

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pondok pesantren adalah wadah untuk menanamkan nilai moral dan mengajarkan keislaman dan membangun bangsa dengan Ahlaqul Karimah yang baik berlandaskan agama. Namun sebaliknya justru yang terjadi banyak tindak kekerasan yang terjadi di pondok pesantren (Ubaidillah, 2022). Terkait dengan kajian mengenai santri, remaja berhak mendapatkan pendidikan dalam upaya mengembangkan dirinya. Upaya tersebut dalam kajian psikologis, dirincikan dalam upaya perkembangan kognitif, komunikasi-bahasa dan sosial-emosional (Sebayang, 2020).

Menurut Hurlock (2002) perkembangan sosial-emosional adalah suatu proses tumbuhnya seseorang untuk mencapai kedewasaan dengan merujuk pada suatu perasaan dan pikiran tertentu karena adanya dorongan ingin tahu terhadap sekitarnya terkait dalam konteks sosial dalam mengontrol dan mengekspresikan emosi, pola hubungan interpersonal yang dekat dan hangat, mengeksplor pengalaman sekitar dan belajar dari hal tersebut. Efek negatif terhadap sosial-emosional remaja adalah *bullying*. Menurut Olweus (1994) *bullying* adalah perilaku negatif yang mengakibatkan seseorang dalam keadaan tidak nyaman atau terluka dan biasanya terjadi berulang-ulang yang ditandai dengan adanya ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban. Menurut Darmawan (dalam Saputri dkk, 2023) fenomena *bullying* telah dikenal sebagai masalah sosial yang maraknya terjadi di kalangan pelajar. Aksi kekerasan yang dilakukan oleh

remaja pada masa sekolah menjadi perhatian serius di masyarakat. Salah satu aksi kekerasan yang dilakukan oleh remaja pada masa sekolah adalah perilaku *bullying* (Susanti & Wulanyani, 2019).

Masa remaja diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Santrock, 2003). Masa remaja merupakan masa aktif belajar di sekolah menengah lanjutan. Transisi menuju sekolah menengah atau sekolah lanjutan tingkat pertama dari sekolah dasar merupakan suatu pengalaman yang normatif bagi anak-anak. Santrock (2003) menyebutkan proses transisi tersebut menimbulkan stress karena terjadi secara bersamaan dengan transisi lainnya dalam individu, keluarga, dan di sekolah. Remaja awal pada rentang umur 12-15 tahun, pada umumnya duduk di bangku sekolah menengah pertama (Monks dkk, 2014).

Remaja saat dalam pencarian identitas dan jati dirinya kerap mengalami berbagai permasalahan. Masalah-masalah yang dialami pada usia remaja yaitu menggunakan obat terlarang, minum alkohol, melakukan aksi kekerasan, depresi dan akhirnya melakukan tindakan bunuh diri (Santrock, 2003). Perilaku *bullying* di sekolah telah menjadi perhatian khusus para praktisi pendidikan, orang tua, media dan para peneliti yang peduli terhadap keamanan siswa di sekolah.

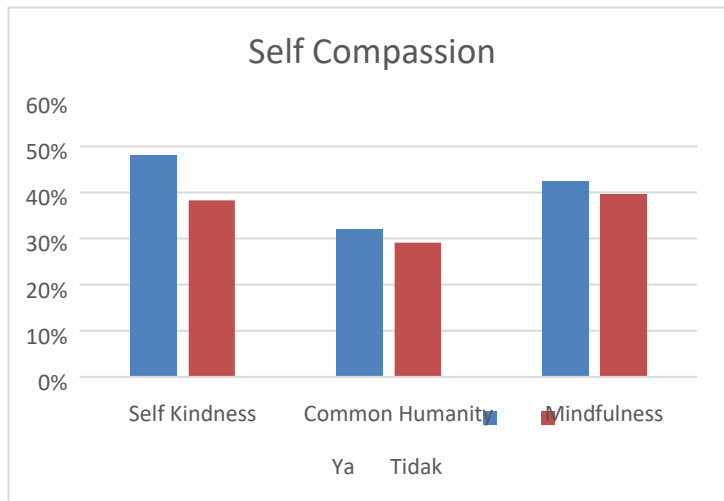
Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan oleh Triana (2021) Indonesia merupakan salah satu negara yang rentan terhadap *bullying*, 40% remaja mengalami intimidasi di sekolah dan 32% menjadi korban kekerasan fisik. Hal ini dibuktikan dengan data yang dikemukakan oleh Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat sebanyak 2.355 pelanggaran terhadap perlindungan anak hingga Agustus

2023. Rinciannya yaitu anak sebagai korban *bullying*/perundungan 87 kasus, anak korban pemenuhan fasilitas pendidikan 27 kasus, anak korban kebijakan pendidikan 24 kasus, anak korban kekerasan fisik/atau psikis 236 kasus, anak korban kekerasan seksual 487 (Saputri dkk, 2023). Hasil penelitian tersebut relevan dengan hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti pada 90 siswa MTs Syamsudduha pada 23 April 2024 yang mengemukakan bahwa siswa dikelas merasa mendapatkan julukan yang tidak menyenangkan dari temannya serta mendapatkan kekerasan fisik dari temannya.

Menurut Saputri dkk (2023) mengungkapkan bahwa siswa yang menjadi korban *bullying* cenderung selalu menyalahkan dirinya sendiri, belum dapat menerima kelemahan dan kekurangan diri (*self kindness*), korban *bullying* cenderung merasa orang lain lebih bahagia dibandingkan dirinya hal tersebut memunculkan perasaan membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain (*common humanity*), serta mereka cenderung mengingat hal-hal yang meyakinkan dan cenderung membesar-besarkan hal tersebut (*mindfulness*). *Bullying* yang dialami oleh individu dapat mendorong munculnya evaluasi negatif mengenai penampilan, tindakan, maupun perasaan mereka (lahtiten et al., 2020).

Begitu juga hasil survey yang dilakukan pada peneliti pada 23 April 2024 dapat dipaparkan melalui grafik berikut ini.

Gambar 1. 1 Grafik Hasil Survey Awal



Berdasarkan hasil survey di atas pada santri di Dayah terdapat beberapa alasan dari survey yaitu pertama, santri yang dapat memahami dan menerima dirinya sendiri karena mereka percaya pada kemampuan dan lebih percaya diri. Kedua, santri ingin mendapatkan pengakuan atas kebbaikannya agar tidak diisolasi agar mereka mempunyai teman. Ketiga, santri dapat menghadapi rasa sakit karena mereka tidak menghakimi pikiran dan perasaannya atas apa yang terjadi. Hasil survey tersebut tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputri, dkk bahwa *self kindness* lebih rendah dibanding aspek *common humanity* dengan *mindfulness*.

Santri yang berada di pondok pesantren memerlukan banyak penyesuaian di dalam hidupnya, sehingga berdampak pada fisik yang bertumbuh kembang dengan semestinya dan dapat bersosialisasi dengan sekitarnya, namun juga berpengaruh secara psikologis terkait kematangan mental dan emosi yang dimiliki santri. Tidak sedikit santri yang berada di pondok pesantren menghadapi berbagai konflik atau masalah terhadap keadaannya ketika berada di pondok pesantren

(Ma'arif, 2022). *Self compassion* melibatkan perasaan keterbukaan terhadap penderitaan diri sendiri, memberikan kepedulian dan kebaikan kepada diri sendiri, memberikan pengertian, tidak menghakimi kekurangan dan kegagalan diri sendiri, serta melihat suatu kejadian sebagai pengalaman yang dialami semua manusia (Neff K. D., 2008).

Sementara itu, masa remaja digambarkan sebagai masa yang penuh masalah dan membutuhkan banyak penyesuaian diri karena terjadinya perubahan harapan, peran sosial, dan perilaku (Hurlock, 2006). Perubahan itu dapat memicu konflik seperti perilaku melawan dan menyebabkan munculnya emosi negatif seperti kecemasan, iri, perasaan marah karena kondisi lingkungan sekitar yang tidak sesuai, dan kurang merasa puas dengan hidup yang dijalani (Batubara, 2016; Chung, 2016). Dalam menghadapi hal tersebut, remaja harus memiliki kesadaran, kesabaran, rasa toleransi, kemampuan untuk memecahkan masalah, memiliki moralitas, kemampuan menjalin relasi sosial, kemampuan mengendalikan stres, dan kemampuan untuk berkompromi dengan diri untuk dapat melewati masa ini.

Emosi-emosi negatif pada remaja jika dirasakan terus-menerus tanpa ada penyelesaian dapat menghambat remaja melewati masa transisinya (Berking, Orth, Wupperman, Meier, & Caspar, 2008). Selain itu, emosi negatif dapat memicu gejala depresi dan membuat remaja cenderung menyalahkan serta mengkritik diri sendiri (Arimitsu & Hofmann, 2017). Untuk mengelola emosi-emosi negatif tersebut, mereka perlu memiliki *self compassion*.

Self compassion merupakan suatu bentuk perilaku belas kasih kepada diri sendiri dengan memberikan kenyamanan dan kebaikan meskipun sedang

mengalami peristiwa yang sulit serta sebisa mungkin menghindari negativitas, rasa takut, dan isolasi (Neff, 2011). Rendahnya *self compassion* yang dimiliki individu akan mengalami komponen-komponen yang tidak terpenuhi akan cenderung merasa cemas sebagai bentuk dari *overidentification* (Saputri dkk, 2023). Adanya rasa rendah diri yang dimiliki individu sehingga munculnya keinginan untuk mengisolasi diri, serta memberikan kritik negatif untuk diri sendiri (Hanatashya Rahmah Naichiendami & Dewi Sartika, 2022).

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian mengenai Perbedaan *Self Compassion* pada Siswa yang Mengalami *Bullying* di SMP dan Dayah Kota Lhokseumawe.

1.2 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini dibuat berdasarkan penelitian sebelumnya yang memiliki variabel maupun karakteristik serupa yang digunakan untuk penelitiannya. Penelitian sebelumnya pernah dilakukan oleh Saputri, dkk (2023) dengan judul “Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Korban *Bullying* Pada Siswa SMA Negeri 14 Semarang”. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif desain *ex post facto* dengan populasi penelitian berjumlah 287 siswa dan sampe yang digunakan berjumlah 287 siswa kelas X yang diambil menggunakan teknik *probability sampling*. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *self-compassion* berpengaruh terhadap korban *bullying* pada siswa SMA Negeri 14 Semarang. *Self compassion* menjelaskan bahwa memberikan pengaruh sebesar 33,6% ($R^2 = 336$). Hasil penelitian ini berimplikasi bagi bimbingan dan konseling dalam menjalankan fungsi pencegahan dan

pengentasan bagi siswa yang menjadikorban *bullying* serta memiliki dampak traumatis dari tindak perilaku *bullying* di sekolah. Adapun yang menjadi pembeda dalam penelitian ini yaitu Peneliti mengharapkan hasil penelitian adanya gambaran *self compassion* pada siswa yang mengalami *bullying* ditinjau berdasarkan jenis kelamin dan usia. Sedangkan hasil penelitian Saputri, dkk adanya pengaruh *self compassion* terhadap korban *bullying*.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Hidajat, dkk (2022) dengan judul “Motivasi Akademik Dalam *Self Compassion* Untuk Meminimalisir Perilaku *Bullying*”. Penelitian ini merupakan penelitian studi literature dan mendapatkan hasil faktor-faktor yang menyebabkan perilaku *bullying* adalah kurangnya pengetahuan moral tentang perilaku *bullying* dan dampaknya; pola asuh orang tua yang terlalu otoriter dan permisif, pembenaran *bullying* di sekolah. Banyak dampak negatif dalam perilaku *bullying* mulai dari gangguan emosi dan perilaku pada pelaku *bullying* yakni berkaitan dengan agresi dan gangguan emosi dan perilaku pada *bullying* terkait dengan rendah diri, stress, depresi, susah beradaptasi, bahkan percobaan bunuh diri pada korban *bullying*. Salah satu intervensi meminimalisir perilaku *bullying* dengan mengembangkan motivasi akademik dalam *self compassion* untuk meminimalisir *bullying*. Adapun yang menjadi pembeda dalam penelitian ini yaitu Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif. Sedangkan penelitian yang dilakukan Hidajat, dkk menggunakan penelitian studi literature.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Naichiendami dan Sartika (2022) dengan judul “Hubungan *Self-Compassion* Dengan *Psychological Well Being* Pada

Remaja Korban Perundungan Di Kota Bandung”. Penelitian ini menggunakan kuantitatif untuk mengetahui hubungan *self compassion* terhadap *psychological well being* remaja korban perundungan di Kota Bandung. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 120 remaja di Kota Bandung dengan teknik *accidental sampling*. Hasil uji koefisien korelasi rank spearman (r_s) untuk *self compassion* dengan *psychological well being* sebesar $r_s = 0,722$ dengan $p < 0,05$. Oleh karena itu disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self compassion* dengan *psycological well being* artinya semakin tinggi nilai skor *self compassion* maka akan semakin tinggi pula nilai *psychological well being* remaja Adapun yang menjadi pembeda dalam penelitian ini Peneliti menggunakan *self compassion* dalam penelitiannya. Sedangkan dalam penelitian Naichiendami dan Sartika menggunakan variabel *self compassion* dengan *psychological well being*.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Aziz, dkk (2023) dengan judul *Effects of Self-Compassion and Self-Disclosure on Mental Health through Spirituality: A Study on Adolescents in Orphanages*. Penelitian ini menggunakan survei metode dengan pendekatan deskriptif kuantitatif untuk model korelasional. Subjek penelitian adalah panti asuhan sebanyak 165 sampel yang diambil secara acak pada 3 anak yatim piatu di Yogyakarta. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ditemukan kecocokan model penelitian antara hasil struktural dan data empiris. Studi ini menyiratkan bahwa memperkuat kesehatan mental untuk remaja yang tinggal dipanti asuhan dapat dilakukan dengan secara konsisten menanamkan nilai spiritualitas dan meningkatkan sikap welas asih diri. Adapun yang menjadi pembeda dalam penelitian ini, Peneliti menggunakan sebanyak 407 populasi siswa

kelas VII, VIII, dan IX siswa Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha. Sedangkan pada penelitian Aziz, dkk mengambil sebanyak 165 sampel yang diambil secara acak pada 3 anak yatim piatu di Yogyakarta.

Selanjutnya, penelitian sebelumnya dilakukan oleh Elmasri, dkk (2021) dengan judul *Perceived Parenting Style, Self-Compassion, Resiliency and Bullying Behavior among Early Adolescents*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi yang sangat positif antara gaya pengasuhan ayah secara keseluruhan dan belas kasihan siswa secara total dan intimidasi total. Meskipun tidak ada korelasi statistik dengan ketahanan psikologis siswa. Di sisi lain, tidak ada statistik korelasi antara gaya pengasuhan ibu secara keseluruhan dengan *self compassion*, ketahanan psikologis, dan perilaku intimidasi total. Adapun yang menjadi pembeda dalam penelitian ini yaitu tinjauan penelitian yang Peneliti lakukan ditinjau berdasarkan jenis kelamin dan usia. Sedangkan pada penelitian Elmasri, dkk ditinjau berdasarkan gaya pengasuhan ayah. Berdasarkan uraian di atas, dari beberapa perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “Perbedaan *self compassion* pada siswa yang mengalami *bullying* di SMP dan Dayah Kota Lhokseumawe” dan penelitian yang akan dilakukan justru berbeda dengan penelitian sebelumnya.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat perbedaan *self compassion* siswa yang mengalami *bullying* di Dayah dan SMP Kota Lhokseumawe?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *self compassion* siswa yang mengalami *bullying* di Dayah dan SMP Kota Lhokseumawe.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat agar dapat menambah wawasan bagi pembaca maupun peneliti selanjutnya mengenai *self compassion* siswa yang mengalami *bullying* di Dayah dan SMP Kota Lhokseumawe.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi siswa, diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menambah wawasan bagi siswa mengenai pentingnya *self compassion* serta dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari.
2. Bagi pendidik, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai *self compassion* pada siswa agar menjadi dasar pemahaman bagi siswa.
3. Bagi lembaga sekolah, diharapkan dengan adanya penelitian ini pihak sekolah mampu ikut berkontribusi untuk membantu siswa dalam peningkatan pemahaman mengenai *self compassion* dengan perilaku *bullying* dan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam upaya meningkatkan *self compassion* pada siswa.
4. Bagi peneliti selanjutnya, agar dapat mengembangkan mengenai *self compassion* dengan variabel lainnya.