

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja

1. Pengertian remaja

Remaja merupakan individu yang melalui tahap perkembangan sejak masa anak-anak menuju dewasa, serta terjadi suatu perubahan-perubahan baik dari segi biologis, kognitif, serta emosional (Kardiana & Westa, 2015).

Remaja merupakan individu yang melalui masa pertumbuhan dan perkembangan, perkembangan ini berlangsung antara usia 10 tahun hingga 19 tahun (Abrori & Qurbaniah, 2017).

2. Perkembangan remaja

a. Perkembangan fisik

Perubahan fisik remaja dimulai dari masa pra-remaja. Masa pra-remaja, akan adanya perubahan-perubahan fisik pada diri individu yang sangat cepat dan menjadi sempurna setelah menjadi remaja. Ciri-ciri perubahan fisik remaja:

1) Remaja wanita

Pada tahap ini akan ditandai dengan pertumbuhan pada tulang, peningkatan tinggi badan, payudara membesar, dan tumbuhnya bulu halus pada daerah intim serta ketiak, menstruasi, serta membesarnya pinggul dan paha.

2) Remaja pria

Pada tahap ini akan terjadi peningkatan tinggi badan, meningkatnya pertumbuhan tulang, bertumbuhnya jakun yang memicu perubahan suara, tumbuh bulu halus di kemaluan dan ketiak, produksi sperma mulai diproduksi pada masa ini, mimpi basah, serta otot-otot lengan dan paha menjadi kuat (Karyanti, 2018).

b. Perkembangan kognitif

Perkembangan kognitif atau intelektual pada remaja usia 11-15 tahun ditandai dengan besarnya keinginan untuk memahami dunia luar. Pada masa ini remaja mulai mengembangkan ide-idenya. Perkembangan kognitif remaja ditandai dengan perubahan mental pada remaja seperti : belajar, berfikir, daya ingat, penalaran, dan bahasa (Pieter & Lubis, 2010).

c. Perkembangan emosi

Pada dasarnya kondisi emosi pada remaja sering mengalami ketidakstabilan sehingga mengakibatkan remaja kurang mengontrol emosi. Ketidakmampuan remaja dalam mengontrol emosi menyebabkan remaja mengalami stress. Pada periode ini, remaja akan menghadapi berbagai tekanan emosi yang bersifat psikologis dan fisik. Hormon juga mempengaruhi emosi remaja. Remaja dapat dikatakan matang secara emosi apabila mampu mengontrol emosi, mampu mengungkapkan emosi dengan cara yang baik dan bisa diterima (Pieter & Lubis, 2010).

B. Bullying

1. Pengertian *Bullying*

Bullying merupakan perilaku yang agresif, perilaku ini biasanya dilakukan oleh satu atau lebih remaja yang ditandai dengan intimidasi, pelecehan, dan kekerasan fisik (Shore, Leanza, & Chaisson, 2014).

Bullying merupakan suatu bentuk perilaku kekerasan, penindasan, dan pemaksaan secara psikologis maupun fisik terhadap individu yang lebih lemah. Pelaku *bullying* biasanya memiliki kekuasaan dalam melakukan penindasan terhadap korban. Sementara korban dianggap sebagai individu yang lemah, tak berdaya, dan selalu terancam (Zakiyah et al., 2019).

Bullying atau intimidasi adalah tindakan yang merupakan bentuk agresi langsung atau tidak langsung yang dapat melibatkan tindakan

fisik, verbal, atau psikologis dan bertujuan untuk melukai anak atau remaja yang menjadi korban (Mishna, 2012).

2. Penyebab *Bullying*

Priyatna Andri (2010) Faktor utama terjadinya perilaku *bullying*:

a. Faktor Keluarga

- 1) Orangtua yang kurang memberikan perhatian terhadap remaja.
- 2) Pola asuh dari orangtua yang selalu memberi kebebasan terhadap remaja, sehingga remaja memiliki kebebasan terhadap tindakan yang dia inginkan.
- 3) Orangtua yang memiliki pola didik yang keras, akan membentuk remaja mengikuti gaya perlakuan dari orangtua di lingkungan luar.
- 4) Remaja yang kurang dalam pengawasan orangtua
- 5) Pengaruh anggota keluarga yang memiliki perilaku kekerasan akan memicu remaja mengikuti perlakuan di lingkungan luar.

b. Pergaulan atau teman sebaya

- 1) Seorang remaja yang Bergaul pada lingkungan yang kurang baik akan memicu remaja dalam melakukan *bullying*.
- 2) Seorang remaja yang bergaul dengan remaja yang sering melakukan perilaku kekerasan, akan memicu remaja mengikuti perilaku tersebut.
- 3) Remaja dari status sosial yang tinggi biasanya melakukan perilaku *bullying* demi mendapatkan penghargaan dan julukan hebat dari teman-temannya.

c. Sekolah

Kurangnya pengawasan dari pihak sekolah dan sering diabaikan oleh pihak sekolah mengakibatkan pelaku *bullying* mendapat penguatan terhadap perilaku *bullying*. Selain itu, *bullying* disekolah terjadi karena kurangnya bimbingan etika dari guru dan

kurangnya peraturan-peraturan yang tegas terhadap remaja yang melakukan perilaku *bullying* (Mushlih, 2018).

d. Media sosial

Media sosial seperti televisi, film dan video game dapat membentuk pola perilaku *bullying* pada anak. Anak-anak cenderung mengikuti perilaku kekerasan dan atau perkelahian yang berdampak buruk pada perilaku remaja dimana hal ini dapat menumbuhkan perilaku remaja yang keras dan kasar yang menjadi awal perilaku *bullying* yang dilakukan remaja kepada teman-temannya disekolah (Mushlih, 2018).

3. Bentuk – Bentuk *Bullying*

Menurut (Wibowo, 2019) bentuk-bentuk *bullying* antara lain :

a. *Bullying* fisik

Bullying yang terjadi akibat sentuhan fisik antara pelaku dan korban dan dapat dilihat secara kasat mata. Contoh *bullying* fisik antara lain menendang, mencubit, memukul, menjambak, mendorong, menampar dan disakiti menggunakan benda atau alat.

b. *Bullying* verbal

Bullying yang terjadi dengan perilaku kasar yang dilakukan terhadap korban melalui ucapan atau kata-kata. Jenis *bullying* ini dapat menyakiti seseorang hanya dari perkataan. Contoh *bullying* verbal ialah mengancam, membentak, merendahkan, memaki, menghina dan melontarkan kata-kata kasar/kotor kepada korban.

c. *Bullying* psikologis

1) *Bullying* non verbal langsung

Bullying yang dilakukan dengan pandangan ekspresi muka yang sinis dan penuh ancaman terhadap korban. Dalam *bullying* ini biasanya disertai *bullying* fisik dan *bullying* verbal.

2) *Bullying* non verbal tidak langsung

Pada *bullying* ini, seseorang mendiamkan korban serta mengucilkan, mengabaikan, memfitnah, menakut-nakuti dan meneror dan diejek melalui media sosial.

4. Dampak *bullying*

Dampak dari *bullying* antara lain:

a. Dampak fisik

Bullying fisik dimana terdapat perilaku kekerasan terhadap korban akan berdampak pada fisik korban, dampak fisik yang terjadi pada korban seperti luka atau lebam pada anggota tubuh korban, sakit kepala, sakit perut dan lainnya.

b. Dampak psikologis

Dampak *bullying* psikologis akan berefek jangka Panjang pada korban. Dampak dari *bullying* ini akan mengakibatkan terjadinya interaksi sosial yang buruk, memiliki harga diri yang rendah, korban cenderung menarik diri dari lingkungan, korban ingin keluar dari sekolah, dan jika masih bertahan di sekolah maka akan mengganggu atau menurunnya prestasi belajar, sering tidak masuk sekolah dan bahkan yang paling membahayakan ialah timbulnya gangguan psikologis pada korban (Mulyani, 2017).

Menurut Priyatna Andri 2010, dampak dari perilaku *bullying* antara lain :

a. Ansietas

Ansietas atau Kecemasan merupakan suatu perasaan takut atau cemas terhadap suatu ancaman yang menyebabkan kegelisahan seseorang. Ketika cemas, individu memiliki perasaan tidak nyaman, takut atau memiliki firasat yang buruk. Terdapat dua aspek dalam ansietas yaitu aspek sehat dan membahayakan. Ansietas diklasifikasikan atas tiga macam yaitu ansietas ringan, ansietas

sedang, dan ansietas berat. Macam-macam dari ansietas tersebut mengakibatkan perubahan fisiologis serta emosional pada individu. Berikut ini merupakan macam-macam dari ansietas:

1) Ansietas ringan

Ansietas ringan merupakan perasaan individu yang berbeda dari biasanya dimana lebih membutuhkan perhatian yang khusus. Pada tingkatan ini biasanya terjadi peningkatan motivasi belajar, penyelesaian masalah, dan melindungi diri.

2) Ansietas sedang

Ansietas sedang merupakan perasaan individu yang terganggu sehingga mengakibatkan individu menjadi gugup, perasaan jengkel, kesal, dan gelisah.

3) Ansietas berat

Ansietas berat merupakan perasaan individu yang benar-benar berbeda dimana terjadi suatu ancaman yang akan membuat perasaan takut hingga stress pada korban. Pada ansietas berat, individu akan mengalami panik berat, fikiran tidak rasional serta perasaan ingin pergi dari lingkungan yang mengancam (Videbeck, Sheila L 2016).

b. Harga diri rendah

HDR (harga diri rendah) adalah perasaan yang tidak dihargai atau tidak berarti bagi orang lain karena hilangnya kepercayaan diri seseorang itu sendiri. Pada seseorang dengan harga diri rendah akan muncul perasaan tidak mampu, pesimis dalam hidup, penurunan produktivitas, dan individu menjadi tidak memperhatikan penampilan dirinya seperti berpakaian kurang sesuai, kurangnya nafsu makan, sikap tunduk dan tidak berani dalam menatap lawan bicara (Keliat, Budi 2011).

c. Menarik diri

Menarik diri adalah tingkah laku seseorang yang tidak ingin berinteraksi atau kontak langsung dengan seseorang atau

masyarakat disekitar. Isolasi sosial ialah tindakan dimana individu menarik diri dari lingkungan dan bahkan tidak mau ketika diajak berbicara. Individu yang memiliki perilaku isolasi sosial merasa ditolak, kesepian, dan merasa tidak diterima (Yusuf, Fitryasari, & Nihayati, 2015).

d. Depresi

Depresi merupakan perasaan sedih atau gangguan mood seseorang terhadap suatu masalah yang dihadapi dan dapat berdampak negatif terhadap pikiran individu. Seseorang yang mengalami depresi akan mengalami gangguan seperti gangguan emosi, motivasi hidup, perubahan tingkah laku, serta gangguan-gangguan kognitif lainnya (Lubis, Namora, 2009).

e. Bunuh diri

Bunuh diri merupakan perasaan individu yang ingin mengakhiri hidupnya akibat masalah yang tidak terselesaikan, sehingga muncul keinginan seseorang untuk mengakhiri hidupnya. Kondisi ini terjadi terhadap seseorang yang mengalami gangguan perasaan, hal ini biasanya terjadi pada seseorang yang mengalami depresi.

Bunuh diri terdiri dari dua kategori:

1) Bunuh diri langsung

Bunuh diri langsung merupakan tindakan yang disengaja dengan maksud untuk mengakhiri hidupnya sendiri. Contohnya antara lain gantung diri, menusuk diri sendiri dengan benda tajam, dan atau minum racun secara sengaja

2) Bunuh diri tidak langsung

Bunuh diri tidak langsung merupakan perasaan individu yang tersembunyi dan tidak disengaja yang dapat mengakibatkan bunuh diri. Contohnya antara lain makan secara berlebihan, penggunaan zat terlarang, tidak patuh terhadap tim medis (Videbeck, Sheila L 2016).

C. Depresi

1. Pengertian Depresi

Depresi merupakan perasaan yang terganggu pada seseorang disertai rasa sedih, murung, putus asa, dan tidak bahagia. Seseorang yang mengalami depresi biasanya memiliki persepsi negatif terhadap stresor, sehingga semua masalah dianggap negatif. Dari persepsi tersebut, muncullah pikiran “saya sial, saya buruk, saya tidak berguna”. Kondisi ini akan diperburuk dengan tidak adanya dukungan dari keluarga dan orang terdekat (Riyadi & Purwanto, 2009).

Depresi adalah sakit akibat adanya pengaruh pada psikososial seseorang yang terjadi di lingkungan sekitar. Depresi dapat dipicu oleh stress yang kurang cepat ditangani sehingga akan berdampak sampai pada depresi berat, ringan, dan sedang. Seseorang dikatakan depresi jika mengalami gangguan seperti gangguan psikologis, semangat untuk hidup, perubahan kepribadian, serta gangguan kognitif lainnya (Lubis, Namora L 2009).

Depresi dapat timbul akibat suatu kejadian yang tidak menyenangkan seperti kehilangan anggota keluarga atau orang terdekat, putus cinta, dan perilaku di sekolah (*Bullying*). Seseorang yang tidak memiliki coping yang kuat, harga diri rendah, merasa tidak berdaya sangat beresiko mengalami depresi.

2. Penyebab depresi

Faktor penyebab depresi antara lain:

a. Fisiologis

Depresi dapat disebabkan oleh suatu penyakit menahun dan tidak kunjung sembuh contohnya HIV/AIDS, tumor, jantung dan lain-lainnya. Hal ini mengakibatkan muncul perasaan pesimis, sedih, dan murung yang berkelanjutan hingga tahap frustrasi.

b. Psikologis

1) Duka cita

Depresi dapat disebabkan karena kehilangan orang-orang yang dicintai dan dihormati misalnya orangtua, saudara kandung, suami, istri dan anak. Kesedihan yang berlarut-larut dapat mengakibatkan depresi.

2) Kesedihan yang mendalam

Depresi dapat disebabkan karena kesedihan yang mendalam. Faktor penyebabnya ialah penderitaan yang tidak pernah usai misalnya tindakan *bullying*, masalah yang datang terus menerus, serta penyakit yang tidak kunjung sembuh.

3) Masalah pekerjaan

Depresi juga dapat disebabkan oleh masalah pekerjaan misalnya pada individu yang mengalami PHK dan dikeluarkan dari pekerjaan.

4) Masalah studi

Masalah studi dapat menyebabkan seorang pelajar mengalami depresi misalnya tidak naik kelas ataupun terjadi tindakan *bullying* di sekolah.

c. Putus asa

1) Putus asa akan terjadi pada pelajar yang belajar dengan sungguh-sungguh tetapi tidak berhasil mendapat nilai yang bagus.

2) Pada pelamar kerja, ketika para pelamar sudah berusaha melamar pekerjaan tetapi masih menganggur maka akan muncul rasa putus asa yang tinggi.

3) Putus asa juga terjadi pada orangtua yang berusaha mendidik anak-anaknya dengan baik, tetapi anaknya malah terjerumus ke dalam pergaulan bebas, memberontak, membangkang, bahkan sampai narkoba. Keadaan ini akan mengakibatkan

perasaan sedih, kecewa, putus asa serta frustrasi hingga depresi pada orang tua.

- 4) Putus asa karna mendapatkan perlakuan yang tidak adil (Surbakti, 2010).

3. Gejala depresi

Tanda atau gejala dari depresi yaitu:

a. Data subjektif

Dari data subjektif, individu biasanya tidak mau mengatakan pendapat dan enggan untuk berinteraksi dengan orang lain. Hal ini mengakibatkan keluhan somatik seperti nyeri dada serta abdomen, sakit kepala, merasa dirinya rendah, tidak ada semangat untuk hidup, merasa tidak memiliki tujuan hidup, dan bisa berujung bunuh diri. Gejala lain yang timbul yaitu pasien mudah tersinggung dan ketidakmampuan dalam konsentrasi belajar.

b. Data objektif

Dari data objektif, individu biasanya menunjukkan ekspresi wajah yang murung, gerakan tubuh lambat, tubuh melengkung serta gaya duduk yang malas, lemas, lelah serta mengalami penurunan keinginan untuk makan, tidak bisa tidur (insomnia) serta sering menangis. Gejala yang biasanya terjadi pada pasien psikosa depresi ialah:

- 1) Perasaan bersalah yang mendalam.
- 2) Pikiran tidak rasional (irasional).
- 3) Halusinasi.
- 4) Menunjukkan sikap bermusuhan (hostility).
- 5) Mudah tersinggung (irritable).
- 6) Perawatan diri yang kurang (Riyadi & Purwanto, 2009)

Menurut Lubis, Namora L 2009, tanda dan gejala depresi pada remaja adalah sebagai berikut:

a. Mood yang berubah ubah dan atau mudah tersinggung

Gangguan mood biasanya dialami oleh para remaja. Hal ini mengakibatkan menurunnya aktivitas seperti olahraga, bermain, belajar, dan sekolah. Gangguan mood menjadi ciri paling utama dari depresi. Penyebab dari gangguan mood pada remaja ialah faktor genetik dari orangtua atau kerabat yang mempunyai gangguan mood. Orangtua yang mengalami depresi beresiko pada gangguan mood anaknya. Adapun faktor lain misalnya faktor biologi pada masa pubertas dimana terjadi peningkatan dan penurunan hormon, dan juga faktor sosial yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitar (Sadock, Benjamin J & Sadock, Virginia A 2017).

b. Marah

Marah merupakan keadaan normal dan terjadi akibat tanggapan terhadap situasi yang tidak adil, individu merasa tidak dihormati terhadap haknya, atau saat keinginan individu tidak terpenuhi secara utuh. Namun, ketika kemarahan diungkapkan secara tidak tepat, misalnya menekan dan menyangkal, maka akan muncul masalah pada diri sendiri seperti migrain dan tensi menjadi naik dari batas normal dapat pula muncul masalah emosional yaitu depresi dan harga diri rendah pada individu (Videbeck, Sheila L 2016).

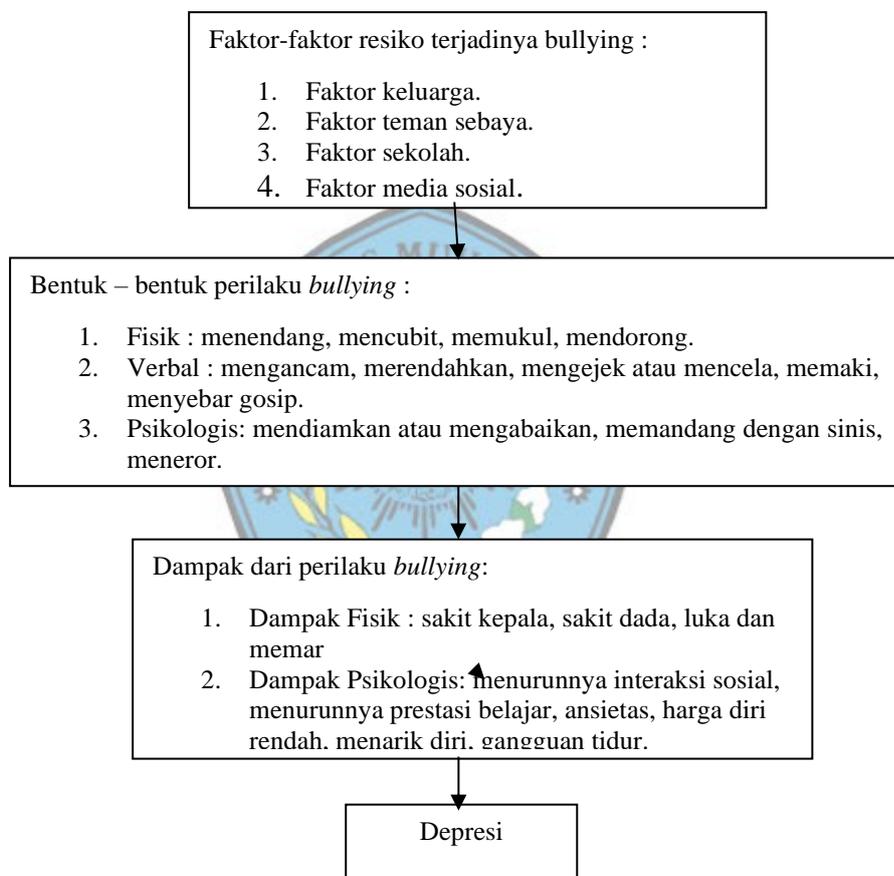
c. Kesulitan tidur (insomnia)

Insomnia merupakan kondisi dimana individu sulit tidur atau mempertahankan konsistensi tidur pada malam hari baik waktu tidur maupun jangka waktu tidur. Insomnia terjadi karena ansietas. Penyebab lainnya ialah kehilangan, perubahan dalam hidup sampai stress, dan depresi berat biasanya dimulai dari insomnia akut (Sadock, Benjamin J & Sadock, Virginia A 2017).

Tanda dan atau gejala lain dari depresi pada remaja ialah hilangnya minat remaja dalam menyelesaikan sesuatu seperti

tugas sekolah, berkurangnya rasa senang dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti belajar disekolah yang menyebabkan menurunnya konsentrasi dalam belajar, kurangnya nafsu makan yang menyebabkan penurunan berat badan serta mengantuk pada siang hari (Lubis, Namora L 2009).

D. Kerangka Teori



Skema 2.1 : kerangka teori

Sumber : Priyatna, Andri(2010), Wibowo (2019), Mulyani (2017)

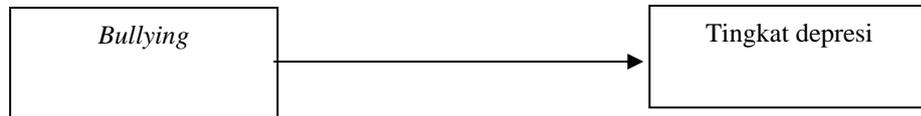
E. Kerangka Konsep

Penelitian ini nantinya akan meneliti tentang Dampak *bullying* terhadap tingkat depresi remaja di SMP Negeri 29 Semarang

Agar lebih jelas secara sistematis konsep kerangka pada penelitian ini diuraikan sebagai berikut :

Variabel independen

Variabel dependen



F. Variabel Penelitian

Variabel independen : *Bullying*

Variabel dependen : Tingkat depresi

G. Hipotesis

Hipotesis merupakan pendapat atau dugaan sementara yang belum teruji dan perlu di buktikan kebenarannya. Pembuktian dengan cara analisis dengan menunjukan apakah hipotesis ditolak atau diterima .

Hipotesis yang dapat dimunculkan penelitian ini ialah :

Ha : ada pengaruh dampak *bullying* terhadap tingkat depresi remaja di SMP Negeri 29 Semarang.