

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Remaja adalah seseorang mengalami badai dan stres saat ketegangan sosial pada remaja memuncak. Peralihan ini lebih banyak dikaitkan dengan perubahan mood seperti perasaan gugup, kewalahan dan sedih, karena salah satu perubahan yang sering dijumpai pada masa puber adalah perubahan emosi sosial. Remaja mengalami perubahan mood dengan cepat jika tidak terselesaikan dengan baik, hal ini membuat remaja rentan terhadap penindasan ketika mereka merasa kesepian, gugup, depresi, tidak bahagia, dan khawatir (Diananda, 2019). Menurut Santrock (2012), beberapa perubahan yang sering pada remaja adalah perubahan emosi sosial yang lebih erat kaitannya dengan perubahan mood seperti kecemasan, stres, dan depresi. Sebagai akibat dari ketidakstabilan emosi mereka, remaja lebih mungkin mengalami gangguan mood jika terpapar rangsangan sekitar mengganggu, dan mereka tidak dapat mengatasinya sendiri. Keadaan inilah yang memicu remaja rentan menjadi korban *bullying* dengan merasa keputusasaan, gelisah, teraniaya, sedih, dan khawatir (Ningrum and Amna, 2020)

Bullying di kalangan remaja kembali menjadi perhatian publik. *Bullying* adalah bentuk agresi di mana orang-orang secara teratur mendorong, mengancam, menyudutkan, dan merugikan orang yang lebih rendah. Individu yang bersangkutan mampu serta kuat secara fisik dan mental, dan target *bullying* tidak mampu melindungi dirinya sendiri dan membelanya (Putri, Nauli and Novayelinda, 2015). Kalimat serupa menurut (Wakhid, Andriani and Saparwati, 2019) *Bullying* digambarkan sebagai penyalahgunaan kekuasaan oleh pelaku dengan tujuan melukai atau menimbulkan tekanan / stres pada korban secara berkala. Akibatnya, tindakan seperti menendang, melihat dengan sinis dan memaksa. Dijumpai dalam perilaku *bullying* yang dikategorikan ke dalam beberapa jenis.

Menghina, membentak, memanggil nama orang, mencela, mencemarkan nama baik, mempermalukan di depan umum, dan fitnah adalah contoh dari

Ulpa Susanti, 2021

UPAYA MENINGKATKAN KESEHATAN REMAJA MELALUI STOP BULLYING

UPN Veteran Jakarta, FIKES, Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

bullying verbal. Bullying yang bersifat fisik, seperti memukul, mencekik, menyikut, dan meninju. Cyberbullying merupakan sebagai tindakan yang berulang kali merugikan orang lain melalui penggunaan teknologi informasi dan komunikasi, semacam mengirim pesan melecehka melalui internet, membuat komentar mengancam di media, mengirim foto memalukan, atau mengintimidasi orang melalui elektronik. Cyberbullying telah terbukti membawa dampak kerusakan psikologis, menderita, dan kesusahan, serta dampak traumatis pada korban. Viktimisasi cyberbullying adalah ungkapan yang digunakan di internet untuk menggambarkan seseorang yang pernah menjadi subjek bullying di media. Korban cyberbullying terlihat adanya kecenderungan merasa tertekan, tidak ceria, bingung, takut, serta keinginan untuk menghindari teman, sekolah, dan aktivitas lain, serta nilai akademis yang lebih rendah, atau keduanya (Ningrum and Amna, 2020)

Kesejahteraan mental ialah suatu gangguan individu tidak hanya dilirik atas dasar ada atau tidaknya tanda-tanda ketidaknyamanan psikologis yang ada, namun lebih terkait dengan adanya ciri kesejahteraan psikologis yang mengganggu kehidupannya, seperti perasaan senang minat dan kemampuan untuk menghargai kehidupan yang dia jalani (Lubis *et al.*, 2019) Dari trauma psikologis, karakter bullying dalam kaitannya dengan kesejahteraan mental orang dilihat sebagai pengaruh yang merugikan bagi remaja. Temuan tersebut mengungkapkan bahwa pelecehan, seperti kebingungan, kemunduran, tampaknya mempunyai sikap antisosial, bahkan memiliki kemungkinan tinggi untuk tidak lanjut sekolah, terkait dengan sifat atau kualitas yang merendahkan dirinya. Korban bullying tidak hanya dikaitkan dengan depresi psikologis, tetapi juga kesejahteraan psikologis sebagai pengaruh positif pada pribadi, perihal ini sejalan dengan temuan penelitian yang menyatakan pelaku intimidasi merasa kurang bahagia dibandingkan siswa lain yang tidak terlibat dalam intimidasi (Faizah and Amna, 2017).

Prevalensi bullying terjadi secara global bullying dianggap lazim di 8 sampai 50 persen negara-negara Asia, Amerika, dan Eropa. Survei yang dilakukan oleh LSM Plan International dan International Center for Research on Women (ICRW) di lima negara Asia mengumpulkan 9.000 siswa, guru, orang tua, kepala sekolah, dan pejabat LSM. Di tingkat Asia, kejadian bullying pada siswa di

sekolah mencapai angka 70%. Apsari (dalam SEJIWA, 2008) juga menemukan bahwa setidaknya 84% siswa di Indonesia mengalami kekerasan di sekolah. (Pragholapati, Muliani and Aryanti, 2020). Berdasarkan catatan Komnas Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dalam kurun waktu 9 tahun, dari tahun 2011 sampai 2019, KPAI menerima 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak, untuk *bullying* baik di pendidikan maupun sosial media, angkanya mencapai 2.473 laporan dan trennya terus meningkat. Tingginya prevalensi *Bullying* tentu tidak lepas dari dampak yang ditemukan. Penderitaan fisik dan psikologis, harga diri rendah, trauma, dan ketakutan akan sekolah (*school phobia*), serta kecenderungan untuk mencoba bunuh diri, semuanya merupakan konsekuensi negatif dari *bullying* (Rigby dalam Astuti, 2008). Perilaku *bullying*, menurut Bosworth (1999), dapat mengakibatkan korban mengalami ketakutan, gangguan tubuh, gangguan terkait sekolah seperti akademik, dan hilangnya keterampilan sosial. (Pragholapati, Muliani and Aryanti, 2020).

Remaja yang telah diganggu lebih mungkin untuk menderita berbagai masalah kesehatan fisik dan mental. Munculnya berbagai masalah kesehatan mental seperti kesedihan, kecemasan, dan masalah tidur yang mungkin bertahan hingga dewasa, serta masalah kesehatan fisik seperti sakit kepala, sakit perut dan ketegangan otot, rasa tidak aman saat berada di lingkungan sekolah, dan penurunan semangat belajar dan prestasi akademis, yang dialami oleh anak-anak yang menjadi korban *bullying* (Zakiyah, Humaedi and Santoso, 2017). *Bullying* memiliki efek yang menghancurkan pada korban yang mempengaruhi lebih dari sekedar kehidupan mereka. Konsekuensi merugikan dari *bullying* bahkan dapat terbawa hingga dewasa ketika orang memasuki dunia kerja, menurut penelitian yang diterbitkan dalam jurnal *Psychological Science* in Virgianti (2013) oleh tim peneliti dari University of Warwick dan Duke University Medical Center. Korban intimidasi memiliki tingkat kecemasan dan masalah panik yang lebih besar, yang terkait dengan kesehatan mental dan masalah perilaku di kemudian hari. Peneliti mengamati 1.420 anak berusia antara sembilan dan enam belas tahun yang telah diganggu, diganggu orang lain, atau keduanya (korban intimidasi menjadi pengganggu). Peneliti menemukan bahwa mereka yang telah diganggu dua kali lebih mungkin memiliki masalah mempertahankan pekerjaan dan

mengembangkan interaksi sosial yang signifikan dibandingkan mereka yang tidak mengalami bullying. (Chasanah, Marlina and Sulasmy, 2015).

Dampak bullying terbukti cukup kompleks dan mematikan bagi korbannya, demikian menurut penelitian yang dilakukan para peneliti. Kecemasan, risiko harga diri rendah situasional, dan depresi adalah beberapa diagnosis keperawatan yang muncul dari konsekuensi yang dialami oleh peserta, menurut NANDA. Koping fokus emosional adalah metode koping yang digunakan oleh peserta yang telah diintimidasi, dan harapan yang mendominasi yang dimiliki peserta adalah untuk dihormati dan percaya diri. Hal ini sejalan dengan kriteria kesehatan jiwa yang menyatakan bahwa orang yang sehat jiwa, baik korban maupun pelaku bullying, ingin mengaktualisasikan diri semaksimal mungkin (Chasanah, Marlina and Sulasmy, 2015)

Bullying dapat muncul dari berbagai sumber, termasuk sekolah, situasi teman sebaya dan keluarga, dan tahap perkembangan remaja itu sendiri. Perilaku bullying dapat disebabkan oleh berbagai macam penyebab, baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi sifat kepribadian seperti kurangnya pertahanan diri dan faktor predisposisi sifat bullying yang dimiliki anak sejak lahir, sedangkan faktor eksternal meliputi faktor keluarga seperti kurangnya perhatian dan kasih sayang orang tua, keadaan ekonomi keluarga, dan faktor teman sebaya dalam kelompok. Willis, 2010). Wati, 2012; Wati, 2010). Menurut Bosworth (1999), faktor demografis (kelas sosial, etnis, keluarga dan ekonomi), perilaku dan kondisi psikososial juga meningkatkan risiko remaja mengalami bullying. (Pragholapati, Muliani and Aryanti, 2020)

Faktor penyebab terjadinya *bullying* yaitu pertama keluarga orangtua yang selalu bermasalah, perceraian orang tua terjadi, orang tua bertengkar di depan anak-anaknya dan kejam, menimbulkan kesedihan dan ketegangan bagi anak yang akan mulai meniru perilaku tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Kedua sekolah yang melengahkan penganiayaan. Akibatnya, murid sebagai pelaku intimidasi diperkuat untuk melakukan perundungan kepada anak-anak lain dengan tindakannya. Ketiga faktor kelompok sebaya, Seseorang sering kali dibiarkan mengancam saat bersekolah dan dengan kawan sebaya di sekitar lingkungan. Keempat situasi lingkungan sosial, kemiskinan adalah salah satu alasan dibalik

bullying dalam lingkungan sosial. Banyak orang yang hidup ketidak mampuan melakukan apa saja untuk memenuhi keinginannya, sehingga enggak heran apabila terjadi juga pemalakan oleh siswa di lingkungan sekolah. Kelima tanyangan televisi dan media cetak membentuk tren perbuatan intimidasi, umumnya mereka meniru gerakan (64 persen) dan frasa (43 persen) (zakiyah, humaedi and santoso, 2017)

Perilaku bullying dapat dihasilkan oleh berbagai keadaan, baik internal maupun eksternal. Penyebab eksternal meliputi masalah keluarga seperti kurangnya perhatian dan kasih sayang orang tua, situasi ekonomi keluarga, dan pengaruh teman sebaya di masyarakat juga di sekolah, sedangkan variabel internal meliputi karakteristik kepribadian seperti pertahanan diri yang tidak memadai dan faktor predisposisi sejak lahir (Pragholapati, Muliani and Aryanti, 2020) Nilai p-value 0,023 lebih kecil dari nilai Alpha 0,05 menunjukkan bahwa secara praktis semua remaja yang menjadi korban bullying berada pada kelompok tinggi dan memiliki kemampuan sosial. Ini menunjukkan bahwa bullying dan keterampilan sosial pada remaja memiliki hubungan yang goyah. Faktor lain yang mempengaruhi keterampilan sosial, seperti keluarga, lingkungan, kepribadian, pergaulan dengan lawan jenis, pendidikan, persahabatan, dan solidaritas kelompok, dapat menjelaskan kurangnya hubungan antara bullying dan keterampilan sosial. Keterlibatan keluarga merupakan aspek terpenting yang dapat mempengaruhi keterampilan sosial remaja, karena keluarga merupakan tempat pembelajaran pertama yang dialami anak melalui ola asuh dan sikap orangtuanya.

Perawat kesehatan jiwa komunitas adalah perawat yang ditugaskan di Puskesmas atau sekolah untuk memberikan pelayanan kesehatan jiwa di wilayahnya, dengan tanggung jawab meliputi asuhan keperawatan langsung, pendidikan, dan koordinasi kegiatan. (Rahman, Marchira and Rahmat, 2016) Peran perawat jiwa komunitas dalam penelitian ini sebagai pencegahan primer dengan cara memberikan pendidikan kesehatan peningkatan kesehatan mental pada remaja dengan stop *bullying* melalui *booklet* untuk mencegah terjadinya *bullying* yang akan berdampak risiko berbagai masalah kesehatan, baik secara fisik maupun mental dikalangan remaja, peneliti ini sebagai agent of change yaitu bertindak sebagai agen perubahan yang baik bagi kesehatan. Berdasarkan data

peneliti, sangat penting dalam memberikan informasi mengenai upaya meningkatkan kesehatan remaja dalam melalui stop bullying.

I.2 Tujuan

I.2.1 Tujuan Umum

Berdasarkan latar beakang yang telah dijelaskan dapat dirumuskan tujuan dari karya ilmiah Memberikan informasi mengenai upaya meningkatkan kesehatan remaja melalui stop bullying melalui media edukasi *booklet*.

I.2.2 Tujuan Khusus

- a. Menghasilkan produk pembentukan *Booklet* yang berjudul Upaya Meningkatkan Kesehatan Remaja Melalui STOP Bullying
- b. Meningkatkan pengetahuan pada remaja mengenai bullying
- c. Memberikan pengetahuan mengenai bentuk-bentuk bullying
- d. Memberikan pengetahuan mengenai faktor penyebab bullying
- e. Memberikan pengetahui dampak-dampak bullying
- f. Mengetahui pencegahan bullying

I.3 Target Luaran

Target yang diharapkan dari pembuatan karya ilmiah ini adalah terciptanya sebuah karya guna mencegah terjadinya masalah psikologis akibat bullying pada usia remaja melalui pendidikan kesehatan. Luaran dari karya ilmiah ini berupa produk Booklet dengan judul “Upaya Meningkatkan Kesehatan Remaja dalam Melalui Stop Bullying” yang telah mendapatkan sertifikat Hak Kekayaan Intelektual (HKI) dengan jenis HKI Hak Cipta.