

SUMBER-SUMBER RESILIENSI PADA REMAJA KORBAN PERUNDUNGAN DI SMK NEGERI X JAKARTA

Fhobie Claudia¹⁾, Shanty Sudarji²⁾

Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, Jakarta

¹⁾fhobieclaudia.fc@gmail.com, ²⁾gbu120711@gmail.com

ABSTRACT: *Adolescence student's bullying behavior causing bad impact for the physic, mental, and social of the vully-victims. Thereby, victims needs resilience to be revved from their traumatic experience. This study aims to find out the sources of resilience of victims of abuse. This research using qualitative method with case study approach case study. Resilience is the ability of a person to successfully copyng and revived from their unpleasant experience. Collecting data technique using interview and observation. Data analyze technique using coding, organizing data, thematic analysis, interpretation and data credibility using triangulation source technique to sampling based on opinion. The result of research showed that, from 5 subyect, there one subyect, H who isdominant in all aspect such as I am, I can, and I have. The subjects of 'AO' and 'B' are more dominant at the source I am, subject 'A' is more dominant in the source I have. Whereas subject 'N' is more dominant in the source I have. The study concludes that there are family factor, community, emotional regulation, optimism, self-efficacy, and religiosity factors that influence the resilience of adolescents. In conclusion, there is only one subyect who has resilience, but the other subyect doesn't has all the aspects of I am, I can, and I have, while in other subjects is only dominant in one source of resilience. To has resilience, a person must have all of the aspect, such as I am, I can, and I have.*

Keywords: Resilience, bully-victims, adolescence

ABSTRAK: Perilaku perundungan pada remaja yang dilakukan di lingkungan sekolah menimbulkan dampak buruk secara fisik, mental, dan sosial bagi korban. Dengan demikian, korbannya membutuhkan resiliensi untuk bangkit dari pengalaman traumatis tersebut. Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk dapat berhasil dalam mengatasi atau bangkit kembali dari pengalaman hidup yang tidak menyenangkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sumber-sumber resilien korban perundungan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus kepada lima remaja korbang perundungan. Teknik yang digunakan dalam pengambilan data adalah wawancara dan observasi. Teknik analisa data yang digunakan meliputi koding, organisasi data, analisis tematik, tahapan interpretasi dan mengetahui keabsahan data dengan menggunakan teknik triangulasi sumber untuk pengujian terhadap dugaan. Hasil penelitian ini dapat di simpulkan bahwa dari lima subyek terdapat satu subyek yakni H dominan di semua aspek pada sumber *I am, I can, dan I have*. Subyek AO dan B lebih dominan pada sumber *I am*, subyek A lebih dominan di sumber *I have*. Sedangkan subyek N lebih dominan di sumber *I have*. Studi menyimpulkan bahwa ada faktor keluarga, komunitas, regulasi emosi, optimisme, *self-Efficacy*, dan religiusitas yang mempengaruhi proses resilien remaja. Dapat di simpulkan bahwa hanya satu subyek yang resiliensi, sedangkan pada subyek-subyek lain hanya dominan di satu sumber dalam membentuk resiliensi, hal ini belum bisa dikatakan resilien. Sedangkan untuk menjadi resiliensi harus memiliki semua aspek dalam sumber *I am, I can, dan have*.

Kata kunci: Resiliensi, korban perundungan, remaja

PENDAHULUAN

Selama 30 tahun terakhir, perundungan menjadi salah satu ancaman serius terhadap perkembangan anak dan penyebab potensial kekerasan dalam lingkungan sekolah (Smokowski & Kopasz, 2005 dalam Putri, Nauli, & Novayelinda, 2015). Perundungan merupakan salah satu permasalahan yang dijumpai oleh remaja, orang tua, guru dan menjadi perhatian global. Provis (dalam Putri, Nauli, & Novayelinda, 2015) mengungkapkan fenomena seputar perilaku perundungan sudah terjadi sejak tahun 1960 akhir atau sekitar awal permulaan tahun 1970 di Sweden.

Hal yang serupa di ungkapkan oleh Espelage dan Swearer (dalam Brown, 2012) perundungan adalah bentuk kekerasan sekolah yang paling umum saat ini. Sebuah riset yang dilakukan oleh *LSM Plan International* dan *International Center for Research on Women (ICRW)* (dalam Lestari, 2016) menunjukkan sebanyak 84% anak di Indonesia mengalami kekerasan di sekolah seperti perkelahian, dan perundungan secara fisik. Angka tersebut lebih tinggi dari tren di kawasan Asia yakni 70%. Data lain lagi menyebutkan bahwa jumlah anak sebagai pelaku perundungan di sekolah mengalami kenaikan dari tahun ke tahun.

Kementerian Sosial (Kemensos) mencatat terdapat 253 kasus perundungan, sebanyak 122 anak menjadi korban dan 131 anak menjadi pelaku dalam kurun waktu 8 bulan dari Januari awal sampai Agustus 2017 (Muthmainah, 2017). Kementerian Sosial (Kemensos) juga mencatat sebanyak 85% anak usia 12 tahun hingga 17 tahun pernah menjadi korban perundungan (Kasus perundungan anak, 2017). Dalam survei yang dilakukan oleh *International Center for Research on Women (ICRW)* bahwa Indonesia menempati peringkat pertama dalam kasus kekerasan di lingkungan sekolah, dengan persentase 84 %. Persentase tersebut masih lebih tinggi jika di bandingkan dari Vietnam 79%, Nepal 79%, Kamboja 63% dan Pakistan 43% (dalam Mukhtar, 2017).

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) juga mencatat bahwa kasus perundungan terjadi di kalangan anak-anak di lingkungan sekolah sebesar (87.6%). Dari angka (87.6%) tersebut, (29.9%) perundungan dilakukan oleh guru, (42.1%) dilakukan oleh teman sekelas, dan (28.0%) dilakukan oleh teman lain kelas (Putri, Nauli, & Novayelinda, 2015).

Yayasan Semai Jiwa (dalam Surilena, 2016) melakukan penelitian pada 2008 mengenai kasus perundungan di kalangan pelajar, kemudian mendapati bahwa kasus perundungan paling besar di Indonesia terjadi di 3 kota besar, yaitu Yogyakarta, Surabaya, dan Jakarta. Banyaknya kasus perundungan terjadi di SLTA dengan persentase 67,9% siswa/i dan 66,1% siswa/i SLTP dengan kategori tertinggi kekerasan psikologis, seperti pengucilan, dan peringkat kedua adalah kekerasan verbal (mengejek) dan fisik (memukul). Sebanyak 43,7% untuk tingkat SMA dengan kategori tertinggi kekerasan psikologis berupa pengucilan. Peringkat kedua ditempati kekerasan verbal (mengejek) dan terakhir kekerasan fisik seperti memukul (Januarko, 2013).

Olweus (dalam Sari, 2010) mengatakan perundungan bukan merupakan fenomena baru di lingkungan sekolah. Tindakan-tindakan seperti memaki, menebar gosip, menampar, menginjak kaki, mencibir, mengancam dan lain sebagainya sudah sering dilakukan oleh remaja, baik di sekolah dasar maupun di sekolah menengah. Hal ini didukung dalam penelitian yang dilakukan Salmon, dan kawan-kawan (2018) mengatakan jenis-jenis perundungan yang dilakukan pada orang lain, seperti mendapatkan ancaman, dilukai secara fisik, dilukai menggunakan senjata atau benda tajam, diejek, membedakan ras dan budaya, membedakan gender, mengatakan tentang fisik, dan *cyberbullying*.

Penelitian yang dilakukan oleh Bond, Carlin, Thomas, Rubin, dan Patton mencatat bahwa pada siswa menengah Australia usia 13 tahun yang mengalami perundungan, menjelaskan adanya hubungan perundungan dengan kesehatan

psikologis, seperti memiliki risiko depresi dan kecemasan yang lebih tinggi selama tahun ajaran berikutnya (dalam Rothon, Head, Klineberg, & Stansfeld, 2011). Fekkes, dkk (dalam Kowalski dan limer, 2013) menambahkan bahwa ada efek kesehatan fisik dari anak-anak korban perundungan yang bisa terlihat seperti sakit perut, masalah tidur, sakit kepala, depresi, mengompol, kelelahan, dan nafsu makan yang buruk setelah diganggu. Selain itu korban perundungan mengalami dampak baik secara fisik, psikologis dan kesejahteraan sosial Due, dkk (dalam Pitrie, 2014).

Riauskina, Djuwita dan Soesetio (dalam Tatyagita & Handayani, 2014) menjelaskan ada dampak negatif bagi korban perundungan, seperti remaja menerima ejekan dari teman sebayanya, maka ia akan merasa tertekan dan perasaan tertekan ini akan menimbulkan emosi yang negatif, seperti rasa marah, dendam, kesal, tertekan, takut, malu, sedih, tidak nyaman, terancam, namun tidak berdaya menghadapinya. Dalam jangka panjang emosi-emosi itu akan berpengaruh pada dirinya dan dapat berujung pada munculnya perasaan rendah diri bahkan tidak berharga. Panggabean, ddk (2015) mengatakan bahwa perundungan memberikan dampak psikologi bagi korbannya. Korban perundungan akan mengalami depresi, rendah diri, dan akhirnya menarik diri dari pergaulan sosial. Lereya, Copeland, Costello, dan Wolke (2015) mengungkapkan kekerasan pada korban perundungan memiliki efek bagi kesehatan fisik dan mental seperti kecemasan, depresi, peningkatan resiko menyakiti diri sendiri, upaya untuk bunuh diri dan menyebabkan efek kesehatan jangka panjang di dewasa awal bahkan sampai dewasa akhir.

Olweus (dalam Ahmad, 2017) mendeskripsikan perundungan sebagai suatu perilaku yang disengaja terjadi berulang-ulang dan adanya penyalahgunaan kekuasaan dari pelaku. Siswa yang mendapatkan perilaku tersebut umumnya tidak memiliki keberanian untuk melawan temannya yang lebih kuat sehingga mereka

lebih banyak diam ketika dijahili, diejek, atau ketika mendapat kekerasan secara fisik. Selain itu Edwards mengatakan perilaku perundungan paling sering terjadi pada masa-masa sekolah menengah atas (SMA), dikarenakan pada masa ini remaja memiliki *egosentrisme* yang tinggi (dalam Usman, 2013). Salah satu bentuk sifat egoisentrisme di masa remaja yang sering muncul adalah perilaku perundungan, Meskipun begitu di masa ini seorang remaja diharapkan mampu untuk mengontrol perasaan mereka serta mampu untuk mengendalikan dan memahami gejala emosi sehingga akan tercapai kondisi emosional yang adaptif dengan begitu remaja akan mampu menyelesaikan tugas-tugas perkembangan dengan baik (Paramitasari & Alfian, 2012).

Selain itu remaja merupakan fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, berlangsung antara usia 12 sampai 21 tahun. Masa remaja terdiri dari masa remaja awal usia 12-15 tahun, masa remaja pertengahan usia 15-18 tahun, dan masa remaja akhir usia 18-21 tahun (Monks, et al, dalam Darmasih, Setiyadi, & Gama, 2011). Masa remaja disebut juga sebagai periode perubahan, tingkat perubahan dalam sikap, dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan perubahan fisik. Salah satu kenakalan yang dilakukan pada masa remaja adalah perndungan, tindakan perundungandilakukan yang dimana remaja ingin mendapatkan kekuasaan atau mencari popularitas dalam suatu kelompok atau individu (Hurlock dalam Putra, 2013).

Kasus perundungan terjadi di sekolah SMKN 56, Jakarta Timur. Kepala Sudin Pendidikan Wilayah I Jakarta Utara, Budi Sulistiyo mengungkapkan bahwa ada perilaku perundungan yang terjadi di lingkungan sekolah antar senior dan junior. Pelaku melakukan tendangan dan tamparan, dimana korban sempat menangis dan meminta ampun, namun pelaku tetap bersihkukuh melakukan penganiyaan (dalam Yusuf, 2017). Berdasarkan hasil wawancara pribadi kepada tiga korban perundungan yang berinisial A, S, dan N dari ketiga subyek dua subyek A dan N mengalami trauma dalam lingkungan

sosial dan melukai diri sendiri ketika mengalami perundungan. Untuk subyek A merasa perundungan yang selama ini ia terima tidak ada yang peduli akan keadaan dirinya, yang membuat dirinya melakukan percobaan bunuh diri. Subyek N melukai dirinya karena merasa keluarga adalah tempat ia berlindung, namun juga melakukan perundungan terhadap dirinya, karena sulit untuk mengatasi situasi tersebut ia melukai dirinya sendiri. Sedangkan subyek N memandang perundungan sebagai motivasi untuk dirinya bangkit dan membuktikan bahwa perundungan selama ini tidak membuat dirinya semakin terpuruk dalam situasi tersebut. Seperti yang tertulis pada Pasal 54 UU No 35 tahun 2014 tentang Perlindungan Anak, berbunyi “anak di dalam dan di lingkungan satuan pendidikan wajib mendapatkan perlindungan dari tindak kekerasan fisik, psikis, kejahatan seksual, dan kejahatan lainnya yang dilakukan oleh pendidik, tenaga kependidikan, sesama peserta didik, dan atau pihak lain.” Jelas tertera peraturan yang melindungi anak dari kekerasan (KPAI dalam Khoirunnisa, 2017).

Setiap individu memiliki cara dalam menghadapi tekanan dalam dirinya. Seperti yang di ungkapkan oleh Rutter (2012) bahwa masing-masing individu memiliki perbedaan dalam menanggapi kesulitannya masing-masing, dan memiliki keseimbangan yang berbeda-beda antara pengaruh yang dihasilkan antara pengaruh negatif dan pengaruh positif. Maka dari itu seseorang membutuhkan resiliensi agar dia bisa bangkit dari keterpurukan atau situasi yang tertekan. Dalam kehidupan manusia resiliensi memiliki makna dalam menghadapi berbagai tekanan. Perkembangan resiliensi dalam kehidupan akan membuat individu mampu mengatasi stres, trauma, dan masalah lainnya dalam proses kehidupan (Henderson, 2003). Jika individu tidak memiliki resiliensi dalam dirinya, maka individu tersebut akan menjadi lemah dan tak berdaya (dalam Purnomo, 2014). Grotberg (2005) mengatakan secara sederhana resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit kembali dari kondisi terpuruk. Terdapat tiga

sumber-sumber resiliensi, yaitu ; *I am*, *I can*, dan *I have*, resilien dapat ditingkatkan ketika dukungan diberikan (*I have*), ketika kekuatan dari dalam diri seperti kepercayaan diri, sikap optimis, sikap untuk menghargai dan empati dikembangkan (*I am*), dan ketika kemampuan interpersonal dan memecahkan masalah diperoleh (*I can*) (dalam Tatyagita dan Handayani, 2014). Mengapa diperlukan sumber-sumber dalam membentuk resilien, menurut Grotberg (2000) dalam menghadapi situasi yang tidak menyenangkan dan untuk mengembangkan resiliensi, sangat bergantung pada proses dari tiga sumber-sumber resilien tersebut. Namun ketiga sumber mempengaruhi lamanya proses resilien seseorang, dimana jika hanya satu sumber yang terpenuhi belum dapat dikatakan untuk resilien (dalam Rahmati dan Siregar, 2012).

Seperti yang diungkapkan oleh Frutos dan Vicen (2014) resiliensi bagi remaja merupakan salah satu cara dalam bertahan dari tekanan hidup. Didukung oleh Sari, Sari, dan Hernawaty (2017) yang mengatakan bahwa resiliensi pada remaja merupakan sesuatu yang penting, dengan resiliensi yang baik seseorang mempunyai kemampuan beradaptasi dengan situasi atau permasalahan yang berat dalam hidupnya. Hal serupa di ungkapkan oleh Romeo (2015) remaja yang mengalami peristiwa negatif dalam hidupnya akan lebih resilien ketika menghadapi pengalaman yang sama ketika ia memasuki masa dewasa. Sedangkan Dewi dan Cahyani (2015) menambahkan mengapa resilien penting bagi remaja dikarenakan remaja yang resilien akan tumbuh menjadi orang dewasa yang resilien pula. Remaja yang tidak resilien akan sulit untuk bangkit dari masalahnya dan tidak mampu mengontrol dirinya sendiri.

Sedangkan remaja yang bisa resiliensi mampu untuk secara cepat kembali kepada kondisi sebelum trauma, terlihat kebal dari berbagai peristiwa-peristiwa kehidupan yang negatif, serta mampu beradaptasi terhadap stres yang ekstrim dan kesengsaraan (Holaday, 1997). Newcomb (dalam Widuri, 2012) melihat

resiliensi sebagai suatu mekanisme perlindungan yang memodifikasi respon individu terhadap situasi-situasi yang beresiko pada titik-titik kritis sepanjang kehidupan seseorang. Selain itu menurut Hitiyahubessy, Utami, dan Widiyatmadi (2015) Orang yang resilien menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih dari cukup ketika menghadapi kesulitan. Berdasarkan uraian-uraian sebelumnya, jelas sekali pentingnya resiliensi bagi remaja yang mengalami perundungan. Hanya saja, penelitian mengenai sumber-sumber resiliensi tersebut masih jarang diteliti. Berangkat dari hal tersebut, peneliti melakukan penelitian mengenai sumber-sumber resiliensi dari remaja akhir yang mengalami kekerasan pada masa kanak-kanak. Maka dari itu, tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui sumber-sumber resiliensi pada remaja yang mengalami kekerasan dari orangtua pada masa kanak-kanak.

Resiliensi

Resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk menghadapi, mengatasi, mempelajari, atau berubah melalui berbagai kesulitan yang tidak dapat di hindari dalam kehidupan Grotbert (2003). Menurut Rahmati dan Siregar (2012) setiap orang itu pasti akan mengalami kesulitan ataupun sebuah masalah dan tidak ada seorangpun didunia yang hidup tanpa adanya masalah atau kesulitan dalam dirinya. Sedangkan menurut Tugade dan Frederickson (dalam Swastika, 2012), setiap orang membutuhkan resiliensi, yaitu sebuah usaha untuk melanjutkan hidup setelah tertimpa kemalangan atau sebuah tekanan yang berat, karena satu hal yang kita harus di ingat bahwa hidup penuh dengan rintangan dan cobaan.

Reivich dan Shatte (dalam Prasetyo dan Kustanti, 2014) mengungkapkan resiliensi sebagai kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi ketika menghadapi kejadian dan masalah yang berat dalam hidup. Resiliensi merupakan sebuah kekuatan yang ada dalam diri seseorang untuk mengatasi

permasalahan atau kesulitan di dalam kehidupannya sehari-hari. Hal ini menuntut seseorang untuk mampu menghadapi stres dan tekanan secara lebih efektif, mengatasi tantangan sehari-hari, bangkit dari kekecewaan, kesulitan dan trauma, mengembangkan tujuan yang realistis berinteraksi dengan nyaman dengan orang-orang disekitarnya dan bisa menghargai diri sendiri dan orang lain Brooks dan Goldstein (dalam Tatyagita & Handayani, 2014).

Menurut Bobey (dalam Pulung & Tarmidi, 2012) orang-orang yang disebut individu yang resilien, adalah mereka yang dapat bangkit, berdiri di atas penderitaan dan memperbaiki kekecewaan yang dihadapinya. Resilien sudah ada di setiap orang, artinya setiap individu lahir dengan kemampuan untuk dapat bertahan dalam, penderitaan, kekecewaan, atau tantangan. Resilien seseorang terlihat dengan jelas apabila berada pada tantangan atau masalah. Semakin seseorang bertahan dengan banyak tantangan dan hambatan maka akan terlihat apakah ia telah berhasil mengembangkan karakteristik resilien dalam dirinya atau tidak.

Sumber resiliensi

Menurut Grotberg (2000) (dalam Alvina dan Dewi, 2016) terdapat sumber-sumber yang mempengaruhi resiliensi antara lain : (1) *I am*, (2) *I Can*, (3) *I Have*

I am. Faktor *I am* merupakan kekuatan yang berasal dari dalam diri sendiri. Faktor ini meliputi perasaan, sikap, dan keyakinan di dalam diri anak. Ada beberapa bagian-bagian dari faktor dari *I Am* yaitu: perasaan dicintai dan mencintai; mencintai, empati, dan altruistik; bangga pada diri sendiri; otonomi dan tanggung jawab; dan harapan keyakinan, & kepercayaan.

I Can. Merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran dalam berkomunikasi dengan orang lain, memecahkan masalah dalam berbagai setting kehidupan (akademis, pekerjaan, pribadi dan sosial) dan mengatur tingkah laku, serta mendapatkan bantuan saat membutuhkannya. Ada beberapa aspek

yang mempengaruhi faktor *I Can* yaitu: berkomunikasi; pemecahan masalah; mengelola perasaan dan rangsangan; mengukur tempramen diri dan orang lain; dan mencari hubungan yang dapat dipercaya.

I Have. Faktor *I Have* merupakan dukungan eksternal dan sumber dalam meningkatkan daya lentur. Sebelum anak menyadari akan siapa dirinya (*I Am*) atau apa yang bisa dia lakukan (*I Can*), remaja membutuhkan dukungan eksternal dan sumber daya untuk mengembangkan perasaan keselamatan dan keamanan yang meletakkan fondasi, yaitu inti untuk mengembangkan resiliensi. Aspek ini merupakan bantuan dan sumber dari luar yang meningkatkan resiliensi. Sumber-sumbernya adalah sebagai berikut: *trusting relationship*; struktur dan aturan dirumah; *role model*; dorongan menjadi otonom; dan akses pendidikan, kesehatan, kesejahteraan dan layanan keamanan.

Tahap pembentukan resiliensi

Grotberg (dalam Rahmati dan Siregar, 2012) lima dimensi pembangun resiliensi yaitu trust, autonomy, identity, initiative, dan industry. Sedangkan menurut Reivich dan Shatte (2002) dalam Septiana & Fitria, (2016) , memaparkan tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yaitu regulasi emosi, *Control Impuls*, *Optimisme*, Analisis Kausal, Empati, *Self-efficacy*, *Reaching out*.

Perundungan

Olweus (dalam Sari & Agung 2015) mendeskripsikan perundungan sebagai suatu perilaku yang disengaja terjadi berulang-ulang dan adanya penyalah-gunaan kekuasaan dari pelaku. Siswa yang mendapatkan perilaku tersebut umumnya tidak memiliki keberanian untuk melawan temannya yang lebih kuat sehingga mereka lebih banyak diam ketika dijahili, diejek, atau ketika mendapat kekerasan dari temannya Coloroso (dalam Sari & Agung 2015).

Bentuk-bentuk perundungan

Menurut Yayasan Sejiwa (Muhammad dalam Lestari, 2016), bentuk-bentuk perundungan dapat dikelompokkan dalam tiga kategori, yaitu:

1. Perundungan fisik, meliputi tindakan: menampar, menimpuk, menginjak kaki, menjegal, meludahi, memalak, melempar dengan barang, serta menghukum dengan berlari keliling lapangan atau *push up*.
2. Perundungan verbal, terdeteksi karena tertangkap oleh indera pendengaran, seperti memaki, menghina, menjuluki, meneriaki, memalukan di depan umum, menuduh, menyebar gosip dan menyebar fitnah.
3. Perundungan mental atau psikologis, merupakan jenis perundungan paling berbahaya karena perundungan bentuk ini langsung menyerang mental atau psikologis korban, tidak tertangkap mata atau pendengaran, seperti memandang sinis, meneror lewat pesan atau sms, mempermalukan, dan mencibir.

Remaja

Gunarsa dan Gunarsa (2012) mengatakan bahwa batas umur remaja adalah 12 sampai 22 tahun. Menurut Hurlock *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin *adolescere* yang berarti "tumbuh atau tumbuh menjadidewasa". Istilah *adolesence* mempunyai artilebih luas yaitu mencakup kematanganmental, emosional, sosial, dan fisik (Utami,2015). Papalia (2014) menjelaskan bahwa masa remaja merupakan perubahan perkembangan antara masa anak dan masa deasa yang melibatkan perubahan fisik, kognitif, dan psikososial. Masa perkembangan remaja menurut Wong (dalam Nawafilaty, 2015) Remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, berlangsung antara usia 12 sampai 21 tahun. Masa remaja terdiri dari masa remaja awal usia 12-15 tahun, masa remaja

pertengahan usia 15-18 tahun, dan masa remaja akhir usia 18-21 tahun.

Resiliensi remaja

Menurut Ong, et al (dalam Ruswahyuningsih dan Afiatin, 2015) resiliensi mempunyai pengertian sebagai suatu kemampuan untuk bangkit kembali (*to bounce back*) dari pengalaman emosi negatif dan kemampuan untuk beradaptasi secara fleksibel terhadap permintaan-permintaan yang terus berubah dari pengalaman-pengalaman stress. Mackay dan Iwasaki (dalam Ruswahyuningsih dan Afiatin, 2015) menambahkan bahwa individu yang memiliki kemampuan resilien, sebagai berikut:

- (a) Individu mampu untuk menentukan apa yang dikehendaki dan tidak terseret dalam lingkaran ketidakberdayaan.
- (b) Individu mampu meregulasi berbagai perasaan terutama perasaan negatif yang timbul akibat pengalaman traumatic.
- (c) Individu mempunyai pandangan atau kemampuan melihat masa depan dengan lebih baik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan dan mengolah data yang dibutuhkan yang bersifat deskriptif berupa kata-kata tertulis dan lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati (Poewandari, 2011). Tipe penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Penelitian studi kasus sebagai proses pencarian pengetahuan yang empiris guna menyelidiki dan meneliti berbagai fenomena dalam konteks kehidupan nyata. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 5 orang. Karakteristik subyek dalam penelitian ini, yaitu; remaja korban perundungan, mengalami perundungan verbal, fisik, psikososial, dan lain sebagainya, remaja usia 12-18 tahun. Peneliti melakukan observasi dan wawancara terlebih dahulu ke

beberapa pihak terkait di sekolah X untuk memetakan calon subjek yang sesuai dengan karakteristik penelitian yang telah ditentukan. Teknik sampling yang digunakan ialah teknik *purposive sampling*, yaitu pengambilan subjek yang sesuai dengan karakteristik sampel yang telah ditentukan dalam penelitian. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini ialah observasi dan wawancara. Melalui observasi, peneliti ingin mendapatkan informasi berupa *gesture*, emosi, dan gerakan yang dilakukan langsung saat proses wawancara sedang berlangsung. Wawancara yang digunakan ialah wawancara semi terstruktur di mana peneliti menggunakan panduan wawancara dan dapat menambah pertanyaan sesuai dengan kebutuhan peneliti saat mengumpulkan informasi dari subjek. Teknik analisa data yang digunakan ialah analisis konten induktif. Proses pemeriksaan keabsahan data dapat dilakukan dengan menggunakan triangulasi.

Terdapat 5 subyek dalam penelitian ini, yaitu: H, AO, A, B, dan N.

Tabel 1. Gambaran subyek penelitian

Subyek	Usia	Jenis Perundungan	Lama Mengalami Perundungan
H	17 tahun	Verbal	7 tahun
AO	16 tahun	Verbal, fisik, dan pengucilan.	7 tahun
A	17 tahun	Verbal dan pengucilan.	3 tahun
B	16 tahun	Verbal, Fisik, dan Pungutan Liar.	8 tahun
N	17 tahun	Verbal, Fisik, dan Pungutan Liar.	7 tahun

Ia seorang siswa SMK kelas X. H telah menerima perundungan selama 7 tahun dari kelas 3 SD. Perundungan yang diterima secara verbal mengenai kekurang

fisik yang dimiliki H, seperti membicarakan kepala miring. Hingga ia masuk SMK H dipanggil dengan nama ustad dan kepala miring di lingkungan sekolah.

AO mengalami perundungan selama 7 tahun dari kelas kelas 3 SD. Ketika bermain bersama-teman di lingkungan rumah, ia tidak memiliki teman karena dijauhi akhirnya AO tidak memiliki teman di lingkungannya. Sedangkan di SMP dan SMK AO mengalami perundungan verbal dan pengucilan, seperti mengubah nama dan dijauhi teman satu kelas di anggap gila.

A mengalami perundungan selama 3 tahun dari pertama masuk SMK. Perundungan yang diterima secara verbal dan pengucilan dari teman-teman di lingkungan sekolah, dimana mengubah nama panggilan A hingga dijauhi teman satu kelas karena bertebat dengan teman yang lain.

B mengalami perundungan selama 8 tahun dari kelas 2 SD. Perundungan yang diterima berupa verbal, fisik, dan pungutan liar, memiliki tubuh yang besar menjadikan B bahan perundungan dari teman-temannya. Selain itu ia mengalami kekerasan fisik dari pelaku perundungan karena memiliki tubuh yang besar menyebabkan orang lain terluka, dan pungutan liar yang dilakukan oleh teman-teman dan kakak tingkat.

N mengalami perundungan selama 7 tahun dari kelas 3 SD. Perundungan yang selama ini N terima secara verbal, fisik, dan pungutan liar, seperti membicarakan fisik N yang kecil dan memiliki tubuh yang lemah. Selain itu menerima perilaku secara fisik jika tidak menuruti perintah dari pelaku perundungan seperti pemukulan di bagian kepala dan tubuh, dan adanya pungutan liar yang di lakukan kakak tingkat di dalam kelas dan luar kelas.

semua aspek pada sumber-sumber resilien dalam menghadapi perundungan. Sedangkan subyek-subyek lain masih belum memenuhi setiap aspek untuk resilien dalam menghadapi perundungan, namun mereka dominan di dalam satu sumber resiliensi. Seperti subyek AO yang dominan di sumber *I Am*, subyek B dominan di sumber *I Can* dan subyek A dan N dominan di sumber *I Have*. Subyek AO dominan di sumber *I Am* karena pada saat mengalami perundungan I percaya terhadap dirinya bahwa bisa mengatasi situasi tersebut dan bisa kembali seperti semua tidak adanya perilaku yang diterima dikemudian hari.

Subyek A dominan di pada sumber *I Have* menjelaskan bahwa pada saat mengalami perundungan keluarga (orang tua) dan lingkungan sekolah (guru-guru) yang memperkuat dan mendukung A dalam menghadapi dan bagaimana harus menyikapi perundungan yang dialami dirinya di lingkungan sekolah. Subyek B dominan di sumber *I Can* dalam menyikapi perundungan ia percaya akan kemampuan dan strategi yang dimiliki untuk tepat bertahan dan bisa melawan perundungan yang selama ini ia terima. Subyek N dominan di sumber *I Have* menjelaskan bahwa sampai saat ini ia masih bertahan dan berjuang untuk lebih baik karena adanya dukungan yang diberi oleh kedua orang tua dan teman-teman di sekolah untuk menghadapi perundungan yang selama ini ia terima. Walau ada satu aspek yang belum dimiliki N adalah akses kesehatan dan kesejahteraan dalam dirinya untuk mengatasi perundungan, disebabkan ancaman yang diterima membuat N takut mencari perlindungan atau melaporkan ke orang tua dan pihak sekolah.

Pemenuhan aspek pada masing-masing dapat dilihat pada tabel 2.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian

Berdasarkan hasil wawancara dan analisis diketahui bahwa H, memenuhi

Tabel 2. Gambaran sumber *I am*

Aspek	Subyek yang memenuhi
Bangga terhadap diri sendiri.	H, AO, A, dan B
Mencintai, empati, dan altruistik.	H, AO, A, B, dan N
Harapan, keyakinan, dan kepercayaan.	H, AO, A, B, dan N
Otonomi dan tanggung jawab.	H, AO, A, dan B
Perasaan di cintai dan perilaku menarik.	H, AO, A, B, dan N

Tabel 1. Gambaran sumber *I can*

Aspek	Subyek yang memenuhi
Komunikasi	H, AO, A, dan B
Mencari hunungan yang dapat dipercaya.	H, AO, A, B, dan N
Mengukur tempramen diri sendiri dan orang lain.	H, AO, dan B
Mengelolah perasaan dan rangsangan	H, dan B
Pemecahaan masalah	H, AO, dan B

Tabel 4. Gambaran sumber *I have*

Aspek	Subyek yang memenuhi
Struktur dan aturan rumah	H, AO, A, B, dan N
<i>Role model</i>	H, AO, A, B, dan N
Dorongan untuk menjadi otonomi	H, AO, A, B, dan N
Mempercayai hubungan	H, AO, A, B, dan N
Akses pada kesehatan, pendidikan, kesejahteraan dan layanan keamanan.	H, dan A

Pembahasan

Individu dikatakan resilien jika ia memenuhi semua aspek dalam sumber-sumber resilien tersebut. Grotberg (dalam Desmita, 2011) untuk menjadi resiliensi

harus memiliki semua aspek dalam sumber-sumber resilien, maka dari itu seseorang bisa dikatakan resilien jika aspek-aspek terpenuhi. Resilien di pengaruhi oleh beberapa faktor internal yang meliputi regulasi emosi, optimisme, *self-Efficacy*, dan religiusitas, serta faktor eksternal keluarga dan komunitas. Terdapat perbedaan yang terlihat dari para subyek dalam memenuhi seluruh sumber resilien dan tidak memenuhi sumber resilien.

Subyek H dan N memiliki perbedaan dalam memenuhi aspek bangga terhadap dirinya, dimana dalam menghadapi perundungan H lebih memiliki sikap yang optimis dalam menyikapi perundungan, agar ia tidak menjadi korban perundungan terus menerus dari temannya, ketimbang N yang kurang optimis menyikapi perundungan ia menjadi korban berulang-ulang kali. Ini menjelaskan bahwa optimis ketika menghadapi suatu peristiwa mempengaruhi resilien. Slamet (2014) menjelaskan *optimisme* sebagai suatu sikap individu yang memiliki harapan kuat terhadap segala sesuatu walaupun sedang menghadapi masalah, karena individu tersebut yakin mampu memecahkannya, sebaliknya jika seseorang kurang rasa *optimisme* dalam menghadapi perundungan akan lebih menyalahkan diri sendiri dan akan semakin membuat terpuruk bagi dirinya.

Subyek AO dan A pada aspek mengelolah perasaan dan rangsangan kurangnya pemahaman dalam menyikapi suatu peristiwa secara lebih positif khususnya perundungan, membuat mereka melakukan tindakan kekerasan kepada pelaku perundungan. Tugade dan Fredrickson (dalam Purnomo, 2014) emosi yang positif akan membantu individu menjadi resilien. Widuri (2012) jika individu sulit mengontrol emosi, tingkah laku dan atensi akan berpengaruh dalam mengatur regulasi emosi sulit dalam beradaptasi dan berhubungan dengan orang lain. Hal ini salah satu yang menyebabkan subyek AO dan A tidak terpenuhnya sumber resilien.

Subyek B dan N yang memiliki cara yang berbeda dalam menyikapi

perundungan dan menggambarkan resilien diri dan menjelaskan tentang bagaimana *Self-efficacy* mempengaruhi diri mereka. Reivich dan Shatte (dalam Septiana & Fitria, 2016) sebagai hal yang penting untuk menjadi resilien, karena pada saat individu memiliki rasa kepercayaan diri dalam menghadapi suatu peristiwa maka ia akan berhasil dan sebaliknya Reivich dan Shatte (dalam Septiana & Fitria, 2016) individu yang kurang percaya diri dalam mengatasi masalah secara cepat akan sulit untuk keluar dari situasi tersebut.

Subyek A dan H yang memiliki membuktikan bahwa mereka bisa bertahan dan bangkit karena adanya orang lain yang mendukung baik keluarga dan lingkungan sekolah, Everal, et al., (dalam Ifdil dan Taufik, 2012) menjelaskan keluarga yang ada untuk memberi dukungan dalam situasi yang negatif akan menumbuhkan dan meningkatkan resiliensi. Milstein (dalam Sholichah, 2016) lingkungan sekolah yang nyaman dan baik akan memiliki dampak dalam mengembangkan resilien.

Subyek H dan B dalam menghadapi perundungan memiliki cara yang sama, yaitu lebih mendekati diri secara religiusitas kepada sang pencipta, ketika H dan B mendekati diri secara religiusitas akan merasa puas dan lebih positif memaknai perundungan yang selama ini diterima. Reza dan Herdiana (2012) bahwa spiritualitas atau religiusitas yang tinggi menyebabkan individu memiliki resiliensi tinggi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dalam penelitian ini terdapat satu subyek yang dikatakan resilien karena memiliki setiap aspek dalam sumber-sumber resiliensi. Keempat subyek belum menggambarkan aspek-aspek terbentuknya resilien dalam menghadapi perundungan yang selama ini dialami. Namun setiap subyek dominan di salah satu sumber atau lebih walau belum lengkap memiliki ketika sumber resilien. Seperti subyek AO yang dominan di sumber *I Am*, subyek B

dominan di sumber *I Can* dan subyek A dan N dominan di sumber *I Have*.

Faktor yang mempengaruhi resilien, faktor internal yang meliputi regulasi emosi, *optimisme*, *self-efficacy*, dan religiusitas, serta faktor eksternal keluarga dan komunitas. Terdapat perbedaan yang terlihat dari para subyek dalam memenuhi seluruh sumber resilien dan tidak memenuhi sumber resilien. Remaja korban perundungan yang menggambarkan kepercayaan dirinya *I Am* dalam menghadapi perundungan yang diterima akan membentuk *I Can* dalam dirinya untuk mencari penyelesaian yang lebih positif dalam mengambil suatu keputusan, kemampuan dalam menghadapi dan menyelesaikan situasi yang negatif akan dipengaruhi oleh *I Have* individu tersebut untuk mendorong agar remaja korban perundungan bisa melewati dan mengatasi perilaku tersebut dikemudian hari.

Saran

Penelitian ini disarankan untuk dapat meneliti lebih lanjut mengenai proses terbentuknya resilien khususnya pada remaja korban perundungan, karena dari hasil penelitian ini terlihat bahwa setiap subjek belum mengetahui cara tepat untuk melakukan resiliensi dan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi terbentuknya resilien.

Bagi korban perundungan.

Korban diharapkan dapat mengembangkan dan meningkatkan resiliensi dalam diri dengan cara komunikasi yang jujur dan terbuka dengan keluarga, teman-teman, dan masyarakat, memiliki rasa bangga dan percaya diri, mampu menjadi individu yang mandiri dan bertanggung jawab, berani dalam mengemukakan pendapat dan perasaan dilingkungan, mampu mengambil pelajaran berharga dari pengalaman di masa lalu, serta dapat bertahan menghadapi permasalahan yang dialami dengan cara yang positif (tidak melukai diri sendiri atau hanya berdiam diri), serta mengikuti kegiatan konseling dan konsultasi yang di sekolah. Selain itu dalam mencegah perilaku perundungan, remaja dapat

mencari bantuan kepada orang-orang di sekitar kita, berani melaporkan kepada orang tua dan pihak sekolah.

Bagi orang tua korban perundungan. Disarankan untuk menjalankan komunikasi kepada anak, agar mereka terbuka akan masalah-masalah yang sedang dihadapi dalam dirinya. Mengikuti berbagai seminar yang berkaitan tentang anak yang diselenggarakan dari sekolah. Mengetahui gambaran mengenai dampak-dampak yang di alami korban perundungan, serta memberikan informasi bagi orang tua mengenai cara meningkatkan resiliensi bagi korban perundungan. Orang tua juga di harapkan memahami setiap perilaku dari anak ketika mengalami gejala-gejala dari perilaku perundungan. Memberi dukungan dan bantuan kepada anak pada saat mengalami perundungan atau situasi sulit. Dukungan dari orang tua merupakan salah satu komponen resiliensi dan mempunyai peran yang penting karena anak percaya bahwa ia mempunyai keluarga yang dapat diandalkan dalam menghadapi tekanan.

Bagi pihak sekolah. Sebagai bahan pertimbangan pihak sekolah untuk melakukan penyuluhan dini bagaimana mendeteksi dan bagaimana cara menghadapi perundungan melalui psikoedukasi seperti seminar, kampanye positif sosial media, kepada remaja ataupun orangtua tentang bagaimana mengembangkan resiliensi dalam diri remaja ketika menghadapi situasi yang sulit saat ini ataupun yang akan tang. Pihak sekolah membangun lingkungan dengan rasa aman dan nyaman bagi remaja. kepada pihak sekolah menghimbau para pendidik tidak melakukan perundungan, walupun dalam bentuk candaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, S. A. (2017, Juli 18). Bullying bukan guyonan. Metro Tv. Diunduh dari <http://news.metrotvnews.com/news/4KZEZ3Ek-bullying-bukan-guyonan>
- Akbar, G. (2013). Mental *imagery* mengenai lingkungan sosial yang baru pada korban *bullying*. *Ejurnal Psikologi*. 1(1), 23-37.
- Alvina, S., Dewi, F. I. (2016). Pengaruh harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa dengan pengalaman *bullying* di perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Psibernetika*, 9 (2), 156-162.
- Ahmad, S. (2016). Pengembangan modul bimbingan pribadi sosial untuk meningkatkan resiliensi siswa korban bullying. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*. 03(1), 82-89.
- Brown, C. (2012). Bullying and school crisis intervention. *Jurnal of Humanities and Social Science*, 2(7), 1-5.
- Calista, D., Garvin. (2018). Sumber-sumber resiliensi pada remaja akhir yang mengalami kekerasan dari orangtua pada masa kanak-kanak. *Jurnal Psibemetika*. 11(1): 67-78
- Darmasih, R., Setiyadi, N. A., dan Gama, A. (2011). Kajian perilaku sex pranikah remaja SMA di Surakarta. *Jurnal Kesehatan*, 4(2), 111-119.
- Diponegoro, A. M., Ru'iyah, S. (2013). Peran religiusitas islami dan kesehatan subyektif terhadap pemaafan remaja siswa madrasah aliyah negeri III Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 2(1), 12-27.
- Dewi, G. K., Cahyani, H. B. (2015). Resiliensi pada remaja yatim piatu yang tinggal di panti asuhan. *Jurnal SPIRITS*. 5(2), 29-36.
- Desminta. (2013). *Psikologi perkembangan peserta didik: Panduan bagi orang tua dan guru dalam memahami psikologi anak usia SD, SMP, dan SMA*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Ederly, R. (2016). Childhood Bullying, Loneliness and Resiliency—A Critical Review of the Literature.

- Journal of Behavioral and Brain Science*. 6, 81-84.
- Frutos, T. H., Vicen, N. D. (2014). Factors of risk and protection/resilience in adolescent scholar bullying. *Jurnal Revista Internacional DE Sociologia (RIS)*. 73(3), 583-608.
- Gunarsah, Y, S, D., Gunarsah, S. (2012). *Psikologi remaja*. Jakarta : PT BPK Gunung Mulia.
- Grotberg, E. H. (2003). *Resiliensi for Today : Gaining Strength from Adversity*. Wesport: Preager Publisher.
- Gulo. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Grasindo.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologi sebuah pengantar*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Ifdil., Taufik. (2012). Urgensi peningkatan dan pengembangan resiliensi siwa di sumarta barat. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. 8(2), 115-121.
- Januarko, W. (2013). Studi tentang penanganan korban *bullying* pada siswa smp se-kecamatan trawas. *Jurnal BK UNSESA*. 04(02), 383 - 389
- Kowalski, R. M., Limber, S. P. (2013). Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying. *Jurnal of adolescent Health*,53(2013) S13-S20.
- Lestarai, W. S. (2016). Analisis faktor-faktor penyebab *bullying* di kalangan peserta didik. *Sosio Didaktika : Social Science Education Jutnal*. 3(2), 147-157.
- Lauren, Robert, Dennis, Charney, Linda dan Steven. (2015). How does social support enhance resilience in the trauma-exposed individual?. *Ecology and Society*, 20(4), 1-10.
- Muthmainah, D. A. (2017, Juli 22). Semakin banyak yang melaporkan kasus 'bullying'. *CNN Indonesia*. Diunduh dari <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20170722163858-277-229641/semakin-banyak-yang-melaporkan-kasus-bullying>
- Mukhtar, U. (2017, Februari 22). Indonesia peringkat tertinggi kasus kekerasan di sekolah. *Republika.oc.id*. Diunduh dari <http://nasional.republika.co.id/berita/nasional/umum/17/02/22/olqnn2383-indonesia-peringkat-tertinggi-kasus-kekerasan-di-sekolah>
- Notoatmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- NN. (2017). Kasus bullying anak meningkat pada 2017. *Viva.com*. Diunduh dari <https://www.viva.co.id/berita/nasional/938446-kasus-bullying-anak-meningkat-pada-2017>
- Nawafilaty, T. (2015). Persepsi terhadap keharmonisan keluarga, *self disclosure* dan *delinquency* remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 4(2), 175-182.
- Papalia, D. E., Fellman, D. R., & Martorell, G. (2014). *Menyelami Perkembangan Manusia* (ed. 2). Jakarta :Salemba.
- Poerwandari, E. K. (2011). *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Depok : Lembaga Pengembangan Sarana dan Pendidikan Psikologi (LPSP3)
- Paramitasari, R., & Alfian, I. N. (2012). Hubungan antara kematangan emosi dengan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. 1(02), 1-7.
- Pulung, A, J, S., dan Tarmidi. (2012). Gambaran resiliensi pada pekerja anak yang mengalami *abuse*. *Predicara Jurnal Ilmiah Kajian Perilaku*, 1(2).
- Putra, N. F. P. (2013). Peranan komunikasi interpersonal orang tua dan anak dalam mencegah perilaku seks pranikah di SMA Negeri 3 samarinda kelas XII. *E-journal Ilmu Komunkasi*, 1(3), 35-53.
- Prasetyo, A. R., & Kustanti, E. R. (2014). Bertahan dengan lupus : Gambaran

- resiliensi pada odapus. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(2), 19-26.
- Purnomo, N. A. (2014). Resiliensi pada pasien troke ringan ditinjau dari jenis kelamin. *Jurnal Ilmu Psikologi Terapan*, 02(02), 241-262.
- Petrie, K. (2014). The relationship between school climate and student bullying. *Journal of Christian Education*. 8(1), 25-35.
- Putri, H., Nauli, F., Novayelinda, R. (2015). Factor-faktor yang berhubungan dengan perilaku *bullying* pada remaja. *JOM*. 2(2) , 1149-1159.
- Pratiwi, A. C., Hirmaningsih. (2016). Hubungan coping dan resiliensi pada perempuan kepala rumah tangga miskin. *Jurnal Psikologi*. 12(2), 68-73.
- Rahmati, N., dan siregar, M. A. (2012). Gambaran resiliensi pada pekerja anak yang mengalami abuse. *Predicare Jurna Ilmiah Kajian Prilakul*. 1(2), 69-80.
- Rachman, D. N. (2014). Empati pada pelaku *bullying*. *Jurnal Ecopsy*. 1(2), 24-28.
- Rothon,C., Head, J., Klineberg, E., dan Stansfeld, S. (2011). Can social support protect bullied adolescents from adverse outcomes? A prospective study on the effects of bullying on the educational achievement and mental health of adolescents at secondary schools in East London. *Journal of Adolescence*, 34 (2011) 579–588
- Rohman, M. Z. (2016). Hubungan antara usia, tingkatan kelas, dan jenis kelamin dengan kecenderungan menjadi korban *bullying*. 1(4), 526-532.
- Reollyana, S., Listiyandini, R. A. (2016). Peran optimism terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Jurnal Prosiding Konferensi Nasional Penelitian Muda Psikologi Indoneisa*. 1(1), 29-37.
- Riza, M., & Herdiana, I. (2012). Resiliensi pada narapidana laki-laki di Lapas Kelas 1 Medaeng. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 1(3), 142-146.
- Ruswahyuningsih, M. C., Afiatin, T. (2015). Resiliensi pada remaja jawa. *Jurnal Psikologi Gadjah Mada*. 1(2), 96-105.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology* 24 (2012), 335-344.
- Santrok, J. W. (2013). *Adolescence (15thed.)*. diunduh dari <http://gen.lib.rus.ec/book/index.php?md5=2E45FD9371E8023892B669EB17E0524B>
- Sarwono, S. W. (2013). *Psikologi remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Susanto, A. (2015). *Bimbingan & konseling di taman kanak-kanak*. Di unduh dari https://books.google.co.id/books?id=Blc_DwAAQBAJ&pg=PA322&dq=egosentrisme+pada+remaja&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwjwq6KhPPaAhUHP48KHdjYD4MQ6AEIU TAI#v=onepage&q=egosentrisme%20pada%20remaja&f=false
- Swastika, I. (2012). Resiliensi pada remaja yang mengalami broken home. *Jurnal Psikologi Gunadarma*.
- Sari,R. N., Agung, I. M. (2015). Pemaafan dan kecenderungan perilaku *bullying* siswa korban bullying. *Jurnal Psikologi*. 11(1), 32-36.
- Sari, R. F., Sari, S. P., Hernawaty, T. (2017). Resiliensi remaja *stunting*: Sebagian merasa sulit untuk bangkit dan bertahan menghadapi permasalahan. *Jurnal Keperawatan BSI*. 5(2), 74-82.
- Salmon, S., dkk. (2018). Bullying victimization experiences among middle and high school adolescents: Traditional bullying, discriminatory harassment, and cybervictimization. *Journal of Adolescence* 63(2018) 29-40
- Shidiqi, M. F. (2013). Pemaknaan bullying pada remaja penindas (the

- bullying). *Jurnal Kepribadian dan Sosial*. 2(2), 90-98.
- Surilena. (2016). Perilaku *bullying* (perundungan) pada anak dan remaja. *Tinjauan Pustaka*. 43(1), 35-38.
- Slamet. (2014). Pelatihan Motivasi Berprestasi Guna Meningkatkan Efikasi Diri dan Optimisme pada Mahasiswa Aktifis Organisasi Di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. *Jurnal Hisbah*. 11 (1): 75-97
- Sulfahmi, A., Ridha, A. A. (2017). Resiliensi remaja yatim piatu yang melaksanakan salat tahajud. *Jurnal Psikologika*. 22(1), 35-47.
- Sholichah, M. (2016). Pengaruh persepsi remaja tentang konflik antar orang tua dan resiliensi terhadap depresi dan kecemasan. *Jurnal Humanitas*. 13(1), 22-36.
- Setyawati, D. (2017, Oktober 04). KPAI terima aduan 26 ribu kasus bully selama 2011-2017. KPAI. Diunduh dari <http://www.kpai.go.id/berita/kpai-terima-aduan-26-ribu-kasus-bully-selama-2011-2017/>
- Tatyagita, R. R. S., & Handayani, M. M. (2014). Resiliensi pada remaja korban *bullying*. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial : Universitas Airlangga Surabaya*. 3(1), 15-22.
- Usman, I. (2013). Kepribadian, komunikasi, kelompok teman sebaya, iklim sekolah dan perilaku *bullying*. *Jurnal Humanitas*, 10(1), 51-60.
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Humanitas*, 9(2), 147-156
- Wardhani, R. H., Sunarti, E., Muflikhati, I. (2017). Ancaman, factor protektif, aktivitas, dan resiliensi remaja: Analisis berdasarkan tipologi sosiodemografi. *Jurnal. Ilmu Keleluarga. dan Konseling*. 10(1), 47-58.
- Yusuf, Y. (2017, Juli 31). Terlibat *bullying* pelajar SMKN 56 dikeluarkan. *Sindosnews.com*. Diunduh dari <https://metro.sindonews.com/read/1225482/170/terlibat-bullying-pelajar-smkn-56-dikeluarkan-1501439948>