

BAB II

TINJAUAN TEORI

2.1. Konsep *Bullying*

2.1.1. Pengertian *Bullying*

Istilah *bullying* berasal dari bahasa Inggris yang berarti mengintimidasi, menggertak, atau mengganggu individu lain secara sengaja (Anggraeni, Setianingsih & Ismah, 2024). Dalam bahasa Indonesia, *bullying* sering diartikan sebagai perundungan atau penindasan yang dilakukan oleh individu maupun kelompok terhadap seseorang yang dianggap lebih lemah (Sofyan et al., 2022).

Menurut Olweus (1993), *Bullying* merupakan tindakan agresif yang bersifat negatif, yang dilakukan secara berulang, dan terjadi karena adanya ketidakseimbangan kekuatan ataupun kekuasaan terhadap pelaku dan korban, teori Olweus *bullying* ini digunakan untuk menjelaskan pola perilaku *bullying*, sehingga relevan dengan pengalaman *bullying*.

Adapun menurut Azizah (2024), *Bullying* adalah suatu pola perilaku yang merugikan dan dilakukan secara berulang dengan niat negatif, perilaku ini seringkali melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan, di mana satu anak memiliki kekuatan lebih besar dibandingkan dengan anak lainnya.

Bullying merupakan masalah serius yang perlu dicegah dan dihapuskan dari lingkungan pendidikan. Dampak dari tindakan *bullying* tidak hanya gangguan fisik, tetapi juga menimbulkan masalah psikologis, korban *bullying* adalah siswa yang sering menjadi sasaran perilaku agresif dan tindakan yang menyakitkan, serta cenderung menunjukkan sedikit perlawanan terhadap pelaku. Agresif dapat diartikan sebagai tindakan menyerang, menyerbu, atau menunjukkan sikap permusuhan yang

ditujukan kepada individu lain maupun terhadap suatu objek (Rachmawati, 2024).

Menurut Aswat, Onde & Ayda (2022), korban *bullying* umumnya menunjukkan karakteristik perilaku internal, seperti bersikap pasif, sensitif, pendiam, tampak lemah, tidak memiliki banyak teman, serta tidak membalas perlakuan pelaku meskipun mereka diserang atau diganggu, baik secara fisik maupun verbal.

Sasaran individu *bullying* biasanya memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah dan rentan mengalami trauma, sehingga kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-hari, termasuk dalam mengikuti kegiatan sekolah dan aktivitas lainnya (Rachmawati, 2024).

Berdasarkan hal tersebut, disimpulkan bahwa *bullying* merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja, berulang, dan melibatkan ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban dengan tujuan menyakiti, mengintimidasi, atau merendahkan individu lain.

Pengalaman menjadi korban *bullying* tidak hanya menimbulkan dampak fisik, tetapi juga dapat memengaruhi kondisi psikologis, hubungan sosial, serta perkembangan emosional seseorang. Oleh karena itu, *bullying* merupakan permasalahan yang perlu mendapatkan perhatian dari keluarga, sekolah, dan masyarakat agar dampak yang ditimbulkan terhadap perkembangan remaja dapat diminimalkan

2.1.2. Penyebab *Bullying*

Bullying merupakan perilaku agresif yang dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri individu seperti emosi yang tidak stabil, rendahnya empati, serta pengalaman pribadi yang kurang baik sedangkan faktor eksternal berasal dari lingkungan, seperti pola asuh keluarga, kondisi sekolah, pergaulan, dan pengaruh media sosial.

Bullying internal yang dimaksud dalam konteks ini adalah faktor yang berasal dari dalam diri seseorang, seperti contoh siswa yang memiliki sifat pendiam atau berkepribadian *introvert* sering kali memiliki risiko lebih besar untuk menjadi sasaran *bullying* di lingkungan sekolah. Anak yang pendiam cenderung memilih diam dan menerima perlakuan tersebut karena merasa tidak memiliki keberanian atau kekuatan untuk melawan teman-temannya.

Konsep diri yang rendah juga dapat membuat seorang anak lebih mudah menjadi target *bullying*, biasanya ditandai dengan munculnya berbagai perilaku negatif, seperti kurang percaya diri, takut mencoba hal-hal baru, khawatir akan kegagalan, serta merasa diri bodoh, tidak berharga, dan pesimis.

Anak yang merasa rendah diri dan kurang mampu mengikuti pelajaran dengan baik lebih rentan diperlakukan tidak baik oleh teman sebayanya, oleh karena itu, penting bagi lingkungan sekolah dan keluarga untuk memberikan dukungan agar anak dapat membangun rasa percaya diri dan konsep diri yang lebih positif.

Bullying eksternal mencakup lingkungan keluarga, sekolah, dan teman sebaya yang berada diluar diri individu. Menurut (Habsy, Alamsyah & Maula, 2024), ada 4 penyebab *bullying* yaitu : keluarga, teman sebaya (Peer Group), sekolah, tayangan televisi atau media cetak.

Bullying sering kali berkaitan dengan latar belakang keluarga yang kurang harmonis. Keluarga merupakan faktor utama yang memengaruhi pembentukan perilaku anak, karena sejak usia dini anak belajar dengan meniru sikap dan tindakan orang tua, apabila orang tua terbiasa menyelesaikan masalah melalui kekerasan, hukuman fisik, atau menunjukkan sikap otoriter, anak dapat menganggap bahwa cara tersebut merupakan solusi yang wajar dalam menghadapi konflik.

Pola perilaku tersebut kemudian dapat terbawa ke lingkungan sosial anak dan diterapkan dalam interaksi dengan teman sebaya. Anak yang memandang orang tua sebagai pihak yang memiliki kekuasaan dalam keluarga cenderung memahami bahwa mendominasi dan menakut-nakuti orang lain merupakan cara untuk memperoleh kendali, hal ini dapat mendorong munculnya perilaku *bullying* pada anak dalam kehidupan sehari-hari,

Teman sebaya merupakan salah satu faktor yang memengaruhi terjadinya *bullying* pada remaja. Pada masa remaja, individu cenderung lebih banyak berinteraksi dengan teman sebayanya sehingga pengaruh kelompok pertemanan menjadi semakin besar. Menurut (Hurlock, 2002), perkembangan sosial remaja ditandai dengan meningkatnya kebutuhan untuk diterima oleh kelompok teman sebaya serta kemampuan menyesuaikan diri dengan norma yang berlaku dalam kelompok tersebut.

Lingkungan sekolah menjadi salah satu tempat yang paling sering terjadinya kasus *bullying*, hal ini disebabkan oleh tingginya intensitas interaksi antar siswa selama berada di sekolah, sehingga peluang terjadinya konflik maupun perilaku menyimpang, seperti *bullying*, menjadi lebih besar. Kasus *bullying* dilakukan oleh sesama pelajar dan terjadi di area sekolah, meskipun beberapa korban telah melaporkan kejadian tersebut, tidak jarang pihak sekolah menganggapnya sebagai candaan atau konflik biasa antar siswa.

Sikap abai yang dilakukan oleh sekolah dapat membuat pelaku merasa aman dan terlindungi sehingga terus mengulangi perbuatannya sedangkan di sisi lain terdapat juga sekolah yang menindaklanjuti kasus *bullying*, namun sanksi yang diberikan terkadang tidak memberikan efek jera untuk pelaku. Kondisi ini dapat mendorong pelaku untuk terus melakukan *bullying* untuk memperoleh perhatian, tanpa menumbuhkan

rasa empati, saling menghargai, dan menghormati sesama siswa, penyebab lain terjadinya *bullying* yaitu tayangan televisi dan media cetak.

Perkembangan teknologi dan media massa juga memberikan pengaruh terhadap meningkatnya tindakan *bullying*, khususnya di kalangan anak-anak dan remaja (Sukmawati & Kumala, 2020). Berbagai tayangan televisi kerap menampilkan adegan kekerasan, ejekan, penghinaan, ataupun tindakan merendahkan orang lain yang secara tidak langsung menormalisasi perilaku *bullying*.

Anak-anak yang sering terpapar konten tersebut dapat meniru perilaku yang mereka lihat, karena menganggapnya sebagai sesuatu yang wajar atau menghibur, tanpa adanya pendampingan dari orang dewasa, media dapat menjadi sarana pembelajaran perilaku negatif yang berdampak pada interaksi sosial anak.

2.1.3. Bentuk-Bentuk *Bullying*

Bullying pada remaja dapat terjadi dalam berbagai bentuk, mulai dari tindakan verbal, hingga kekerasan fisik. Fenomena *bullying* menjadi perhatian serius karena dapat berdampak negatif terhadap kondisi psikologis, sosial, dan akademik remaja. Menurut (Setyorini & Ramli, 2023), *bullying* terbagi menjadi empat jenis, yaitu:

2.1.3.1. *Bullying* Verbal

Bullying verbal merupakan bentuk perundungan yang paling sering terjadi dan paling mudah dilakukan, baik oleh anak laki-laki maupun perempuan. *Bullying* verbal berkaitan dengan isyarat *auditori*, seperti pemberian julukan yang merendahkan, ejekan, fitnah, kritik yang menyakitkan, hinaan, hingga komentar atau ajakan yang bernuansa seksual dan pelecehan, meskipun tidak meninggalkan bekas fisik, dampak psikologis dari *bullying* verbal dapat berlangsung lama dan memengaruhi rasa percaya diri korban.

2.1.3.2. *Bullying Fisik*

Bullying fisik adalah bentuk *bullying* yang sangat mudah terlihat dan dikenali dibandingkan jenis lainnya, ketika pelaku dan korban terlibat dalam kontak fisik, seperti menampar atau memukul, tindakan tersebut termasuk dalam *bullying* fisik. *Bullying* fisik lebih mudah teridentifikasi, kasus *bullying* fisik dilaporkan jumlahnya kurang dari sepertiga dari seluruh insiden perundungan yang dialami siswa. Meski demikian, dampaknya dapat sangat serius karena melibatkan kontak fisik secara langsung.

2.1.3.3. *Bullying Relasional*

Jenis *bullying* ini merupakan yang sangat sulit dideteksi karena dilakukan secara terselubung. *Bullying* relasional bertujuan melemahkan harga diri korban secara sistematis melalui pengucilan, pengabaian, atau penghindaran dari kelompok sosial. Korban mungkin tidak selalu menyadari gosip atau pembicaraan buruk tentang dirinya, tetapi tetap merasakan dampaknya. Bentuknya *bullying* ini berupa tatapan sinis, lirik merendahkan, desahan, cibiran, tawa mengejek, hingga bahasa tubuh yang menunjukkan penolakan atau permusuhan.

Dampak psikologis yang dapat terjadi yaitu, trauma, kecemasan, rasa takut yang berlebihan, serta menurunnya kepercayaan diri, dalam jangka panjang perlakuan kasar yang terjadi secara terus-menerus dapat memicu gangguan mental seperti depresi maupun fobia sosial (Yunita, 2021).

2.1.3.4. *Cyberbullying*

Cyberbullying merupakan bentuk *bullying* yang berkembang seiring dengan kemajuan teknologi, internet, dan media sosial. Korban pada kasus ini terus-menerus menerima pesan negatif, hinaan, ancaman, atau komentar merendahkan

melalui SMS, pesan daring, maupun berbagai platform media sosial lainnya. Karena dilakukan di ruang digital, *cyberbullying* dapat terjadi kapan saja dan menjangkau korban tanpa batasan ruang, sehingga sering kali menimbulkan tekanan emosional yang lebih berat.

2.1.4. Dampak *Bullying*

Menurut Haru (2022), *Bullying* memberikan dampak yang sangat serius, baik bagi korban maupun bagi pelakunya. Dampak tersebut tidak hanya bersifat sementara, tetapi juga memengaruhi perkembangan fisik, mental, dan sosial seseorang dalam jangka Panjang.

Dampak *bullying* bagi korban dapat terlihat secara fisik maupun psikologis. Secara fisik, korban *bullying* sering menunjukkan tanda-tanda seperti luka, memar, atau pembengkakan pada bagian tubuh tertentu akibat kekerasan yang dialaminya. Namun, dampak yang paling berat justru sering terjadi pada kondisi psikis korban, salah satunya adalah menurunnya rasa percaya diri. Pengalaman diperlakukan secara tidak menyenangkan membuat korban merasa rendah diri, menjadi pemalu, penakut, dan kesulitan berinteraksi dengan orang lain.

Pengalaman menjadi korban *bullying* dapat mengganggu kemampuan individu dalam membangun hubungan sosial yang sehat serta mengelola emosinya. Apabila berlangsung secara terus-menerus tanpa adanya dukungan dari keluarga, sekolah, maupun lingkungan sekitar, korban berisiko mengalami berbagai masalah psikologis yang lebih berat, seperti gangguan kecemasan, depresi, maupun penurunan kualitas hidup.

Dampak lainnya adalah hilangnya rasa percaya terhadap orang lain, trauma yang dialami membuat korban lebih memilih memendam masalahnya sendiri, yang pada akhirnya dapat memperparah kondisi mentalnya. Beberapa dampak yang dapat dialami oleh korban *bullying* yaitu :

2.1.4.1. Perkembangan Sosial Emosional

Perkembangan dapat diartikan sebagai perubahan yang terjadi pada individu, baik secara fisik maupun psikis untuk menuju tahap kedewasaan atau kematangan, dalam konteks *bullying*, perkembangan sosial-emosional yang kurang optimal dapat memengaruhi kemampuan individu dalam memahami empati, mengelola emosi, dan membangun relasi atau hubungan yang sehat dengan orang lain (Mila, 2022).

Penelitian Anggraeni, Setianingsih & Ismah (2024), menunjukkan bahwa *bullying* memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan sosial dan emosional siswa. Dampak pada aspek sosial meliputi rendahnya rasa percaya diri, kesulitan berinteraksi dengan orang lain, kecenderungan menjadi pendiam, pemurung, pesimis, serta lebih suka menyendiri, pada aspek emosional ditemukan adanya trauma dan rasa takut, mudah tersinggung atau mudah marah, serta munculnya perilaku pemberontakan berupa keinginan untuk ikut melakukan *bullying* sebagai bentuk pelampiasan.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman menjadi korban *bullying* dapat memengaruhi pembentukan identitas diri remaja serta menghambat proses perkembangan sosial emosional yang seharusnya berkembang secara optimal.

Menurut Erikson (1968), masa remaja merupakan tahap *identity versus role confusion*, yaitu fase ketika individu mulai membentuk identitas diri dengan mengenali potensi, nilai, keyakinan, serta perannya dalam lingkungan sosial.

Pada tahap ini, remaja sangat membutuhkan pengalaman dan interaksi sosial yang positif untuk mendukung pembentukan identitas yang sehat. Sebaliknya, pengalaman negatif seperti menjadi korban *bullying* dapat menghambat proses tersebut.

Kondisi ini berpotensi menurunkan rasa percaya diri, menimbulkan kecemasan, menghambat kemampuan berinteraksi dengan orang lain, serta berdampak pada perkembangan sosial emosional remaja.

2.1.4.2. Konsep diri

Konsep diri merupakan bagian penting dalam pembentukan identitas seseorang. Secara umum, konsep diri merujuk pada cara individu memandang, menilai, serta meyakini dirinya sendiri, baik dari segi fisik, psikologis, sosial, maupun emosional (Harsantik, Habsy & Purwoko, 2025). Konsep diri yang negatif dapat berdampak serius, terutama pada individu yang mengalami *bullying*, oleh karena itu konsep diri yang negatif dapat mengganggu kepercayaan diri, kestabilan emosi, serta perkembangan pribadinya.

Hasil penelitian Ardinar, Meisyaroh & Rodin (2024), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dan perilaku *bullying* pada remaja di UPT SMP Negeri 6 Pangsid. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konsep diri memiliki keterkaitan yang nyata dengan perilaku *bullying*, sehingga perubahan pada konsep diri remaja dapat berpengaruh terhadap muncul atau tidaknya perilaku tersebut.

2.1.4.3. Kesehatan mental

Menurut Negara (2024), Kesehatan mental adalah keadaan yang meliputi kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial individu. Menurut (WHO), kesehatan mental merupakan kondisi ketika seseorang mampu mengenali potensi dirinya, menghadapi tekanan hidup, bekerja secara produktif, serta memberikan kontribusi bagi lingkungannya. Kesehatan mental yang baik sangat berpengaruh terhadap cara seseorang berpikir, merasakan sesuatu, dan menjalin hubungan dengan orang lain.

Dampak *bullying* terhadap kesehatan mental merupakan persoalan yang sangat serius karena dapat memengaruhi kehidupan korban dalam berbagai aspek. Korban *bullying* membawa konsekuensi negatif yang signifikan, khususnya bagi anak-anak dan remaja yang masih berada dalam tahap perkembangan emosional. Salah satu dampak yang paling sering muncul adalah gangguan psikologis, seperti depresi, kecemasan, hingga gangguan tidur (Sihotang et al., 2024).

Jika tidak ditangani dengan tepat, dampak Kesehatan mental akibat *bullying* dapat berlangsung dalam jangka panjang hingga dewasa. Korban mungkin mengalami kesulitan membangun rasa percaya diri, menjalin hubungan sosial yang sehat, bahkan menghadapi tantangan akademik maupun pekerjaan. Oleh karena itu, peran orang tua, guru, dan lingkungan sekitar sangat penting dalam menciptakan suasana yang aman dan suportif.

2.2. Perkembangan Sosial Emosional

Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang ditandai oleh berbagai perubahan penting, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Walaupun sebagian besar remaja mengalami perkembangan yang normal dan sehat, periode ini juga menjadi fase yang paling rentan terhadap munculnya berbagai gangguan kesehatan mental (Puri et al., 2025).

Perkembangan sosial-emosional merupakan aspek yang sangat penting bagi anak karena berkaitan dengan kemampuan mereka dalam menjalin interaksi dengan orang lain, di lingkungan sekolah, anak memiliki banyak kesempatan untuk berinteraksi secara langsung dengan guru dan teman sebaya, yang dapat mendukung perkembangan sosial-emosionalnya (Septiani et al., 2023).

Menurut Hurlock (2002), perkembangan sosial merupakan proses individu dalam belajar menyesuaikan diri dengan norma kelompok, nilai, dan

harapan sosial sehingga mampu diterima oleh lingkungan. Sementara itu, perkembangan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenali, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara tepat sesuai dengan situasi yang dihadapi. Kedua aspek tersebut saling berkaitan dan membentuk perkembangan sosial emosional yang optimal.

Fenomena *bullying* pada remaja bukan hanya masalah biasa, tetapi memiliki dampak yang cukup serius. Remaja yang menjadi korban dapat mengalami kesulitan untuk membangun hubungan dengan orang lain, sering merasa dikucilkan, dan perlahan kehilangan rasa percaya diri. Kondisi ini membuat proses perkembangan menjadi terganggu. *Bullying* tidak hanya berlangsung sementara, tetapi dapat terbawa hingga dewasa terutama dalam hal kemampuan membangun hubungan sosial yang sehat dan stabil (Amelia, Suryani & Hendrawati, 2022).

Berdasarkan teori tersebut, dapat disimpulkan bahwa perkembangan sosial emosional merupakan kemampuan individu dalam menjalin hubungan sosial, menyesuaikan diri dengan lingkungan, mengenali dan mengelola emosi, serta berperilaku sesuai dengan norma yang berlaku. Perkembangan tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri individu maupun lingkungan sekitarnya. Salah satu faktor yang dapat menghambat perkembangan sosial emosional adalah pengalaman menjadi korban *bullying*.

2.2.1. Perkembangan sosial

Sosial adalah hubungan antar individu dalam suatu komunitas untuk membangun relasi satu sama lain dalam berbagai aktivitas bersama. (Hafiyah & Arifin, 2024). Menurut (Hurlock, 2002), perkembangan sosial merupakan proses individu belajar menyesuaikan diri dengan norma kelompok, berinteraksi dengan orang lain, dan mengembangkan perilaku yang dapat diterima oleh lingkungan sosial. Menurut (Nurhayati et al., 2023) Perkembangan sosial merupakan proses bertambahnya kemampuan individu dalam menjalin hubungan dan berinteraksi dengan orang lain.

Menurut Mila (2022), Perkembangan sosial merupakan tercapainya kematangan dalam menjalin hubungan atau berinteraksi dengan orang lain. Perkembangan sosial juga dapat diartikan sebagai proses belajar untuk menyesuaikan diri dengan norma kelompok, tradisi yang berlaku, serta nilai-nilai moral dan ajaran agama.

Pada masa remaja, perkembangan sosial dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah interaksi dengan teman sebaya. Remaja yang memiliki hubungan sosial yang baik cenderung lebih mudah bekerja sama, menghargai perbedaan, berkomunikasi secara efektif, dan mampu menyelesaikan konflik secara positif. Sebaliknya, pengalaman sosial yang negatif, seperti menjadi korban *bullying*, dapat menghambat perkembangan sosial remaja.

Korban *bullying* sering kali mengalami kesulitan berinteraksi dengan teman sebaya, menarik diri dari lingkungan sosial, kehilangan rasa percaya diri, serta merasa tidak diterima dalam kelompoknya (Anggraeni, Setianingsih, & Ismah, 2024).

Menurut Goodman (1997), salah satu indikator perkembangan sosial pada remaja dapat dilihat dari kemampuan menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya dan lingkungan sekitar. Gangguan pada aspek hubungan dengan teman sebaya dapat menunjukkan adanya hambatan dalam perkembangan sosial yang berdampak pada proses penyesuaian diri remaja. Oleh karena itu, pengalaman menjadi korban *bullying* perlu mendapat perhatian karena dapat memengaruhi kemampuan remaja dalam membangun hubungan sosial yang sehat.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa perkembangan sosial merupakan proses kematangan individu dalam menjalin hubungan dengan orang lain, menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta menerapkan norma dan nilai yang berlaku dalam kehidupan bermasyarakat. apabila terganggu, dapat menimbulkan

rendahnya rasa percaya diri, kesulitan berinteraksi dengan orang lain, cenderung menarik diri dari lingkungan, menjadi pendiam, serta mengalami hambatan dalam membangun hubungan sosial yang positif.

2.2.2. Perkembangan Emosional

Perkembangan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengenali, mengelola, serta mengekspresikan perasaannya melalui berbagai bentuk perilaku, baik secara verbal maupun nonverbal, seperti melalui kata-kata, ekspresi wajah, maupun tindakan lainnya (Nurhayati et al., 2023).

Emosi merupakan perasaan yang dimiliki anak secara fisiologis maupun psikologis sebagai bentuk respons terhadap berbagai peristiwa di sekitarnya. Emosi berpengaruh terhadap cara anak berpikir dan bertindak sesuai dengan perasaan yang dialaminya. Umumnya, emosi bersifat sementara dan berbeda dengan suasana hati yang cenderung lebih bertahan lama. Sementara itu, perkembangan sosial pada anak usia dini terjadi ketika mereka mulai memiliki kemampuan untuk berinteraksi dan menjalin hubungan dengan teman sebaya, orang tua, serta orang-orang di lingkungan sekitarnya (Septiani *et al.*, 2023).

Kemampuan individu dalam mengelola emosi secara efektif berperan penting dalam membantu mereka menghadapi berbagai bentuk ketegangan dalam kehidupan sehari-hari. Regulasi emosi dapat dipahami sebagai kemampuan seseorang untuk mengendalikan serta menyesuaikan respons emosional yang muncul sesuai dengan tuntutan situasi yang dihadapi (Maricha, 2024).

Siswa yang memiliki regulasi emosi yang baik cenderung lebih mampu mengelola tekanan psikologis, termasuk tekanan yang muncul akibat pengalaman *bullying*. Kemampuan ini memungkinkan siswa untuk mengembangkan strategi koping yang lebih sehat dan adaptif dalam menghadapi permasalahan tersebut (Baiti & Setiawati, 2023).

Regulasi emosi yang optimal pada masa remaja berkontribusi terhadap kestabilan emosi. Remaja dengan kemampuan regulasi emosi yang baik mampu melakukan penyesuaian antara harapan dan realitas yang dihadapi, sehingga mereka dapat menyikapi permasalahan dengan lebih tenang dan rasional (Fahrnisa, 2022). Perilaku yang mempengaruhi gangguan perkembangan emosional seperti: mengalami trauma dan rasa takut, mudah marah atau emosional, perilaku pemberontakan

Menurut Peplau (1952), hubungan interpersonal merupakan inti dari praktik keperawatan yang berperan dalam membantu individu mengatasi berbagai permasalahan psikologis dan emosional. Hubungan interpersonal yang positif dapat meningkatkan kemampuan berkomunikasi, mengurangi kecemasan, serta mendukung fungsi psikososial individu.

Dukungan yang diberikan oleh perawat, guru, keluarga, dan teman sebaya melalui hubungan yang suportif dapat membantu korban mengembangkan mekanisme koping yang lebih adaptif serta memulihkan kondisi sosial emosionalnya. Dengan demikian, teori Peplau mendukung bahwa hubungan interpersonal yang baik merupakan salah satu faktor penting dalam membantu remaja yang menjadi korban *bullying* agar mampu beradaptasi dan mencapai perkembangan sosial emosional yang optimal

Secara keseluruhan, *bullying* memberikan dampak yang serius terhadap perkembangan sosial dan emosional siswa, oleh karena itu diperlukan perhatian dan pendampingan yang tepat agar korban dapat kembali membangun rasa percaya diri, kemampuan bersosialisasi, serta kestabilan emosinya.

2.2.3. Faktor yang mempengaruhi perkembangan sosial emosional

Menurut Hurlock (2002), terdapat tiga faktor utama yang memengaruhi perkembangan sosial anak yaitu faktor lingkungan keluarga, faktor lingkungan di luar rumah dan faktor pengalaman sosial anak. Faktor-faktor ini saling berkaitan dan berperan penting dalam

membentuk kemampuan anak untuk berinteraksi serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Faktor lingkungan keluarga memiliki peran penting dalam membantu anak mencapai kematangan sosial. Anak perlu belajar bagaimana berinteraksi dan menyesuaikan diri dengan orang lain sejak dini. Proses perkembangan sosial ini sangat dipengaruhi oleh pola asuh, bimbingan, serta perlakuan orang tua dalam mengenalkan berbagai aspek kehidupan sosial dan norma-norma yang berlaku di masyarakat. Orang tua tidak hanya berperan dalam memberikan arahan, tetapi juga menjadi teladan bagi anak dalam menerapkan nilai dan norma tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Lingkungan di luar rumah menjadi sarana penting bagi anak untuk memperluas pengalaman sosialnya. Interaksi dengan berbagai individu seperti teman sebaya, anak yang lebih muda, maupun orang dewasa, anak belajar menjalankan peran sosial sesuai dengan situasi dan lingkungan yang dihadapinya. Pengalaman ini membantu anak mengembangkan keterampilan sosial, seperti kerja sama, komunikasi, dan toleransi

Pengalaman sosial yang dialami anak sangat memengaruhi proses perkembangan sosialnya, apabila anak memiliki pengalaman sosial yang kurang baik, misalnya dibatasi secara berlebihan untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar, hal tersebut dapat menghambat kemampuan anak dalam bersosialisasi. Sebaliknya, pengalaman sosial yang positif akan membantu anak menjadi lebih percaya diri dan mampu beradaptasi dengan baik dalam kehidupan bermasyarakat.

Selain dipengaruhi oleh keluarga, sekolah, dan teman sebaya, kemampuan remaja dalam beradaptasi terhadap pengalaman yang dialaminya juga menjadi faktor yang memengaruhi perkembangan sosial emosional.

Menurut Roy (2009), manusia merupakan individu yang memiliki kemampuan untuk beradaptasi terhadap berbagai perubahan maupun tekanan yang berasal dari lingkungan. Dalam teori ini, pengalaman *bullying* dipandang sebagai suatu stimulus yang dapat menimbulkan stres pada remaja.

Setiap individu akan memberikan respons yang berbeda, baik berupa respons adaptif maupun maladaptif, bergantung pada kemampuan mereka dalam menghadapi pengalaman tersebut. Apabila proses adaptasi berlangsung secara tidak efektif, maka dapat terjadi gangguan pada konsep diri, fungsi peran, hubungan sosial, serta kondisi emosional individu. Oleh karena itu, teori Roy menjelaskan bahwa kemampuan adaptasi remaja terhadap pengalaman *bullying* berperan penting dalam menentukan perkembangan sosial emosionalnya.

2.2.4. Kajian Penelitian Relevan

Tabel 2.1. Kajian Penelitian yang Relevan

No	Nama	Judul	Metodologi	Hasil
1.	(Haq, Rochmawati & Susanto, 2025)	Hubungan antara dampak <i>bullying</i> dengan perkembangan sosial pada siswa MTs Negeri	Penelitian ini menggunakan metode <i>kuantitatif</i> dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> serta teknik <i>purposive sampling</i> dengan jumlah sampel sebanyak 170 responden dari total populasi 296 siswa.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan dan sangat kuat antara dampak <i>bullying</i> dengan perkembangan sosial siswa
2.	(Pragholapati, Muliani & Aryanti, 2020)	Hubungan <i>bullying</i> dengan kemampuan sosial pada remaja di SMK X Kota Bandung	Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> , populasi yang diambil sebanyak 103 orang, menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan namun dengan korelasi yang lemah antara <i>bullying</i> dan kemampuan sosial pada remaja.
3.	(Sari, Indari & Kunto, 2026)	Hubungan <i>bullying</i> dari teman dengan kesehatan mental	Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> yang melibatkan 143 siswa kelas	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara <i>bullying</i> dan kesehatan mental

No	Nama	Judul	Metodologi	Hasil
		emosional anak usia sekolah di SDN Pandanwangi 3 Kota Malang	IV dan V.	emosional anak.
4.	(Anggraeni <i>et al.</i> , 2024)	Analisis perkembangan sosial emosional korban <i>bullying</i> pada siswa SMA	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner terbuka, observasi, wawancara, dan dokumentasi.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa <i>bullying</i> berdampak signifikan terhadap perkembangan sosial dan emosional siswa.
5.	(Nurazizah, Fajrin & Ana, 2024)	Hubungan perilaku <i>bullying</i> terhadap interaksi sosial siswa SD Negeri 1 Gondang kabupaten tulungagung.	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional yang melibatkan siswa kelas IV dan VA SD Negeri 1 Gondang.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara <i>perilaku bullying</i> terhadap interaksi sosial siswa SD negeri 1 Gondang.
6.	(Septiani <i>et</i>	Dampak <i>bullying</i>	Penelitian ini menggunakan pendekatan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa

No	Nama	Judul	Metodologi	Hasil
	al., 2023)	terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini	kualitatif dengan pendekatan studi kasus dengan metode wawancara pada anak yaitu FH dan AK.	adanya hubungan antara <i>perilaku bullying</i> terhadap Perkembangan sosial emosional pada anak berinisial FH dan AK
7.	(Mumtaz & Dasalinda, 2024)	Pengaruh interaksi sosial terhadap perilaku <i>bullying</i> siswa kelas X SMA Martia Bhakti.	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif asosiatif dengan <i>sample</i> berjumlah 120 orang.	Hasil menunjukkan terdapat pengaruh antara interaksi sosial terhadap perilaku <i>bullying</i> .
8.	(Delvati & Lega, 2025)	Dampak perilaku <i>bullying</i> terhadap perkembangan sosial emosional anak usia remaja 11-14 tahun.	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif maupun hasil dari wawancara. Penelitian ini dilakukan di asrama santo Aloysiun Turi dengan informan 12 orang.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa para korban mengalami perubahan pada perkembangan sosial dan emosional.
9.	(Mariyam et al., 2025)	Hubungan perilaku <i>bullying</i> terhadap kemampuan interaksi	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pendekatan <i>Cross Sectional</i> yang melibatkan siswa kelas 8	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku <i>bullying</i> dengan kemampuan interaksi sosial

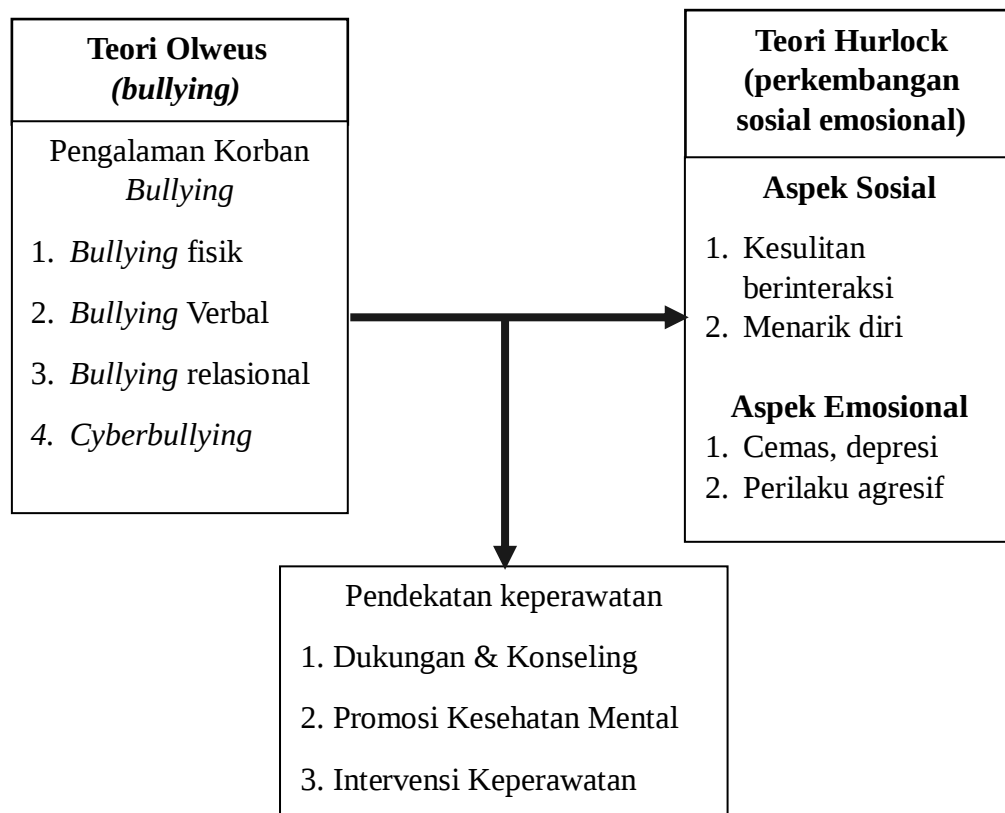
No	Nama	Judul	Metodologi	Hasil
		sosial dan kepercayaan diri pada siswa/siswi di SMP Negeri 26 Bandar Lampung	yang berjumlah 133 responden. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner.	
10.	(Annisa et al., 2026)	Analisis dampak <i>bullying</i> terhadap perilaku emosional siswa di UPT SD Negeri 013 Ganting	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dan pendekatan studi kasus dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Penelitian ni melibatkan siswa dikelas IV UPT SD Negeri 013 Ganting.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara <i>bullying</i> dengan perilaku emosional siswa.

Berdasarkan penelitian terdahulu, telah banyak kajian yang membahas hubungan *bullying* dengan berbagai aspek seperti interaksi sosial, kesehatan mental, dan perkembangan emosional. Namun, penelitian ini memiliki kebaruan dengan memfokuskan pada pengalaman sebagai korban *bullying* secara spesifik serta hubungannya dengan perkembangan sosial emosional siswa. Penelitian terdahulu masih jarang menggunakan OBVQ untuk mengukur pengalaman *bullying* dan SDQ untuk mengukur perkembangan sosial emosional pada siswa SMK.

Pengalaman menjadi korban *bullying* yang terjadi secara berulang dapat memberikan dampak terhadap berbagai aspek perkembangan remaja. Salah satunya yang paling menonjol adalah terganggunya perkembangan sosial emosional, yang ditandai dengan kesulitan menjalin hubungan dengan teman sebaya, menurunnya kepercayaan diri, kesulitan mengendalikan emosi serta hambatan dalam penyesuaian sosial. Oleh karena itu teori *bullying* dan teori perkembangan sosial emosional saling berkaitan.

2.3. Kerangka Teori

Gambar 2.1. Kerangka Teori



Sumber : (Olweus, 1993), (Hurlock, 2002).

Kerangka teori ini menjelaskan hubungan antara pengalaman korban *bullying* dengan perkembangan sosial dan emosional individu. Berdasarkan teori Olweus, *bullying* merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara berulang dan terjadi karena adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban. Pengalaman *bullying* tersebut kemudian menimbulkan dampak pada perkembangan individu.

Menurut teori Hurlock (2002), dampak tersebut berupa gangguan sosial seperti rendahnya rasa percaya diri dan kesulitan berinteraksi, serta gangguan emosional seperti trauma, mudah emosional, dan perilaku pemberontakan.

Pengukuran dalam penelitian ini dilakukan menggunakan instrumen OBVQ untuk mengidentifikasi pengalaman *bullying* dan SDQ untuk menilai kondisi sosial dan emosional.