang baik. Hasil ini juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengalaman bullying dengan penerimaan diri pada siswa SMK Taruna Bakti Kertosono.

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai dasar atau referensi untuk meneliti permasalahan yang berkaitan dengan pengalaman bullying pada siswa sekolah, khususnya yang berfokus pada penerimaan diri. Selain itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan instrumen penelitian tambahan seperti lembar observasi guna mempermudah komunikasi dengan responden.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, D.H. (2021). *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Andani, T.P. (2018). Hubungan Penerimaan Diri dan Harga Diri Pada Remaja Dengan Orang Tua Bercerai. *Skripsi*: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Cyntia Verina dan Dewi Jatmika. 2018. "Peranan Komunikasi Dalam Keluarga Terhadap Pembentukan Jati Diri Remaja." *PERSPEKTIF* 1(2):141–53.
- Doko, Stephanus Yanuar Sakiman. 2022. "STRATEGI ADAPTASI KORBAN BULYING TERHADAP PERILAKU SISWA DI SMAN 1 KEBOMAS." 1–23.
- Febriana, T.F & Rahmasari, D. (2021). Gambaran Penerimaan Diri Korban *Bullying*. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5).
- Germer et al. (2009). *The Mindful Path to Self Compassion: Freeing Yourself from Destructive Thoughts and Emotions*. London. The Guilford Press
- Hasson et al. (2019). Brain to Brain Coupling : A mechanism for Creating and Sharing a Social World. *Trends Cogn Sci*, 16(2).
- Heriyadi, Akbar. 2013. "Meningkatkan Penerimaan Diri (Self Acceptance) Siswa Kelas VIII Melalui Konseling Realita Di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013." *Universitas Negeri Semarang*.
- Huang et al. (2020). Psychological Resilience, Self Acceptance, Perceived Soscial Support And Thir Associations With Mental Health Of Incarcerates Oddender In China. *Asian Journal Of Psychiatry*, 5(2).
- Ibrahim, Idi Subandi & Hanif Suranto. (2018). Wanita dan Media: Kontruksi Idiologi Gender dalam Ruang Publik Orde Baru. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Ibrahim & Toyibah. (2019). Gambaran *Self Acceptance* Siswa Korban *Cyberbullying*

**Article History:**

Received: August 25, 2025; Revised: October 23, 2025; Accepted: October 25



- (Studi Kasus Pada Siswi SMP Negeri 1 Cipendeuy Kobran Cyberbullying). *FOKUS*, 2(2).
- Jahja, Y. (2016). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Jannah, M. (2016). Remaja dan Tugas- Tugas Perkembangan Dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia*, 1, 2-4.
- National Centre Bullying. (2019). Definition of Bullying. <https://www.ncab.org.au>. Di akses pada 16 Mei 2023.
- Nurista, Ferninda, and Wiwien Dinar Pratisti. 2021. "Hubungan Penerimaan DiriDengan Kepercayaan Diri Pada Penyandang Disabilitas Fisik."
- Riswanto. 2018. "Perilaku Cyberbullying Remaja Di Media Sosial." *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA* 12(2):98–111.
- Rizqi & Inayati. (2019). Dampak Psikologis Bullying Pada Remaja. *Wiraraja Medika*, 9(1).
- Sarwono 2013, *Psikologi remaja*, Jakarta, Rajawali Pers.
- Satyaningtyas, S & Abdullah, S.M. (2019). Penerimaan Diri dan Kebermaknaan Hidup Penyandang Cacat Fisik. *Jurnal Psikologi*, 3(2).
- Silva, Marta Angélica Iossi, Beatriz Pereira, Denisa Mendonça, Berta Nunes, and Wanderlei Abadio de Oliveira. 2013. "The Involvement of Girls and Boys with Bullying: An Analysis of Gender Differences." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 10(12):6820–31
- Sitasari. 2015. "Kontribusi Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penerimaan Diri Remaja Yatim Atau Piatu Di Panti Asuhan." *Jurnal Riset Psikologi* 2015(3).
- Uraningsari & Djalali (2016). Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan pada Lanjut Usia. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(1).
- Poeh, R. A (2014). Laporan Studi Pendahuluan: Perilaku Bullying pada Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kota Yogyakarta. *Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM*.
- Pramoko, R. (2019). Pengaruh Penerimaan Diri Remaja Terhadap Perilaku Bullying Pada Siswa Kelas VIII SMPN 1 Turi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Konseling*, 5(2).
- Zahro, F.M. (2015). *Studi Kasus Penerimaan Diri Remaja Yang Memiliki Keluarga Tiri di Desa Banjarsari Tulungagung*. UIN Malang.

**Article History:**

Received: August 25, 2025; Revised: October 23, 2025; Accepted: October 25