

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Perundungan

2.1.1 Pengertian Perundungan

(Nagy et al., 2023:3), perundungan merupakan perilaku intimidasi yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang oleh pihak yang berkuasa terhadap pihak yang lemah dengan tujuan menyakiti. Perundungan merupakan sebuah situasi dimana terjadinya penyalahgunaan kekuatan dan kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang maupun kelompok. Perundungan bukanlah perilaku yang normal, karena pelaku menggunakan kekuasaan mereka untuk melancarkan aksi terhadap korban perundungan. Menurut Ken Rigby dalam (Pendidikan & Madrasah, 2022:14), perundungan merupakan sebuah hasrat untuk menyakiti, aksi ini dilakukan secara sadar dan langsung oleh seorang individu maupun kelompok yang lebih kuat dan berkuasa, tanpa rasa tanggung jawab, dilakukan berulang kali dan dengan perasaan senang.

Kasus perundungan tidak hanya terjadi di jenjang SMP dan SMA, tetapi juga terjadi di sekolah dasar. Di sekolah dasar biasanya terjadi aksi mengejek dan memukul, hingga korban menjadi minder, takut, dan tidak percaya diri ketika di sekolah. Faktor terjadinya perundungan diantaranya, perbedaan karakter individu, ekonomi, adanya rasa iri hati (Pratiwi & Wahyuni, 2020:100).

Dari pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa perundungan ialah perbuatan tidak terpuji yang dilakukan secara sengaja oleh seseorang ataupun kelompok untuk menyakiti pihak yang lemah hingga menimbulkan rasa trauma pada korban.

2.1.2 Jenis-jenis Perilaku Perundungan

2.1.2.1 Perundungan Fisik

Perundungan fisik merupakan perundungan yang paling terlihat. Perundungan fisik antara lain memukul, menendang, mencakar, serta meninju hingga membuat korban takut, kesakitan, dan menangis (ZAKIYAH et al., 2017:328).

2.1.2.2 Perundungan non fisik

Perundungan non fisik merupakan perundungan yang tidak terlihat, hanya korban yang merasakan sakit ketika mendapat rundungan. Perundungan non fisik antara lain mengejek, merendahkan, mengancam, memermalukan (Mufrihah, 2016:136).

Jenis perundungan dapat dibedakan menjadi dua, yaitu perundungan fisik dan non fisik. Perundungan fisik seringkali terjadi secara spontan, ada yang memicu, maupun karena bercanda yang berlebihan. Sedangkan perundungan non fisik yang terjadi antara lain, saling mengejek, menjelekkkan teman, dan memanggil teman menggunakan nama orang tua.

2.1.3 Faktor-faktor Perilaku Perundungan

2.1.3.1 Keluarga

Pelaku perundungan seringkali berasal dari keluarga yang bermasalah, seperti *broken home*, orang tua yang terlalu sering menghukum anaknya secara berlebihan, suasana rumah yang penuh dengan permusuhan, interaksi atau komunikasi yang buruk dengan orang tua. Seorang anak akan berkeinginan melakukan perundungan ketika melihat berbagai konflik yang terjadi di dalam keluarganya. Maka dari itu, lingkungan keluarga sangat penting bagi pembentukan karakter anak. Anak yang memiliki hubungan baik dan erat dengan orang tua, seperti perhatian orang tua, kasih sayang orang tua, maupun dukungan orang tua akan membentuk karakter yang baik juga pada anak. (ZAKIYAH et al., 2017:327).

2.1.3.2 Faktor Teman Sebaya

Salah satu penyebab adanya perilaku perundungan yaitu teman sebaya. Pelaku biasanya siswa yang pada awalnya tidak pernah melakukan perundungan, namun karena adanya keinginan untuk berbaur dengan kelompok siswa yang memiliki kekuatan dan kekuasaan, akhirnya siswa yang pada awalnya tidak pernah merundung menjadi suka merundung siswa yang lemah. Jika siswa memiliki teman yang berperilaku buruk, maka siswa yang pada

awalnya tidak berperilaku buruk cenderung meniru temannya yang berperilaku buruk tersebut (Yogyakarta, 2018:798).

2.1.3.3 Ketidakseimbangan antara Pelaku dengan Korban

Kekurangan fisik seringkali menjadi faktor terjadinya perundungan, khususnya di sekolah dasar. Siswa yang memiliki kekurangan pada fisik tidak jarang diejek teman-temannya hingga korban merasa minder dan tidak percaya diri (Mayasari et al., 2019:401).

Perundungan terjadi disebabkan karena pelaku merasa paling berkuasa dan berani diantara teman-temannya. Pelaku perundungan biasanya agresif, ingin populer, ingin ditakuti teman-temannya, pedendam, suka menyepelkan siswa yang biasa-biasa saja. Siswa yang memiliki kekurangan fisik juga seringkali menjadi korban perundungan, diejek dengan memanggil apa yang menjadi kekurangan pada siswa tersebut. Tidak jarang juga bercanda secara berlebihan dapat berujung perundungan.

2.1.4 Dampak Perilaku Perundungan

Dampak perilaku perundungan fisik terhadap korban antara lain cedera fisik, gangguan kecemasan, depresi, rendah diri, dan dapat menimbulkan rasa penakut pada korban (Sukriani, 2019:49).

Perilaku perundungan non fisik dapat menyebabkan korban merasa tidak nyaman di sekolah, merasa diasingkan oleh teman-temannya, sering menangis di kelas, dan prestasi menurun (Suci et al., 2021:236).

Perilaku perundungan merupakan kasus serius yang memang harus dicegah karena sangat merugikan, terutama pihak yang menjadi korban perundungan. Dampak perundungan bagi korban antara lain minder, sering menyendiri, tidak suka bergaul, tidak percaya diri, dan merasa takut.

2.2 Percaya Diri

2.2.1 Pengertian Percaya Diri

Percaya diri merupakan suatu keyakinan seseorang dalam berperilaku sesuai dengan kemampuan. Percaya diri disebut juga sikap keyakinan atas kemampuan diri sendiri untuk melakukan sesuatu yang positif, Lauster (dalam M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, 2019:17).

Maslow dalam (Rosyida, 2013:3), menyatakan bahwa percaya diri merupakan modal dasar untuk pembentukan aktualitas diri. Dengan percaya diri, orang akan mampu mengenal dan memahami dirinya sendiri. Sementara itu, jika seseorang tidak memiliki kepercayaan diri akan menghambat proses pembentukan potensi diri. Jadi, orang yang tidak percaya diri akan selalu pesimis dalam menghadapi tantangan dan sering membandingkan dirinya dengan orang lain.

Membentuk rasa percaya diri sangat penting, karena rasa percaya diri tidak muncul dengan sendirinya, akan tetapi kesadaran dalam diri seseorang serta dorongan dari keluarga ataupun lingkungan sekitar yang dapat mendukung agar seseorang bisa percaya diri. Faktor yang

mempengaruhi kepercayaan diri antara lain kondisi fisik, lingkungan keluarga, dan pengalaman hidup (Rais, 2022:41).

Rasa percaya diri ialah salah satu aspek penting yang ada pada individu berupa keyakinan akan kelebihan dan kemampuan individu itu sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, optimis, dan bertanggung jawab.

2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Percaya Diri

Menurut (Thalib, 2016:34), faktor-faktor yang mempengaruhi percaya diri antara lain:

2.2.2.1 Lingkungan Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan hidup yang pertama bagi manusia. Pola asuh dari orang tua merupakan hal yang paling penting dalam pembentukan karakter dan rasa percaya diri pada anak. Keinginan atau harapan orang tua terhadap anak akan menjadi penilaian dalam memandang dirinya, ketika anak mampu memenuhi keinginan atau harapan orang tua dan keberhasilannya diakui oleh orang tua, maka anak akan lebih percaya diri.

2.2.2.2 Pendidikan Formal

Sekolah merupakan lingkungan kedua bagi anak, sekolah merupakan lingkungan yang cukup berperan bagi anak setelah lingkungan keluarga. Siswa yang terlalu sering dihukum akan lebih sulit untuk membentuk kepercayaan dirinya dibanding dengan siswa yang sering dipuji karena kepintaran atau prestasinya.

2.2.2.3 Kondisi Fisik

Kondisi fisik adalah keadaan yang terlihat secara langsung dan melekat pada diri seseorang. Kondisi fisik merupakan faktor yang paling sering ditemui. Seseorang yang merasa puas dengan kondisi fisiknya akan merasa lebih percaya diri. Sebaliknya, seseorang yang merasa memiliki fisik yang tidak sesuai harapan dapat menimbulkan kurangnya rasa percaya diri.

Kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi yang baik di lingkungan sosial individu. Rasa percaya diri tidak tumbuh begitu saja, ada proses tertentu dalam dirinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri yang mana prosesnya tidaklah instan melainkan melalui proses yang panjang yang berlangsung sejak dini. Pola asuh orang tua merupakan faktor yang paling mendasar bagi pembentukan rasa percaya diri anak, orang tua yang memberikan perhatian, cinta, dan kasih sayang akan menumbuhkan rasa percaya diri pada anak.

2.2.3 Manfaat Percaya Diri

Menurut Satiadarma dalam (Mathematics, 2016:18), menyatakan kepercayaan diri dapat memberi dampak positif bagi individu antara lain:

2.2.3.1 Emosi

Percaya diri dapat menumbuhkan emosi positif dan sikap optimis, seseorang akan mudah mengendalikan dirinya. Ketika seseorang memiliki rasa percaya diri, seseorang akan lebih mampu

menguasai dirinya dan bertindak dengan tenang. Dapat dengan tenang ketika ingin mengambil suatu pilihan atau keputusan.

2.2.3.2 Konsentrasi

Dengan memiliki rasa percaya diri, seseorang akan lebih berfokus pada apa yang menjadi tujuannya tanpa adanya rasa khawatir akan sesuatu yang mungkin dapat menghalangi tujuannya tersebut.

2.2.3.3 Sasaran

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi, seseorang cenderung menyukai sesuatu yang menurutnya menantang, karena ia akan mendorong dirinya untuk berupaya lebih baik. Sedangkan seseorang yang kurang memiliki rasa percaya diri cenderung memilih sasaran yang mudah.

2.2.3.4 Usaha

Seseorang dengan kepercayaan diri yang tinggi tidak mudah menyerah atau putus asa dalam meraih impiannya. Seseorang akan memaksimalkan usahanya sampai membuahkan hasil. Sebaliknya, seseorang yang tidak memiliki rasa percaya diri, ia akan menyerah dan patah semangat ketika menemukan kesulitan ditengah meraih cita-citanya.

2.2.3.5 Strategi

Seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi akan membentuk berbagai bentuk strategi untuk memperoleh hasil

usahanya. Ia akan mencoba berbagai macam strategi dan berani mengambil risiko atas strategi yang dikembangkannya. Sebaliknya, seseorang yang kurang akan rasa percaya diri cenderung tidak mau mencoba strategi lain dan bertindak statis.

2.2.3.6 Momentum

Dengan rasa percaya diri, seseorang dapat menjadi lebih positif, tenang, liat, tidak mudah putus asa, terus berusaha membentuk strategi dan membuka peluang bagi dirinya sendiri. Alhasil, hal ini akan memberikan kesempatan pada dirinya untuk memperoleh saat yang tepat untuk bertindak. Tanpa adanya kepercayaan diri, usaha seseorang akan terbatas, peluang yang dikembangkannya juga akan terbatas, sehingga momentum untuk bertindak juga terbatas.

Rasa percaya diri adalah rasa percaya yang ada pada diri seseorang bahwa seseorang tersebut berhasil melakukan sesuatu sesuai dengan keinginan, yang mampu membuat dirinya menjadi pribadi yang lebih baik. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri hidupnya menyenangkan, ia akan melihat kehidupannya dari sisi positif dan berharap mencari pengalaman-pengalaman baru dengan hasil yang bagus.

2.2.4 Proses Pembentukan Rasa Percaya Diri

Menurut Hakim dalam (ZAKIYAH et al., 2017:18), secara garis besar untuk membentuk rasa percaya diri yang kuat harus melalui empat proses, antara lain:

2.2.4.1 Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan tahap perkembangannya.

2.2.4.2 Pemahaman seseorang terhadap kelebihan yang dimilikinya dan menumbuhkan keyakinan kuat untuk dapat melakukan segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihannya.

2.2.4.3 Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kekurangan yang dimilikinya agar tidak timbul rasa rendah diri.

2.2.4.4 Pengalaman dalam menjalani aspek kehidupan dengan memanfaatkan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Kepercayaan diri diawali dengan terbentuknya kepribadian yang baik sesuai perkembangannya, pemahaman diri terhadap kelebihan dan kekurangan, reaksi positif terhadap kekurangan, serta adanya pengalaman memanfaatkan kelebihan sehingga rasa percaya diri dapat dibentuk. Kepercayaan diri dibentuk melalui suatu proses pembelajaran yang panjang tentang bagaimana cara merespon berbagai rangsangan dari luar seseorang melalui interaksi dengan lingkungan sekitar.

2.2.5 Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Menurut Rini dalam (Rosyida, 2013:19), menyatakan bahwa orang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi akan mudah bergaul secara fleksibel, memiliki toleransi yang cukup baik, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, mampu menentukan langkah dalam kehidupan.

Beberapa aspek kepercayaan diri positif yang dimiliki seseorang seperti yang diungkapkan Lauster dalam (Rosyida, 2013:19) sebagai berikut:

2.2.5.1 Rasa yakin dengan kemampuan diri merupakan sikap positif individu tentang dirinya bahwa memahami sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.

2.2.5.2 Optimis adalah sikap positif seseorang yang selalu memiliki pandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, keinginan, dan kemampuannya.

2.2.5.3 Objektif yaitu seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan memandang suatu permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut dirinya sendiri.

2.2.5.4 Bertanggung jawab adalah kesanggupan seseorang dalam menanggung segala sesuatu yang akan menjadi konsekuensinya.

2.2.5.5 Rasional dan realistis yaitu menganalisa suatu masalah, suatu hal, atau suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang sesuai kenyataan.

Aspek kepercayaan diri yang positif adalah memiliki toleransi yang tinggi, bertanggung jawab dalam mengambil keputusan, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain maupun lingkungan, yakin akan kemampuan diri. Sikap percaya diri yang tinggi berarti seseorang tersebut memiliki sikap

optimis, yakin, teguh, maupun komitmen penuh dalam mengambil suatu pilihan atau keputusan.