

Hubungan Harga Diri Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Korban *Bullying*

The Relationship between Self-Esteem and Subjective Well-Being in Bullying Victims

Safira Umara¹, Nur Afni Safarina^{2*}, Ella Suzanna³

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh
Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

*Correspondence author: nur.afnisafarina@unimal.ac.id

Abstract: *This study aims to determine the relationship between self-esteem and the subjective well-being of victims of bullying at MTs/SMP Langkat, using a quantitative research method with correlation analysis. Data obtained through the scale of self-esteem and subjective well-being. The subjects of the study were 385 students who were victims of bullying at MTs/SMP Langkat which were obtained based on the calculation of the number of samples using the Cochran formula. The results of the study show that there is a relationship between self-esteem and the subjective well-being of victims of bullying, with a positive correlation value where if the victim's self-esteem is low, then the subjective well-being is also low.*

Keywords: *Bullying Victims, Self Esteem, Subjective well-being*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan harga diri dengan kesejahteraan subjektif pada korban *bullying* di MTs/SMP Langkat, dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan analisis korelasi. Data diperoleh melalui skala harga diri dan kesejahteraan subjektif. Subjek penelitian berjumlah 385 siswa yang menjadi korban *bullying* di MTs/SMP Langkat, yang diperoleh berdasarkan perhitungan jumlah sampel menggunakan rumus Cochran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif pada korban *bullying*, dengan nilai korelasi positif dimana, jika harga diri korban rendah maka kesejahteraan subjektifnya rendah.

Kata Kunci: *Harga Diri, Kesejahteraan Subjektif, Korban Bullying*

Pendahuluan

Siswa menengah pertama dapat dikatakan sebagai seorang remaja, karena usia siswa mulai dari 11-15 atau 16 tahun. Papalia dan Feldman (2015) menyatakan fase remaja berlangsung dari usia 11-19 atau 20 tahun, remaja ialah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, dan psikososial. Remaja yang mengalami ketidakmampuan dalam mengatasi perubahan fisik, intelektual maupun emosional akan berakhir pada gejala emosi dan tekanan jiwa, serta kurangnya pengendalian diri sehingga cenderung menyimpang dari aturan dan norma sosial. (Hurlock, 1999). *Bullying* ialah salah satu bentuk penyimpangan norma sosial yang sering terjadi pada masa remaja.

Kekerasan *bullying* di sekolah semakin meningkat mengkhawatirkan dan dapat memberikan dampak psikologis yang buruk pada masa depan anak (Junita et al., 2023). Menurut Olweus (dalam Wiyani, 2012), *bullying* ialah perilaku agresif yang dimaksudkan untuk menyakiti atau membuat korban merasa tidak nyaman, tertekan, atau terluka. Menurut kurnia (2016) membagi *bullying* kedalam tiga bentuk yaitu: *Bullying* fisik seperti, memukul, mendorong, menggigit, menendang, mencakar, menampar. *Bullying* verbal seperti, memaki, mengejek, menyebarkan gossip, menipu, mengancam, memanggil dengan nama yang tidak baik. *Bullying* psikologis seperti, mengintimidasi, meremehkan, memalukan di

depan umum, mengucilkan, mengabaikan, memandang rendah, memandang sinis, memandang dengan penuh ancaman, mendeskriminasi.

Tumon (2014) menegaskan bahwa perilaku *bullying* sangat lazim di kalangan remaja laki-laki dan perempuan. Menurut konteksnya, *bullying* bisa terjadi di berbagai tempat, termasuk lingkungan pendidikan, tempat kerja, tempat tinggal, dan taman bermain.

Bullying akan mengakibatkan korban mengalami ketidaknyamanan, ketakutan, rendah diri, dan penyesuaian sosial yang buruk sehingga korban takut bersekolah, bahkan tidak mau bersekolah, menarik diri dari masyarakat, prestasi akademik menurun, dan bahkan ingin bunuh diri daripada menghadapi tekanan (Kurnia, 2016).

Sulistiyowati & Izzaty (2021) menjelaskan bahwa dampak *bullying* seperti kecemasan, depresi dan kekhawatiran ialah afek negatif. Bila remaja sering mengalami afek negatif, maka akan berdampak pada kesejahteraan subjektifnya. Kesejahteraan subyektif korban ditunjukkan dengan kemampuan remaja untuk mengatur emosinya, menerima permasalahannya sebagai proses kehidupan yang diperlukan, dan berusaha bersikap optimis dalam menghadapi permasalahan tersebut.

Kesejahteraan subjektif merupakan evaluasi mengenai bagaimana individu menilai kehidupan mereka secara kognitif, seperti kepuasan domain kehidupan dan kepuasan

hidup secara keseluruhan, dan secara afektif, dalam hal emosi positif atau negatif (Diener, 2009). Kesejahteraan subjektif yang dialami seseorang tergantung dari cara individu tersebut mengevaluasi dan menginterpretasi suatu peristiwa atau kejadian dalam sudut pandang yang positif (Safarina et al., 2019). Diener, dkk., (1999) membagi kesejahteraan subjektif menjadi dua faktor yakni, *bottom-up* dan *top-down*. Faktor *bottom-up* berkaitan dengan faktor eksternal, demografis dan kondisi situasional. Sedangkan faktor *top-down* terdampak oleh variabel kepribadian, optimisme dan harga diri.

Individu dengan harga diri yang tinggi memiliki berbagai sifat, termasuk kemampuan untuk menyampaikan diri secara efektif, kemampuan untuk mengelola hubungan sosial, kepercayaan pada kesadaran diri, dan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Individu dengan harga diri rendah merasa tidak sempurna, takut gagal dalam hubungan sosial, sering merasa putus asa dan sedih, merasa terisolasi dan diabaikan, tidak bisa mengekspresikan diri secara efektif, dan tidak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan baru (Pambudhi & Suroso, 2015). Tingkat harga diri memiliki dampak pada korban bully.

Hasil survey awal kesejahteraan subjektif pada 30 siswa yang mendapatkan perilaku *bullying* di salah satu MTsN di Langkat menunjukkan bahwa 66,7% siswa memiliki suasana hati dan emosi yang menyenangkan, 30% memiliki suasana hati dan emosi yang tidak

menyenangkan, 66,7% memiliki kepuasan secara menyeluruh terhadap kehidupannya, 80% puas dengan domain kehidupannya. Hasil survey kesejahteraan subjektif dapat diketahui bahwa korban dari perilaku *bullying* memiliki kesejahteraan subjektif yang baik.

Namun pada hasil survey mengenai harga diri pada 30 siswa yang mengalami *bullying* di MTsN tersebut, menunjukkan hasil bahwa 30% korban dapat mengontrol orang lain, 33,3% dapat mengontrol dirinya sendiri, 43,3% dapat berkontribusi pada lingkungannya, 73,3% dapat berperilaku sesuai dengan norma yang ada, 73,3% dapat berperilaku sesuai dengan ajaran agama, dan hanya 43,3% dapat mengambil keputusan dengan baik. Hasil survey harga diri dapat diketahui korban dari perilaku *bullying* memiliki harga diri yang kurang baik

Menurut riset Rahmanillah et al., (2018), seseorang dengan harga diri yang tinggi akan mengalami kesejahteraan subjektif yang tinggi. Penilaian seseorang tentang kebahagiaan dan kepuasan hidup bisa dipengaruhi oleh harga dirinya. Studi ini menemukan bahwa korban *bullying* dengan harga diri rendah cenderung merasa tidak puas dan bahagia dengan hidupnya.

Dari hasil survey tersebut dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan subjektif pada korban *bullying* cukup baik, dimana korban memiliki suasana hati dan emosi yang menyenangkan, dan memiliki penilaian terhadap kehidupan dengan baik. Namun harga diri korban *bullying* terlihat kurang baik, dimana korban tidak dapat

mengontrol orang lain maupun diri sendiri, korban tidak dapat berkontribusi pada lingkungan dan tidak mampu mengambil keputusan sendiri.

Berdasarkan fenomena di sekolah tersebut, peneliti berminat untuk meneliti lebih lanjut hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif pada siswa MTs/SMP Langkat yang pernah mengalami perilaku *bullying*.

Metode

Penelitian ini menggunakan dua variabel, variabel bebas yaitu kesejahteraan subjektif, dan variabel terikat yaitu harga diri. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMP/MTs yang ada di Kabupaten Langkat, dengan jumlah populasi tidak diketahui sehingga dalam penentuan populasinya menggunakan rumus *Cochran* dengan tingkat kesalahan 5% sehingga diketahui

jumlah populasi sebesar 385 orang korban *bullying*. Dengan jumlah korban laki-laki sebanyak 168, dan perempuan sebanyak 217 korban.

Metode pengumpulan data menggunakan skala harga diri yang dimodifikasi dari skala harga diri yang disusun oleh Tirsae (2016) berdasarkan aspek harga diri Coopersmith (1967). Sedangkan pada skala kesejahteraan subjektif menggunakan skala yang peneliti susun berdasarkan aspek kesejahteraan subjektif Diener (2009). Dari hasil validitas harga diri menggunakan corrected item didapatkan hasil yang valid sebanyak 36 item dan 30 item yang dinyatakan gugur, sedangkan pada skala kesejahteraan subjektif terdapat 22 item yang valid dan 12 item yang dinyatakan gugur.

Hasil

Berdasarkan hasil yang diperoleh diketahui bahwa total sampel penelitian ini sebanyak 385 korban *bullying* yang terdiri dari 168 laki-laki dan 217 perempuan, Sebelum membahas lebih lanjut mengenai harga diri dan kesejahteraan subjektif dapat dilihat jumlah korban berdasarkan bentuk *bullying*;

Table 1.
Jumlah Korban Berdasarkan Bentuk *Bullying*

Jenis <i>Bullying</i>	Jumlah	Persentase
<i>Bullying</i> Fisik	24	6,2%
<i>Bullying</i> Verbal	108	28%
<i>Bullying</i> Psikologis	27	7%
<i>Bullying</i> Fisik dan Verbal	27	7%
<i>Bullying</i> Verbal dan Psikologis	153	39,7%
<i>Bullying</i> Fisik dan Psikologis	22	5,7%
<i>Bullying</i> Fisik, Verbal dan Psikologis	24	6,2%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa korban yang mengalami *bullying* fisik sebesar 6,2% (n=24) responden, mengalami *bullying* verbal sebesar 28% (n=108) responden, *bullying* psikologis 7%

(n=27), yang mengalami *bullying* fisik dan *bullying* verbal sebesar 7% (n=27), mengalami *bullying* verbal dan *bullying* psikologis sebesar 39,7% (n=153), *bullying* fisik dan *bullying* psikologis sebesar 5,7% (n=22) dan yang mengalami *bullying* fisik, verbal dan psikologis sebesar 6,2% (n=24).

Tabel 2
Data Demografi Penelitian

Jenis	Kategori	Frekuensi	Presentasi
Jenis Kelamin	Laki-Laki	168	44%
	Perempuan	217	56%
Usia	11 tahun	1	0,2%
	12 tahun	83	22%
	13 tahun	108	28%
	14 tahun	117	30%
	15 tahun	74	19%
	16 tahun	2	0,5%
Kelas	VII	127	34%
	VIII	110	28%
	IX	148	38%
Sekolah	SMP	185	48%
	MTs	200	52%

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa sampel penelitian sebanyak 385 yang terdiri 44% (n=168) merupakan siswa laki-laki dan 56% (n=217) merupakan siswa perempuan, dengan siswa yang berusia 11 tahun 0,2% (n=1), usia 12 tahun 22% (n=22), usia 13 tahun 28% (n=108), usia 14 tahun 30% (n=117), usia 15 tahun 19% (n=74), dan yang berusia 16 tahun 05% (n=2). Sedangkan subjek yang duduk di kelas VII 34% (n=127), kelas VIII 28% (n=110), dan di kelas IX 38% (n=148). Pada siswa SMP 48% (n=185), dan siswa MTs 52% (n=200).

Tabel 4
Kategorisasi Kesejahteraan Subjektif

Skor	Kategorisasi	Jumlah	Presentasi
$X > 65,68$	Tinggi	104	27%
$X < 51,68$	Rendah	125	32,5%
52,68 – 64,68	Fluktuasi Skor Mean	156	40,5%
Total		385	100%

Hasil kategorisasi kesejahteraan subjektif pada table diatas menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif pada korban *bullying* di SMP/ MTs Langkat sebesar 32,5% pada kategori rendah dengan jumlah 125 siswa, sebesar 27% kesejahteraan subjektif pada korban *bullying* di SMP/ MTs Langkat pada kategori tinggi dengan jumlah 104 siswa dan 40,5% dengan jumlah siswa 156 termasuk kedalam tidak terkategori. Berdasarkan hasil kategorisasi kesejahteraan subjektif diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat 32,5% korban memiliki kesejahteraan subjektif dengan kategorisasi rendah dengan jumlah 125 korban.

Tabel 5

Hasil Uji Normalitas Kolmogrov Smirnov

Variabel	Signifikansi (p)	Keterangan
Harga Diri Kesejahteraan Subjektif	,000	Tidak normal

Berdasarkan tabel hasil uji normalitas dengan sampel sebesar 385 menunjukkan bahwa variabel harga diri dengan variabel kesejahteraan subjektif diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka residual terdistribusi tidak normal. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel harga diri dengan kesejahteraan subjektif memperoleh nilai signifikan normalitas sebesar ,000 dengan $p < 0,05$ yang artinya data tidak berdistribusi normal. Hal tersebut disebabkan karena adanya data yang *outlier*, yakni data aneh yang diperoleh dari responden penelitian, seperti jawaban responden yang berpola.

Tabel 6
Hasil Uji Linearitas

Variabel	Koefisien Linearitas (F)	Signifikansi (p)	Keterangan
Harga Diri Kesejahteraan Subjektif	1,407	,000	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas dengan sampel sebanyak 385 menunjukkan bahwa harga diri dengan kesejahteraan subjektif memperoleh nilai *linearity sig* ,000 yang mana lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel harga diri dan kesejahteraan subjektif terdapat hubungan yang linier, dengan ini maka asumsi linieritas terpenuhi.

Tabel 7
Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Signifikansi (p)	Keterangan
Harga Diri Kesejahteraan Subjektif	,779	,000	Diterima

Setelah peneliti melakukan uji asumsi maka dapat diketahui bahwa data penelitian tidak berdistribusi normal sehingga dalam melakukan uji hipotesis peneliti menggunakan analisis non parametrik dengan menggunakan Korelasi *Spearman*. Berdasarkan hasil analisis data terdapat korelasi positif antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif dengan nilai $r = ,779$ dan nilai *p value* sebesar 0,000. Karena nilai $p < 0,05$, maka H_0 ditolak artinya bahwa ada hubungan secara signifikan antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif. Nilai korelasi positif artinya terdapat hubungan positif yaitu jika harga diri semakin tinggi maka kesejahteraan subjektif semakin tinggi begitu juga sebaliknya. Sedangkan keeratan hubungannya dapat dikatakan baik karena nilai lebih dari 0,5.

Tabel 8
Korelasi Aspek Harga Diri dengan Kesejahteraan subjektif

Aspek Harga Diri	Koefisien Korelasi (r)	Signifikansi (p)
Kekuatan (<i>Power</i>)	,774	,000
Keberartian (<i>Significance</i>)	,641	,000
Kemampuan (<i>Competence</i>)	,653	,000
Kebajikan (<i>Virtue</i>)	,648	,000

Berdasarkan hasil analisis dari 385 korban *bullying* di SMP/ MTs Langkat didapatkan bahwa adanya hubungan positif dari keempat aspek harga diri dengan variable kesejahteraan subjektif. Dimana aspek kekuatan memiliki hubungan yang paling tinggi dengan variable kesejahteraan subjektif dengan nilai $r = ,774$. Sedangkan aspek keberartian memiliki hubungan yang paling rendah dengan variable kesejahteraan subjektif dengan nilai $r = ,641$.

Tabel 9
Korelasi Aspek Kesejahteraan Subjektif dengan Variabel Harga Diri

Aspek Harga Diri	Koefisien Korelasi (r)	Signifikansi (p)
Afektif	,740	,000
Kognitif	,733	,000

Berdasarkan hasil analisis dari 385 korban *bullying* di SMP/MTs langkat didapatkan bahwa adanya hubungan positif dari kedua aspek kesejahteraan subjektif dengan variable harga diri. Dimana aspek afektif memiliki hubungan yang paling kuat dengan variable harga diri yang memiliki nilai r sebesar ,740. Sedangkan aspek kognitif memiliki hubungan yang rendah dengan variable harga diri dengan nilai r sebesar ,733.

Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan harga diri dengan kesejahteraan subjektif. Dari hasil uji hipotesis yang dilakukan dapat diketahui bahwa, penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif, dari uji korelasi spearman yang menunjukkan koefisien korelasi (r) = ,779 dengan signifikansi $p = ,000$. Hubungan ini menunjukkan bahwa semakin rendah harga diri maka akan semakin rendah kesejahteraan subjektifnya, begitu pula sebaliknya semakin

tinggi harga diri maka akan semakin tinggi kesejahteraan subjektifnya.

Hasil dari uji hipotesis menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif pada korban *bullying*. Korban perundung biasanya akan merasakan perasaan cemas, tidak aman dan biasanya akan memiliki harga diri yang rendah, hal ini dapat menyebabkan rendahnya kesejahteraan subjektifnya, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Shofiyyah & Borualogo (2021) individu yang menjadi korban perundungan biasanya individu yang tidak dapat beradaptasi,

cenderung menarik diri, sulit bergaul, tidak memiliki teman, serta memiliki harga diri yang rendah yang mengakibatkan menurunnya kesejahteraan subjektifnya. Goswami (2012) dalam penelitiannya mengenai hubungan antara social relationship dengan subjective wellbeing pada anak mengatakan bahwa anak-anak yang menjadi korban bullying dan perlakuan yang tidak adil akan memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah. Artinya korban *bullying* cenderung sering mengalami perasaan yang tidak puas terhadap kehidupannya, dan jarang mengalami perasaan yang menyenangkan.

Klocke (2015) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa menjadi korban *bullying* akan mengurangi kesejahteraan subjektif anak secara substantif, selain itu frekuensi intimidasi memiliki dampak negative yang besar dan linier pada kesejahteraan subjektif. Biasanya individu yang tidak memiliki kekuatan dalam mempertahankan diri akan cenderung menjadi korban perundungan. Menurut Diener (dalam Avci, 2012) self esteem yang positif merupakan variabel penting dalam subjective well-being karena evaluasi terhadap diri akan mempengaruhi bagaimana seseorang menilai kepuasan dalam hidup dan kebahagiaan yang mereka rasakan.

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Safarina et al., (2019) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif, dimana semakin tinggi

harga diri maka akan semakin tinggi kesejahteraan subjektif. Hal ini didukung oleh teori *Top-down* yang menjelaskan bahwa kesejahteraan subjektif dipengaruhi oleh faktor kepribadian seperti harga diri. Teori ini menjelaskan bahwa kesejahteraan subjektif yang dialami seseorang tergantung dari cara individu tersebut mengevaluasi dan menginterpretasi suatu peristiwa atau kejadian dalam sudut pandang yang positif.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Fajriani & Suprihati (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif. Dimana, semakin tinggi harga diri individu maka akan semakin tinggi kesejahteraan subjektif yang dirasakan individu. Hal ini dapat diartikan bahwa individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan di dunia ini. Sedangkan remaja yang memiliki harga diri rendah akan memiliki rasa percaya diri yang rendah, perasaan tidak berguna sering memikirkan hal yang tidak baik, dan biasa sering gagal di sekolah (Hidayati, 2016).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Daulay (2015) bahwa kesejahteraan subjektif dapat mempengaruhi proses pembentukan harga diri remaja. Kesejahteraan subjektif merupakan salah satu

predictor kualitas hidup individu yang mempengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai domain kehidupan, menurut Diener (2003) kesejahteraan subjektif ditentukan oleh adanya evaluasi diri dimana harga diri rendah dan tinggi juga menentukan dari semua aspek yang ada di kesejahteraan subjektif terutama diwujudkan dengan sikap yang lebih baik dalam interaksi sosial dan dapat menimbulkan harga diri tinggi tersebut.

Steinberg (dalam Daulay, 2015) harga diri yang tinggi akan berfungsi sebagai faktor pelindung bagi munculnya gangguan psikologis yang berbahaya bagi individu, sekaligus dapat meningkatkan kesejahteraan subjektifnya. Sehingga harga diri perlu diperhatikan oleh setiap individu, karena harga diri yang rendah akan mengakibatkan individu kurang dapat merasakan kepuasan hidupnya, merasa tidak aman, cemas, hingga tidak mampu menjalani hubungan sosial yang baik.

Hal serupa yang diungkapkan oleh Arroisi & Badi (2022) salah satu faktor yang dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif ialah harga diri, dimana jika individu mampu menganggap dirinya berharga, dan dapat memunculkan nilai-nilai positif dalam dirinya maka individu tersebut dapat meraih kesejahteraan subjektif dalam hidupnya. Evaluasi harga diri seseorang akan menunjukkan hasil baik jika perasaan positif yang ditimbulkan memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan subjektif seseorang (Arroisi & Badi, 2022).

Ditinjau dari hasil kategorisasi menunjukkan bahwa harga diri pada siswa korban *bullying* di SMP/MTs Langkat termasuk kedalam kategorisasi rendah dengan persentasi 37,9%, terdapat 146 dari 385 korban yang memiliki harga diri rendah.

Penelitian ini didukung dengan penelitian Mukaromah et al., (2018) korban dari perilaku *bullying* memiliki harga diri yang rendah dimana korban merasa dirinya tidak berharga, selalu merasa minder ataupun memiliki rasa takut yang berlebihan, hal ini menyebabkan korban sering mengalami tindakan bully, sehingga tidak dapat mempertahankan dirinya dan tidak berani melawan temannya yang lebih kuat, yang membuat korban merasa tidak percaya diri dan merasa terintimidasi baik secara perasaan maupun fisik.

Ditinjau dari hasil kategorisasi kesejahteraan subjektif pada korban *bullying* di SMP/ MTs Langkat termasuk kedalam kategorisasi rendah dengan persentase 32,5%. Hal ini menunjukkan bahwa korban *bullying* kurang merasa perasaan yang menyenangkan, tingginya perasaan yang tidak menyenangkan, dan merasa kurang puas dalam hidupnya. Arroisi & Badi, (2022) menjelaskan bahwa penilaian harga diri akan terlihat baik ketika perasaan menyenangkan yang dimunculkan akan banyak mempengaruhi kesejahteraan subjektif.

Dengan demikian kurangnya perasaan atau emosi positif dalam hidup individu dapat menyebabkan individu merasa kurang puas

dengan kehidupannya. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sulistyowati dan Izzaty, (2021) dimana korban *bullying* akan kurang merasa perasaan yang positif dan kurang puas dengan hidup yang ia jalani, hal ini disebabkan oleh perilaku *bullying* yang ia alami.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wardani & Lestari, (2017) Subjective wellbeing pada korban *bullying* tergolong kurang baik karena pada komponen kognitif korban *bullying* tidak mampu menjadi diri sendiri, sehingga korban merasa tidak puas dengan dirinya. Pada komponen afektif korban merasakan banyaknya perasaan yang tidak menyenangkan, dimana korban merasa tidak senang, kecewa, sedih, takut dan merasa kecewa terhadap kondisi yang ia alami.

Hasil data demografi penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa jumlah korban *bullying* perempuan lebih banyak dari pada korban *bullying* laki-laki. Dimana bahwa terdapat 217 subjek dengan jenis kelamin perempuan (56%) dan 168 subjek berjenis kelamin laki-laki (44%). Penelitian yang dilakukan Tirsae (2016) bahwa subjek yang menjadi korban *bullying* domininan berjenis kelamin perempuan. Secara umum keadaan ini terjadi karena kebanyakan perempuan tidak memiliki rasa percaya diri dan juga keberanian dalam memberikan perlawanan terhadap seseorang yang menurutnya lebih kuat.

Berdasarkan jenjang sekolah yaitu SMP dan MTs, korban terbanyak terjadi pada siswa siswi

MTs yang berjumlah 200 siswa dengan persentase 52%, sedangkan korban pada siswa SMP berjumlah 185 siswa dengan persentase 48%. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yani et al., (2016) *bullying* sering terjadi di lingkungan MTs dari pada lingkungan umum. Hal ini terjadi disebabkan minimnya pengawasan yang diberikan karena jumlah siswa yang banyak. Selain itu, sekumpulan peraturan yang ada dianggap sebagai belenggu atau pengekangan, padahal tujuan dari sederet peraturan tersebut ialah untuk meningkatkan kedisiplinan.

Berdasarkan hasil tingkat *bullying* berdasarkan bentuknya ialah, dengan bentuk *bullying* tertinggi ialah *bullying* verbal dan psikologis sebanyak 153 korban dengan persentase 39,7% dan bentuk *bullying* terendah ialah *bullying* fisik sebanyak 24 korban dengan persentase 6,2%. Penelitian ini berbeda dari penelitian yang dilakukan oleh Januarko & Setiawati, (2013) dimana *bullying* yang sering terjadi pada siswa SMP ialah *bullying* fisik yang dilakukan oleh siswa senior atau kakak kelas. Sedangkan kekerasan psikologi dan verbal tercatat lebih rendah. Namun penelitian yang dilakukan oleh Sejiwa, (2008) tentang *bullying* di Yogyakarta, Surabaya, dan Jakarta didapatkan bahwa bentuk kategori *bullying* yang sering terjadi ialah *bullying* psikologis berupa pengucilan. Peringkat kedua ditempati *bullying* verbal (mengejek) dan terakhir kekerasan fisik (memukul).

Berdasarkan analisis aspek harga diri yang berpengaruh besar terhadap variabel kesejahteraan subjektif adalah aspek kekuatan (power) dengan nilai r sebesar 0,774 sedangkan aspek yang memiliki pengaruh lebih kecil terhadap variabel kesejahteraan subjektif ialah aspek keberartian dengan nilai r sebesar 0,641. Menurut Husna dan Saidiyah, (2014) individu yang memiliki tingkat kekuatan yang tinggi memiliki kontribusi yang tinggi pula terhadap kesejahteraan subjektif, begitu pula sebaliknya individu yang memiliki tingkat kekuatan yang rendah maka memiliki kontribusi yang rendah pula terhadap kesejahteraan subjektifnya. Dengan demikian ketika individu tidak memiliki kekuatan karakter dalam dirinya maka individu akan merasa tidak puas dan bahagia dengan hidupnya.

Hasil analisis aspek kesejahteraan subjektif yang berpengaruh besar terhadap variabel harga diri adalah aspek afektif dengan nilai r sebesar 0,740, sedangkan aspek kesejahteraan subjektif yang memiliki pengaruh paling rendah ialah aspek kepuasan hidup dengan nilai r sebesar 0,733.

Menurut Arroisi & Badi, (2022) ketika emosi positif berdampak signifikan pada kesejahteraan subjektif, evaluasi harga diri akan terlihat lebih akurat. Orth dan Robins, (dalam Arroisi & Badi, 2022) menyatakan bahwa harga diri bisa memberikan dorongan fungsional, kepuasan hidup, dan kesejahteraan subjektif secara substansial dengan mempertahankan dan

meningkatkan perasaan positif dan kesadaran diri individu. Dengan demikian harga diri dapat menumbuhkan sikap, rasa dan emosi positif dalam diri individu (Arroisi & Badi, 2022).

Kesimpulan

Analisis yang sudah dilaksanakan mendapatkan temuan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif pada korban *bullying* di SMP/ MTs Langkat dengan nilai korelasi 0,779 yang termasuk kedalam kategori kuat dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ lebih kecil dari 0,05 yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Dimana semakin rendah harga diri maka akan semakin rendah kesejahteraan subjektif, dengan demikian ketika korban tidak memiliki kekuatan karakter dalam dirinya maka korban merasa dirinya kurang berharga, sehingga korban merasa kurang bahagia dan puas dengan hidupnya.

Hasil analisis aspek-aspek harga diri dengan variabel kesejahteraan subjektif, aspek kekuatan memiliki hubungan yang paling tinggi dengan variabel kesejahteraan subjektif dengan nilai $r = ,774$. Artinya korban *bullying* kurang memiliki kekuatan dalam menghadapi perilaku *bullying* yang terjadi pada dirinya. Kemudian pada salah satu aspek kesejahteraan subjektif dengan variabel harga diri, terdapat aspek afektif yang memiliki korelasi yang kuat pada harga diri dengan nilai $r = ,740$. Hal ini menyebabkan korban memiliki perasaan yang kurang menyenangkan pada perilaku *bullying* yang ia alami.

Saran

Saran untuk siswa yang menjadi korban *bullying* diharapkan untuk dapat mengembangkan harga diri pada masa sekarang dan depan, dengan cara mengenali dan menyadari kekuatan dalam diri sendiri, menjalin hubungan yang positif, menetapkan tujuan hidup dengan didukung dengan adanya dukungan dari orang tua, maupun orang-orang dilingkungan sekitar. Subjek juga harus memandang dirinya sebagai individu yang berharga agar individu merasa hidupnya berguna dan berarti dan akan merasa puas dengan hidup yang ia jalani.

Korban diharapkan lebih berani untuk melaporkan kepada orang dewasa, jika *bullying* tersebut terjadi disekolah dapat melaporkan kepada guru BK. Berlatih menunjukkan sikap percaya diri didepan umum, hal ini juga berguna untuk meningkatkan rasa berharga pada diri.

Saran untuk orang tua diharapkan dapat memberi perhatian yang besar bagi orang tua dengan lebih meluangkan waktu dan bertanya mengenai keadaan anak-anaknya. Selain itu, perhatian juga bisa dalam bentuk sikap yang lebih terbuka dan juga rasa kepedulian terhadap setiap sesuatu yang terjadi pada anak agar anak berani bercerita terkait masalah yang dihadapinya serta mencari solusi bersama-sama. Memberikan juga bantuan kepada anak untuk menumbuhkan rasa keberhargaan dalam dirinya, untuk meningkatkan rasa puas dalam hidupnya.

Sekolah disarankan untuk lebih mengaktifkan program bimbingan konseling pada seluruh siswa, seperti lebih sering dalam melakukan pemantauan ke tempat-tempat yang mungkin siswa melakukan perilaku *bullying* kesiswa lainnya, rutin melakukan konseling kepada siswa yang membutuhkan bantuan dalam memecahkan sebuah masalah. Selain itu, sekolah juga perlu untuk menyediakan edukasi atau materi pembelajaran terkait *bullying*.

Saran bagi peneliti selanjutnya ialah agar dapat memperhatikan faktor-faktor lain yang mungkin lebih memengaruhi harga diri dan kesejahteraan subjektif pada korban *bullying* diharapkan bisa ditemukan dan dilihat lebih detail dan lebih dalam oleh peneliti selanjutnya. Selanjutnya peneliti juga diharapkan mampu mengembangkan penelitian dengan cakupan yang lebih luas, agar hasil penelitian memiliki akurasi yang lebih tinggi dan dapat digeneralisasi.

Referensi

- Arroisi, J., & Badi, S. (2022). Konsep harga diri: studi komparasi perspektif psikologi modern dan islam. *Jurnal Psikologika*, 27(1), 89-106. <https://doi.org/10.20885/10.20885/psikologika.vol27.iss1.art7>
- Avci, D., Yilmaz, F., & Koc, A. (2012). Correlation between subjective well being and self-esteem levels of College nursing students. *JPAIR Multidisciplinary Research is produced by PAIR*, 2(1). <http://dx.doi.org/10.7719/jpair.v10i1.180>
- Coopersmith (1967). *Antecedents of Self-esteem*. Freeman
- Daulay, N. (2015). Kesejahteraan subjektif (subjektif well being) dan harga diri pada remaja yang memiliki orang tua tunggal. *Jurnal Pendidikan dan Kependidikan*, 2(1), 1-17. <http://repository.uinsu.ac.id/id/eprint/6670>
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being there decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 277-302. <https://psycnet.apa.org/buy/1999-10106-007>
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Diener, E. (2009). *The Science of Well-Being (Vol. 37)*. <http://link.springer.com/10.1007/978-90-481-2350-6>
- Fajriani, I. T., & Suprihatin, T. (2017). Harga diri, kepuasan kerja dan kesejahteraan subjektif pada guru madrasah tsanawiyah. *Jurnal Proyeksi*, 12(1), 67-76. <http://dx.doi.org/10.30659/jp.12.1.67-76>
- Goswami, H. (2011). Social relationships and children's subjective well being social indicators research. *Springer*, 107, 575-588 doi:10.1007/s11205-011-9864-z
- Hidayati, N. W. (2016). Hubungan harga diri dan konformitas teman sebaya dengan kenakalan remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 1(2), 31-36
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga
- Januarko, W & Setiawati, D. (2013). Studi tentang penanganan korban *bullying* pada siswa SMP sekecamatan Trawas. *Jurnal BK Unesa*, 4(2), 383-389. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/7440>
- Junita, N., Dewi, R., Suzanna, E., Aulia, C. A., & Penggabean, S. M. (2023). Pemberdayaan siswa dalam mengurangi kekerasan *bullying* di sekolah melalui kelompok teman sebaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 28-33. <https://ojs.unimal.ac.id/ubathatee/article/view.9404>
- Klocke, A. (2015). Being a victim of *bullying* reduces child subjective well-being substantively: an international comparison. *Informationsdienst Soziale Indikatoren*, 53, 8-10. <https://doi.org/10.15464/isi.53.2015.8-10>
- Kurnia, I. (2016). *Bullying*. Relasi Inti Media

- Mukaromah, S., Wardatun, S., & Apriana, E. (2018). Perilaku remaja korban *bullying* dengan harga diri (self esteem) remaja. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, 3(1), 54-59. <https://doi.org/10.35728/jmkik.v3i1.85>
- Pambudhi, Y. A., & Suroso, T. M. (2015). Efektivitas group cognitive behavior therapy (Gcvt) dalam menurunkan kecemasan menghadapi pelaku *bullying* ditinjau dari harga diri pada korban *bullying*. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(1), 18-31. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/2124>
- Papalia, D. E., Feldman, R. D. (2015). *Human development*. (12th ed.). Salemba Humanika
- Safarina, N. A., Munir, A., & Nur'aini. (2019). Hubungan harga diri dan optimisme dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa magister psikologi universitas medan area. *Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 1(1), 39-48. <http://jurnalmahasiswa.uma.ac.id/index.php/tabularsa>
- Shofiyah., & Borualogo, I. S. (2021). Pengaruh perundungan terhadap subjective well being pada anak dan remaja di panti asuhan, 7 (2), 284-289. <http://dx.doi.org/10.29313/v0i0.28314>
- Sulistyowati, N. D., & Izzaty, R. E. (2021). Harapan dan kesejahteraan subjektif pada remaja yang pernah menjadi korban perundungan. *Jurnal Acta Psychologia*, 3(2), 105-110. <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- Tirsae, O. V. (2016). Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecemasan Sosial Pada Remaja Korban *Bullying* Di Palangkaraya, Kalimantan Tengah. Skripsi. https://repository.usd.ac.id/6251/2/119114053_full.pdf
- Tumon, M. B. A. (2014). Studi deskriptif perilaku *bullying* pada remaja. *jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. 3(1), 1-17. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/1520>
- Wiyani, N. A. (2012). *Save our children from school bullying*. Ar-Ruzz Media
- Yayasan Semai Jiwa Amani (Sejiwa). (2008). *Bullying* mengatasi kekerasan di sekolah dan lingkungan sekitar anak. PT Grasindo