

## BAB II

### PERSPEKTIF TEORITIS

#### 2.1. Kajian Pustaka

##### 2.1.1. Remaja

###### 2.1.1.1. Pengertian Remaja

Remaja dalam arti *adolescence* (Inggris) berasal dari kata Latin “*adolescere*” yang artinya tumbuh ke arah kematangan (Muss, 1968 dalam Sarwono, 1994:8). Kematangan disini tidak hanya berarti kematangan fisik, tetapi terutama kematangan sosial-psikologis (Sarwono, 1994:8). Pendapat tersebut tidak jauh berbeda dengan pendapat Hurlock (1980:206), yang mengemukakan bahwa istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* (kata bendanya, *adolescencia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik.

Mengenai batasan usia remaja, ada berbagai macam pendapat mengenai batasan usia remaja. Menurut Hurlock (1980:206), awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 tahun sampai 16 atau 17 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun, yaitu usia matang secara hukum. Sedangkan Santrock (2003:26) mengemukakan bahwa masa remaja ialah periode perkembangan transisi dari masa anak-anak hingga masa dewasa, yang dimasuki pada usia kira-

kira 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 22 tahun. Masa remaja bermula dengan perubahan fisik yang cepat, penambahan tinggi dan berat badan yang dramatis, perubahan bentuk tubuh dan perkembangan karakteristik seksual.

Petro Blos (1962 dalam Sarwono, 1994), berpendapat bahwa perkembangan pada hakikatnya adalah usaha penyesuaian diri (*coping*), yaitu untuk secara aktif mengatasi stres dan mencari jalan keluar baru dari berbagai masalah. Dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, ada 3 tahap perkembangan remaja:

1. Remaja awal (*early adolescence*)

Seorang remaja pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan itu. Mereka mengembangkan fikiran-fikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis dan mudah terangsang secara erotis. Kepekaan yang berlebihan ini ditambah dengan berkurangnya kendali terhadap "ego" menyebabkan para remaja awal ini sulit mengerti dan dimengerti orang dewasa.

2. Remaja madya (*middle adolescence*)

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Ia senang kalau banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan *narcistic*, yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang punya sifat-sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana: peka atau tidak peduli,

ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau materialis, dan sebagainya.

### 3. Remaja akhir (*late adolescence*)

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian 5 hal, yaitu:

- a. Minat yang semakin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek
- b. Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru
- c. Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi
- d. Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain
- e. Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (*privat self*) dan masyarakat umum (*the public*)

Pada tahun 1974, WHO memberikan definisi tentang remaja yang bersifat konseptual, berdasarkan tiga kriteria remaja adalah suatu masa dimana :

1. individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai ia mencapai kematangan seksual.
2. individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa.
3. terjadi peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri. WHO juga membagi kurun

usia remaja dalam dua bagian, yaitu remaja awal (10-14 tahun) dan remaja akhir (15-20 tahun) (Sarwono, 1994:9).

Santrock (2003:42) juga membahas beberapa teori mengenai remaja yang dikemukakan oleh beberapa tokoh Psikologi, yaitu:

a. Teori Psikoanalisis Freud

Bagi ahli teori psikoanalisis, perkembangan terutama tidak disadari, artinya diluar kesadaran, dan sangat diwarnai oleh emosi. Mereka percayabahwa tingkah laku hanyalah cirri permukaan, dan untuk betul-betul memahami perkembangan kita harus menganalisis arti simbolik tingkah laku dan kerja pikiran yang terdalam.

Freud percaya bahwa kehidupan remaja dipenuhi oleh ketegangan dan konflik. Remaja menyimpan informasi dalam pikiran tidak sadar mereka untuk mengurangi ketegangan ini. Ia juga mengatakan bahwa tingkah laku yang sepele pun mempunyai makna khusus bila kekuatan tidak sadar di balik tingkah laku tersebut ditampilkan.

Menurut Freud, tahap perkembangan remaja adalah tahap genital. Tahap genital merupakan tahap perkembangan kelima dan terakhir, terjadi mulai dari masa pubertas. Tahap ini adalah masa kenangkitan kembali dorongan seksual, sumber kesenangan seksual sekarang adalah orang di luar keluarga.

b. Teori Erikson

Ada delapan tahap perkembangan yang terjadi ketika kita melalui siklus hidup dalam teori Erikson. Tiap tahap terdiri dari tugas

perkembangan yang unik, yang menghadapi individu dengan krisis yang harus dihadapinya. Bagi Erikson, krisis ini bukanlah bencana tetapi merupakan titik balik dari kepekaan yang meningkat dan potensi yang bertambah. Semakin berhasil individu mengatasi konflik, semakin sehat perkembangan individu tersebut.

Remaja termasuk pada tahap identitas vs kekacauan identitas (*identity vs identity confusion*) dalam teori Erikson. Tahap ini adalah tahap perkembangan Erikson kelima, yang dialami individu selama masa remaja. Pada saat ini individu dihadapkan pada pertanyaan siapa mereka, mereka itu sebenarnya apa dan kemana mereka menuju dalam hidupnya.

Remaja dihadapkan dengan banyak peran baru dan status dewasa, yang menyangkut pekerjaan dan asmara, misalnya. Bila remaja mengeksplorasi peran-peran tersebut dalam cara yang sehat dan mendapatkan jalan positif untuk diikuti dalam hidupnya, suatu identitas yang positif akan terbentuk. Bila tidak, maka kekacauan identitas terjadi.

#### c. Teori Kognitif Piaget

Piaget menemukan bahwa remaja secara aktif mengkonstruksikan dunia kognitif mereka sendiri. Informasi tidak hanya dicurahkan ke dalam pikiran mereka dari lingkungan. Piaget menemukan bahwa remaja menyesuaikan pikiran mereka dengan memasukkan gagasan-

gagasan baru, karena tambahan informasi akan mengembangkan pemahaman.

Berdasarkan teori kognitif Piaget, remaja termasuk dalam tahap operasional formal. Tahap ini terjadi antara usia 11 dan 15 tahun dan ini merupakan tahap Piaget yang keempat dan terakhir. Pada tahap ini, individu bergerak melebihi dunia pengalaman yang actual dan konkrit, dan berpikir lebih abstrak serta logis. Dalam memecahkan masalah, pemikir operasional formal lebih sistematis, mengembangkan hipotesis tentang mengapa sesuatu terjadi seperti itu, dan kemudian menguji hipotesis itu secara deduktif.

#### **2.1.1.2. Karakteristik Masa Remaja**

Menurut Hurlock (1980:207-208), masa remaja mempunyai karakteristik tertentu yang membedakannya dengan periode perkembangan yang lain, yaitu:

a. Masa remaja sebagai periode peralihan

Pada periode peralihan dari anak-anak menuju dewasa, anak-anak harus meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan dan juga harus mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang sudah ditinggalkan. Status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan dalam setiap periode peralihan.

Remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa pada masa ini. Jika remaja berperilaku seperti anak-anak, ia akan diajari untuk bertindak sesuai umurnya, namun jika remaja berperilaku seperti orang dewasa, ia seringkali dituduh “terlalu besar untuk celananya” dan dimarahi karena mencoba bertindak seperti orang dewasa.

b. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit untuk diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Hal tersebut terjadi karena, yang pertama, sepanjang masa kanak-kanak, masalah anak-anak sebagian diselesaikan oleh orangtua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, karena para remaja merasa dirinya mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri dan menolak bantuan dari orangtua dan guru. Ketidakmampuan mereka untuk mengatasi masalahnya sendiri menurut cara yang mereka yakini menyebabkan banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya selalu tidak sesuai dengan harapan mereka.

c. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Penyesuaian diri dengan standar kelompok jauh lebih penting daripada individualitas pada akhir masa kanak-kanak. Setiap penyimpangan dari standar kelompok dapat mengancam keanggotaannya dalam kelompok.

Penyesuaian diri dengan kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan pada tahun-tahun awal masa remaja. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-temannya dalam segala hal, seperti sebelumnya. Salah satu cara untuk mencoba mengangkat diri sendiri sebagai individu adalah dengan menggunakan simbol status dalam bentuk mobil, pakaian, dan yang lainnya. Remaja menarik perhatian pada diri sendiri dan agar dipandang sebagai individu dengan cara ini, sementara pada saat yang sama ia mempertahankan identitas dirinya terhadap kelompok sebaya.

### **2.1.1.3. Remaja dan Teman Sebaya**

Remaja lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebayanya daripada dengan keluarga. Oleh karena itu, keberadaan teman sebaya sangatlah penting bagi beberapa remaja. Pada banyak remaja, bagaimana mereka dipandang oleh teman sebaya merupakan aspek terpenting dalam kehidupan mereka. Beberapa remaja akan melakukan apapun agar dapat dimasukkan dalam anggota kelompok (Santrock, 2003:219).

Menurut Santrock (2003), teman sebaya (*peers*) adalah anak-anak atau remaja dengan tingkat usia atau tingkat kedewasaan yang sama. Teman sebaya mempunyai peranan penting dalam kehidupan remaja. Salah satu fungsi utama dari kelompok teman sebaya adalah untuk menyediakan berbagai informasi mengenai dunia di luar keluarga. Remaja menerima



umpan balik mengenai kemampuan mereka dari kelompok teman sebaya. Suatu penelitian mengemukakan bahwa hubungan teman sebaya yang buruk pada masa anak-anak berkaitan dengan berhenti dari sekolah dan kenakalan pada masa remaja akhir (Roff, Sells & Golden, 1972 dalam Santrock, 2003:220). Pada penelitian lain, hubungan teman sebaya yang harmonis pada masa remaja berhubungan dengan kesehatan mental yang positif pada usia pertengahan (Hightower, 1990 dalam Santrock, 2003:220).

Menurut Santrock (2003), pengaruh teman sebaya pada masa remaja dapat menjadi positif maupun negatif. Jean Piaget (1932) dan Harry Stack Sullivan (1953) merupakan para ahli teori yang berpengaruh yang menekankan bahwa melalui interaksi teman sebayalah anak-anak dan remaja belajar mengenai pola hubungan timbal balik dan setara (dalam Santrock, 2003:220). Mereka menggali prinsip-prinsip kejujuran dan keadilan dengan cara mengatasi ketidaksetujuan dengan teman sebaya. Mereka juga belajar untuk mengamati dengan teliti minat dan pandangan teman sebaya dengan tujuan untuk memudahkan proses penyatuan dirinya ke dalam aktivitas teman sebaya yang sedang berlangsung. Sullivan menambahkan alasan bahwa remaja belajar menjadi teman yang memiliki kemampuan dan sensitif terhadap hubungan yang lebih akrab dengan menciptakan persahabatan yang lebih dekat dengan teman sebaya yang dipilih. Kemampuan akan hubungan yang akrab ini akan terbawa terus guna membantu menciptakan landasan bagi hubungan dalam kencan dan pernikahan.

Beberapa pengaruh negatif juga muncul akibat pengaruh teman sebaya. Menurut Santrock (2003), ditolak atau tidak diperhatikan oleh teman sebaya dapat mengakibatkan para remaja merasa kesepian dan timbul rasa permusuhan. Penolakan dan pengabaian dari teman sebaya ini berhubungan dengan kesehatan mental individu dan masalah kriminal. Teman sebaya juga dapat memberikan pengaruh pada remaja untuk merusak dan mengabaikan nilai-nilai dan kontrol orangtua. Teman sebaya juga dapat mengenalkan pada remaja dengan alkohol, obat-obatan, kenakalan dan bentuk tingkah laku lain yang dianggap oleh orang dewasa sebagai perilaku maladaptif (Santrock, 2003:220).

#### **2.1.1.3.1. Konformitas Teman Sebaya**

Remaja lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman sebayanya daripada bersama keluarga. Oleh karena itu, perilaku remaja juga banyak dipengaruhi oleh teman sebayanya. Kedekatan remaja dengan teman sebaya bisa memunculkan konformitas. Konformitas muncul ketika individu meniru sikap atau tingkah laku orang lain dikarenakan tekanan yang nyata maupun yang dibayangkan oleh mereka (Santrock, 2003:221). Tekanan untuk mengikuti teman sebaya menjadi sangat kuat pada masa remaja.

Konformitas pada teman sebaya pada remaja dapat menjadi positif atau negatif (Camarena, 1991; Foster-Clark & Blyth, 1991;

Pearl, dkk.,1990; Wall, 1993 dalam Santrock, 2003:221). Perilaku akibat konformitas yang positif, misalnya menghabiskan waktu dengan anggota perkumpulan dan melakukan aktivitas sosial yang baik. Namun ada juga pengaruh konformitas yang negatif, misalnya menggunakan bahasa *asal-asalan*, mencuri, mencorat-coret dan juga mempermainkan orangtua dan guru (Santrock, 2003:221).

Pengaruh konformitas dari teman sebaya yang bersifat negatif dapat membuat remaja terjerumus melakukan tindakan yang melanggar norma. Salah satu contohnya adalah melakukan tindak kekerasan terhadap orang lain.

#### **2.1.1.3.2. Persahabatan**

Persahabatan pada remaja memiliki 6 fungsi, yaitu:

1. Kebersamaan. Persahabatan memberikan para remaja teman akrab, seseorang yang bersedia menghabiskan waktu dengan mereka dan bersama-sama dalam aktivitas.
2. Stimulasi. Persahabatan memberikan para remaja informasi-informasi yang menarik, kegembiraan dan hiburan.
3. Dukungan fisik. Persahabatan memberikan waktu, kemampuan-kemampuan dan pertolongan.
4. Dukungan ego. Persahabatan menyediakan harapan atas dukungan, dorongan dan umpan balik yang dapat membantu

remaja untuk mempertahankan kesan atas dirinya sebagai individu yang mampu, menarik dan berharga.

5. Perbandingan sosial. Persahabatan menyediakan informasi tentang bagaimana cara berhubungan dengan orang lain dan apakah remaja baik-baik saja.
6. Keakraban atau perhatian. Persahabatan memberikan hubungan yang hangat, dekat dan saling percaya dengan individu yang lain, hubungan yang berkaitan dengan pengungkapan diri sendiri (Gottman & Parker, 1987 dalam Santrock, 2003:227-228).

Sullivan (1963 dalam Santrock, 2003:228) menyatakan bahwa semua orang memiliki sejumlah kebutuhan sosial dasar, juga termasuk kebutuhan kasih sayang (ikatan yang aman), teman yang menyenangkan, penerimaan oleh lingkungan sosial, keakraban dan hubungan seksual. Terpenuhi atau tidaknya kebutuhan ini akan mempengaruhi kesejahteraan emosi seseorang. Dalam perkembangan, sahabat menjadi salah satu hal yang sangat diandalkan untuk memuaskan kebutuhan-kebutuhan tersebut pada masa remaja dan segala pengalaman keberhasilan dan kegagalan dengan sahabat meningkatkan kondisi kesejahteraan remaja. Sullivan merasa bahwa jika remaja gagal untuk membentuk persahabatan yang akrab, mereka akan mengalami perasaan kesepian diikuti dengan rasa harga diri yang menurun.

Teman (sahabat) dapat bertindak sebagai orang kepercayaan yang penting yang menolong remaja melewati berbagai situasi yang menjengkelkan dengan menyediakan dukungan emosi dan nasihat yang memberikan informasi (Savin-Williams & Berndt, 1990 dalam Santrock, 2003:230). Teman juga melindungi “remaja yang beresiko” dari kemungkinan kejahatan teman sebaya yang lainnya (Bukowski, Sippola & Boivin, 1995 dalam Santrock, 2003:230).

#### **2.1.1.4. Emosionalitas Masa Remaja**

Menurut Hall (1844-1924 dalam Santrock, 2003:10), masa remaja merupakan masa yang penuh dengan topan dan tekanan (*storm and stress*). Masa badai dan tekanan merupakan konsep Hall tentang remaja sebagai masa guncangan yang ditandai dengan konflik dan perubahan suasana hati. Hall menambahkan bahwa pikiran, perasaan dan tindakan remaja berubah-ubah antara kesombongan dan kerendahan hati, baik dan godaan, kebahagiaan dan kesedihan.

Hurlock (1980:212) melihat masa *storm and stress* pada masa remaja sebagai suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi. Perubahan emosi pada masa remaja disebabkan oleh kondisi sosial yang mengelilingi remaja masa kini. Meningginya emosi terutama karena remaja berada di bawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru, sedangkan selama masa kanak-kanan mereka kurang mempersiapkan diri untuk menghadapi

keadaan-keadaan itu (Rutter, dkk, 1976 dalam Hurlock, 1980:212-213). Tidak semua remaja mengalami masa *storm and stress*, namun benar bila sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru.

#### **2.1.1.4.1. Pola Emosi pada Masa Remaja**

Hurlock (1980:213) berpendapat bahwa pola emosi pada masa remaja sama dengan pola emosi masa anak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan derajat, dan khususnya pada pengendalian individu terhadap ungkapan emosi mereka. Remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya dengan cara meledak-ledak, melainkan dengan menggerutu, tidak mau bicara, atau dengan suara keras mengkritik orang yang menyebabkan amarah.

### **2.1.2. Dinamika Emosi**

#### **2.1.2.1. Pengertian Dinamika**

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (1997:234), dinamika berarti gerak (dari dalam); tenaga yg menggerakkan; semangat. Dinamika juga dapat berarti bagian ilmu fisika yang berhubungan dengan benda yang bergerak dan tenaga yang menggerakkan.

### 2.1.2.2. Pengertian Emosi

Mahmud (1990:163) menyatakan bahwa definisi dari emosi itu ada bermacam-macam, seperti “keadaan bergejolak”, “gangguan keseimbangan”, “respon kuat dan tak beraturan terhadap stimulus”. Selain pengertian tersebut, beberapa pakar psikologi menggunakan istilah emosi untuk keadaan yang mempunyai intensitas lebih kuat, yang disertai perubahan menyeluruh dalam fisiologi tubuh, dan menyebut keadaan efektif yang lebih ringan sebagai perasaan (*feeling*) (Atkinson, 1983:74).

Feldman (2003:286) mendefinisikan emosi sebagai perasaan yang secara umum memiliki elemen fisiologis dan kognitif, di mana kedua elemen tersebut dapat mempengaruhi perilaku.

Emosi juga dapat berarti “pergerakan” dalam perasaan atau sikap mental yang disertai dengan perubahan psikologis dan perilaku ekspresif (*expressive behavior*) (McConnell & Philipchalk, 1992:232)

Spezzano (dalam Plutchik, 2003:115), emosi menyediakan informasi tentang *unconscious inner states* seperti dorongan dan impuls sosial. Emosi muncul pada masa-masa paling awal dalam kehidupan dan bertindak sebagai tanda-tanda komunikasi.

Joseph Jones (dalam Plutchik, 2003:116), emosi merupakan mekanisme-mekanisme kontrol untuk mengatur perilaku. Emosi secara mendasar merupakan reaksi-reaksi nonverbal yang menampakkkan keadaan tubuh.

Emosi adalah proses-proses umpan balik yang kompleks yang mencoba untuk mengembalikan keseimbangan homeostatis saat peristiwa kehidupan penting tertentu menciptakan ketidakseimbangan (Plutchik, 2003:116).

### **2.1.2.3. Komponen Emosi**

Menurut Atkinson (1987:86), suatu emosi yang kuat mencakup beberapa komponen, yaitu:

- a. Reaksi tubuh. Misalnya jika kita marah, tubuh kadang-kadang gemetar atau suara menjadi tinggi, walaupun kita tidak menginginkannya.
- b. Kumpulan pikiran dan keyakinan yang menyertai emosi, yang tampaknya terjadi secara otomatis. Misalnya ketika mengalami kebahagiaan, seringkali melibatkan pemikiran tentang alasan kebahagiaan itu.
- c. Ekspresi wajah. Misalnya jika merasa muak atau jijik, kita mungkin mengerutkan dahi, membuka mulut lebar-lebar dan kelopak sedikit menutup. Ekspresi wajah banyak dipelajari dalam behavioral komponen karena merupakan cara-cara yang tepat untuk mengkodekan ekspresi (Ekman, 1982; Izard, 1982 dalam Davidoff, 1987:327). Kita banyak melihat orang mengkomunikasikan basic emotion dengan ekspresi wajah yang sama dan dengan begitu kita dapat dengan mudah mengidentifikasi emosi dasar dari ekspresi



wajah. Ketepatan bentuk dari ekspresi, seperti seberapa lebar senyumannya atau seberapa sering senyumannya, dianggap layak oleh sekitarnya dan pengalaman (Davidoff, 1987:327).

- d. Reaksi terhadap pengalaman tersebut. Reaksi ini mencakup reaksi spesifik (kemarahan mungkin menyebabkan agresi) dan reaksi yang lebih global (emosi negatif mungkin menggelapkan pandangan tentang dunia).

#### **2.1.2.4. Klasifikasi Emosi**

Ada banyak istilah atau kata untuk menggambarkan emosi. Bahkan ada lebih dari 200 kata untuk menggambarkan emosi seseorang. Oleh karena itu, para ilmuwan psikologi menemukan beberapa cara untuk mengklasifikasikan emosi, salah satunya dengan *the wheel model*.

Beberapa ahli psikologi mengklasifikasikan emosi yang kita rasakan dengan menggambarkannya bagaikan sebuah roda. Salah satunya adalah Robert Plutchik. Robert Plutchik (1980 dalam Santrock, 2003:465) percaya bahwa emosi mempunyai 4 dimensi, yaitu;

1. Emosi dapat bersifat positif atau negatif

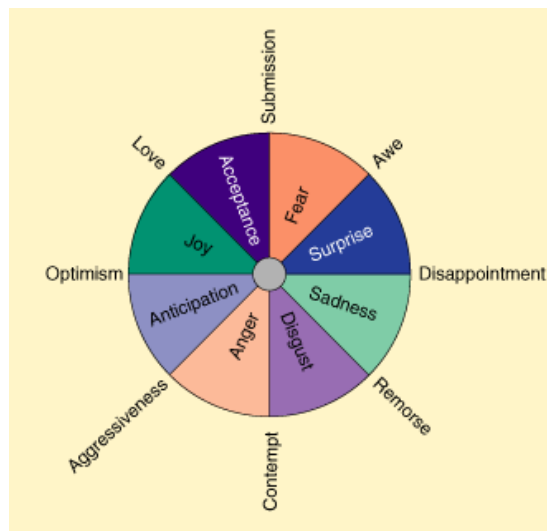
Misalnya saja kegembiraan dan antusiasme. Kedua emosi tersebut merupakan emosi positif. Sedangkan kemarahan dan kesedihan merupakan emosi negatif.

2. Emosi dapat berupa emosi tunggal (*primary*) maupun emosi campuran (*mixed*)

3. Banyak dari emosi yang saling berlawanan
4. Intensitas emosi dapat bervariasi

Plutchik (2003) percaya bahwa emosi itu seperti warna. Setiap spektrum warna dapat diproduksi dengan mencampur beberapa warna primer. Begitu pula dengan emosi. Beberapa emosi merupakan emosi primer, yaitu gembira (*joy*), takut (*fear*), marah (*anger*), sedih (*sadness*), penerimaan (*acceptance*), terkejut (*surprise*), jijik (*disgust*) dan antisipasi (*anticipation*), dan jika emosi primer tersebut digabungkan, maka akan didapatkan kombinasi-kombinasi emosi yang lain.

Berikut ini adalah gambar klasifikasi emosi oleh Plutchik:



Gambar 1. *The Wheel Model* Plutchik (Plutchik, 2003:105)

### 2.1.2.5. Fungsi Emosi

Emosi mempunyai beberapa fungsi dalam kehidupan manusia. Beberapa psychologist mendefinisikan beberapa peran penting dari emosi dalam kehidupan manusia (Scherer, 1984, 1994; Averill, 1994; Oatley & Jenkins, 1996 dalam Feldman, 2003:269), antara lain:

a. Mempersiapkan diri kita untuk bertindak

Emosi bertindak sebagai penghubung antara kejadian-kejadian di lingkungan kita dengan respon kita. Misalnya, jika kita melihat seekor anjing yang marah menyerang kita, reaksi emosional (rasa takut) berhubungan dengan kesadaran psikologis dari bagian simpatetis yang membuat kita siap untuk tindakan darurat, yang sekiranya dapat membuat kita dapat meloloskan diri dari anjing tersebut.

b. Membentuk perilaku kita di masa depan.

Emosi membantu individu untuk mempelajari informasi yang akan membantunya membuat respon yang tepat di masa datang. Misalnya, respon emosional yang muncul ketika seseorang berada dalam situasi yang tidak menyenangkan, akan mengajarkan padanya untuk menghindari situasi yang serupa di masa datang.

c. Membantu kita untuk berinteraksi secara lebih efektif dengan orang lain

Emosi yang dialami seseorang seringkali tampak jelas bagi orang lain yang mengamati, baik jika emosi itu dikomunikasikan

secara verbal maupun nonverbal. Perilaku-perilaku ini dapat menjadi tanda bagi orang lain, sehingga orang lain tersebut dapat memahami dengan lebih baik apa yang dirasakan oleh individu yang diamatinya dan memprediksikan perilakunya di masa datang. Keadaan ini kemudian dapat mendorong interaksi sosial yang lebih efektif dan tepat.

Sedangkan menurut Zajonc (1984 dalam McConnell & Philipchalk, 1992:233), emosi yang kita rasakan mempunyai 2 tujuan, yaitu untuk:

- a. Menggerakkan tubuh untuk melakukan tindakan yang spesifik (misalkan melawan atau melarikan diri)
- b. Menekan respon fisik sehingga tubuh dapat mengatasinya sendiri

Weisman (1965 dalam Plutchik, 2003:106) mengemukakan bahwa fungsi dari emosi adalah untuk mengembalikan keadaan individu ke dalam keadaan yang seimbang, atau dengan kata lain, perilaku yang berhubungan dengan emosi cenderung untuk mengurangi emosi yang memproduksinya.

#### ***2.1.2.6. Plutchik's "Evolutionary" Theory***

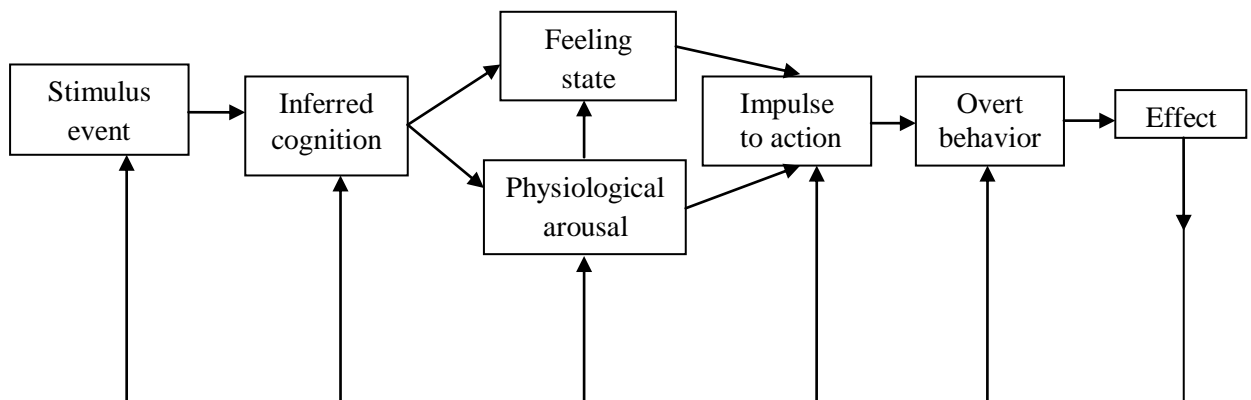
Plutchik (1980) memberikan lebih banyak penekanan pada proses kognitif secara sadar dari pada Zajonc. Plutchik percaya bahwa emosi adalah interpretasi secara sadar mengenai apa yang terjadi pada seseorang ketika orang tersebut sadar secara emosional.

Menurut Plutchik, ketika seseorang mengalami kejadian emosional, orang tersebut akan mengevaluasinya. Kemudian orang tersebut akan membangun penilaian kognitif atas apa yang terjadi padanya. Penilaian tersebut meliputi interpretasi terhadap *physical arousal*, perasaan bawah sadar, respon behavioral dan pemikiran sadar ketika kejadian tersebut terjadi.

Plutchik percaya bahwa emosi adalah bipolar, yang muncul dalam pasangan yang saling berlawanan. Evolusi memberikan dua reflek emosional, yaitu kesadaran (*arousal*) atau depresi dan mendekat (*approach*) atau menjauh (*avoidance*). Seiring berjalannya waktu, respon tersebut menjadi lebih berkembang menjadi penilaian secara sadar, seperti marah/takut, penerimaan/kebencian dan antisipasi/terkejut (Plutchik & Kellerman, 1980 dalam McConnell & Philipchalk, 1992:243).

Plutchik (2003) berpendapat bahwa emosi bukanlah kejadian linier yang sederhana dimana A tidak selalu diikuti oleh B, D tidak selalu mengikuti C, dan seterusnya. Para psikolog klinispun mengatakan bahwa emosi merupakan proses yang berputar atau proses *feedback*. Misalnya, Weisman (1965 dalam Plutchik 2003) menyatakan bahwa fungsi dari *affect* adalah untuk mengembalikan individu pada keadaan seimbang, atau dengan kata lain, perilaku yang berhubungan dengan emosi cenderung untuk mengurangi emosi yang menyebabkannya.

Teori psikoevolusioner menerima ide bahwa emosi adalah sesuatu yang kompleks, mengikuti sistem *feedback*. Berdasarkan teori tersebut Plutchik membuat alur emosi yang disebutnya dengan *feedback loops*. Berikut ini adalah gambar *feedback loops* dari Plutchik:



Gambar 2. Gambar *Feedback Loops* oleh Plutchik (Plutchik, 2003:108)

Dalam teori ini, *stimulus event* merupakan suatu yang tidak diharapkan atau kejadian yang tidak biasa, baik datangnya dari eksternal maupun internal. *Stimulus event* dapat merubah level afeksi yang dimiliki oleh seseorang dan perilakunya dapat dibangun kembali seperti kondisi semula.

*Inferred cognition* adalah proses penginterpretasian secara kognitif agar individu dapat menangkap suatu makna. Proses penginterpretasian ini membuat *stimulus event* dapat ditangkap maknanya.

*Physiological arousal* merupakan reaksi mekanisme pengaktifan dari sistem saraf simpatik yang terlibat dalam emosi. Respon emosional mempengaruhi reaksi fisiologis, seperti meningkatnya rangsangan terhadap saraf simpatik, sensasi dalam viscera atau organ tubuh seperti jantung dan ginjal.

*Feeling state* ialah kondisi yang dirasakan saat mengalami suatu emosi. Plutchik (dalam Santrock, 2002) membagi emosi tersebut menjadi 8 emosi dasar, yaitu gembira (*joy*), takut (*fear*), marah (*anger*), sedih (*sadness*), penerimaan (*acceptance*), terkejut (*surprise*), jijik (*disgust*) dan antisipasi (*anticipation*).

*Feeling state* biasanya diikuti dengan dorongan untuk bertindak (*impuls to action*). Dorongan itu bisa tampak melalui otot-otot yang menegang, ekspresi wajah, mengepalkan tangan atau tampak seperti bersiap lari, menyerang, berteriak, dan lain-lain. Para ahli klinis berkeyakinan bahwa dorongan untuk bertindak tidak selalu diikuti dengan suatu tindakan, seperti takut untuk menyerang balik atau takut dipermalukan. Sedangkan yang diikuti dengan tindakan, berupa lari, menyerang, mengkritik, menangis, mencium dan sebagainya.

*Overt behavior* merupakan tindakan yang dilakukan seseorang karena adanya dorongan. Langkah ini dilakukan agar subjek kembali pada keadaan homeostatis. Beberapa perilaku tersebut biasanya memiliki

efek pada stimulus atau kondisi yang memulai suatu rantai peristiwa atau kejadian.

Perilaku yang tampak (*overt behavior*) bagaimanapun juga bukan merupakan akhir dari proses emosi. Perilaku tersebut biasanya memiliki *effect* dari stimulus atau kondisi yang memulai suatu rantai peristiwa. Fungsi *effect* adalah untuk mengembalikan kita pada kondisi seimbang atau dengan kata lain tindakan yang berhubungan dengan emosi yang dapat mengurangi emosi yang menyebabkannya.

#### **2.1.2.7. Dinamika Emosi**

Dinamika berarti gerak (dari dalam); tenaga yg menggerakkan; semangat. Dinamika juga dapat berarti bagian ilmu fisika yang berhubungan dengan benda yang bergerak dan tenaga yang menggerakkan.

Mahmud (1990:163) menyatakan bahwa definisi dari emosi itu ada bermacam-macam, seperti “keadaan bergejolak”, “gangguan keseimbangan”, “respon kuat dan tak beraturan terhadap stimulus”. Selain pengertian tersebut, beberapa pakar psikologi menggunakan istilah emosi untuk keadaan yang mempunyai intensitas lebih kuat, yang disertai perubahan menyeluruh dalam fisiologi tubuh, dan menyebut keadaan efektif yang lebih ringan sebagai perasaan (*feeling*) (Atkinson, 1983:74).

Feldman (2003:286) mendefinisikan emosi sebagai perasaan yang secara umum memiliki elemen fisiologis dan kognitif, di mana kedua elemen tersebut dapat mempengaruhi perilaku.



Emosi juga dapat berarti “pergerakan” dalam perasaan atau sikap mental yang disertai dengan perubahan psikologis dan perilaku ekspresif (*expressive behavior*) (McConnell & Philipchalk, 1992:232)

Spezzano (dalam Plutchik, 2003:115), emosi menyediakan informasi tentang *unconscious inner states* seperti dorongan dan impuls sosial. Emosi muncul pada masa-masa paling awal dalam kehidupan dan bertindak sebagai tanda-tanda komunikasi.

Joseph Jones (dalam Plutchik, 2003:116), emosi merupakan mekanisme-mekanisme kontrol untuk mengatur perilaku. Emosi secara mendasar merupakan reaksi-reaksi nonverbal yang menampakkkan keadaan tubuh.

Emosi adalah proses-proses umpan balik yang kompleks yang mencoba untuk mengembalikan keseimbangan homeostatis saat peristiwa kehidupan penting tertentu menciptakan ketidakseimbangan (Plutchik, 2003:116).

Menurut Atkinson (1987:86), suatu emosi yang kuat mencakup beberapa komponen, yaitu reaksi tubuh, kumpulan pikiran dan keyakinan yang menyertai emosi, ekspresi wajah dan reaksi terhadap pengalaman tersebut.

Kadang sulit untuk mendeteksi emosi hanya dengan melihat ekspresi wajah saja. Orang seringkali harus mengandalkan pengetahuan tentang situasi yang menjadikan ekspresi tersebut untuk dapat membaca emosi dalam kehidupan sehari-hari. Informasi tambahan ini mempunyai arti

penting karena dalam kehidupan sehari-hari seringkali perasaan yang satu bercampur dengan perasaan yang lain.

Secara umum dikatakan bahwa manusia tidak mungkin berada dalam satu keadaan emosi marah untuk jangka waktu yang lama sekali, sebaliknya, emosi yang netral dapat bertahan lebih lama. Richard Solomon menyatakan bahwa otak kita selalu berusaha mempertahankan keseimbangan emosional yang optimal dengan cara mengurangi kekuatan perasaan yang terlalu negatif ataupun yang terlalu positif. Kekuatan dari perasaan-perasaan ini akan mencapai puncaknya, kemudian mulai menurun, tidak terlalu tinggi dan berada dalam keadaan menetap untuk jangka waktu yang cukup lama (Davidoff, 1981:58-59).

Berdasarkan pemaparan di atas, maka penulis menyimpulkan bahwa emosi adalah suatu perasaan yang kompleks, dimana di dalamnya terdapat unsur fisiologis dan penilaian kognitif yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Emosi (yang di dalamnya terdapat komponen-komponen emosi) yang muncul pada seseorang tidak bersifat menetap dan akan berubah-ubah atau mengalami dinamika. Jadi dapat disimpulkan bahwa dinamika emosi adalah pergerakan dan interaksi antara komponen-komponen emosi, yaitu reaksi tubuh, kumpulan pikiran dan keyakinan yang menyertai emosi, ekspresi wajah dan reaksi terhadap pengalaman tersebut dimana komponen-komponen emosi akan berubah-ubah sesuai dengan stimulus yang ada.

### 2.1.3. *Bullying*

#### 2.1.3.1. Definisi *Bullying*

Rigby (2000 dalam Skinta, 2007) mendefinisikan *bullying* sebagai perilaku agresif yang diulang-ulang dimana pelaku *bullying* mempunyai kekuatan yang lebih daripada korbannya. Pendapat serupa juga dikemukakan oleh Olweus (1993 dalam Rudi, 2010) yang mendefinisikan *bullying* mengandung tiga unsur mendasar, yaitu bersifat menyerang (agresif) dan negatif, dilakukan secara berulang kali dan adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pihak yang terlibat.

Priyatna (2010:2-3) menekankan tiga perilaku yang menjelaskan *bullying*, yaitu tindakan yang disengaja oleh pelaku pada korbannya, bukan sebuah kelalaian; tindakan yang terjadi berulang-ulang serta didasari perbedaan power yang mencolok. Perbedaan power juga digunakan oleh Sampson (2009:2) untuk mendefinisikan *bullying*. Menurut Sampson, *bullying* mempunyai dua komponen kunci, yaitu perbuatan berbahaya (*harmful*) yang diulang-ulang dan adanya ketidakseimbangan kekuatan. Pendapat serupa juga dikemukakan oleh Rudi (2010) yang mengemukakan bahwa *bullying* adalah perilaku agresif dan negatif seseorang atau sekelompok orang secara berulang kali yang menyalahgunakan ketidakseimbangan kekuatan dengan tujuan untuk menyakiti targetnya (korban) secara mental atau secara fisik.

Tattum dan Tattum (1992 dalam Yahaya, dkk., 2008), mendefinisikan *bullying* sebagai keinginan untuk mencederai atau membuat seseorang berada dalam situasi tertekan. *Bullying* terjadi ketika seorang anak atau sekelompok anak dilukai secara berulang-ulang oleh anak yang lain melalui baik melalui perbuatan maupun kata-kata (Sampson, 2009:29).

### **2.1.3.2. Bentuk *Bullying***

Perilaku agresif yang dilakukan oleh pelaku *bullying* dapat dilakukan dalam berbagai bentuk baik fisik, verbal ataupun non-fisik dan non-verbal (lihat tabel 2.1). *Bullying* juga bisa meliputi serangan secara fisik, verbal maupun psikologis yang berulang-ulang atau mengintimidasi korban yang tidak dapat membela dirinya karena ukuran tubuh atau kekuatan yang tidak seimbang. Contoh perilaku *bullying* meliputi penyerangan, intimidasi, penyebar rumor dan mengisolasi, pemalakan, perusakan properti, pencurian, menghancurkan pekerjaan orang lain dan pemanggilan nama yang tidak seharusnya (Sampson, 2009:6). Sedangkan Rudi (2010) memberikan contoh perilaku *bullying* antara lain mengejek, menyebarkan rumor, menghasut, mengucilkan, menakut-nakuti (intimidasi), mengancam, menindas, memalak, atau menyerang secara fisik (mendorong, menampar, atau memukul).

**Tabel 1.**  
**Tabel Bentuk *Bullying***

	<b><i>Bullying</i> secara langsung</b>	<b><i>Bullying</i> secara tidak langsung</b>
<b><i>Bullying</i> verbal</b>	Mengejek, mengindir, memberi julukan	Menyebarkan isu
<b><i>Bullying</i> fisik</b>	Memukul, menendang, mendorong, merusak atau mencuri barang-barang	Menyuruh beberapa teman untuk meyergap
<b><i>Bullying</i> non-verbal / non-fisik</b>	Mengancam, isyarat yang menunjukkan ketidaksopanan	Menolak seseorang untuk bergabung dalam kelompok, memanipulasi pertemanan, mengancam lewat e-mail

( Sumber: Rigby, 1996; Olweus, 1993a dalam Fleming & Towey, 2002:6)

Priyatna (2010:3) menjelaskan bahwa perilaku *bullying* biasa dilakukan dalam bentuk:

- a. Fisikal, seperti memukul, menendang, mendorong, merusak benda-benda milik korban (termasuk tindakan pencurian), dan lain-lain.
- b. Verbal, seperti mengolok-olok nama panggilan, melecehkan penampilan, mengancam, menakut-nakuti, dan lain-lain.
- c. Sosial, seperti menyebar gosip, rumor, mempermalukan di depan umum, dikucilkan dari pergaulan, atau menjebak seseorang sehingga dia yang dituduh melakukan perbuatan tersebut.
- d. *Cyber* atau elektronik, seperti mempermalukan orang dengan menyebar gosip di jejaring sosial internet (misal *facebook*),

menyebarkan foto pribadi tanpa izin pemiliknya di internet, atau membongkar rahasia orang lain lewat internet atau sms.

### **2.1.3.3. Karakteristik Korban *Bullying* yang Menyebabkan Terjadinya**

#### ***Bullying***

Ada dua macam karakteristik anak yang menjadi korban *bullying*, yaitu *passive victims* (korban pasif) dan *bully-victims* (korban provokatif) (Olweus, 1993a dalam Fleming & Towey, 2002:9).

#### 1. *Passive victims* (korban pasif)

Korban pasif cenderung bersikap sangat hati-hati, sensitif, mempunyai perasaan tidak aman, sulit untuk menghargai diri sendiri diantara teman sebayanya (Olweus, 1993a dalam Fleming & Towey, 2002:9). Mereka seringkali terisolasi secara sosial (Nansel, dkk., 2001; Olweus, 1993a dalam Fleming & Towey, 2002:9) dan kesepian (Nansel, dkk., 2001 dalam Fleming & Towey, 2002:9). Isolasi sosial tersebut akan menjadi faktor resiko untuk menjadi korban *bullying* karena kehadiran teman-temannya yang akan membantunya terhindar dari pelaku *bullying* (Olweus, 1993a dalam Fleming & Towey, 2002:9). Penelitian yang dilakukan oleh Schwartz, Dodge, & Cole (1993 dalam Sampson, 2009:12) juga menyebutkan bahwa remaja yang tidak kompeten secara sosial meningkatkan kemungkinan untuk menjadi korban *bullying*.

## 2. *Bully-victims* (korban provokatif)

Korban provokatif menunjukkan banyak karakteristik dari korban pasif, namun mereka juga cenderung hiperaktif (Kumpulainen & Rasanen, 2000; Kumpulainen, Rasanen & Puura, 2000 dalam Fleming & Towey, 2002:10) dan mempunyai kesulitan dalam konsentrasi (Olweus, 1993a dalam Fleming & Towey, 2002:10). Korban provokatif juga cenderung tempramental dan mencoba untuk menyerang balik jika mereka dihina atau diserang. Walaupun korban provokatif sering menjadi korban *bullying*, namun mereka juga dapat melakukan *bullying* pada anak yang lebih muda atau lebih lemah (Olweus, 1993a dalam Fleming & Towey, 2002:10).

Nansel, dkk. (2001 dalam Fleming & Towey, 2002:10) menemukan bahwa *bully-victim* lebih kesepian dan mempunyai masalah dengan teman-teman sekelasnya, selain itu prestasi akademiknya juga rendah dan lebih sering terlibat dalam masalah penggunaan alkohol dan rokok dibanding dengan teman sebayanya.

Penyebab terjadinya kasus *bullying* tidak terlepas dari karakteristik dari pelaku maupun korban *bullying* itu sendiri. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Frisen, dkk (2007) mengenai persepsi remaja terhadap *bullying*, ada 5 kategori jawaban ketika remaja ditanya pendapatnya mengenai mengapa anak dan remaja menjadi korban *bullying*. Kelima kategori tersebut adalah:

1. Penampilan korban, misalnya kurus, gemuk, jelek

2. Perilaku korban, misalnya berperilaku aneh, berbicara dengan dialek yang berbeda, pemalu, mudah cemas dan kurang percaya diri
3. Karakteristik pelaku, misalnya pelaku berfikir bahwa mereka menarik, pelaku ingin merasa superior, pelaku ingin menunjukkan bahwa ia mempunyai kekuatan
4. Latar belakang sosial, misalnya perbedaan budaya, agama, keadaan ekonomi
5. Lainnya, seperti bernasib buruk, korban tidak mempunyai teman, korban melakukan *bullying* pada orang lain

Anak-anak yang menjadi korban *maltreatment* (*neglect*, kekerasan fisik atau seksual) juga mungkin akan lebih menjadi target *bullying* dari teman-remannya (Shields & Cicchetti, 2001 dalam Fleming & Towey, 2002:9).

#### **2.1.3.4. *Bullying* dan Keluarga**

Keluarga mempunyai pengaruh tersendiri pada peristiwa *bullying*. Hubungan keluarga yang negatif dapat diidentifikasi sebagai faktor resiko dari perilaku antisosial, termasuk *bullying*. Perilaku *bullying* berhubungan dengan orangtua yang menggunakan cara fisik untuk mendisiplinkan anak dan membiarkan anak menghabiskan waktu tanpa pengawasan orangtua (Espelage, Bosworth & Simon, 2000 dalam Perren & Hornung, 2005:52) serta memiliki fungsi keluarga yang rendah (Rigby, 1994 dalam Perren & Hornung, 2005:52). Keluarga dari korban *bullying* sering menunjukkan



agresifitas yang tinggi dan kehangatan atau keramahan yang kurang (Duncan, 2004 dalam Perren & Hornung, 2005:52)

#### **2.1.3.5. *Bullying* dan Teman Sebaya**

Keberadaan teman sebaya mempunyai pengaruh pada peristiwa *bullying* yang terjadi pada remaja. Popularitas yang rendah dan tidak mempunyai teman diidentifikasi sebagai faktor resiko dari adanya korban *bullying* (Boulton, Trueman, Chau, Whitehand, & Amatya, 1999; Hodges, Malone, & Perry, 1997 dalam Perren & Hornung, 2005:52). Beberapa penelitian menemukan bahwa anak atau remaja yang menjadi korban *bullying* dari teman sebayanya adalah mereka yang tidak populer atau ditolak oleh teman sebayanya (Hodges, Boivin, Vitaro, & Bukowski, 1999; Olweus, 1993; Perren, 2000; Smith, Bowers, Binney, & Cowie, 1993 dalam Perren & Hornung, 2005:52). Penelitian yang dilakukan oleh Perren & Hornung (2005:60) menyatakan bahwa korban *bullying* memiliki penerimaan yang rendah dari teman sebayanya.

#### **2.1.3.6. Dampak *Bullying***

Perilaku *bullying* membawa dampak yang buruk bagi korbannya. *Bullying* dapat menimbulkan efek yang serius pada fungsi psikososial, nilai akademik dan kesehatan fisik anak yang menjadi target *bullying*. Korban *bullying* mempunyai *self-esteem* yang rendah (Hodges & Perry, 1996; Olweus, 1978; Rigby & Slee, 1993 dalam Fleming & Towey, 2002:11),

menunjukkan tingkat depresi yang tinggi (Craig, 1998; Hodges & Perry, 1996; Olweus, 1978; Rigby & Slee, 1993; Salmon, dkk., 2000; Slee, 1995 dalam Fleming & Towey, 2002:11), kesepian (Kochenderfer & Ladd, 1996; Nansel, dkk., 2001 dalam Fleming & Towey, 2002:11), dan kecemasan (Craig, 1998; Hodges & Perry, 1996; Olweus, 1978; Rigby & Slee, 1993 dalam Fleming & Towey, 2002:11). Korban *bullying* juga menolak untuk pergi ke sekolah (Kochenderfer & Ladd, 1996 dalam Fleming & Towey, 2002:11) dan menunjukkan tingkat ketidakhadiran yang tinggi di sekolah (Rigby, 1996 dalam Fleming & Towey, 2002:11).

Pendapat serupa juga dikemukakan oleh Priyatna (2010:4-5), yang mengatakan ada beberapa dampak negatif yang dapat dialami oleh seseorang yang menjadi korban *bullying*, antara lain:

- a. Merasa cemas
- b. Merasa kesepian
- c. Rendah diri
- d. Memiliki tingkat kompetensi sosial yang rendah
- e. Depresi
- f. Simptom psikosomatik
- g. Penarikan sosial
- h. Keluhan pada kesehatan fisik
- i. Pergi dari rumah
- j. Penggunaan alkohol dan obat
- k. Bunuh diri

### 1. Penurunan performansi akademik

Penelitian lain menemukan bahwa perilaku *bullying* berhubungan dengan perilaku anti-sosial (Melton, dkk., 1998 dalam Fleming & Towey, 2002:9) seperti vandalisme, tawuran, pencurian (Olweus, 1993b dalam Fleming & Towey, 2002:9), minum minuman beralkohol (Nansel, dkk., 2001; Olweus, 1993b dalam Fleming & Towey, 2002:9), merokok (Nansel, dkk., 2001 dalam Fleming & Towey, 2002:9), membolos (Byrne, 1994; Olweus, 1993b dalam Fleming & Towey, 2002:9), dan dikeluarkan dari sekolah (*school drop-out*) (Byrne, 1994 dalam Fleming & Towey, 2002:9).

## 2.2. Perspektif Teoretis

Penulis melakukan analisis data mengenai dinamika emosi remaja putri yang menjadi korban *bullying* pada tahap perkembangan remaja madya dengan menggunakan teori *evolutionary* dari Robert Plutchik. Menurut Plutchik (2003), ketika seseorang mengalami kejadian emosional, orang tersebut akan mengevaluasinya. Kemudian orang tersebut akan membangun penilaian kognitif atas apa yang terjadi padanya. Penilaian tersebut meliputi interpretasi terhadap *physical arousal*, perasaan bawah sadar, respon behavioral dan pemikiran sadar ketika kejadian tersebut terjadi.

Plutchik (2003) juga percaya bahwa emosi adalah interpretasi secara sadar mengenai apa yang terjadi pada seseorang ketika orang tersebut sadar secara emosional. Teori psikoevolusioner ini menerima ide bahwa emosi merupakan sesuatu yang kompleks, yang mempunyai sistem *feedback* sirkular

(Plutchik, 2003:106), bukan merupakan sesuatu yang linear. Dari teorinya tersebut Plutchik membuat alur emosi yang disebutnya dengan *feedback loops*.

Ketika seorang remaja putri mengalami *bullying*, maka yang menjadi *stimulus event* adalah peristiwa *bullying* itu sendiri. *Bullying* di sini dapat *bullying* secara fisik (memukul, menendang, merusak barang-barang, dan lain-lain), secara verbal (menghina, memberi julukan, menyebarkan isu, dan lain-lain), dapat juga secara non-fisik dan non-verbal (mengucilkan). Pada tahap perkembangan remaja madya, remaja akan fokus pada penerimaan dari teman sebayanya. Pada tahap remaja madya ini, remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Ia senang kalau banyak teman yang menyukainya (Blos, 1962 dalam Sarwono, 1994). Ketika remaja pada tahap perkembangan remaja madya mengalami *bullying*, remaja cenderung akan menginterpretasi atau memaknai peristiwa *bullying* yang dialaminya sebagai peristiwa yang tidak menyenangkan. Pemaknaan negatif remaja terhadap peristiwa *bullying* memungkinkan remaja untuk merasakan emosi yang negatif juga. Selain itu, peristiwa *bullying* juga dapat memicu reaksi fisik remaja. Emosi yang dirasakan oleh remaja dan reaksi fisik yang dialaminya akan mendorong remaja untuk melakukan sesuatu (*impuls to action*). Dorongan tersebut tidak selalu dimunculkan oleh remaja menjadi perilaku yang nampak (*overt behavior*) dan juga memungkinkan bagi remaja untuk memunculkan perilaku nampak yang lain.

Menurut Plutchik (2003), perilaku yang tampak (*overt behavior*) bagaimanapun juga bukan merupakan akhir dari proses emosi. Perilaku tersebut biasanya memiliki *effect* dari stimulus atau kondisi yang memulai suatu rantai

peristiwa. Fungsi *effect* adalah untuk mengembalikan kita pada kondisi seimbang atau dengan kata lain tindakan yang berhubungan dengan emosi yang dapat mengurangi emosi yang menyebabkannya. Dalam hal ini, *effect* dari perilaku yang dinampakkan oleh remaja dapat memunculkan *stimulus event* baru dari peristiwa *bullying* yang dialami remaja. Munculnya *stimulus event* baru ini memungkinkan remaja untuk dapat memaknai *bullying* yang dialaminya secara berbeda. Hal tersebut memungkinkan remaja merasakan emosi yang berbeda pula. Ketika remaja memaknai suatu peristiwa secara berbeda dan merasakan emosi yang berbeda pada *stimulus event* baru, maka remaja juga dapat memunculkan perilaku yang berbeda pula. Begitu seterusnya sehingga membentuk suatu dinamika.