

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hasil Penelitian Terdahulu

Tabel 2.1 Matriks Keaslian Penelitian

No	Judul penelitian (peneliti, tahun)	Desain & Metodologi	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Hubungan kejadian <i>bullying</i> dengan mekanisme koping pada remaja (Marliyani, 2020)	Menggunakan metode kuantitatif dengan deskriptif korelasi melalui pendekatan <i>cross sectional</i> . Data yang diperoleh dianalisis dengan uji statistik menggunakan uji <i>chi square</i>	Berdasarkan hasil analisis diperoleh hasil uji <i>chi square</i> didapatkan $pvalue < \alpha$ ($0,002 < 0,05$). Sehingga ada hubungan antara kejadian <i>bullying</i> dengan mekanisme koping pada remaja	Tema yang dibahas sama yaitu tentang <i>bullying</i> dan mekanisme koping	Dalam penelitian terdahulu membahas hubungan kejadian <i>bullying</i> dengan mekanisme koping sedangkan penelitian ini membahas tentang hubungan antara mekanisme koping dengan citra diri
2.	Bentuk dan dampak perilaku <i>bullying</i> terhadap peserta didik (Viola Amnda, dkk, 2020)	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif melalui pendekatan studi kasus (<i>qualitative case study design</i>). Sumber data diambil melalui wawancara mendalam. Seluruh data wawancara kemudian dianalisis secara tematik menggunakan software analisis kualitatif NVivo 10.	Penelitian ini telah berhasil mengungkap permasalahan terkait bentuk dan dampak perilaku <i>bullying</i> terhadap peserta didik.	Tema yang diteliti sama yaitu tentang <i>bullying</i>	Penelitian terdahulu membahas tentang permasalahan bentuk dan dampak dari <i>bullying</i> sedangkan penelitian ini membahas tentang citra diri korban <i>bullying</i> .

3.	<i>Bullying</i> dan kesehatan mental pada remaja Sekolah Menengah Atas di Banda Aceh (Faizah. F & Amma. Z, 2017)	Menggunakan penelitian <i>multi-stage cluster</i> .	Hasil penelitian terdapat hubungan negatif dan signifikan antara <i>bullying</i> dengan kesehatan mental pada remaja di SMA Banda Aceh.	Tema yang diteliti sama yaitu tentang <i>bullying</i> .	Penelitian terdahulu membahas terkait kesehatan mental terhadap perilaku <i>bullying</i> , sedangkan penelitian ini untuk mengetahui citra diri korban <i>bullying</i> .
4.	Hubungan citra diri dengan tingkat kepercayaan diri remaja di SMK N 11 Malang kelas XI (Dince Sari R.A, Esti Widiani, Sirli Mardian. T, 2017)	Desain penelitian menggunakan desain korelatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuisioner. Metode analisa data yaitu uji <i>spearman rank</i> dengan menggunakan SPSS.	Hasil <i>p value</i> = (0,000) < (0,050) dan <i>r value</i> = 0,843 membuktikan terdapat hubungan positif searah yang kuat antara citra diri dengan tingkat kepercayaan diri remaja.	Membahas tentang citra diri pada remaja	Penelitian terdahulu membahas tentang citra diri dengan tingkat kepercayaan diri sedangkan penelitian ini membahas tentang mekanisme koping yang digunakan korban <i>bullying</i> untuk meningkatkan citra diri.
5.	<i>Incidence of bullying and academic performance of grade 7 learners</i> (European Journal of Education Studies, 2019)	Penelitian menggunakan desain penelitian deskriptif dan korelasional.	Hasil penelitian menunjukan jenis <i>bullying</i> yang dilakukan siswa sangat beragam, mulai dari panggilan nama bodoh dengan cara menghina, mengejek teman sebaya untuk menimbulkan kemarahan.	Tema penelitian sama yaitu tentang <i>bullying</i> .	Penelitian terdahulu mencari tentang jenis fenomena <i>bullying</i> di sekolah sedangkan penelitian ini adalah untuk mengetahui citra diri yang ditimbulkan dari peristiwa <i>bullying</i> .

B. Landasan Teori

1. *Bullying*

a. Pengertian *Bullying*

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, *bullying* adalah penindasan, perundungan, intimidasi atau paksaan untuk melecehkan atau mengintimidasi orang lain. Perilaku ini mungkin menjadi kebiasaan dan mungkin terkait dengan ketidakseimbangan kekuatan sosial atau fisik.

Novan (2012) mengatakan *bullying* adalah perilaku agresif dan negatif yang dilakukan berulang-ulang oleh seseorang atau sekelompok orang dengan menyalahgunakan kekuasaan yang tidak seimbang untuk menimbulkan kerugian psikologis atau fisik pada target (korban).

Definisi lain yang dikemukakan oleh Dwipayanti dan Komang (2014) menyatakan *bullying* merupakan perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang secara fisik, verbal dan psikologis dan sering terjadi ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban.

Berdasarkan definisi *bullying* menurut para ahli, *bullying* adalah tindakan agresi fisik dan verbal atau menyakiti, menggentarkan dan mengganggu seseorang secara fisik dan verbal dengan sengaja tanpa mempertimbangkan situasi korban. Penindas sering menggentarkan terus-menerus sehingga korbannya merasa terganggu, mudah tersinggung, emosional, tertekan, dan tidak aman.

b. Bentuk-bentuk *Bullying*

Bullying dapat berupa tindakan fisik atau verbal yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Kementrian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KEMENPPA ,2016), ada banyak jenis penindasan yang dapat dialami oleh anak-anak hingga orang dewasa. Secara garis besar praktik-praktik *bullying* dapat dikelompokkan ke lima kategori, yaitu :

1) *Bullying* Fisik

Jenis *bullying* ini adalah kasat mata, artinya siapapun bisa melihatnya karena terjadi sentuhan fisik antara pelaku *bullying* dan korbannya. Adapun contohnya : menampar, menimpuk, menginjak kaki, menjegal, meludahi, menjambak, mengunci seseorang dalam ruangan, memalak, melempar dengan barang, menghukum dengan berlari keliling lapangan, menghukum dengan cara *push up*, dan menolak.

2) *Bullying* Verbal

Bullying secara verbal dapat terdeteksi melalui indra pendengaran. Misalnya, memaki, menghina, menjuluki, meneriaki, mempermalukan di depan umum, menuduh, menyoraki menebar gosip, memfitnah, dan menolak melalui kata-kata.

3) *Bullying* Mental/Psikologis

Bullying jenis ini adalah *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. Misalnya: memandang sini, memandang penuh ancaman, mempermalukan di depan umum, mendiamkan, mengucilkan, mempermalukan, meneror lewat pesan pendek telepon genggam atau *email*, memandang rendah, memelototi, maupun mencibir.

4) *Cyberbullying*

Tindakan ini menyakiti orang lain dengan sarana media elektronik, seperti rekaman video intimidasi, pencemaran nama baik lewat media sosial dan membuat situs web untuk menyebar fitnah dan mengolok-olok korban hingga mengakses akun jejaring sosial orang lain untuk mengancam korban dan membuat masalah.

5) Pelecehan seksual

Kadang tindakan pelecehan dikategorikan dalam kategori perilaku agresif fisik maupun verbal. Bentuk dari tindakan perundungan seksual ini termasuk panggilan nama seksual atau *cat-calling*, gerakan vulgar, menyentuh, dan materi pornografi.

c. Faktor Penyebab *Bullying*

Ada beberapa faktor yang dapat memicu timbulnya kejadian *bullying*. Faktor secara umum diantaranya faktor keluarga, faktor

internal (seperti harga diri, kepribadian dan jenis kelamin), faktor sekolah, faktor teman sebaya, lingkungan sosial, televisi dan surat kabar (Zakiyah et al., 2017).

Kementrian pemberdayaan perempuan dan Perlindungan Anak (2016) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor masalah yang memicu terjadinya *bullying*:

- 1) Keluarga seringkali bersikap toleran terhadap perilaku kekerasan, terbukti dari orang tua yang melawan, bertindak agresif, dan gagal dalam membesarkan anak dengan baik.
- 2) Teman sebaya menjadi pendukung/pengikut yang secara tidak langsung membantu pelaku intimidasi mendapatkan dukungan dalam hal kekuasaan, popularitas, dan status..
- 3) Sekolah, lingkungan sekolah, dan kebijakan sekolah mempengaruhi perilaku antisosial seperti *bullying*. Kontrol disiplin sekolah yang buruk juga menyebabkan intimidasi sekolah.
- 4) Adegan kekerasan fisik maupun verbal yang sering terlihat di media massa, turut mempengaruhi perilaku kekerasan anak dan remaja.

d. Karakteristik Pelaku *Bullying*

Bullying dilakukan dengan cara sengaja kepada korbannya dengan maksud untuk melukai, menyudutkan atau bahkan menjelek-jelekan korban tanpa memikirkan dampak yang akan terjadi. Korban *bullying*

ini merupakan pihak yang tidak mampu untuk membela dirinya serta tidak mampu melakukan perlawanan kepada si pelaku.

Ciri-ciri pelaku *bullying* tidak terlepas dari kondisi fisik dan keadaannya. Seiring dengan pengalaman masa lalu pelaku serta peristiwa yang menyangkut individu sebagai pelaku, pelaku terpaksa membalas dendam kepada adik tingkat dibawahnya sebagai cara untuk membalas dendam kepada pelaku. Pelaku berani mengancam biasanya juga karena adanya dukungan oleh teman-temannya, sehingga si pembully berani menindas orang yang lebih lemah darinya. Tindakan *bullying* ini juga dilakukan berulang kali dan menyebabkan korban merasa frustrasi.

Ciri-ciri pelaku *bullying* antara lain:

- 1) Hidup berkelompok dan menguasai kehidupan sosial siswa di sekolah
- 2) Menempatkan diri pada posisi tertentu di sekolah
- 3) Dia adalah karakter populer di sekolah.
- 4) Tindakan mereka sering ditandai dengan seringnya berjalan didepan, pertikaian yang disengaja, berkata kasar, suka menghina, dan menyepelkan.

e. Dampak *Bullying*

Bullying merupakan bentuk agresi yang paling berdampak negatif bagi korbannya. Novan (2012) mengemukakan dampak dari korban *bullying*:

- 1) Korban mengalami berbagai macam gangguan termasuk kesehatan mental yang buruk. Korban merasa tidak nyaman, takut, rendah diri, dan tidak berharga.
- 2) Kohesi sosial yang buruk, misalnya korban takut sekolah, bahkan tidak sekolah, menarik diri dari masyarakat.
- 3) Kemunduran prestasi dikarenakan ketidakmampuan berkonsentrasi saat belajar, atau bahkan keinginan untuk bunuh diri daripada menghadapi tekanan hinaan dan hukuman.

Dampak yang dialami oleh korban *bullying* adalah mengalami berbagai macam gangguan yang meliputi kesejahteraan psikologis yang rendah (*low psychological well-being*) dimana korban akan merasa tidak nyaman, takut, rendah diri, serta tidak berharga, citra diri buruk, penyesuaian sosial yang buruk di mana korban merasa takut ke sekolah bahkan tidak mau sekolah dan menarik diri dari pergaulan (Akbar, 2013).

2. Citra Diri

a. Pengertian Citra Diri

Citra diri atau yang bisa disebut *self image* adalah cara seseorang dalam memperhatikan dirinya, bayangan atau gambaran seseorang mengenai dirinya sendiri (Astuti & Purwaningsih, 2015). Pendapat lain menyatakan bahwa citra diri merupakan suatu gambaran yang menjelaskan tentang beberapa penilaian dari diri seorang individu seperti tingkat kecerdasan, status sosial ekonomi dalam lingkungan

sosial, tujuan yang ingin dicapai dan harga diri sebagai peran dalam masyarakat atau evaluasi individu terhadap lingkungan (Devya, 2015).

Citra diri, juga dikenal sebagai *self image*, dapat dipahami secara psikologis sebagai gambaran psikologis tentang kondisi fisik seseorang, yang berkaitan dengan penampilan fisik, keadaan kesehatan, perilaku dan persepsi tentang kesehatan, kemampuan, dan seksualitas seseorang. Citra diri juga bisa dipahami sebagai evaluasi diri atau persepsi seseorang tentang diri sendiri dan interaksi orang ke orang, serta perasaan kepemilikan dan pengendalian diri. Citra terbentuk secara psikologis dan melalui sistem saraf otak, melalui sistem kognitif, visual dan vestibular (Leary & Tangney, 2012).

Mocanu (2013) Citra diri didefinisikan sebagai persepsi, pikiran, dan perasaan seseorang tentang dirinya. Citra diri seseorang juga dapat mempengaruhi kemampuannya untuk berhubungan dengan orang lain dan juga dapat mempengaruhi bagaimana orang lain menanggapi.

Citra diri adalah ide yang kompleks serta mencakup kesadaran, emosi, dan tindakan seseorang. Citra diri adalah gambaran mental seseorang tentang dirinya sendiri. Citra diri bukan hanya bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri, tetapi juga bagaimana persepsi itu dirasakan (Kim & Lennon, 2007).

Berdasarkan beberapa pandangan di atas, dapat disimpulkan bahwa citra diri merupakan evaluasi mental terhadap diri sendiri dalam memahami perasaan, emosi, sensasi, kebutuhan diri sendiri dan

berdamai dengan lingkungan sekitarnya. Citra diri meliputi pikiran, perasaan, persepsi, perilaku, nilai, dan anggapan seseorang mengenai dirinya. . Citra diri juga dapat dipahami sebagai gambaran mental yang dimiliki individu tentang dirinya sendiri. Citra diri ini merupakan salah satu citra diri yang dapat mempengaruhi harga diri seseorang.

b. Aspek-aspek Citra Diri

Fristy, (2012) mengemukakan ada tiga aspek citra diri, diantaranya :

- 1) *Perceptual Component (Physical Self Image)*, yaitu *image* yang dimiliki oleh seorang individu tentang penampilan dirinya, terutama hal yang nampak yaitu tubuh dan ekspresi yang diberikan kepada orang-orang disekitar.
- 2) *Conceptual Component (Psychological Self Image)*, yaitu pemahaman seseorang tentang karakteristik dirinya.
- 3) *Attitudinal Component (Social Self Image)*, yaitu pikiran dan perasaan seseorang tentang dirinya, status dan pendapat orang lain.

Terdapat empat dimensi dari citra diri yaitu antara lain:

- 1) Citra diri aktual (*Actual Self Image*), yaitu bagaimana cara konsumen dalam melihat dirinya sendiri berdasarkan kenyataannya.
- 2) Citra diri ideal, adalah sebagaimana individu mempersepsikan dirinya.
- 3) Citra diri di media sosial adalah bagaimana perasaan konsumen bahwa orang lain melihatnya.

- 4) Citra diri sosial ideal, yaitu bagaimana konsumen ingin orang lain melihatnya.

Citra diri meliputi beberapa aspek, yaitu:

- 1) Kesadaran, memiliki kesadaran akan gambaran total diri sendiri, baik fisik maupun non fisik.
- 2) Tindakan, yaitu mengambil langkah untuk mengembangkan potensi diri yang dianggap lemah, dan menggunakan potensi diri yang menjadi kekuatannya.
- 3) Penerimaan, yaitu menerima segala kelemahan dan kelebihan sebagai anugerah dari sang Pencipta.
- 4) Sikap, tentang bagaimana individu menghargai semua kelebihan maupun kelemahannya.

Berdasarkan beberapa uraian tersebut dijelaskan bahwa ada beberapa aspek yang dapat mempengaruhi seseorang dalam memandang dirinya sendiri dan bagaimana seseorang seberusaha mungkin untuk dapat dipandang baik oleh orang lain.

c. Faktor yang Mempengaruhi Citra Diri

Dalam membentuk citra diri seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti keadaan fisik yang dimilikinya, pakaian yang dikenakan dalam beraktivitas sehari-hari, bahkan orang-orang terdekatnya juga sangat berpengaruh seperti teman-teman disekitarnya, orang tua, ataupun keluarga lainnya. Seseorang dengan citra diri yang rendah akan mempengaruhi keadaan dirinya seperti mempengaruhi kesehatan seperti

kesehatan fisik maupun psikologis, kehidupan bersosial serta bermasyarakat (psikososial) seperti kepribadian, pemikiran, serta tingkah laku.

Pender dkk. (2006) berpendapat bahwa kesehatan sebagai realisasi potensi dalam dan luar seseorang melalui perilaku yang bertujuan, mampu menjaga perawatan diri dan hubungan yang memuaskan dengan orang lain, beradaptasi untuk menjaga integritas struktural dan beradaptasi dengan lingkungan. Perspektif kesehatan telah diperluas untuk mencakup kesehatan mental, sosial dan spiritual dan berfokus pada kesehatan di tingkat keluarga dan masyarakat atau lingkungan.

d. Ciri-ciri Citra Diri

Ciri-ciri citra diri dapat dibagi menjadi positif dan negatif:

- 1) Citra diri yang positif
 - a) Mempunyai rasa percaya diri yang kuat
 - b) Memiliki orientasi ambisi yang kuat dan kemampuan untuk menentukan tujuan hidup
 - c) Terorganisir dengan baik dan efisien
 - d) Bersikap mampu
 - e) Mempunyai kepribadian menyenangkan
 - f) Kemampuan untuk mengendalikan diri baik
- 2) Citra diri negatif
 - a) Perasaan rendah diri
 - b) Kurangnya vitalitas dan semangat

- c) Senang menunda waktu
- d) Memiliki dasar pesimisme dan emosi negatif
- e) Pemalu dan suka sendirian (akibat kritikan orang lain, hinaan dan cemoohan teman)
- f) Hanya kepuasan mereka sendiri

3. Mekanisme Koping

a. Pengertian Mekanisme Koping

Mekanisme koping merupakan upaya untuk mengatasi stres, terutama pemecahan masalah, dengan menggunakan mekanisme pertahanan untuk melindungi diri sendiri. Mekanisme koping pada hakikatnya merupakan mekanisme perlindungan diri terhadap perubahan yang terjadi baik secara internal ataupun eksternal (Stuart, 2012).

Keliat (dalam Mulyana, 2013) mengemukakan bahwa mekanisme koping adalah cara individu memecahkan masalah, beradaptasi dengan perubahan, dan menanggapi situasi yang mengancam.

Mekanisme koping yaitu bagaimana seseorang bereaksi atau mengatasi perubahan lingkungan atau masalah atau situasi tertentu. Mekanisme koping sering disebut sebagai strategi jangka panjang dan strategi jangka pendek (Kozier, 2011).

Mekanisme koping merupakan upaya untuk mengatasi stres yang menimbulkan rasa takut dan cemas. Mekanisme koping dapat efektif bila didukung oleh kekuatan lain, dan individu yang terpengaruh

percaya bahwa mekanisme koping yang digunakan dapat mengurangi kecemasan. Sumber koping adalah kemampuan bawaan individu untuk mengatasi rasa takut (Asmadi, 2008).

Berdasarkan berbagai pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa mekanisme koping adalah cara dan upaya individu untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan mekanisme pertahanan yang berfungsi untuk melindungi diri. Mekanisme koping digunakan untuk mengatasi *stress* yang dapat menimbulkan ketakutan dan kecemasan pada individu. Setiap individu akan berusaha untuk menghilangkan stressor atau sumber *stress* yang dihadapinya. Strategi koping bertujuan untuk mengelola perilaku yang mengarah pada pemecahan masalah yang paling sederhana dan paling realistis.

b. Aspek-aspek strategi *coping skill*

Lazarus dan Folkman (1984) secara umum membagi strategi koping ke dalam dua kategori., yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*.

1) *Problem focused coping*

Ini merupakan upaya untuk mengatasi stres dengan memperbaiki atau mengubah masalah dan lingkungan yang menyebabkan stres. *Problem focused coping* bertujuan untuk mengurangi situasi stres atau meningkatkan sumber daya untuk menghadapinya. Metode ini sering digunakan ketika individu percaya bahwa asal-usul atau kebutuhan kondisi dapat diubah.

2) *Emotional focused coping*

Ini adalah upaya untuk mengatasi stres dengan memodulasi respons emosional untuk beradaptasi dengan efek situasi atau situasi stres yang dirasakan. Ini bertujuan untuk mengontrol respons emosional terhadap situasi stres, yang dapat dicapai dengan menggunakan pendekatan perilaku dan kognitif.

Konsep mekanisme koping lainnya dikembangkan oleh Carver (1997) dalam Ahmad (2019). Ada tiga jenis mekanisme koping, diantaranya :

- 1) *Problem focused coping*, Sebuah strategi atau upaya untuk mengurangi situasi stres dengan mengembangkan keterampilan atau mempelajari keterampilan baru untuk mengubah dan mengelola situasi, kondisi atau masalah.
- 2) *Emotional focused coping* adalah upaya untuk mengontrol respons emosional terhadap situasi yang sangat menegangkan.
- 3) *Dysfunctional coping* adalah upaya reflektif untuk mencari dukungan sosial untuk mendapatkan saran, mencari nasihat, atau mengungkapkan perasaan.

Menurut konsep Carver dalam Ahmad (2019), terdapat 14 sub-skala yang dapat dikelompokkan sebagai *problem focused coping* (*active coping, planning, use instrumental support*), *emotional focused coping* (*religion, reframing positif, use emotional support, denial, dan*

acceptence), disfunctional coping (humor, self distraction, venting, behavioural disengagement, self blame, substance use).

1) *Active coping* (Penyelesaian masalah secara aktif)

Tindakan yang dilakukan individu segera dengan meningkatkan upaya mereka dan menemukan cara untuk memecahkan masalah langkah demi langkah.

2) *Planning* (Perencanaan)

Ini mencakup perencanaan strategis dengan berpikir, menyiapkan rencana tindakan dan langkah-langkah yang akan diambil, kemungkinan keberhasilan strategi yang digunakan dan cara terbaik untuk memecahkan masalah yang muncul.

3) *Positive reframing* (Mengkaji kejadian masa lalu kearah yang positif)

Hal ini dilakukan dengan mengevaluasi kembali strategi koping yang digunakan secara positif, berfokus pada perasaan stres dan bukan hanya stresor itu sendiri.

4) *Using emotional support* (Menggunakan dukungan emosional)

Mencari dukungan emosional, simpati, atau pengertian untuk mengurangi atau menghilangkan tekanan emosional yang disebabkan oleh masalah tersebut. Ini biasanya hanya dilakukan untuk menenangkan diri atau melepaskan emosi.

5) *Acceptance* (Penerimaan)

Penerimaan terjadi ketika seseorang kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa hal tersebut pasti terjadi. Ini menyiratkan sikap menerima kebenaran atau mengakui bahwa tidak ada strategi yang efektif untuk memecahkan masalah.

6) *Humor*

Ini adalah jenis koping yang digunakan individu dengan membuat lelucon tentang kejadian terkini.

7) *Religion* (Agama)

Ini adalah cara bagi seorang individu untuk memecahkan masalah dengan meningkatkan ibadah dan mencari bantuan dari Allah.

8) *Using instrumental support*

Individu mencari dukungan dalam bentuk konseling, nasihat, informasi atau dukungan yang diperlukan untuk membantu mereka mengatasi masalah.

9) *Self-distraction* (Pengendalian diri)

Langkah ini dilakukan dengan mengambil langkah-langkah untuk menghilangkan masalah, tindakan yang biasanya dilakukan adalah melamun, tidur, dan menyibukan diri.

10) *Denial* (Menolak atau mengingkari)

Individu menolak untuk percaya pada keberadaan stres, dengan asumsi mereka tidak nyata.

11) *Venting* (Pelampiasan emosi)

Dapat dicapai dengan meluapkan emosi kita terhadap masalah yang ada saat ini.

12) *Substance Use* (Penggunaan zat atau obat-obatan)

seseorang menemukan cara lain untuk menghilangkan stres melalui alkohol atau obat-obatan lain.

13) *Behavioural disengagement* (Pelepasan perilaku)

Individu yang mengalami stresor mengurangi upaya mereka untuk mengatasi stresor ini, menghentikan upaya potensial untuk mengatasi stresor, dan sering digambarkan memiliki gejala ketidakberdayaan.

14) *Self-blame*

Kebanyakan individu akan menyalahkan diri sendiri secara berlebihan untuk setiap masalah atau kesalahan yang mereka hadapi. Individu sering fokus pada apa yang dapat mereka lakukan untuk menghindari stres.

c. Klasifikasi Mekanisme Koping

Stuart (2012) mengemukakan bahwa mekanisme koping dikelompokkan menjadi 2:

1) Mekanisme koping adaptif (positif)

Diartikan dengan mekanisme yang dapat mendukung inklusi, pertumbuhan, pembelajaran, pencapaian tujuan, seperti emosi dan

manajemen diri melalui percakapan dengan orang lain, pemecahan masalah yang efektif, teknik komunikasi, relaksasi, dukungan untuk orang lain, dan kegiatan konstruktif..

2) Mekanisme koping maladaptif (negatif)

Pertimbangkan mekanisme yang mencegah kohesi, seperti makan berlebihan atau tidak makan, makan berlebihan, penghindaran, kemarahan, lekas marah, perilaku menyimpang, ketidakmampuan untuk berpikir atau disorientasi, penghindaran atau penarikan, dan ketidakmampuan untuk memecahkan masalah. Mekanisme koping yang berbahaya dapat memiliki efek negatif pada orang tersebut, seperti isolasi diri, efek kesehatan pribadi, dan bahkan risiko bunuh diri.

d. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Mekanisme Koping

Fitriani (2008) mengemukakan mekanisme koping dapat dipengaruhi oleh:

1) Faktor internal

Faktor internal berasal dari dalam diri meliputi usia, kepribadian, kecerdasan, pendidikan, keyakinan nilai, budaya, emosi, dan kemampuan kognitif.

2) Faktor eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor dari luar diri meliputi dukungan sosial, lingkungan, status keuangan, dan perkembangan penyakit.

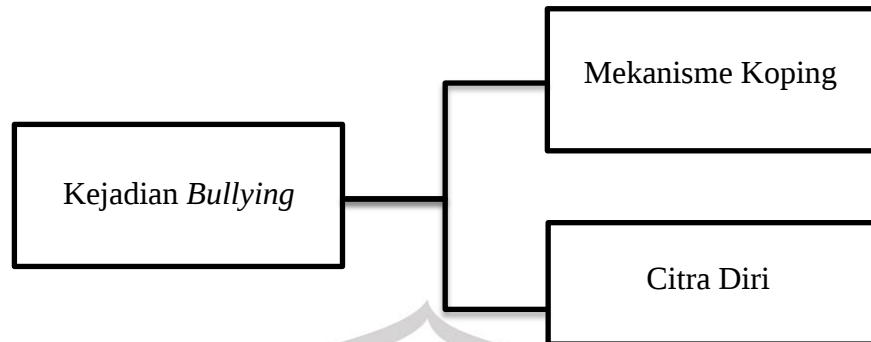
C. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : KEMENPPA(2016), Zakiyah et al. (2017), Akbar (2013), Ahmad (2019).

D. Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah tanggapan penelitian sementara, tolok ukur sementara, atau pernyataan tentatif yang kebenarannya akan dibuktikan oleh penelitian (Notoatmojo, 2015). Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

Ho :

- Tidak ada hubungan antara kejadian *Bullying* dengan Mekanisme Koping.
- Tidak ada hubungan antara kejadian *Bullying* dengan citra diri

Ha :

- Ada hubungan antara kejadian *Bullying* dengan Mekanisme Koping.
- Ada hubungan antara kejadian *Bullying* dengan citra diri

