

BAB II

LANDASAN TEORI

A. BULLYING

1. Pengertian Bullying

Bullying merupakan kata serapan dari bahasa Inggris “bully” yang bermakna mengganggu dan menggertak seseorang yang lebih lemah yang dilakukan secara sadar dengan tujuan untuk menyakiti dan menjeror korbannya tanpa henti.⁴²

Yayasan Sejiwa Amini menjelaskan bullying ialah situasi dimana terdapat penyalahgunaan kekuasaan/kekuatan dengan sengaja oleh perorangan/kelompok. Pelaku memiliki kekuatan fisik dan juga mental.⁴³

Sedangkan menurut Ken Rigby, *bullying* ialah hasrat yang dimiliki oleh perorangan/kelompok untuk menyakiti orang lain secara langsung dan berulang serta tidak bertanggung jawab dan tanpa penyesalan.⁴⁴

Selanjutnya menurut Andi Priyantna, *bullying* ialah perilaku yang dilakukan oleh pelaku untuk menyakiti korbannya bukan atas dasar kelalaian namun kesengajaan, yang dilakukan terus menerus dan terlihat perbedaan power

⁴²Rizki Prihatin, Abd Kelas XII MIA Munir, *Op. Cit.*, hlm. 5.

⁴³Yayasan Semai Jiwa Amini, *Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak* (Jakarta: Grasindo, 2008), hlm. 2

⁴⁴Astuti, *Op. Cit.*, hlm. 3.

yang mencolok.⁴⁵ Menurut Pearce *bullying* adalah sebuah tindakan agresif yang berlebihan yang tidak dapat diterima. Apabila tidak dientikan maka tindakan agresi ini akan berkelanjutan.⁴⁶

Rizal Panggabean mengartikan *bullying* sebagai perilaku keinginan menyakiti dan mengganggu korban yang lemah bagi seorang individu ataupun kelompok yang dilakukan secara terus-menerus dengan unsur kesengajaan dan dilakukan tanpa adanya provokasi dari orang lain.⁴⁷

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa *bullying* adalah usaha sadar yang dilakukan oleh seorang individu ataupun kelompok dengan maksud untuk menyakiti korbannya baik secara fisik, verbal maupun psikologis yang dilakukan secara dengan senang hati dan berulang-ulang.

2. Ciri-Ciri Bullying

Keen Achroni menjelaskan umumnya pelaku *bullying* memiliki ciri-ciri sebagai berikut:⁴⁸

- a. Menguasai anak lain
- b. Memanfaatkan orang untuk mendapatkan kesenangan sendiri
- c. Sulit menerima pendapat orang lain

⁴⁵Andi Priyatna, *Lets End Bullying Memahami, Mencegah dan Mengatasi Bullying* (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2010), hlm. 2.

⁴⁶Astuti, *Op. Cit.*, hlm. 3.

⁴⁷Rizal Panggabean dkk, *Manajemen Konflik Berbasis Sekolah* (Jakarta: Pustaka Alvabet, 2015), hlm. 14.

⁴⁸Ken Achroni, *Ternyata Selalu Mengalah Itu Tidak Baik* (Yogyakarta: Jayaliter, 2012), hlm. 152.

- d. Memiliki rasa keegoisan yang tinggi dan tidak peduli dengan perasaan orang lain.
- e. Sering melukai anak-anak saat tak bersama orang tuanya.
- f. Memandanag orang sekitar yang lemah sebagai sasaran.
- g. Tidak bertanggung jawab atas perbuatannya.
- h. Memiliki sikap yang cuek dan masa bodoh dan tidak memandang masa depan.
- i. Ingin diperhatikan.

Andri Priyatna mengartikan, ciri-ciri seorang anak yang suka melakukan bullying dengan anak lain diantaranya:⁴⁹

- a. Rasa percaya diri yang tinggi
- b. Kepribadian yang implusive
- c. Kurang empati terhadap kawan yang tampak memerlukan bantuan
- d. Cenderung tidak taat pada peraturan
- e. Suka melihat tindakan kekerasan yang dilihat dari media televisi, bacaan, internet, ataupun kehidupan nyata.

Sedangkan menurut Ponny Retno Astuti ciri-ciri bulying adalah:⁵⁰

- a. Gemak berkelompok dan mendominasi kehiduan sosial siswa disekolah
- b. Menempatkan diri ditempat tertentu disekolah/sekitarnya
- c. Tokoh yang dikenal disekolahnya

⁴⁹Priyatna, *Op. Cit.*, hlm. 10.

⁵⁰Astuti, *Op. Cit.*, hlm. 55.

- d. Perilakunya sering ditandai karena sengaja menabrak, berkata kasar, menyepelekan dan melecehkan.

Dapat ditarik kesimpulan berdasarkan pendapat beberapa ahli diatas bahwa bullying memiliki ciri-ciri yaitu memiliki kepercayaan diri yang tinggi, keinginan menyakiti orang lain, tidak memiliki empati antar sesama, tidak bertanggung jawab dan tidak mentaati peraturan.

3. Bentuk-Bentuk Bullying

Tim Yayasan Semai Jiwa Amini, membagi bullying dalam 3 macam bullying yang perlu diketahui, antara lain:⁵¹

- a. *Bullying* fisik ialah jenis *bullying* yang nampak oleh penglihatan. Semua orang dapat melihatnya ini terjadi karena sentuhan fisik antara si pelaku *bullying* dan korbannya. Contoh-contoh *bullying* fisik antara lain menampar, menginjak kaki, menimpuk, memukul, dan lain-lain.
- b. *Bullying* verbal ialah *bullying* yang orang bisa mendeteksi dengan indera pendengarannya. Contoh-contoh *bullying* verbal antara lain, memaki, menghina, menjuluki, menuduh, menebar gosip, dan lain-lain.
- c. *Bullying* mental/psikologi ialah bullying yang paling membahayakan sebab tidak terdeteksi oleh penglihatan dan pendengaran. Bullying ini terjadi secara diam-diam. Contoh-contoh *bullying* mental/psikologis antara lain, memandang sinis, memandang penuh ancaman, mempermalukan didepan umum, mengucilkan, dan lain-lain.

⁵¹Amini, *Op. Cit.*, hlm. 2.

Sedangkan menurut Ponni Retno Astuti, perilaku yang termasuk *bullying* adalah sebagai berikut: ⁵²

- a. Fisik seperti menggunakan anggota badan untuk memukul, menendang, menjambak serta membawa siswa yang dibully kedalam ruangan untuk ditonjok, dicakar dan merusak benda-benda yang dimiliki korbannya.
- b. Non-fisik yang terbagi dalam bentuk verbal dan non-verbal.
 - 1) Verbal: contohnya panggilan telepon yang bernada ledakan, memalak, memeras, mengancam, atau mengintimidasi, menghasut, berkata yang tidak pantas pada korban, berkata menekan dan menyebarkan kejelekan korban.
 - 2) Non-verbal, terbagi menjadi langsung dan tidak langsung:
 - a) Tidak langsung: diantaranya ialah memanipulasi pertemanan, mengasingkan, tidak mengikutsertakan, mengirim pesan menghasut, curang, dan sembunyi-sembunyi.
 - b) Langsung: contohnya gerakan (tangan , kaki, atau anggota tubuh yang lain) kasar atau mengancam, menatap, muka menggancam, menggeram, hentakan menggancam, atau menakuti.

Andi priyanta menjeaskan terdapat beberapa bentuk bullying diantaranya sebagai berikut:

⁵²Astuti, *Op. Cit.*, hlm. 22.

- a. Fisikal, seperti memukul, menendang, mendorong, dan merusak benda-benda milik korban.
- b. Verbal, seperti: mengolok-olok nama panggilan, melecehkan penampilan, mengancam, menakut-nakuti.
- c. Sosial, seperti: menyebar gossip, rumor, mempermalukan di depan umum, dikucilkan dari pergaulan, atau menjebak seseorang sehingga dia yang dituduh melakukan tindakan tersebut.
- d. Cyber atau elektronik, seringkali menyebarkan gosip di media sosial dengan tujuan untuk mempermalukan (misal, *Facebook*, *Instagram* dan *twiteer*), mengunggah foto pribadi tanpa sepengetahuan pemilik untuk menyebarkan aib korbannya.

Menurut Djuwita dkk mengelompokkan perilaku *bullying* kedalam 5 kategori:⁵³

- a. Kontak fisik langsung (memukul, mendorong, menggigit, menjambak, menendang, mengunci seorang dalam ruangan, mencubit, mencakar, juga termasuk memeras dan merusak barang-barang yang dimiliki orang lain)
- b. Kontak verbal langsung (mengancam, mempermalukan, merendahkan, mengganggu, memberi panggilan nama (name calling), sarkasme, merendahkan (put downs), mencela/mengejek, mengintimidasi, memaki, menyebarkan gosip)

⁵³Sucipto, *Bullying dan Upaya Meminimaisikannya*, *Jurnal Psikopedagogia* 1, no.1, (2012), hlm. 3.

- c. Perilaku non-verbal langsung (melihat dengan sinis, menjulurkan lidah, menampilkan ekspresi muka yang merendahkan, mengejek, atau mengancam; biasanya disertai oleh *bullying* fisik atau verbal)
- d. Perilaku non-verbal tidak langsung (mendiamkan seseorang, memanipulasi persahabatan sehingga menjadi retak, sengaja mengucilkan atau mengabaikan, mengirimkan surat kaleng)
- e. Pelecehan seksual (kadang dikategorikan perilaku agresif fisik atau verbal).

Dapat ditarik kesimpulan berdasarkan pendapat para ahli diatas bahwa bentuk bullyng yang terjadi umumnya berbentuk bullying fisi, bullying verbal dan bullying psikologis/mental..

4. Faktor Yang Mempengaruhi Bullying

Segala tindakan perilaku negatif maupun positif memiliki latar belakang (penyebab) sehingga hal itu terjadi. Begitu juga dengan perilaku bullying yang memiliki beberapa faktor penyebab. Menurut Suzie Sugijokanto menyatakan bahwa penyebab *bullying* ada empat yaitu:⁵⁴

a. Pengaruh Keluarga

Anak-anak yang dari kecil tumbuh bersama keluarga yang sering melakukan kekerasan fisik, penghinaan dan berlaku tidak adil, yang

⁵⁴Suzie Sukijokanto, *Cegah Kekerasan Pada Anak* (Jakarta: Kompas Gramedia PT. Elex Media Komputindo, 2014), hlm. 37 - 39.

dilakukan setiap hari. Ada sebagian orang tua juga mengajarkan kekerasan dengan membalas perbuatan yang dialaminya.

b. Pengaruh teknologi dan televisi

Karena lalainya orang tua dalam mengawasi dan mengontrol anakanak menjadikan anak terpengaruh dengan apa yang ia lihat di televisi ataupun games-games kekerasan sebab sifat anak cenderung meniru apa yang dilihatnya.

c. Ajakan dan paksaan

d. Karena tidak ada perlawanan dari korban bullying Menjadikan pelaku dengan mudah memaksa anak-anak dan berbuat semaunya sendiri.

e. Pernah di bully

Korban bully mennganggap bahwa bullying merupakan tindakan yang dibenarkan untuk membela diri sehingga tidak berniat untuk menghentikan tindakan tersebut.

Sedangkan menurut Ponny Retno Astuti terjadinya bullying antara lain disebabkan oleh:⁵⁵

a. Perbedaan ekonomi, agama, gender, etnisitas/rasisme. Orang-orang dikatakan rasis apabila ia merasa kaya sehingga dengan mudahnya menghina si miskin, orang yang berkulit putih merasa sempurna sehingga menyepelkan si kulit hitam dan orang yang berkuasa tidak menghargai yang dibawahnya.

⁵⁵Astuti, *Op. Cit.*, hlm. 4 – 5.

- b. Tradisi senioritas telah diwariska oleh pendahulunya, mereka yang merasa diperakukan tidak adil oeh seniorya dulu berkeinginan untuk embalas dan melanjutkan dendam, iri serta ingin dikenal dan memperlihatkan kekuasaanya pada adik-adik kelasnya.
- c. Keluarga yang tidak harmonis, bullying ini terjadi karena lingkungan keluarga yang tidak mendukung, seperti perkelahian antara anggota keluarga dan perceraian kedua orang tuanya.
- d. Situasi sekolah yang diskriminatif. Pertengkaran antar sesama dan kelompok dianggap hal yang biasa karena kurangnya guru dlam memahami bullying..
- e. Karakter individu/kelompok, karakter yang tertanam dalam diri seperti pereraan dendam maupun iri hati. Dan adanya keinginan untuk meukai kobannya dengan kekuatan fisik yang ia miliki untuk mendapat popularitas.
- f. Kesalah pahaman antara pelaku dan korban, elaku mengira bahwa korban bulying telah meremehkannya.

Menurut Andi Priyatna faktor yang menyebabkan terjadinya bullying antara lain adalah: ⁵⁶

- a. Faktor resiko dari keluarga, yaitu: tidak adanya keharmonisan dan rendahnya kepedulian orang tua dalam mengurus anak-aknya serta pola asuh orang tua yang terlalu keras menjadikan anak terbiasa dengan

⁵⁶Priyatna, *Op. Cit.*, hlm. 6 – 7.

suasana yang mengancam , serta pemberian contoh bullying oleh orang tua baik disengaja maupun tidak dapat berpengaruh dan berpengaruh pada orang-orang di dalam rumah.

- b. Faktor resiko pergaulan, karena seorang anak suka bergaul dengan para pelaku bullying , ikut serta dalam pergaulannya yang keras menjadikan anak tersebut sebagai pelaku bullying juga demi mendapatkan perhatian dan penghargaan dari teman-temannya.
- c. Faktor lain, yaitu: perilaku ini akan tubuh subur disekolah apabila seorang guru tidak memperhatikan tindakan tersebut, karena banyaknya tindakan kekerasan dimedia yang dapat dilihat dan ditiru oleh anak melalui televisi, perfilman dan vidio, anak-anak cenderung mengalami pergaulan yang salah dan menganggap perbedaan karakteristik dari temannya dianggap musuh yang dapat mengancam keberadaanya.

Sedangkan Faye Ong menjelaskan faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya perilaku bullying adalah:⁵⁷

- a. Dinamika keluarga (hubungan antar keluarga) anak-anak mendapatkan pelajaran utama dan mendasar dari keluarganya, apabila keluarga memberikan contoh kekerasan sebagai sarana untuk mendapatkan apa yang diinginkan. Menurut profesor Arthur Horne dari *University Of Georgi*, bahwa anak-anak yang hidup dan dibesarkan dilingkungan keluarga yang menjadikan ejekan, sarkasme, dan kecaman, atau mereka

⁵⁷Faye Ong, *Bullying At School* (The California of Education: CDE Press, 2003), hlm. 8 - 9.

mengalami frustrasi, menjadi saksi kekerasan terhadap anggota keluarga lainnya sehingga mejadikan mereka melakukan perbuatan yang serupa untuk bertahan hidup.

- b. Media dan gambar. Disebabkan kecanggihan teknologi menjadikan seseorang dengan mudah mengirim gambar dan pesan kepada yang ia kehendaki. Hal ini juga dapat mempengaruhi seseorang dalam memahami bullying yang terkandung dalam sebuah gambar. Gambar bullying disuguhkan begitu saja da orang-rang beranggapan sebagai sesuatu yang biasa-biasa saja seperti siaran televisi yang memiliki program reality show, talk show dan perfilman serigkali mengandung adengan kekerasan walaupun hanya sebagai candaan akan tetapi orang-orang akan mengikuti tindakan pembullyian tersebut dan dipraktekkanya dalam kehidupan sehari-hari. Menurut psikologi *David Perry Ari Florida Atlantic University* mengatakan bahwa “ *youths see images or people role models in the media that support the idea that success can be achieved by being aggressive*”.
- c. Pertemanan sebaya yang aktif dan pasif dapat meningkatkan pola pikir dalam memahami bullying. “ bukan masalah yang besar” anak yang mengamati tindakan bullying yang dilakukan oleh temannya cenderung diam saja itu berarti membenarkan perilaku tersebut. Selain itu pengamat bullying cenderung menghindar guna melindungi diri sendiri.

- d. Teknologi yang berkembang dewasa ini mengakibatkan anak dengan mudah melakukan bullying kepada temannya melalui media sosial. Dengan menggunakan internet anak dengan mudah berkomunikasi dan bersosialisasi, para pelaku bullying dengan mudah mengirim gambar-gambar yang menyakitkan, mengeluarkan kata-kata yang tidak pantas, merendahkan, menyebarkan aib dan melakukan ancaman kepada korban yang dapat diakses oleh semua orang.
- e. Iklim dan budaya memiliki pengaruh dan peran yang sangat penting dalam perkembangan bullying disekolah. Iklim yang baik disekolah menjadikan siswa baik pula perilakunya sebaliknya jika iklim sekolah terlihat acuh dalam menyikapi suatu keadaan maka perkembangan bullying semakin cepat dan mengakar pada sekolah tersebut.

Dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi bullying adalah faktor keluarga, faktor lingkungan,, tradisi senioritas, teknologi, iklim dan budaya yang berperan dalam perkembangan perilaku bullying pada siswa.

5. Bullying Dalam Perspektif Islam

Dalam ajaran islam bullying sendiri tidak dianjurkan bahkan sangat dilarang karena dapat merugikan orang lain. Alquran juga sudah menjelaskan dalam Q.S. Al-Hujurat ayat 11 :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ ۗ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ ۗ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ ۚ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Artinya: *Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, dan janganlah sekumpulan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan, seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman barang siapa yang tidak bertaubat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.*

Ayat diatas menjelaskan bahwa mengolok-olok, merendahkan bahkan memanggil dengan panggilan yang buruk sangat dilarang oleh Allah. Belum tentu orang yang kita olok-olok lebih rendah dari kita yang zalim dan ingkar akan ciptaan Allah SWT. Allah juga tidak melihat derajat manusia melalui ras, suku, kebangsaan, warna kulit dan jenis kelamin melainkan allah menilai derajat manusia melalui ketaqwaannya yang membawa manfaat bagi manusia.

6. Dampak Bullying

Orang yang mengalami bullying beranggapan bahwa tindakan tersebut sebagai sesuatu yang tak bisa dibayangkan lagi dan menakutkan, sehingga menimbulkan trauma tersendiri. Rasa malu dan takut biasanya ditutup rapat-

rapat kejadian yang dialami oleh korban bullying akan tetapi dapat segera kita ketahui melalui tanda tanda yang terlihat.

Menurut Yayasan Semai Jiwa Amini dampak bullying adalah sebagai berikut:⁵⁸

- a. Mengurung Diri
- b. Minta pindah sekolah
- c. Menurunnya prestasi belajar
- d. Anti sosial
- e. Anak menjadi penakut
- f. Menjadi rendah diri
- g. Tidak percaya diri
- h. Mudah cemas

Sedangkan menurut Poni Retno Astuti dampak bullying sebagai berikut:⁵⁹

- a. Anak malas pergi kesekolah
- b. Anak menunjukkan gejala kekhawatiran
- c. Tifak sabar dalam meminta uang
- d. Terlihat marah dan berperilaku aneh pada orang tua
- e. Mengalami kecemasan yang berlebihan sehingga berkeinginan untuk bunuh diri

⁵⁸Yayasan Semai Jiwa Amini, *Op. Cit.*, hlm. 12.

⁵⁹Poni Retno Astuti, *Op. Cit.*, hlm. 54-55.

- f. Mengerjakan hal yang tidak biasa dia kerjakan seperti menyembunyikan barang temannya dan mencuri.

Kemudian Wiyani menjelaskan dampak bullying meliputi:⁶⁰

- a. Tidak nyaman, takut dan rendah diri
- b. Penyesuaian sosial yang buruk dimana korban merasa takut untuk datang ke sekolah
- c. Menarik diri dari pergaulan
- d. Prestasi akademik yang menurun
- e. Kesulitan konsentrasi dalam belajar
- f. Bahkan ada yang berkeinginan untuk bunuh diri

Dari beberapa penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa anak korban bullying memiliki ciri-ciri, anak akan menjadi pemurung, anak enggan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, anak lebih suka menyendiri, kepercayaan diri anak semakin menurun, anak semakin malas berangkat ke sekolah dan prestasi belajar semakin menurun.

B. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Percaya diri ialah keyakinan dan kemampuan yang melekat pada individu untuk melakukan sesuatu yang diinginkan. Sikap percaya diri bisa dielajari oleh

⁶⁰Novan Ardi Wiyani, *Save Our Children From School Bullying*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media,, 2012), hlm. 16.

semua orang dengan membanggunya sedini mungkin melalui sikap penghargaan terhadap diri sendiri, hubungan yang baik dengan teman dekat ataupun keluarga bahkan dilingkungan pekerjaan juga.

Seiring peralihan waktu, seorang individu akan melewati tahapan kehidupan dan masing-masing tahapan mempunyai peranan yang sangat penting, pada masa anak-anak individu akan berperan sebagai anak, masa remaja ia memiliki peran dibanding anak-anak dan pada saat dewasa individu bisa menjadi seorang yang lebih berperan dibanding remaja dengan menjadi anggota organisasi ataupun sesuatu yang membanggakan.

Menurut Fatimah percaya diri ialah sikap yang ditunjukkan kepada lingkungan masyarakat ataupun diri sendiri atas kemampuannya.⁶¹ Kepercayaan diri dapat berkembang melalui interaksi individu dengan lingkungannya. Sedangkan menurut Angelis rasa percaya diri berasal dari tekad dan keyakinan untuk melakukan sesuatu yang diinginkan dan dibutuhkan.⁶² Liendenfield menjelaskan seseorang merasa percaya diri apabila terdapat tingkat kepuasan akan kemampuan diri yang dimiliki.⁶³

Wijaya menjelaskan kepercayaan diri ialah mental yang kuat dan keyakinan yang besar terhadap dirinya yang berpengaruh pada kepribadian secara menyeluruh.⁶⁴

⁶¹ Abu Ahmadi, *Psikologi Sosial* (Jakarta: Rineka Cipta 2002), hlm. 10.

⁶² Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta: Puspa Swara, 2002), hlm. 1.

⁶³ *Ibid.*, hlm. 11.

⁶⁴ *Ibid.*

Berdasarkan definisi diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa rasa percaya diri keyakinan dan kemampuan yang melekat pada individu untuk melakukan sesuatu yang diinginkan dan merasa puas pada diri sendiri, jika gagal seorang individu tidak lantas putus asa, ia justru tertantang untuk melakukannya lagi sampai berhasil, karena orang percaya diri meyakini keberhasilan dihasilkan usaha yang dilakukan dan usaha tersebut tidak akan sia-sia.

2. Karakteristik Individu Percaya Diri

Fatimah menjelaskan seseorang dikatakan memiliki kepercayaan diri yang baik adalah sebagai berikut.⁶⁵

- a. Selalu mempercayai potensi dalam diri sendiri,, baginya pujian dan rasa hormat dari orang lain tidaklah penting.
- b. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok
- c. Bentuk penolakan apapun akan diterima dengan lapang dada
- d. Dapat mengendalikan emosinya dengan baik pada situasi apapun.
- e. Dapat melihat hasil sebuah usaha dari keberhasilan dan kegagalan yang didapatkan, apabila ia berusaha dengan sungguh-sungguh maka akan berhasil walaupun dalam keadaan sesulit apapun ia tidak akan menyerah pada keadaan dan tidak mau bergantung dan menyusahkan orang lain.
- f. Memandang sesuatu secara positif baik memandang diri sendiri, orang lain bahkan lingkungan sekitar.

⁶⁵Ahmadi, *Op. Cit.*, hlm. 5.

- g. Selalu memiliki harapan dari segala kegagalan yang didapatkan dan yakin dari kegagalan akan menghasilkan keberhasilan.

Ditambahkan menurut Gulford ciri individu yang memiliki rasa percaya diri adalah sebagai berikut:⁶⁶

- a. Seseorang yang percaya penuh dengan kekuatan dan kemampuan yang ada dalam dirinya.
- b. Keahliannya dalam bersosialisasi dengan lingkungannya mengartikan bahwa ia dapat diterima dikelompok manapun yang sedang ia ikuti
- c. Memiliki sikap yang tenang dalam segala hal dan selalu percaya akan kemampuan diri.

Memiliki mental yang kuat dan rasa percaya diri yang tinggi adalah dambaan semua orang, akan tetapi tidak sedikit orang merasa malu dengan kemmpuan dirinya. Rasa percaya diri bisa dilihat secara kangsung. Hakim menjelaskan ciri orang yang memiliki kepercayaan diri sebagai berikut:

- a. Tenang dalam segala hal
- b. Memiliki kemampuan yang dapat dikembangkan
- c. Dapat mengatasi ketegangan
- d. Mudah bersosialisasi dengan baik
- e. Penampian yang baik ditunjang dengan kesiapan fisik dan mental yang baik pula
- f. Kecerdasan yang memadai

⁶⁶*Ibid.*, hlm. 26.

- g. Tingkat pendidikan formal yang cukup
- h. Mempunyai keahlian yang tidak semua orang memilikinya
- i. Pendekatan dengan masyarakat yang baik
- j. Pendidikan sebeumnya yang baik
- k. Pengalaman hidup yang berharga menjadikannya kuat secara fisik dan mental.
- l. Menyikapi setiap masalah dengan berfikiran positif.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa orang yang memiliki kepercayaan diri bisa dilihat secara langsung oleh siapa saja bahkan diri sendiri bisa melihatnya tergantung sikap kita mencerminkan ciri tersebut atau tidak.

3. Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Anhok menjelaskan adanya faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seeseorang, yaitu:⁶⁷

- a. Pola asuh

Anakanak mendapatkan pelajaran yang pertama melalui keluarga, sebab keluarga adalah orang terdekat bagi anak dan hampir setiap hari bersama dengannya. Jika keluarga mengajarkan hal yang baik seperti tanggung jawab serta melibatkan anak dalam memecahkan masalahnya sendiri.

- b. Jenis kelamin

⁶⁷*Ibid.*, hlm. 27.

Seringkali jenis kelamin dianggap sebuah diskriminasi dimana perempuan dianggap sebagai seorang yang lemah dalam bidang apapun termasuk kepercayaan diri sedangkan laki-laki dianggap lebih kuat dan mandiri.

c. Pendidikan

Sebuah keberhasilan dan kesuksesan seseorang diukur dianggap melalui pendidikannya. Jika pendidikan seseorang rendah maka ia akan merasa tersisihkan dan hilang kepercayaan dirinya berbanding dengan orang yang berpendidikan tinggi maka kepercayaan dirinya meningkat.

d. Interaksi social

Seringkali terjadi kesalahan dalam berinteraksi dengan keluarga ataupun masyarakat sekitar. Yang menjadikan kepercayaan diri tidak berkembang, apabila keluarga dan masyarakat senantiasa memberikan rasam aman, nyaman dan damai maka kepercayaan diri seseorang akan berkembang dengan baik.

d. Penampilan fisik

Penampilan seseorang menjadikan orang lain akan merasa minder ketika melihatnya. Jika penampilannya menarik maka tingkat kepercayaan diri akan tinggi.

Fatimah menjelaskan bahwa rasa percaya akan tumbuh dengan baik apabila seseorang dapat memulainya dari diri sendiri dengan cara sebagai berikut:⁶⁸

- a. Evaluasi diri dengan membuat daftar pencapaian yang sudah diraih atau belum serta meneliti kembali dan menerimanya secara objektif.
- b. Menghargai diri sendiri terhadap pencapaian yang didapat walaupun besar atau kecil.
- c. Selalu berfikir positif
Dapat mengendalikan diri dari fikiran-fikiran negatif yang dapat menggangukannya .
- d. Memiliki tujuan yang pasti dengan memilih tujuan yang akan ditetapkan apakah tujuan tersebut pasti bisa dicapai atau tidak guna mempermudahnya

Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa pola asuh orang tua, jenis kelamin, tingkat pendidikan, interaksi antar sesama dan penampilan seseorang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Jika salah satu diantaranya tidak dimiliki maka tidak ada kepercayaan diri dalam diri seseorang dan kepercayaan dapat ditumbuhkan melalui diri sendiri.

4. Proses Terbentuknya Percaya Diri

Percaya diri memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Kepercayaan diri dibutuhkan dilingkungan keluarga, masyarakat,

⁶⁸*Ibid.*, hlm. 136.

sekolah dan lingkungan kerja guna mendapatkan tujuan yang hendak dicapainya dan terbiasa untuk melatih potensi yang ada dalam dirinya.

Hakim menyebutkan kepercayaan diri terbentuk melalui proses sebagai berikut:

- a. Kepribadian yang baik menghasilkan kelebihan-kelebihan.
- b. Memahami, meyakini dan memanfaatkan kelebihan tersebut.
- c. Jika terdapat kelemahan dalam dirinya senantiasa memberikan reaksi positif guna mencegah rendah diri.
- d. Menggunakan kelebihannya sebagai pengalaman hidup.

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa terbentuknya kepercayaan diri berawal dari pribadi yang baik dan memanfaatkan kelebihan yang ada dalam dirinya.

C. Pengaruh Pengalaman Bullying terhadap Kepercayaan Diri

Masa remaja ialah masa pencarian jati diri, dimana seseorang dapat mengembangkan hubungan yang baik dengan orang lain ataupun memiliki perasaan yang terasingkan dalam usia remaja seseorang dapat membentuk persahabatan yang sehat dan bersikap ramah kepada orang lain, maka ia dapat merasakan kedekatan orang itu, apabila tidak bersikap demikian maka ia akan

merasa terasingkan.⁶⁹ Persahabatan yang tidak baik pastinya akan terjadi konflik dan pertengkaran dan menimbulkan tindakan pembullying.

Tindakan bullying ini bisa terjadi dimana saja dan kapan saja baik dilingkungan keluarga sendiri, lingkungan masyarakat dan lingkungan sekolah. Dimana seharusnya sekolah menjadi tempat yang nyaman dan dapat mengayomi siswa siswinya justru banyak tindakan bullying dalam ucapan yang seringkali dilontarkan oleh pelaku kepada korbannya dengan ucapan yang merendahkan, mengucilkan bahkan memanggil dengan panggilan yang buruk sehingga hinaan itu melekat dalam diri korban, yang menyebabkan rasa percaya diri menurun dan pastinya berpengaruh pada kehidupan selanjutnya.

Pada saat keyakinan akan diri sendiri menghilang, maka identitas diri seseorang tersebut akan bergantung kepada apa yang diputuskan oleh orang lain dan menjadi dasar perasaan identitasnya.⁷⁰ Bagi seseorang yang mengalami bullying kepercayaan dirinya akan terus berkurang dan sudah pasti ia tidak bisa memutuskan persoalan, tidak dapat berfikir dengan jernih dan pendapatnya bergantung pada pendapat orang lain dan ia berfikir bahwa pendapatnya tidaklah baik.

Anak-anak yang diajarkan sejak dini untuk berani mengutarakan apa yang ia sukai dan yang diinginkan dapat mempertahankan kepercayaan diri yang

⁶⁹Anita Lie, *Menjadi Orang Tua Bijak: 101 Menumbuhkan Percaya Diri Anak*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2003), hlm. 125.

⁷⁰Muhammad Mustari, *Nilai Karakter: Refleksi Untuk Pendidikan*, (Jakarta: Rajawali Press, 2014), hlm. 52.

dimiliki dan dapat mengembangkan kemampuannya untuk bahan koreksi pada saat waktunya.⁷¹ Akan tetapi bagi seseorang yang mengalami bullying tidak demikian, sebab mereka tidak percaya akan potensi yang dimilikinya maupun keyakinan yang tidak dapat berkembang dengan baik padahal itulah yang akan menjadi bekal mereka dimasa depan dengan demikian, kepercayaan diri harus dan tetap ada karena dengan percaya diri manusia ada dan dengan kepercayaan diri itu manusia dapat berprestasi.⁷² hal inilah yang menunjukkan bahwa kepercayaan diri menentukan kesuksesan seseorang dimasa depan dan pengalaman bullying akan merusak kesuksesan itu.

⁷¹Wendy L. Ostrof, *Memahami Cara Anak Belajar, Diterjemahkan Oleh: B. Sendra Tnuwidjaja* (Jakarta: Index, 2013), hlm. 20..

⁷²Muhammad Mustari, *Op. Cit.*, hlm. 57.