

PENGARUH HARGA DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP RESILIENSI MAHASISWA DENGAN PENGALAMAN BULLYING DI PERGURUAN TINGGI

Sonia Alvina¹

Alumnus Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara.

Fransisca Iriani R. Dewi²

Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

fransiscar@fpsi.untar.ac.id

ABSTRACT

The aim of Study orientation and College Introduction (Orientasi Studi dan Pengenalan Kampus/Ospek) is to give early introduction for new students about a various aspects of college life. Orientation activity divided into university, faculty, and majoring orientation. The main university orientation activity which is held for three days would be extended in faculty and majoring for about 3 months or 1 year and should be attended by all of the new students. Orientation activity usually characterized by mentally challenging activity and strong stigma of harshness or violence. Orientation phenomenon is called hazing or bullying. Bullying is described as an oppression, bullying, hazing, extortion, exclusion, and intimidation. Bullying which is happen during orientation tend to valued as stressful situation, therefore each student have to have resilience. Resilience is one's ability to deal with and to overcome life stressor and perceiving negative experiences as a valuable experience so that one can change to a better life. Resilient people has a several determining factors, included self-esteem and social support. The aim of this research is to examine the significant effect of self-esteem and social support to student's resilience to deal with bullying experience in college. Sample in this research is 180 participants, using the snowball sampling technique and given measurement instrument such as questionnaires using a Likert scale to measure self-esteem, social support, and resilience. Data analysis in this research using Multiple Regression Analysis with a significance level 0.05. Based on data analysis obtained score $R = 0,669$, $R^2 = 0,448$. The result of this research concluded that there is a significant effect of self-esteem and social support to resilience. The result showed the proportion of variance explained by all the resilience independent variable is equal to 44.8%, while 55.2% is influenced by other variables outside of research.

Keywords: *self-esteem; social support; resilience; student*

ABSTRAK

Orientasi pengenalan kampus (ospek) merupakan tradisi di perguruan tinggi. Ospek umumnya digunakan sebagai sarana pengenalan kampus. Kegiatan ospek biasanya identik dengan kegiatan yang menantang mental dan kuat akan stigmanya penuh dengan kekerasan. Fenomena ospek sering disebut sebagai perpeloncoan atau bullying. Individu yang memiliki kemampuan bertahan dan tidak menyerah pada keadaan sulit dalam hidupnya, serta berusaha untuk mengatasi dan melewati kesulitan tersebut, akan bangkit dan menjadi lebih baik, disebut sebagai individu yang resilient. Faktor penentu resiliensi antara lain adalah harga diri dan dukungan sosial. Penelitian bertujuan menguji pengaruh harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa dengan pengalaman bullying di perguruan tinggi. Sample yang berjumlah 180 orang diambil dengan teknik snowball sampling. Alat ukur menggunakan skala harga diri, dukungan sosial dan resiliensi. Analisis data menggunakan Multiple Regression Analysis pada taraf signifikan 0,05. Hasil penelitian menyatakan ada pengaruh signifikan antara harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi. Hasil penelitian menunjukkan proporsi varians dari resiliensi yang jelaskan oleh semua independet variabel adalah sebesar 66,9%, sedangkan 33,1% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian.

Kata kunci: harga diri; dukungan sosial; resiliensi

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa adalah sebutan untuk individu yang sedang menjalani masa pendidikan tinggi di sebuah universitas atau perguruan tinggi. Ketika mahasiswa memasuki perguruan tinggi diadakanlah masa orientasi atau yang lebih dikenal dengan orientasi pengenalan kampus (ospek). Ospek biasanya untuk menyambut mahasiswa baru sebagai sarana pengenalan kampus. Tujuan ospek adalah untuk mengenalkan mahasiswa baru tentang kehidupan di universitas atau perguruan tinggi tersebut, seperti visi, misi, kurikulum, akademik dan lain lainnya. Kegiatan orientasi studi dan pengenalan kampus (ospek) terbagi atas ospek universitas, fakultas, dan jurusan. Kegiatan utama ospek dari universitas yang hanya tiga hari akan berkelanjutan di fakultas dan jurusan menjadi tiga bulan bahkan setahun dan itu wajib diikuti oleh mahasiswa baru.

Beberapa tahun terakhir esensi dari ospek yang dilaksanakan mulai dipertanyakan. Kegiatan ospek identik dengan kegiatan yang menantang mental dan kuat akan stigmanya penuh dengan kekerasan (Resyalia, 2012). Kasus ospek dengan kegiatan perpeloncoan yang berkedok masa orientasi juga kini marak terjadi. Di beberapa kampus, masa orientasi dimanfaatkan oleh mahasiswa senior untuk mengerjai dan menindas juniornya. Tidak selalu berupa tindakan fisik, tapi juga melalui tugas-tugas yang tidak lazim dengan tujuan mempersulit mahasiswa baru dan menjatuhkan mental mereka.

Tindakan *perpeloncoan* yang terjadi dalam masa ospek serupa dengan *bullying*, dalam penelitian Yayasan Semai Jiwa Amini (2008) menyatakan bahwa *bullying* adalah sebuah situasi di mana terjadinya penyalahgunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang/sekelompok. *Bullying* dapat memberikan dampak negatif kepada seseorang seperti gejala fisik, mempengaruhi perilaku serta merasa memiliki gambaran terhadap dirinya sebagai pribadi yang negatif. Akan tetapi tidak semua korban *bullying* memiliki gambaran pribadi yang negatif. Korban *bullying* yang tangguh terhadap tekanan yang dialaminya dapat dikatakan memiliki resiliensi.

Resiliensi sebagai konstruk psikologi mencoba menggambarkan bagaimana individu dapat keluar dari tekanan untuk menjadi individu yang *resilient*. Dalam hal ini banyak faktor yang mempengaruhi resiliensi, namun setidaknya ada dua faktor dan faktor tersebutlah yang kemudian penulis jadikan variabel bebas dalam penelitian ini, yaitu harga diri dan dukungan sosial.

Harga Diri menurut Rosenberg (dalam Steinberg, 1993) adalah suatu sikap yang mengacu pada objek yang spesifik, yaitu diri (*self*). Harga diri juga diacu sebagai nilai diri atau citra diri. Seorang individu dapat merasa bahwa ia tidak hanya sebagai seorang manusia tetapi juga sebagai seorang manusia yang berharga. Sedangkan *social support* menurut Cohen et al. (dalam Sarafino 2002) bersumber dari tempat kerja, keluarga, pasangan suami istri, teman di lingkungan sekitar. Dukungan sosial secara efektif dapat mengurangi penyebab timbulnya stres psikologis ketika menghadapi masa-masa yang sulit.

Kerangka hubungan harga diri dan dukungan sosial sebagai faktor bagi resiliensi dijelaskan Resnick et al. (2011), terdapat empat faktor yang memengaruhi resiliensi pada individu, yaitu: harga diri, dukungan sosial, spiritualitas atau keberagaman dan emosi positif. Menurut Holahan, Moos, Schiaffino dan Revenson (dalam Reich et al., 2010), individu dengan harga diri yang tinggi diketahui memiliki penilaian yang lebih positif atas kejadian stress. Diharapkan dengan harga diri yang tinggi juga memiliki resiliensi yang tinggi. Hal senada juga yang diharapkan terhadap dukungan sosial. Dengan adanya dukungan sosial yang tinggi, baik itu dari teman, keluarga ataupun lingkungan sekitar maka resiliensi seseorang juga tinggi.

1.2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah pengaruh harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa dengan pengalaman *bullying* di perguruan tinggi

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Harga Diri

Myers (2013) mendefinisikan harga diri sebagai keseluruhan dari diri untuk menilai sifat dan kemampuan yang dimiliki.

Sedangkan Baron et al. (2009) berpendapat bahwa harga diri adalah sejauh mana kita memandang diri kita sendiri secara positif atau negatif dan sikap kita terhadap diri kita sendiri secara keseluruhan. Menurut Rosenberg Teori harga diri berdasarkan pada dua faktor (dalam Flynn, 2003), yaitu: (1) Pujian dari orang lain (*reflected appraisal*), komponen pujian menjelaskan bahwa perasaan orang terhadap diri mereka sendiri dipengaruhi dengan kuat oleh pemikiran orang lain terhadap diri mereka. maka, harga diri dianggap sebagai sebuah produk dari interaksi sosial, (2) Perbandingan sosial (*sosial comparison*), perbandingan sosial menyatakan bahwa apabila pemikiran orang lain terhadap diri pribadi tidak tersedia, orang akan menilai diri mereka sendiri melalui perbandingan dengan orang lain.

2.2. Dukungan Sosial

Menurut Uchino (dalam Sarafino, 2010) mendefinisikan dukungan sosial sebagai perasaan nyaman, penghargaan, perhatian atau bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain atau kelompoknya. Sedangkan menurut Ogden (2007) dukungan sosial didefinisikan dalam beberapa cara, pertama kali didefinisikan dengan jumlah teman yang individu miliki. Menurut Cohen et al. (dalam Sarafino, 2002) mengklasifikasikan dukungan sosial dalam 5 kategori yaitu : *emotional support, esteem support, tangible or instrumental support, informational support, dan network support*.

Kategori pertama yaitu *emotional support*, yang meliputi ekspresi empati, peduli dan perhatian terhadap orang lain. misalnya mendengarkan, bersikap terbuka, menunjukkan sikap percaya terhadap apa yang dikeluhkan, mau memahami, ekspresi kasih sayang dan perhatian. Dukungan emosional akan membuat si penerima merasa berharga, nyaman, aman, terjamin, dan disayangi.

Kategori kedua yaitu *esteem support*, bentuk dukungan ini berupa penghargaan positif pada individu, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat individu dan perbandingan yang positif dengan individu lain. Bentuk dukungan ini membantu individu dalam membangun harga diri dan kompetensi.

Kategori ketiga yaitu *tangible or instrumental support*, bentuk dukungan ini

merupakan penyediaan materi yang dapat memberikan pertolongan langsung seperti pinjaman uang, pemberian barang, makanan serta pelayanan. Bentuk dukungan ini dapat mengurangi kecemasan karena individu dapat langsung memecahkan masalahnya yang berhubungan dengan materi.

Kategori keempat yaitu *informational support*, bentuk dukungan ini melibatkan pemberian informasi, pengetahuan, petunjuk, saran atau umpan balik tentang situasi dan kondisi individu. Jenis informasi seperti ini dapat menolong individu untuk mengenali dan mengatasi masalah dengan lebih mudah.

Kategori kelima yaitu *network support*, bentuk dukungan ini akan membuat individu merasa menjadi anggota dari suatu kelompok yang memiliki kesamaan minat dan aktivitas sosial dengan kelompok. Dengan begitu individu akan memiliki perasaan senasib.

2.3. Resiliensi

Menurut Reivich dan Shatte (2002), bahwa resiliensi adalah kapasitas untuk merespon secara sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan atau trauma, dimana hal itu penting untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari. Sedangkan Connor dan Davidson (2003) mengatakan bahwa resiliensi merupakan kualitas seseorang dalam hal kemampuan untuk menghadapi penderitaan. Menurut Grotberg (1995) ada beberapa sumber dari resiliensi yaitu: (1) *I Am*, (2) *I Have*, dan (3) *I Can*.

Sumber pertama yaitu faktor *I Am* merupakan kekuatan yang berasal dari dalam diri sendiri. Faktor ini meliputi perasaan, sikap, dan keyakinan di dalam diri Individu. Ada beberapa bagian-bagian dari faktor dari *I Am* yaitu: (a) perasaan dicintai dan perilaku yang menarik, (b) mencintai, empati, dan peduli, (c) bangga pada diri sendiri, (d) mandiri dan bertanggung jawab serta menerima konsekuensi dari perilakunya dan (e) kepercayaan diri, optimis, harapan, dan keyakinan.

Sumber kedua yaitu *I Have*, faktor *I Have* merupakan dukungan eksternal dan sumber dalam meningkatkan daya lentur. Sebelum individu menyadari akan siapa dirinya (*I Am*) atau apa yang bisa dia lakukan

(*I Can*), individu membutuhkan dukungan eksternal dan sumberdaya untuk mengembangkan perasaan keselamatan dan keamanan yang meletakkan fondasi, yaitu inti untuk mengembangkan *resilience*. Aspek ini merupakan bantuan dan sumber dari luar yang meningkatkan resiliensi. Sumber-sumbernya adalah sebagai berikut: (a) *trusting relationships* atau memiliki orang yang dapat dipercaya, (b) memiliki batasan dalam berperilaku dan aturan, (c) *role model* atau memiliki panutan yang baik, (d) mempunyai orang yang mendorong untuk menjadi mandiri dan (e) mendapatkan Akses pada kesehatan.

Sumber ketiga yaitu *I Can*, merupakan kompetensi sosial dan interpersonal seseorang. Ada beberapa aspek yang mempengaruhi faktor *I can* yaitu: (a) Berkomunikasi, (b) Pemecahan masalah, (c) kemampuan mengelola berbagai perasaan, (d) kemampuan mengendalikan perilaku, (e) Mencari hubungan yang dapat dipercaya, (f) mampu mengerjakan pekerjaan hingga selesai dan (g) dapat menghasilkan ide-ide dan cara-cara baru untuk melakukan sesuatu yang juga dapat membantu dalam menghadapi kesulitan.

2.4. *Bullying*

Bullying adalah situasi dimana terjadinya penyalahgunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang/sekelompok orang sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tidak berdaya (Tim Yayasan Semai Jiwa Amini, 2008). Olweus (dalam Handbook of Bullying In School, 2009) *bullying* adalah suatu tindakan negatif atau agresif yang dilakukan secara berulang dan dalam periode waktu ke waktu.

Terdapat beberapa jenis dan wujud *bullying*, tapi secara umum, praktik-praktik *bullying* dapat dikelompokkan ke dalam tiga kategori yaitu (Tim Yayasan Semai Jiwa Amini, 2008), yaitu: (1) *bullying* fisik adalah jenis *bullying* kasat mata, (2) *bullying* verbal adalah *bullying* yang terdeteksi karena bisa tertangkap dengan indra pendengaran kita dan (3) *bullying* mental/psikologis adalah jenis *bullying* yang paling berbahaya karena tidak tertangkap mata atau telinga kita jika kita tidak cukup awas mendeteksinya. Praktik *bullying* ini terjadi diam-diam dan di luar radar pemantauan kita.

Bullying sesungguhnya sebuah situasi yang tercipta ketika tiga karakter bertemu di satu tempat. Situasi ini tidak berubah-ubah bagaikan pentas pertunjukan dengan tiga aktor yang memainkan perannya masing-masing. Perilaku *bullying* dapat terjadi dengan adanya tiga aktor ini (Tim Yayasan Semai Jiwa Amini, 2008), yaitu: (1) Pelaku *Bullying* adalah merupakan aktor utama. Mereka adalah *aggressor*, provokator, dan juga inisiator dalam terjadinya *bullying*. (2) Korban *Bullying* adalah mereka yang menjadi sasaran penganiayaan dan penindasan dan (3) Saksi *bullying* adalah penonton sekaligus pemeran, saksi berperan serta dianggap dua cara: aktif berseru dan mendukung pelaku atau diam dan bersikap acuh tak acuh.

III. METODE PENELITIAN

Subyek penelitian berjumlah 180 orang dan memiliki karakteristik, yaitu mahasiswa berjenis kelamin pria dan wanita yang berada pada rentang usia 19-22 tahun dengan pengalaman *bullying* selama ospek fakultas. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *nonprobabilitas sampling*. Jenis penarikan sampel yang digunakan adalah jenis penarikan sampel dengan teknik *snowball sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Alat ukur pertama mengukur harga diri dengan menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari *The Rosenberg Self-Esteem Scale* berjumlah 20 butir yang terdiri dari 10 butir positif dan 10 butir negatif. Alat ukur kedua mengukur dukungan sosial menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari *International Support Evaluation List Shortened Version* berjumlah 20 butir yang terdiri dari 10 butir positif dan 10 butir negatif. Alat ukur ketiga mengukur resiliensi yang peneliti rancang berdasarkan telaah pustaka. Analisis yang digunakan adalah dengan menggunakan teknik regresi yaitu *multiple linier regression*.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh gambaran data untuk harga diri menggunakan skala 1 – 4 memiliki *mean hipotetik (median)* alat ukur yaitu 2 sedangkan *mean empirik* adalah 2.9957. Skor *mean empirik* lebih besar dibandingkan dengan skor *mean hipotetik* dengan demikian harga diri subyek dapat dikatakan tinggi. Dari data yang diperoleh, Gambaran data untuk dukungan sosial menggunakan skala 1 – 4 memiliki *mean hipotetik (median)* alat ukur yaitu 2 sedangkan *mean empirik* adalah 2.8668. Skor *mean empirik* lebih besar dibandingkan dengan skor *mean hipotetik* dengan demikian dukungan sosial subyek dapat dikatakan tinggi.

Berdasarkan data yang diperoleh, dilakukan uji pengaruh antara variabel harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi. Berdasarkan analisis data dengan perhitungan nilai regresi diperoleh nilai $R = 0,669$, koefisien determinasi $R^2=0,448$, nilai ini diperoleh dari pengkuadratan dari koefisien korelasi ($0,669 \times 0,669$). Hal ini juga menunjukkan bahwa 44,8% sumbangan X_1, X_2 , terhadap Y sedangkan sisanya sebesar 55,2% dipengaruhi faktor lain (100%-66,9%). Disimpulkan terdapat pengaruh harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi.

Selanjutnya diperoleh data harga diri memiliki nilai $t = 7,186$ dan $p = 0.000 < 0.05$ artinya H_0 tidak dapat diterima dan H_1 diterima. Jadi terdapat pengaruh yang signifikan dari harga diri terhadap resiliensi. Selanjutnya juga diperoleh data dukungan sosial memiliki nilai $t = 4,234$ dan $p = 0.000$ artinya H_0 tidak dapat diterima dan H_1 diterima. Jadi terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap resiliensi.

Pengujian korelasi menggunakan perhitungan korelasi *Pearson*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa korelasi harga diri dengan resiliensi diperoleh $r = 0,626$ dan $p = 0,000 < 0,01$, dengan demikian H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sedangkan Hasil analisis data menunjukkan bahwa korelasi dukungan sosial dengan resiliensi diperoleh $r = 0,535$ dan $p = 0,000 < 0,01$, dengan demikian H_0 ditolak dan H_1 diterima.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan secara bersama-sama ada pengaruh harga diri dan dukungan sosial

terhadap resiliensi. Dari hasil pengolahan data ini menghasilkan dua hal utama. Pertama, terdapat pengaruh dari harga diri terhadap resiliensi. Dalam hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi harga diri yang diperoleh semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki. Sebaliknya, semakin rendah harga diri semakin rendah resiliensi subyek. Hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan Resnick et al. (2011), yang menyatakan individu yang memiliki harga diri yang baik membantu individu tersebut dalam menghadapi keterpurukan. Hal senada juga diungkapkan oleh Michinton (dalam Luthfi et al., 2009), individu dengan harga diri yang tinggi adalah individu yang menerima dirinya secara penuh tanpa syarat, ia juga mampu menghargai dirinya sebagai seorang manusia yang memiliki nilai. Penerimaan tanpa syarat berarti penerimaan dan penghargaan pada diri sendiri yang tidak tergantung pada apapun, menerima secara penuh diri sendiri apa adanya, merasa nyaman dengan apa yang dilakukan.

Hal kedua yang bisa diperoleh yaitu terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi. Data dari hasil analisis menunjukkan bahwa dukungan sosial terhadap resiliensi memiliki hasil yang signifikan. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi resiliensi. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diterima individu maka semakin rendah pula resiliensinya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Resnick et al. (2011), menyatakan bahwa dukungan social dihubungkan dengan resiliensi menghasilkan kualitas hidup yang lebih tinggi.

Berdasarkan dari hasil uji yang dilakukan per variabel antara variabel harga diri terhadap resiliensi dan dukungan sosial terhadap resiliensi, menunjukan bahwa variabel yang paling memiliki pengaruh nilai signifikan yang lebih tinggi melalui uji pengaruh (t) pada hasil adalah harga diri. Jadi resiliensi yang memberikan pengaruh adalah yang berasal dari dalam diri atau menurut teori Rosenberg adalah faktor *I am*.

Hasil selanjutnya pada uji korelasi harga diri terhadap resiliensi dan dukungan sosial terhadap resiliensi. Pengujian korelasi pada kedua variabel sama-sama menggunakan perhitungan korelasi *Pearson*. Hasil data

menunjukkan bahwa variabel harga diri mempunyai hubungan positif dan signifikan dengan variabel resiliensi. Hal senada juga dinyatakan pada hasil data dukungan sosial bahwa variabel dukungan sosial mempunyai hubungan positif dan signifikan dengan variabel resiliensi.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu mengenai proporsi pengambilan sampel penelitian. Peneliti pada awalnya ingin mencoba menggali fenomena *bullying* yang terjadi pada ospek mahasiswa di institut pemerintah dalam negeri dan perguruan tinggi negeri. Namun demikian karena tidak diperolehnya ijin dari institut pemerintah dalam negeri maka akhirnya hanya diperoleh sampel dari perguruan tinggi negeri dan perguruan tinggi swasta. Dengan demikian apabila ingin melakukan generalisasi maka penelitian ini hanya dapat mewakili fenomena resiliensi pada perguruan tinggi negeri dan perguruan tinggi swasta.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan mengenai pengaruh harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa dengan pengalaman *bullying* di perguruan tinggi maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel independen (harga diri dan dukungan sosial) memberikan pengaruh pada variabel dependen (resiliensi).

Hal tersebut ditunjukkan dari hasil uji F yang menguji seluruh *independent variabel* (IV) terhadap *dependent variabel* (DV). Maka hipotesis penelitian menyatakan ada pengaruh yang signifikan antara harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa dengan pengalaman *bullying* di perguruan tinggi.

Berdasarkan analisis mean empirik, kedua *independent variable* memiliki nilai *mean empirik* lebih besar dibandingkan dengan skor *mean hipotetik* dengan demikian dukungan sosial dan harga diri subyek tinggi. Lalu dari lima uji asumsi yang dilakukan, menunjukkan bahwa keseluruhan data terdistribusi normal, 2 variabel memiliki hubungan linier, data bersifat homogen, tidak

ada multikolonieritas antar variabel independen dan tidak terdapat autokorelasi pada data penelitian.

Saran yang berkaitan dengan manfaat teoretis bahwa penelitian ini dapat memberikan manfaat untuk bidang psikologi pendidikan, psikologi sosial, dan juga psikologi remaja. Untuk bidang psikologi remaja saran yang dapat diberikan adalah memberikan pengawasan kepada anak-anak remaja karena saat remaja merupakan masa kritis karena pada masa remaja merupakan masa di mana individu memiliki kontrol emosi yang lemah. Pada saat remaja individu bukan hanya dapat menjadi korban *bullying* karena memiliki kelemahan dalam dirinya tetapi bisa juga menjadi pelaku karena merasa dirinya berkuasa. *Bullying* dapat terjadi dimana saja dan kapan saja. Di perguruan tinggi pun kerap terjadi *bullying* yang dilancarkan para senior ke juniornya. Padahal jika ditelaah lebih lanjut, seharusnya perguruan tinggi merupakan sarana atau tempat untuk seorang, individu dalam mengembangkan kemampuan intelektual, kepribadian, khususnya dalam melatih keterampilan verbal dan kuantitatif, berpikir kritis dan *moral reasoning* bukan untuk ajang *bullying*. *Bullying* juga memberikan dampak negatif terhadap individu yang kurang memiliki resiliensi. Saran untuk bidang psikologi sosial dan psikologi pendidikan. Pendidikan di lingkungan sosial merupakan faktor penting bagi perkembangan kepribadian yang lebih baik. Dengan menciptakan suasana kondusif, sehingga terhindar dari perilaku *bullying*.

Saran yang berkaitan dengan manfaat praktis adalah saran yang diberikan kepada instansi yang bergerak dalam dunia pendidikan seperti dosen, rektor, maupun pemerintah yaitu Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi. Masa orientasi tidak identik dengan kekerasan akan tetapi diganti dengan kegiatan-kegiatan yang lebih bermanfaat seperti seminar atau mengadakan kegiatan penelitian sesuai jurusan masing-masing. Masa orientasi yang terjadi saat ini memang memiliki dampak positif yaitu lebih mengakrabkan antar sesama mahasiswa dan lebih menghormati senior. Akan tetapi hal tersebut akan lebih baik jika dilakukan tanpa pemberian perilaku *bullying* sebelumnya.

Mengakrabkan dan menghormati senior dapat dengan cara menimbulkan *respect* ke sesama mahasiswa. Salah satu caranya adalah membuat acara pertemuan seperti malam keakraban yang di ikuti oleh senior dan junior, dalam acara tersebut dibuat rangkaian kegiatan yang positif tanpa harus adanya kegiatan *bullying*.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R. A., Branscombe, N. R., & Byrne, D. (2008). *Social psychology (12th ed)*. Boston: Pearson.
- Flynn, H. K. (2003). Self esteem theory and measurement: A critical review. *Thirdspace: A Journal of Feminist Theory & Culture*, 3 (1), 164-181.
- Greenberger, E., Chen, C., Dimitrieva, J., & Farruggia, S. (2003). Item-wording and the dimensionality of the rosenberg self esteem scale: do they matter?. *Personality and Individual Differences*, 35, 1241-1254.
- Grotberg, E. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spfid*. Netherlands: Bernard van Leer Foundations.
- Grotberg, E. (1999). *Tapping your inner strength*. Oakland: New Harbinger Publication, Inc.
- Grotberg, E. (2003). *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. Westport: Preager Publisher.
- Kamisa. (1997). *Kamus lengkap bahasa Indonesia*. Surabaya: PT. Pustaka Utama Grafindo
- Myers, D. G. (2013). *Social psychology (11th ed)*. New York: McGraw-Hill International Edition.
- Murk, J.C. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice toward a positive (3th ed)*. New York: Springer Publishing Company.
- Ogden, J. (2007). *Health psychology: A textbook (4th ed)*. New York: McGraw-Hill.
- Ostvik, K & Rudmin, F (2001). Bullying and hazing among norwegian army soldiers: Two studies of prevalences, context, and cognition. *Military Psychology*, 13(1), 17-39.
- Reich, J.W., Alex J. Z & John, S. H. (2010). *Handbook of adult resilience*. New York: The Guilford Press.
- Reivick, K & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. New York: Broadway Books.
- Resnick, B., Lisa P. G., & Karen A. R. (2011). *Resilience in aging: concepts, research, and outcomes*. London: Springer Science + Business Media, Inc.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2010). *Health psychology biopsychosocial interaction (7th ed)*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2002). *Health psychology biopsychosocial interaction (4th ed)*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarason, I. G. (1983). Assessing social support: The social support questionnaire. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 44 (1), 127-139.
- Steinberg, L. (1993). *Adolescence (3rd ed)*. New York: McGraw-Hill.
- Tim Yayasan Semai Jiwa Amini (SEJIWA). (2008). *Bullying: mengatasi kekerasan di sekolah dan lingkungan sekitar anak*. Jakarta: Grasindo.
- Utomo, P (2006). *Ospek dan pengembangan budaya akademik: memberi bobot arah orientasi pembinaan mahasiswa*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan Nasional Universitas negeri Yogyakarta.