

# **BAB I**

## **PENGANTAR**

### **A. Latar belakang**

Dalam kehidupan sosial masyarakat setiap orang mengalami situasi yang memicu perasaan cemas atau takut. Namun, bagi sebagian orang, kecemasan ini dapat berkembang menjadi suatu gangguan kecemasan yang signifikan dan mengganggu aktivitas sehari-hari mereka. Salah satu bentuk umum dari gangguan kecemasan adalah gangguan kecemasan sosial. Gangguan kecemasan sosial merujuk pada kondisi kesehatan mental yang ditandai oleh kecemasan yang kuat terhadap situasi dan interaksi sosial. Individu dengan gangguan kecemasan sosial memiliki kekhawatiran akan dihakimi, diteliti, atau dipermalukan di depan orang lain. Seperti pada Warga Desa Alas Telogo dan Sumber Anyar banyak individu yang takut untuk menjalankan aktivitas karena adanya bentuk intimidasi serta ancaman yang terus menerus terjadi.

Ancaman tersebut datang dari sebuah konflik agrarian yakni sengketa tanah dan lahan yang dimulai sejak tahun 2007 hingga saat ini. Dalam konflik ini dilakukan oleh pihak otoritas yang memiliki kekuasaan untuk mengendalikan. Hal ini terjadi secara massif dan berulang-ulang, seperti adanya ancaman, serta blokade pada jalan untuk menghalangi akses masyarakat berkebun. Takut akan keluarga yang terancam, dengan ancaman secara terang-terangan seperti, diintimidasi untuk segera meninggalkan tempat tinggalnya. Sehingga dalam hal ini masyarakat banyak yang takut untuk keluar rumah menjalankan aktivitas seperti biasanya, takut dipermalukan karena tidak mampu untuk melawan serta takut akan ancaman secara verbal dan non verbal. Bentuk

dari ancaman tersebut secara menyeluruh disebut dengan perundungan. Perundungan tidak hanya terjadi pada kalangan anak-anak pelajar, melainkan juga terjadi pada orang dewasa. Contohnya, perundungan dialami oleh penduduk dewasa dari Desa Alas Telogo dan Sumber Anyar.

Tindakan perundungan ini dipicu keinginan pihak otoritas agar dapat mengambil keuntungan dari ketidakberdayaan warga Alas Telogo dan Sumber Anyar untuk melawan tindakan perundungan. Sehingga dalam hal ini muncul sebuah fenomena gangguan kecemasan yang dialami oleh warga desa Alas Telogo. Selain itu, ketakutan yang dialami Warga Alas Telogo dan Sumber Anyar juga datang dari ketakutan akan kehilangan ladang pencariannya. Banyaknya masyarakat yang bergantung pada lingkungan sekitar seperti para petani dan peternak. Tindakan yang terus dilakukan oleh pihak otoritas amat sangat menekan keadaan mental warga desa Alas Telogo, sehingga dalam hal ini korban akan semakin terbebaskan dengan rasa takut berlebihan dan dapat mengakibatkan gangguan kecemasan sosial. Pengaruh perundungan terhadap gangguan kecemasan sosial juga dibuktikan dengan adanya uji sampel dilapangan dan data berskala nasional.

Hasil survey yang dilakukan oleh peneliti terdapat 70% masyarakat yang merasa cemas, 70% takut dianggap buruk orang lain pada saat berbicara, 60% akan menghindari disaat situasi menekan, dan 80% saya kesulitan saat tertekan dalam situasi sosial. Hal ini diperkuat dengan data survei berskala nasional menurut KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) pada tahun 2019, kasus perundungan di Indonesia meningkat drastis dari 398 kasus tahun 2018 menjadi 663 kasus tahun 2019.

Perundungan sendiri menurut Black & Jackson (dalam Hermawan 2021), perundungan merupakan bentuk perilaku agresif proaktif, dimana tujuannya adalah untuk menguasai, menyakiti, atau menghilangkan pihak lain dengan sengaja. Perilaku ini termanifestasi dalam situasi di mana terdapat ketidaksetaraan kekuatan, baik secara fisik, usia, kapasitas berpikir, kemampuan, atau status sosial. Perilaku ini bisa berulang kali terjadi, di mana satu individu atau lebih melakukan tindakan tersebut terhadap individu lainnya. Menurut Swearer dan Hymel (2015), Perundungan adalah tindakan yang terulang secara berulang dan dimaksudkan untuk melukai, menakuti, atau mengendalikan seseorang yang dianggap memiliki kelemahan. Menurut Kowalski dan Limber (2018), perundungan adalah tindakan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang untuk menyakiti, mengintimidasi, atau merendahkan orang lain yang dianggap lebih lemah, dengan menggunakan kekuasaan atau pengaruh yang dimilikinya. Menurut Hinduja dan Patchin (2020), Perundungan adalah perilaku yang terjadi berulang-ulang dan dimaksudkan untuk melukai, merendahkan, atau mengintimidasi individu yang dianggap kurang kuat atau rentan, baik melalui tindakan fisik maupun verbal, termasuk penggunaan media sosial atau teknologi informasi.

Perundungan merupakan problematika yang masih belum terselesaikan di Indonesia hingga saat ini. Dalam kesimpulannya, perundungan adalah tindakan yang merugikan dan dapat memiliki dampak jangka panjang pada kesejahteraan mental dan fisik seseorang. Perundungan adalah tindakan agresif, repetitif, dan sengaja terhadap seseorang yang lebih lemah secara fisik atau psikologis. Perundungan dapat memengaruhi kesejahteraan mental dan fisik seseorang, baik korban maupun pelaku. Perundungan adalah tindakan yang merugikan dan dapat

memiliki dampak jangka panjang pada kesejahteraan mental dan fisik seseorang. Oleh karena itu, penting bagi semua pihak untuk bekerja sama dalam mencegah dan menangani perundungan.

Korban perundungan akan semakin tertekan baik secara fisik maupun psikologis, sehingga akan mempengaruhi rasa takut berlebihan yang berakibat Mengalami gangguan kecemasan sosial mengacu pada situasi di mana seseorang merasa tidak nyaman dan stres karena harapannya bahwa ia akan berperilaku dengan cara yang tidak benar atau salah, sehingga membuat dirinya terlihat bodoh atau negatif dan dinilai secara negatif oleh orang lain. Hal ini terjadi dalam berbagai situasi sosial atau lingkungan masyarakat. Definisi ini didasarkan pada pandangan yang tercatat dalam penelitian Eren (dalam Baltaci dan Hamarta 2013). *American Psychiatric Association* (2013), gangguan kecemasan sosial merupakan kekhawatiran yang berlebihan atau kegelisahan yang tidak sebanding dengan konteks situasi sosial atau situasi yang memerlukan performa, yang umumnya muncul akibat ketakutan akan penilaian atau kritik dari orang lain. Pendapat lain mengenai gangguan kecemasan sosial menurut Stein (2016), gangguan kecemasan sosial yaitu ketakutan yang berlebihan atau kecemasan dalam situasi sosial masyarakat, yang dapat menyebabkan gangguan fungsi sosial, pekerjaan, atau kehidupan sehari-hari.

Secara sederhana, gangguan kecemasan sosial mengacu pada keadaan psikologis yang ditandai oleh perasaan cemas dan takut saat berada dalam situasi sosial atau saat berinteraksi dengan individu lain. Orang yang mengalami gangguan kecemasan sosial sering kali merasa tidak nyaman dalam lingkungan sosial, seperti berbicara di depan umum atau bertemu dengan orang yang belum

dikenal. Dampak dari gangguan kecemasan sosial dapat berpengaruh terhadap kualitas hidup, termasuk aspek sosial dan karier.

*World psychiatric association* menyebutkan terdapat 3-15% populasi dunia mengalami gangguan kecemasan sosial, dan 25% diantaranya harus mendapatkan terapi dan konseling. Di Indonesia, masalah gangguan kecemasan sosial telah menjadi fenomena yang sering terjadi. Berdasarkan informasi dari Kementerian Kesehatan Indonesia pada tahun 2021, diperkirakan sekitar 3,2% dari total populasi Indonesia, atau sekitar 8 juta orang, mengalami gangguan kecemasan. Walaupun data spesifik tentang gangguan kecemasan tidak secara rinci diberikan, gangguan kecemasan sosial termasuk dalam kategori gangguan kecemasan sosial yang umum di Indonesia dan menjadi salah satu yang paling dominan.

Gangguan kecemasan sosial mengacu pada ketidaknyamanan berkelanjutan yang muncul dalam situasi sehari-hari, sering kali disertai rasa malu. Ciri khasnya adalah perasaan yang aneh atau terkekang, rasa terhalang, dan kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial serta kehidupan sosial secara menyeluruh. Sementara itu, perundungan memiliki hubungan yang signifikan dengan gangguan kecemasan sosial. Perundungan ini menyebabkan gangguan kecemasan sosial dari bentuk tekanan dan pengucilan serta menindas pihak yang lemah. Ketakutan akan ancaman yang terjadi secara terus menerus menyebabkan korban akan semakin ketakutan dan selalu waspada pada hal yang dianggap orang lain itu biasa.

Beberapa faktor dapat menjadi penyebab dari kecemasan sosial, seperti pengalaman trauma, hilangnya kepercayaan diri, dan kekhawatiran berlebihan terhadap penilaian orang lain. Korban perundungan mengalami luka traumatis dan

merasa tidak aman di lingkungan sosial. Hal ini dapat menyebabkan hilangnya kepercayaan diri dan rasa takut atau cemas yang berlebihan saat berada di situasi sosial. Selain itu, korban perundungan juga dapat mengalami kekhawatiran berlebihan terhadap penilaian orang lain. Mereka mungkin merasa tidak mampu untuk memenuhi harapan orang lain atau merasa tidak dihargai oleh orang-orang di sekitarnya. Hal ini dapat memperburuk kecemasan sosial yang dialami korban perundungan.

Dalam penelitian telah menandakan adanya korelasi yang signifikan pengaruh perundungan dan gangguan kecemasan sosial, di mana individu yang menjadi korban perundungan cenderung mengalami peningkatan resiko mengembangkan gangguan kecemasan sosial sebagai dampak dari pengalaman traumatis, dan ketidak nyamanan yang terkait dengan interaksi sosial yang negatif dan merugikan. Pengalaman perundungan dapat menyebabkan perasaan takut, rendah diri, dan ketidak percayaan pada kemampuan sosial, yang pada gilirannya dapat memperburuk gejala gangguan kecemasan sosial, dan membatasi partisipasi mereka dalam aktivitas sosial yang normal. Terdapat korelasi yang kuat antara perundungan dan gangguan kecemasan sosial, di mana korban perundungan seringkali mengalami gejala-gejala gangguan kecemasan sosial akibat pengalaman traumatis dan ketakutan yang berlebihan dalam situasi sosial.

Hal ini diperkuat oleh pendapat Yuniardi (dalam Aminah dkk 2022), ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman perundungan yang diterima dengan gangguan kecemasan sosial. Riwayat trauma atau peristiwa yang menyebabkan stres, seperti perundungan yang berakibat mengalami gangguan kecemasan sosial, hal ini sangat mengganggu dan tidak nyaman pada korban yang mengalami perundungan. Sementara itu hasil dari

penelitian yang dilakukan oleh Espelage dan Perper (2013), memberikan gambaran bahwa perundungan memiliki pengaruh yang signifikan dengan gangguan kecemasan sosial pada korban perundungan. Pendapat lain tentang perundungan yang berakibat pada gangguan kecemasan ini juga didukung oleh pendapat ahli. Seperti Astuti, (dalam Rizqi, 2015) dalam kondisi selanjutnya ditemukan bahwa korban perundungan kemudian mengasingkan diri dari masyarakat atau menderita gangguan kecemasan sosial (*social anxiety disorder*) bahkan cenderung ingin bunuh diri. Sementara itu menurut Pronk dkk (2019), korban perundungan memiliki kepekaan sosial yang lebih tinggi, dan lebih mudah merasakan perasaan negatif dari orang lain, terutama pada mereka yang memiliki kecenderungan untuk melakukan tindakan perundungan. Hal ini dapat mempengaruhi kemampuan korban untuk mengatasi situasi sosial dan berkontribusi pada pengembangan gangguan kecemasan sosial. Menurut Khashanah dkk (2020), perundungan dapat menyebabkan stres psikososial pada korban, yang dapat mempengaruhi fungsi kognitif dan memperburuk kecemasan sosial mereka. Korban perundungan mungkin juga mengalami kesulitan dalam mengatasi stres dan menghadapi situasi sosial, yang dapat berkontribusi pada pengembangan gangguan kecemasan sosial.

Hosking (2017), mengatakan bahwa temuan penelitian menunjukkan bahwa perundungan dapat berdampak jangka panjang pada gangguan kecemasan sosial. Dia mengatakan bahwa penting untuk mengidentifikasi dan mendukung individu yang mengalami perundungan, untuk mencegah mereka mengembangkan gangguan kecemasan sosial di kemudian hari. Menurut Troxel (2013), menemukan bahwa korelasi antara perundungan dan gangguan kecemasan sosial paling kuat bagi mereka yang telah diintimidasi dalam jangka

waktu yang lama, dan bagi mereka yang telah dirundung secara fisik atau verbal. Studi ini juga menemukan bahwa korelasi lebih kuat untuk wanita dari pada pria. Craig dkk (2019), menemukan bahwa perundungan dapat menyebabkan gangguan kecemasan sosial bahkan pada anak-anak yang secara genetik tidak cenderung mengalami gangguan kecemasan sosial tersebut. Studi tersebut menemukan bahwa perundungan dapat mengubah cara otak memproses informasi sosial, yang dapat mengarah pada perkembangan gangguan kecemasan sosial.

Dalam hal ini yang menjadi korban adalah warga Desa Alas Telogo dan Sumber Anyar yang memiliki permasalahan dari sengketa lahan dan merujuk pada perundungan untuk mengintimidasi pihak yang lemah, dan mengakibatkan adanya gangguan kecemasan sosial. Gangguan kecemasan sosial yang dialami oleh warga Desa Alas Telogo dan Sumber Anyar menghambat mereka untuk beraktivitas dengan tenang. Memiliki perasaan yang tak nyaman, selalu dihantui ketakutan yang berlebihan, takut akan evaluasi yang negatif, serta ketakutan untuk melakukan aktivitas sosial. Dalam situasi seperti ini masyarakat Alas Telogo dan sumber Anyar sering menutup diri dari orang lain, sehingga ketika adanya orang asing mereka akan menganggap itu sebagai bentuk ancaman bagi mereka. Maka dari hasil kajian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Perundungan Terhadap Gangguan Kecemasan Sosial Warga Desa Alas Telogo dan Sumber Anyar di Wilayah Konflik Agraria.

## **B. Rumusan masalah**

Berdasarkan konteks yang telah diuraikan sebelumnya, permasalahan yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini adalah apakah terdapat Pengaruh

Perundungan Terhadap Gangguan Kecemasan Sosial Warga Desa Alas Telogo dan Sumber di Wilayah Konflik Agraria.

### **C. Tujuan dan manfaat**

#### **1. Tujuan**

Memberikan gambaran umum mengenai gangguan kecemasan sosial pada para pembaca yang diakibatkan oleh adanya pengaruh perundungan.

#### **2. Manfaat**

##### **a. Manfaat teoritis**

Manfaat teoritis yang diharapkan dari penyusunan penelitian ini yaitu untuk menambahkan wawasan dalam ranah psikologi, terutama di bidang psikologi kesehatan mental dan psikologi sosial mengenai Pengaruh Perundungan Terhadap Gangguan Kecemasan Sosial Warga Desa Alas Telogo dan Sumber Anyar di Wilayah Konflik Agraria.

##### **b. Manfaat praktis**

###### **1) Bagi mahasiswa**

Dapat dijadikan sumber referensi untuk mengetahui Pengaruh Perundungan Terhadap Gangguan Kecemasan Sosial Warga Desa Alas Telogo dan Sumber Anyar di Wilayah Konflik Agraria.

###### **2) Bagi peneliti**

Dapat mengetahui hasil penelitian mengenai Pengaruh Perundungan Terhadap Gangguan Kecemasan Sosial Warga Desa Alas Telogo dan Sumber Anyar di Wilayah Konflik Agraria.

#### **D. Perbedaan dengan penelitian sebelumnya**

Dalam mengumpulkan informasi dari berbagai penelitian sebelumnya, peneliti menemukan sejumlah studi yang berkaitan dengan topik yang sama dengan penelitian ini. Meskipun ada hubungan dengan konteks yang sedang diselidiki, penelitian ini memiliki perbedaan yang cukup mencolok dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Beberapa contoh penelitian terdahulu yang ditemukan dalam literatur penelitian adalah sebagai berikut:

Penelitian yang dijalankan oleh Insyafiatul Aminah, Evin Novianti, dan Duma Lumban Tobing, berjudul "Kecemasan Sosial pada Remaja yang Mengalami Perundungan di Desa Ragajaya," dipublikasikan dalam jurnal Volume 15 Edisi 1 tahun 2022. Perbedaan pada penelitian ini adalah dimana fokus fenomena gangguan kecemasan sosial hanya berfokus pada anak usia remaja yang yang rentan usianya 12-21 tahun sebagaimana tergambar pada penelitian ini. Alat ukur kecemasan sosial menggunakan liebowitz social anxiety scale (Isas) yang dikembangkan oleh Liebowitz Sedangkan yang digunakan oleh peneliti adalah berupa skala 1 perundungan, dan skala 2 gangguan kecemasan sosial. Masing-masing terdiri dari 14 item yang didasarkan pada perundungan yang berakibat mengalami gangguan kecemasan sosial. Serta responden yang lebih luas dari kalangan remaja hingga dewasa.