

PENGARUH PERAN GURU BK TERHADAP PEMBINAAN SISWA SMP ISLAM AL -ULUM TERPADU TUASAN

¹M. Harwansyah Putra Sinaga, ²Anisah Fitri Lubis, ³Khairunnisa,

⁴Tiara Nova Andre Saragih

Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email : mharwansyahputra@uinsu.ac.id

ABSTRACT

Bullying at school is increasing year after year. One of the negative effects of bullying is that victims experience low psychological well-being. One of the coping strategies to deal with this impact is forgiveness. This study aims to determine the relationship between forgiveness and psychological well-being of victims of bullying in Indonesia. Tuasan AL-ULUM TERPADU Islamic Middle School The population of this study was students who had experienced bullying at Tuasan AL-ULUM TERPADU Middle School. The population was 117 students, and the research sample was 60 students. The sampling technique was carried out using a proportionate cluster random sampling technique. The measurement tool uses a psychological well-being scale (35 item, $\alpha = 0.879$) and forgiveness scale (26 item, $\alpha = 0.874$). Data analysis technique using simple regression analysis. The results of statistical analysis show the value of $r_{xy} = 0.469$; $p = 0.000$ ($p < 0.05$). The results of the data analysis explain that there is a positive relationship between forgiveness and psychological well-being. The higher the forgiveness, the higher the psychological well-being. Conversely, the lower the forgiveness, the lower the psychological well-being. The effective contribution of forgiveness to psychological well-being is 22% and 78% is influenced by other factors not disclosed in this study.

Keywords : psychological well-being, forgiveness, bullying

ABSTRAK

Perundungan di sekolah semakin meningkat dari tahun ke tahun. Salah satu dampak negatif dari perundungan yaitu korban mengalami kesejahteraan psikologis yang rendah. *Coping strategy* untuk menangani dampak tersebut salah satunya yaitu pemaafan. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada korban perundungan di SMP ISLAM AL-ULUM TERPADU Tuasan Populasi penelitian ini adalah siswa yang pernah mengalami perundungan di SMP ISLAM AL-ULUM TERPADU Tuasan Populasi berjumlah 117 siswa, dan sampel penelitian berjumlah 60 siswa. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *proportionate cluster random sampling*. Alat ukur menggunakan skala kesejahteraan psikologis (35 aitem, $\alpha = 0,879$) dan skala pemaafan (26 aitem, $\alpha = 0,874$). Teknik analisis data menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil analisis statistika menunjukkan nilai $r_{xy} = 0,469$; $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil analisis data menjelaskan bahwa ada hubungan positif antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis. Semakin tinggi pemaafan maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, semakin rendah pemaafan maka semakin

rendah kesejahteraan psikologis. Sumbangan efektif pemaafan terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 22% dan sebesar 78% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata Kunci: kesejahteraan psikologis, pemaafan, perundungan

A. Pendahuluan

Kekerasan terhadap anak di sekolah dari tahun ke tahun semakin meningkat. Tindakan kekerasan merupakan akar dari permasalahan perundungan. Perundungan (*bullying*) merupakan perilaku agresi yang dilakukan secara terus menerus dan berulang-ulang, terdapat kekuatan yang tidak seimbang antara pelaku dan korbannya, serta memiliki tujuan untuk menyakiti dan menimbulkan rasa tertekan bagi korbannya (Rigby, 2007).

Fenomena perundungan terjadi pada semua tingkatan, mulai dari tingkat Sekolah Dasar hingga di tingkat Perguruan Tinggi. Yayasan SEJIWA (2008) melakukan sebuah penelitian tentang perundungan di tiga kota besar di Indonesia, yaitu Surabaya, Yogyakarta, dan Jakarta menunjukkan terjadinya tingkat kekerasan sebesar 67,9% pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) dan 66,1% pada tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Penelitian Lembaga Pratista

Indonesia terhadap siswa SD, SMP, dan SMA di dua kecamatan di Bogor menunjukkan semakin tinggi jenjang sekolah, semakin tinggi persentase siswa yang mengalami perundungan dari teman di lingkungan sekolah (Hartiningsih, 2009).

Dari kasus di atas, perundungan lebih banyak terjadi pada siswa SMA. Siswa SMA termasuk ke dalam kelompok usia remaja. Pada masa remaja berlangsung sebagian besar perubahan fisiologis, sosial, dan psikologis dalam kehidupan. Menurut Erikson masa remaja merupakan masa pencarian identitas dan makna dalam kehidupan (dalam Santrock, 2012). Remaja yang memiliki makna atau tujuan hidup akan dapat memecahkan masalah krisis identitas yang dihadapi selama periode ini. Hal yang tidak kalah penting bagi remaja supaya dapat melewati krisis identitas adalah memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi (Khan, Taghdisi, & Nourijelyani, 2015).

Kowalski dan Limber (2013) dalam penelitiannya menemukan

bahwa siswa yang menjadi korban *cyber-bullying* (perundungan melalui alat elektronik) dan *traditional-bullying* (perundungan secara tradisional) memiliki penghargaan diri (*self-esteem*) yang rendah, depresi, kecemasan, masalah kesehatan dan sering tidak hadir di sekolah. Schneider dkk (2012) dalam penelitiannya menemukan hasil bahwa *cyber bullying* (perundungan melalui alat elektronik) dan *traditional bullying* (perundungan secara tradisional) menimbulkan *school performance and school attachment* yang rendah, mengalami stres dan menunjukkan gejala-gejala depresi serta menunjukkan keinginan untuk bunuh diri.

Korban perundungan mengalami rasa rendah diri, takut, tidak nyaman, serta tidak berharga. Selain itu korban juga mengalami penyesuaian sosial yang buruk, korban merasakan takut ke sekolah bahkan tidak mau ke sekolah, dan menarik diri dari pergaulan. Korban juga mengalami prestasi akademik yang menurun karena mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi dalam belajar, bahkan memiliki keinginan untuk bunuh diri dibandingkan harus menghadapi tekanan-tekanan yang

berupa hinaan dan hukuman (Rigby, 2007).

Hal tersebut jika dibiarkan dapat mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis dari korban perundungan. Rigby (2007) menyebutkan bahwa korban perundungan memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Kesejahteraan psikologis sangat penting bagi remaja karena mempengaruhi perkembangan kepribadian yang kuat di masa depan, serta mempengaruhi nilai-nilai, arah, dan tujuan hidup yang dipilih. Kesejahteraan psikologis pada remaja mengacu pada perasaan puas dengan kehidupan, memiliki emosi positif, tidak adanya gangguan psikologis, fungsi akademik tertinggi, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan kesehatan fisik (Khan dkk, 2015).

Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis pada remaja. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kualitas hubungan di dalam keluarga, terutama dengan orangtua merupakan faktor penentu utama kesejahteraan psikologis pada remaja. Beberapa faktor kunci lain yang dapat berkontribusi pada tingkat yang lebih tinggi atau tingkat yang lebih rendah dari kesejahteraan psikologis pada remaja adalah

popularitas, kesehatan fisik, stres dan kedekatan dalam hubungan dengan teman sebaya (Rathi & Rastogi, 2007).

Kesejahteraan psikologis adalah realisasi dan pencapaian penuh dari potensi individu (Ryff, 2014). Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi adalah individu yang memiliki kondisi emosional yang positif, merasa puas dengan hidupnya, mampu melalui pengalaman-pengalaman buruk yang dapat menghasilkan kondisi emosional negatif. Selain itu individu yang mampu menentukan nasibnya sendiri tanpa bergantung dengan orang lain, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mengendalikan kondisi lingkungan sekitar, mampu mengembangkan dirinya sendiri, dan memiliki tujuan hidup yang jelas (Ryff, 2014).

Pada korban perundungan yang terjadi yaitu harga diri yang rendah, kecemasan dan bahkan depresi (Salmon, James, & Smith, 2015), hal-hal tersebut mengakibatkan kesejahteraan psikologis korban perundungan menjadi rendah. Jewel (2015) dalam penelitiannya menemukan bahwa remaja yang mengalami

ejekan, penolakan dan perundungan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang tidak mengalaminya. Hal itu dikarenakan remaja yang menjadi korban perundungan memiliki kecemasan, depresi, kesepian, harga diri rendah dan kecenderungan untuk bunuh diri yang tinggi (Jewel, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Okoiye, Anayochi dan Onah (2015) menunjukkan hasil *cyber-bullying* (perundungan melalui alat elektronik) memiliki dampak yang negatif pada kesejahteraan psikologis remaja. *Cyber-bullying* (perundungan melalui alat elektronik) menyebabkan remaja memiliki harga diri rendah, konsep diri yang buruk, serta efikasi diri yang rendah.

Kondisi tersebut harus ditangani dengan segera, jika tidak maka akan menyebabkan korban perundungan memiliki perasaan marah, frustrasi, dan depresi (Okoiye, dkk 2015). Korban perundungan cenderung memiliki perasaan dendam yang dapat menyebabkan korban menjadi pelaku perundungan (Sourander, dkk 2007). Selain itu korban

perundungan memiliki perilaku negatif yaitu perilaku menghindar (Hutzell & Payne, 2012). Perilaku tersebut bila dibiarkan akan menyebabkan korban perundungan memiliki perilaku antisosial, kecemasan, depresi, dan gangguan panik ketika dewasa (Copeland, Dieter, Adrian, & Costello, 2013). Oleh karena itu korban perundungan membutuhkan sebuah *coping strategy* untuk mengatasi dampak negatif tersebut.

Cicognani (2011) dalam penelitiannya menemukan *coping strategy* memungkinkan individu untuk menarik diri dari situasi yang dianggap tidak dapat diubah, menerima bahwa akan selalu ada masalah dan tidak mengkhawatirkan adanya masalah karena masalah akan selalu terpecahkan. Hal-hal tersebut berhubungan positif dengan indikator kesejahteraan psikologis. Sarafino (2011) mendefinisikan *coping strategy* sebagai sebuah proses individu ketika mencoba mengelola perbedaan yang dirasakan antara sumber daya dengan tuntutan yang mereka nilai dalam stres. Ketika pelaksanaannya terdapat dua *strategy coping* yang individu dapat

lakukan, yaitu *coping strategy* yang bersifat efektif (adaptif) maupun *coping strategy* yang cenderung tidak efektif (mal adaptif).

Salah satu *coping strategy* yang dapat meredakan dampak negatif perundungan adalah pemaafan (Flanagan, Hoek, Ranter, & Reich, 2012). Flanagan dkk (2012) menemukan pemaafan sebagai *coping strategy* adaptif di kalangan remaja yang menjadi korban perundungan dan menemukan bahwa remaja yang melaporkan tingkat pemaafan yang lebih tinggi cenderung menggunakan resolusi konflik dan saran serta strategi mencari dukungan dan lebih kecil kemungkinannya untuk balas dendam sebagai tanggapan terhadap perundungan. Senada dengan hal tersebut menurut hasil penelitian dari Egan dan Todorov (2009) proses dari pemaafan dapat bertindak sebagai sumber *coping* yang efektif (adaptif) yang memungkinkan siswa korban perundungan untuk mengganti emosi negatif dengan emosi positif.

Korban perundungan yang melakukan pemaafan bukan berarti korban membenarkan perundungan yang terjadi pada dirinya. Proses

pemaafan masih memungkinkan korban untuk membuat pelaku bertanggung jawab atas pelanggaran yang dilakukannya, dan tidak melibatkan penyangkalan, pengabaian, pengurangan, pemakluman, membiarkan, atau membebaskan pelaku. Pemaafan pada dasarnya membantu individu menghapus dirinya sendiri dari peran menjadi korban (Tangney dalam Compton & Hoffman, 2013).

Remaja korban perundungan di sekolah kurang memiliki kendali terhadap lingkungan daripada orang dewasa yang mengalami perundungan. Ketika orang dewasa mengalami perundungan *coping strategy* yang digunakan adalah *problem-focused coping* (*coping* yang berfokus pada masalah), seperti menuntut pelaku, melaporkan pelaku pada atasan atau pindah tempat kerja. Sedangkan remaja korban perundungan di sekolah kurang memiliki kendali terhadap keadaan dan lingkungannya, oleh karena itu alternatif *coping strategy* yang dapat digunakan adalah *emotion-focused coping* (*coping* yang berfokus pada emosi), salah satunya yaitu pemaafan.

Proses dari pemaafan telah terbukti dapat menurunkan kasus korban yang menjadi pelaku perundungan (Hui, Tsang, & Law, 2011). Watson, Rapee dan Todorov (2015) dalam penelitiannya menemukan bahwa pemaafan dapat mengurangi perasaan marah pada remaja yang mengalami perundungan di sekolah. McCullough dkk (dalam Snyder, Lopez, & Predotti, 2011) mendefinisikan pemaafan sebagai peningkatan motivasi prososial terhadap orang lain sehingga turunya motivasi untuk menghindari pelaku dan turunya motivasi untuk menyakiti atau membalas dendam terhadap pelaku, dan peningkatan keinginan untuk bertindak positif terhadap pelaku.

Korban yang memaafkan dapat terhindar dari keinginan untuk menghindar dari pelaku dan pikiran ingin membalas dendam (Malone, dkk 2011). Bono, McCollough, dan Root (2008) dalam penelitiannya menemukan bahwa individu yang melakukan pemaafan memiliki keinginan untuk membalas dendam yang rendah, serta tidak memiliki keinginan untuk menghindar dan memiliki keinginan untuk berbuat

baik pada pelaku, yang menunjukkan adanya usaha untuk memperbaiki hubungan dengan orang lain. Hasil penelitian Bono, dkk (2008), menemukan bahwa meningkatnya hubungan yang baik dengan pelaku atau orang yang berbuat salah menjadikan kesejahteraan psikologis individu tersebut menjadi lebih tinggi.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa perundungan memiliki berbagai macam dampak negatif pada siswa, yaitu penyesuaian sosial yang buruk, penghargaan diri (*self-esteem*) yang rendah, depresi, kecemasan, masalah kesehatan, sering tidak hadir di sekolah, bahkan hingga mengalami gejala depresi dan keinginan untuk bunuh diri. Peneliti memilih SMP swasta di Kecamatan kota Kendal. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara perundungan yang terjadi di SMP swasta dan SMP negeri. Namun berdasarkan wawancara yang dilakukan, SMP swasta yang digunakan dalam penelitian ini memiliki pengawasan dan bimbingan etika yang masih kurang dari guru. Menurut Astuti (2008) kurangnya pengawasan dan bimbingan etika dari guru

merupakan salah satu penyebab terjadinya perundungan.

Dari wawancara yang dilakukan kepada empat guru BK di SMP ISLAM AL-ULUM TERPADU Tuasan terjadi perundungan di sekolah-sekolah tersebut. Meskipun guru-guru telah mengetahui terjadinya tindakan perundungan namun pihak sekolah belum melakukan tindakan yang efektif untuk menanggulangnya. Rata-rata siswa yang mengalami perundungan cenderung merasa cemas ketika berada di kelas dan lebih sering membolos dibandingkan dengan yang bukan korban perundungan.

Penelitian Terdahulu

Menurut jurnal dari M.Harwansyah Putra Sinaga, Nurul Syafitri Alwi, Siti Aisah Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi Volume 5, Nomor 2, Halaman 208 - 216, September 2022 yaitu untuk menginterpretasikan masalah diri siswa yang dialami di Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Medan serta untuk mengetahui implikasinya terhadap Bimbingan dan Konseling. Dari penelitian yang dilakukan, didapatkan hasil ialah mayoritas

siswa mengalami ceroboh atau kurang hati-hati; penakut, pemalu atau mudah menjadi bingung; dianggap keras kepala oleh orang lain; rendah diri atau kurang percaya diri; dan mudah marah.

Selanjutnya menurut jurnal dari M. Harwansyah Putra Sinaga, Khairina Qurrata, Vina Andini dari Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia. Pola manajemen BK yang diaplikasikan di SMA Al-Ulum adalah pola manajemen BK berdasarkan POP BK (Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling) yang dikeluarkan oleh Kemendikbud tahun 2016. POP BK ini pun direkomendasikan oleh Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN) untuk digunakan dalam kegiatan pelayanan BK di sekolah. Para guru BK atau konselor di SMA Al-Ulum merasa terbantu dengan adanya POP BK tersebut. Adapun komponen layanan BK di SMA Al-Ulum Medan di antaranya layanan dasar, layanan peminatan dan perencanaan individual, layanan responsif, dan dukungan sistem.

B. Metode Penelitian

Karakteristik populasi adalah siswa yang pernah atau sedang

mengalami perundungan. Sebelum penelitian, siswa diberikan kuesioner tentang perundungan untuk menyaring siswa yang pernah atau sedang mengalami perundungan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 7-9 SMP ISLAM AL-ULUM TERPADU Tuasan dengan jumlah populasi 117 siswa korban perundungan. Sampel yang digunakan untuk penelitian adalah 60 siswa, yang ditentukan dengan teknik *proportionate cluster random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan model Skala Likert dengan empat pilihan jawaban. Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu Skala Kesejahteraan Psikologis yang disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan Ryff (dalam Wells, 2010) yaitu *autonomy, purpose in life, positive relations with others, personal growth, environmental mastery*, dan *self-acceptance* dengan jumlah aitem valid 35 ($\alpha=0,879$). Skala Pemaafan disusun dari aspek yang dikemukakan oleh Mc Cullough (dalam Snyder, Lopez, & Predotti, 2011) yaitu *avoidance motivation, revenge motivation*, dan *benevolence motivation* dengan aitem valid 26

($\alpha=0,874$). Metode analisis data yang digunakan adalah Analisis Regresi Sederhana yang dianalisis menggunakan analisis SPSS 21.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis. Hal tersebut dilihat dari nilai koefisien korelasi sebesar 0,469 dengan nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemaafan memberikan sumbangan efektif dengan presentase 22% terhadap kesejahteraan psikologis siswa korban perundungan di SMA Swasta Kecamatan Kota Kendal. Hal tersebut ditunjukkan dengan nilai koefisien determinasi sebesar 0,220 yang artinya bahwa pemaafan memberikan sumbangan efektif sebesar 22 % terhadap kesejahteraan psikologis siswa korban perundungan di SMP ISLAM AL-ULUM TERPADU Tuasan. Sisanya 78% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Pemaafan memiliki potensi untuk mengurangi pikiran dan emosi negatif yang disebabkan oleh

luka *interpersonal* (Wade dkk, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Safaria, Tentama dan Suyono (2016) pada anak SMP di Medan menemukan bahwa pemaafan memiliki peran penting dalam menurunkan tindakan *cyberbullying* di kalangan anak SMP. Seseorang yang melakukan pemaafan pada pelaku menunjukkan tingkat kemarahan yang rendah terhadap pelaku, dan kecil kemungkinannya untuk membalas dendam pada pelaku (Safaria, Tentama dan Suyono, 2016).

Shouri dan Kaur (2016) dalam penelitiannya menemukan bahwa ada hubungan positif antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada remaja. Pemaafan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada remaja, *forgiveness* membantu remaja dalam menguatkan hubungan sosial dan perkembangan emosional di antara remaja (Shouri dan Kaur, 2016). Remaja dapat menjadikan pemaafan sebagai pemerkuat hubungan *interpersonal* dan dapat menjadi faktor pelindung terhadap masalah *interpersonal* dan rendahnya kesejahteraan psikologis (Shouri dan Kaur, 2016).

Barcaccia dkk (2017) dalam penelitiannya menunjukkan adanya hubungan positif antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada korban perundungan. Selain itu Barcaccia dkk (2017) menemukan bahwa remaja korban perundungan yang melakukan pemaafan menunjukkan tingkat depresi, *state anger*, dan masalah perilaku yang lebih rendah dari korban yang tidak melakukan pemaafan. Korban perundungan yang melakukan pemaafan menunjukkan rendahnya rasa marah dan keinginan untuk membalas dendam terhadap pelaku, melepaskan emosi *negative* terhadap pelaku perundungan nampak jelas bermanfaat bagi kesejahteraan psikologis remaja (Barcaccia dkk, 2017).

Ryff (2014) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai realisasi dan pencapaian penuh dari potensi individu. Berdasarkan kategorisasi skor subjek diketahui bahwa siswa korban perundungan di SMA Swata di Kecamatan Kota Kendal 91,7% siswa memiliki kesejahteraan psikologis tinggi, dan 8,3% siswa yang berada pada kategori kesejahteraan psikologis yang sangat tinggi. Hasil penelitian

ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa-siswa korban perundungan di SMP ISLAM AL-ULUM TERPADU Tuasan memiliki kesejahteraan psikologis tinggi. Kesejahteraan psikologis mempengaruhi perkembangan kepribadian yang kuat di masa depan, serta mempengaruhi nilai-nilai, arah, dan tujuan hidup yang dipilih pada remaja. Remaja yang kesejahteraan psikologis tinggi menunjukkan perasaan puas dengan kehidupan, memiliki emosi positif, tidak adanya gangguan psikologis, fungsi akademik tertinggi, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan kesehatan fisik (Khan, Taghdisi, dan Nourijelyani).

Menurut McCullough dkk (Snyder, Lopez, dan Predotti, 2011) pemaafan adalah peningkatan motivasi prososial terhadap orang lain sehingga turunnya motivasi untuk menghindari pelaku dan turunnya motivasi untuk menyakiti atau membalas dendam terhadap pelaku, dan peningkatan keinginan untuk bertindak positif terhadap pelaku. Berdasarkan kategorisasi skor subjek diketahui bahwa siswa korban perundungan di SMA Swata di Kecamatan Kota Kendal 11,67%

siswa tergolong memiliki pemaafan rendah, 76,67 siswa tergolong memiliki pemaafan tinggi dan 11,67% siswa berada pada kategori pemaafan yang sangat tinggi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa siswa korban perundungan di SMP ISLAM AL-ULUM TERPADU Tuasan memiliki pemaafan tinggi.

D. Kesimpulan

Berdasarkan analisis didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,469 dengan nilai signifikansi $p=0.000$ ($p<0,05$), artinya bahwa ada hubungan positif antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada siswa korban perundungan di SMP ISLAM AL-ULUM TERPADU Tuasan Semakin tinggi pemaafan maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh siswa korban bullying di SMA Swasta di Kecamatan Kota Kendal. Sebaliknya semakin rendah pemaafan maka semakin rendah kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh siswa siswa korban perundungan di SMA Swasta di Kecamatan Kota Kendal. Pemaafan memberikan sumbangan efektif dengan presentase 22% terhadap kesejahteraan psikologis siswa

korban perundungan di SMP ISLAM AL-ULUM TERPADU Tuasan hal tersebut ditunjukkan dengan nilai koefisien determinasi sebesar 0,220.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, P. R (2008). *Meredam bullying : 3 cara efektif menaggulangi kekerasan pada anak* . Jakarta : Grasindo
- Barcaccia, B., Schneider, B. H., Pallini, S. Baiocco, R. (2017). Bullying and the detrimental role of un-forgiveness in adolescents' wellbeing. *Psicothema*. 29, (2), 217-222. Doi: 10.7334/psicothema2016.251
- Bono, G., McCullough, M. E & Root, L. M. (2008). Forgiveness, feeling connected to others, and well-being: two longitudinal studies. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 182-195. Doi: 10.1177/0146167207310025
- Copeland, W. E., Dieter, W., Adrian A., & E. Jane Costello. (2013).

- Adult psychiatric and suicide outcomes of bullying and being bullied by peers in childhood and adolescence. *JAMA Psychiatry*. 70(4) 419-426.
Doi:10.1001/jamapsychiatry.2013.504
- Compton, W. C & Hoofman, E. (2013). *Positive psychology : The science of happiness and flourishing*. USA : Wadsworth.
- Egan, L . A & Todorov, N. (2009). Forgiveness as a coping strategy to allow school students to deal with the effects of being bullied: theoretical and empirical discussion. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 28 (2) : 198-222. Doi : 10.1521/jscp.2009.28.2.198
- Flanagan, K. S., Vanden Hoek, K. K., Ranter, J. M., & Reich, H. A. (2012). The potential of forgiveness as a response for coping with negative peer experiences. *Journal of Adolescence*, 35, 1215-1223.
Doi:10.1016/j.adolescence.2012.04.004
- Hartiningsih, (2009, Februari 17). Bullying, Normalkah?. Kompas.com . Diunduh dari <http://tekno.kompas.com/read/2009/02/17/20025883/Bullying.Normalkah>
- Hui, E. K. P., Tsang, S. K. M., & Law, B. C. M. (2011). Combating school bullying through developmental guidance for positive youth development and promoting harmonious school culture. *The Scientific World Journal*, 11, 2266-2277. Doi: [10.1100/2011/705824](http://dx.doi.org/10.1100/2011/705824)
- Hutzell, K. L., & Payne, A. A. (2012). The impact of bullying victimization on school avoidance. *Youth Violence and Juvenile Justice*, 10, 370-385.
Doi:10.1177/1541204012438926

- Jewel, J. A (2015). Adolescents' gender typicality, psychological well-being, and experiences with teasing, bullying, and rejection. *Teses and Dissertations--Psychology*. Paper 7
- Snyder, C. R ., Lopez S. J., & Predotti J. T. (2011). *Positive psychology : The scientific and practical exploration s of human strengths*. USA : SAGE Publication Inc.
- Sourander, A., Brunstein-Klomek, A., Helenius, H., Ikonen, M., Lindroos, J., Luntamo, T., & Koskelainen, M. (2010). Psychosocial risk factors associated with cyberbullying among adolescents: A population-based study. *Archives of General Psychiatry*, 67(7), 720-728.
- Wade, N.G., Hoyt, W.T., Kidwell, E.M., & Worthington, E.L. (2013). Efficacy of Psychotherapeutic Interventions to Promote Forgiveness: A Meta-Analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 82(1), 154-7. Doi: 10.1037/a0035268
- Wells, Ingrid E. (2010). *Psychological well-being*. New York: Nova Science Publishers Inc
- Yayasan Semai Jiwa Amini (SEJIWA). (2008). *Bullying mengatasi kekerasan di sekolah dan lingkungan sekitar anak*. Grasindo: Jakarta.