

**GAMBARAN MEKANISME PERTAHANAN DIRI DAN
PROSES PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA KORBAN *BULLYING*
DI SMK ARRAHMAH PAPAR KEDIRI**

SKRIPSI



**Disusun Oleh:
YASA YIDATURROHMAH
NIM. 933405618**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI
2024**

**GAMBARAN MEKANISME PERTAHANAN DIRI DAN
PROSES PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA KORBAN *BULLYING*
DI SMK ARRAHMAH PAPAR KEDIRI**

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar
Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh :

YASA YIDATURROHMAH

NIM. 933405618

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI**

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

**GAMBARAN MEKANISME PERTAHANAN DIRI DAN
PROSES PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA KORBAN *BULLYING*
DI SMK ARRAHMAH PAPAR KEDIRI**

YASA YIDATURROHMAH

NIM. 933405618


Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II



Drs. Moh. Irfan Burhani, M. Psi
NIP. 196612201991031002



Shofi Mirwani, M. Psi, Psikolog.
NIDN. 2009108602

NOTA DINAS

Kediri, 06 Maret 2024

Nomor :

Lampiran : 4 (empat) berkas

Hal : Bimbingan Skripsi

Yth,

Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Institut Agama Islam Negeri Kediri

Di Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo Kediri

Assalamualaikum Wr.Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Yasa Yidaturrohmah

NIM : 933405618

Judul : GAMBARAN MEKANISME PERTAHANAN DIRI DAN PROSES PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA KORBAN *BULLYING* DI SMK ARRAHMAH PAPAR KEDIRI

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata satu (S1). Beserta ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang ditentukan dapat diajukan dalam sidang Munaqosah.


Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II


Drs/Moh. Irfan Burhani, M. Psi
NIP. 196612201991031002


Shofi Mirwani, M. Psi, Psikolog.
NIDN. 2009108602

NOTA PEMBIMBING

Kediri, 17 Mei 2024

Nomor :

Lampiran : 4 (empat) berkas

Hal : Bimbingan Skripsi

Yth,

Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Institut Agama Islam Negeri Kediri

Di Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo Kediri

Assalamualaikum Wr.Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Yasa Yidaturrohmah

NIM : 933405618

Judul : GAMBARAN MEKANISME PERTAHANAN DIRI DAN PROSES PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA KORBAN *BULLYING* DI SMK ARRAHMAH PAPAR KEDIRI


Setelah diperbaiki materi dan susunannya, sesuai dengan petunjuk dan arahan serta saran yang telah diberikan dalam sidang Munaqosah yang dilaksanakan pada tanggal 13 Mei 2024, kami menerima dan menyetujui hasil perbaikannya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II


Drs. Moh. Irfan Burhani, M. Psi
NIP. 196612201991031002


Shofi Mirwani, M. Psi, Psikolog.
NIDN. 2009108602

HALAMAN PENGESAHAN

**GAMBARAN MEKANISME PERTAHANAN DIRI DAN
PROSES PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA KORBAN *BULLYING*
DI SMK ARRAHMAH PAPAR KEDIRI**

YASA YIDATURROHMAH

NIM. 933405618

Telah diajukan di depan Sidang Munaqosah Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut
Agama Islam Negeri Kediri Kediri pada tanggal 13 Mei 2024

Tim Penguji

1. Penguji Utama

Dr. Moch Muwaffiqillah, M.fil.I
NIP. 197711302003121002


(.....)

2. Penguji I

Drs. Moh. Irfan Burhani, M. Psi
NIP. 196612201991031002


(.....)

3. Penguji II

Shofi Mirwani, M. Psi, Psikolog.
NIDN. 2009108602


(.....)

Kediri, 17 Mei 2024

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Kediri



Dr. H. A. Hafid Thahir, M.HI
NIP. 197111212005011006

MOTTO

“Dan bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya, dan
sesungguhnya usahanya itu kelak akan diperlihatkan (kepadanya), kemudian akan
diberikan balasan kepadanya balasan yang paling sempurna”

(QS. An-Najm : 39-41)

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yasa Yidaturrohmah
NIM : 933405618
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan sesungguhnya dengan penuh kesadaran bahwa skripsi benar hasil tulisan sendiri dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 06 Maret 2024



Yasa Yidaturrohmah
NIM. 933405618

HALAMAN PERSEMBAHAN

Pertama, saya mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT yang mana dengan kehendak-Nya saya mampu menyelesaikan tugas akhir ini.

Kedua, saya mengucapkan terimakasih untuk diri saya sendiri yang telah bertahan sampai di titik ini dan mampu mengerjakan skripsi hingga selesai meskipun banyak hambatan dan rintangan dalam prosesnya.

Ketiga, kepada dosen pembimbing Bapak Drs. Moh. Irfan Burhani M.Psi dan Ibu Shofi Mirwani M.Psi., Psikolog, saya ucapkan terimakasih sebanyak-banyaknya karena telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing saya dan mahasiswa-mahasiswa lain sehingga proses mengerjakan skripsi ini menjadi tidak membingungkan karena arahan-arahan yang telah Bapak dan Ibu berikan.

Keempat, saya persembahkan skripsi ini kepada kedua orang tua saya Bapak Sholahudin dan Ibu Sumartin, terimakasih sudah mendidik saya sehingga saya bisa melanjutkan pendidikan hingga di titik ini. Terimakasih atas segala doa dan dukungan tiada henti yang kalian panjatkan untuk kelancaran saya dalam mengerjakan tugas ini. Semoga dengan terselesaikannya skripsi ini menjadi salah satu hal yang membuat kalian bangga dan dapat menjadi suatu pengingat bahwa kalian adalah orang tua yang hebat.

Kelima, kepada rekan-rekan Rumah Terapi Aulia, Mbak Rizky, Mela, Risa, Bunga dan Mbak Ella, terimakasih sudah selalu kebersamai, memberi semangat dan mendukung saya selama mengerjakan skripsi. Terutama kepada Mbak Rizky, terimakasih atas nasehat-nasehat dan pengingat yang diberikan saat saya sedang dalam keadaan tidak baik, dan juga terimakasih sudah memfasilitasi buku-buku yang dapat menjadi referensi dalam skripsi ini. Semoga kebaikan-kebaikan kalian mendapatkan balasan yang sama untuk kalian masing-masing.

Keenam, kepada teman-teman tersayang, Mela, Risa dan Ingrid, terimakasih banyak sudah selalu ada dan selalu memberikan hiburan serta dukungan tiada henti dalam saat-saat apapun sehingga saya selalu merasa aman, bahagia dan nyaman saat bersama kalian.

Ketujuh, kepada teman-teman online STAY yang selalu menghibur, terutama Yerin. Terimakasih Yerin sudah memberikan kata-kata bijak dan semangat yang disaat saya berkeluh kesah. Semoga kebaikan selalu menyertaimu. Kepada sekelompok teman baik Stray Kids, terimakasih sudah turut menemani dan menghibur saya selama mengerjakan skripsi ini melalui karya-karya kalian yang begitu banyak memberikan kekuatan dan motivasi.

ABSTRAK

YASA YIDATURROHMAH, 2023. Gambaran Mekanisme Pertahanan Diri dan Proses Penyesuaian Diri pada Remaja Korban *Bullying* di SMK ARRAHMAH Papar Kediri, Skripsi, Prodi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri, Pembimbing (1) Drs. Moh. Irfan Burhani M.Psi dan Pembimbing (2) Shofi Mirwani M.Psi, Psikolog.

Kata Kunci: Mekanisme Pertahanan Diri, Proses Penyesuaian Diri, *Bullying*

Salah satu tindak kejahatan yang marak di kalangan remaja adalah *bullying*. *Bullying* merupakan penindasan yang meliputi penghinaan, kekerasan, hingga pengucilan yang dilakukan oleh pelaku yang berkuasa pada korban yang lemah. Seseorang yang mengalami *bullying* memiliki perasaan marah dan takut, namun kebanyakan dari korban memilih untuk menyembunyikan perasaannya ke alam bawah sadar atau mengalihkan rasa marahnya pada hal-hal atau objek lain sebagai mekanisme pertahanan diri. Mekanisme pertahanan diri merupakan strategi yang digunakan individu untuk melawan Id atau dorongan yang primitif menjadi bentuk emosi yang lebih bisa diterima oleh sosial. Sementara itu proses penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon tingkah laku, sebagai usaha individu supaya berhasil menangani konflik dalam dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mekanisme pertahanan diri dan proses penyesuaian diri pada remaja korban *bullying* di SMK ARRAHMAH Papar Kediri.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan penelitian kualitatif menggunakan desain fenomenologi dengan subjek yang berjumlah 4 korban *bullying* dan 1 subjek *significant other* yaitu guru BK yang menangani kasus *bullying*. Teknik pengumpulan data menggunakan (1) wawancara semi terstruktur (2) observasi (3) Dokumen. Pengecekan keabsahan data melalui triangulasi data dengan sumber dan triangulasi data dengan teknik. Kemudian analisis data melalui 3 proses yaitu : (1) reduksi data (2) penyajian data (3) kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat 3 gambaran mekanisme pertahanan diri remaja korban *bullying* di SMK ARRAHMAH Papar Kediri, yaitu mekanisme pertahanan diri pembentukan reaksi dimana mereka menyembunyikan perasaan yang sebenarnya yaitu marah dan takut menjadi perasaan yang sebaliknya, kemudian mekanisme pertahanan diri pengalihan dimana mereka mengalihkan rasa marah kepada benda-benda atau objek di sekitar dan terakhir sublimasi dimana mereka mengganti perasaan dan pikiran buruk pada kegiatan-kegiatan yang lebih positif. Pada proses penyesuaian diri menunjukkan bahwa mereka mampu menyesuaikan diri di sekolah dengan baik. Dari segi motivasi ditandai dengan mereka mampu mengekspresikan diri dan memiliki keinginan untuk menyesuaikan diri di sekolah setelah mengalami *bullying*. Dari segi sikap terhadap realitas ditandai dengan mereka mampu bersikap sewajarnya dan mampu menghadapi realita yang harus dihadapi di sekolah. Kemudian dari segi pola dasar penyesuaian diri ditandai dengan mereka mampu menghadapi frustrasi dan konflik sehari-hari di lingkungan sekolah.

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala nikmat dan karunia yang diberikan sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan judul “Gambaran Mekanisme Pertahanan Diri dan Proses Penyesuaian Diri Pada Remaja Korban *Bullying* di SMK ARRAHMAH Pajar Kediri”. Sholawat serta salam senantiasa abadi tercurahkan kepada Baginda Nabi Muhammad SAW dan umatnya. Sehubungan dengan selesainya penulisan skripsi ini, maka penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Wahidul Anam, M. Ag selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Kediri.
2. Bapak Dr. H. A. Halil Thahir, M.H.I. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri.
3. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si. selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri.
4. Bapak Drs. Moh. Irfan Burhani M. Psi, dan Ibu Shofi Mirwani, M. Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu berharganya dalam memberikan bimbingan, arahan dan dorongan sehingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan. Terimakasih telah membimbing dengan ikhlas dan sabar.
5. Semua pihak yang membantu dan memberikan semangat serta doa terbaiknya sehingga peneliti mampu menyelesaikan tugas akhirnya.

Dengan harapan semoga wawasan, pengetahuan, pengalaman dan kebaikan yang mereka berikan diterima Allah SWT dan tercatat sebagai amal shalih. Karya atau hasil penelitian ini penulis persembahkan kepada seluruh pembaca.

Kediri, 06 Maret 2024

Penulis



Yasa Yidaturrohmah

NIM. 933405618

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
NOTA DINAS	iii
NOTA PEMBIMBING.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO.....	vi
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK.....	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Konteks Penelitian	1
B. Fokus Penelitian.....	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
E. Definisi Konsep.....	11
F. Penelitian Terdahulu	12
BAB II LANDASAN TEORI.....	16
A. Mekanisme Pertahanan Diri (<i>Defense Mechanisms</i>)	16
1. Pengertian Mekanisme Pertahanan Diri (<i>Defense Mechanisms</i>)	16
2. Macam-Macam Mekanisme Pertahanan Diri (<i>Defense Mechanisms</i>)	18
B. Penyesuaian Diri	23
1. Pengertian Penyesuaian Diri	23
2. Proses Penyesuaian Diri	25
C. Remaja	27
1. Pengertian Remaja.....	27
2. Tahapan Perkembangan Remaja	28
D. <i>Bullying</i>	30

1. Pengertian <i>Bullying</i>	30
2. Bentuk-bentuk <i>Bullying</i>	32
3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>Bullying</i>	33
4. Penanganan <i>Bullying</i> di Lembaga Sekolah	35
BAB III METODE PENELITIAN	38
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	38
B. Kehadiran Peneliti	39
C. Lokasi Penelitian	39
D. Data dan Sumber Data	39
1. Data Primer	40
2. Data Sekunder	40
E. Teknik Pengumpulan Data	40
1. Wawancara	41
2. Observasi	42
3. Dokumentasi	42
F. Instrumen Pengumpulan Data	42
G. Pengecekan Keabsahan Data	42
1. Triangulasi	43
2. Ketekunan Pengamatan	43
3. Perpanjangan Keikutsertaan	44
H. Teknik Analisis Data	44
1. Reduksi Data	44
2. Penyajian Data	45
3. Penarikan Kesimpulan	45
I. Tahap-tahap Penelitian	45
1. Tahap Pra-Lapangan	46
2. Tahap Pekerjaan Lapangan	46
3. Tahap Analisis Data	46
BAB IV PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN	47
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	47
B. Paparan Data	47
1. Gambaran Umum Subjek Penelitian	47

2. Gambaran Mekanisme Pertahanan Diri Pada Remaja Korban Bullying di SMK ARRAHMAH Papar Kediri	48
3. Proses Penyesuaian Diri Pada Remaja Korban Bullying di SMK ARRAHMAH Papar Kediri	71
C. Temuan Penelitian.....	83
1. Gambaran Mekanisme Pertahanan Diri pada Remaja Korban Bullying di SMK ARRAHMAH Papar Kediri	83
2. Proses penyesuaian Diri pada Remaja Korban Bullying di SMK ARRAHMAH Papar Kediri	85
BAB V PEMBAHASAN.....	89
A. Gambaran Mekanisme Pertahanan Diri Pada Remaja Korban Bullying di SMK ARRAHMAH Papar Kediri	89
1. Pembentukan Reaksi	89
2. Pengalihan	91
3. Sublimasi	92
B. Proses Penyesuaian Diri Pada Remaja Korban Bullying di SMK ARRAHMAH Papar Kediri	93
1. Motivasi.....	93
2. Sikap Terhadap Realitas.....	95
3. Pola Dasar Penyesuaian Diri	96
BAB VI PENUTUP.....	100
A. Kesimpulan	100
1. Gambaran Mekanisme Pertahanan Diri Pada Remaja Korban <i>Bullying</i> di SMK ARRAHMAH Papar Kediri	100
2. Proses Penyesuaian Diri pada Remaja Korban <i>Bullying</i> di SMK ARRAHMAH Papar Kediri	100
B. Saran.....	101
1. Bagi Subjek Penelitian	101
2. Bagi Sekolah	102
3. Bagi Peneliti Selanjutnya	102
DAFTAR PUSTAKA.....	103
LAMPIRAN-LAMPIRAN	107

DAFTAR TABEL

Table 3.1	Daftar Aspek Penelitian.....	41
Table 4.1	Identitas Subjek Penelitian	48
Table 4.2	Gambaran Mekanisme Pertahanan Diri Pada Remaja Korban <i>Bullying</i> di SMK ARRAHMAH Papar Kediri	85
Table 4.3	Proses Penyesuaian Diri Pada Remaja Korban <i>Bullying</i> di SMK ARRAHMAH Papar Kediri.....	87

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Pedoman Wawancara	107
Lampiran 2	Hasil Wawancara.....	111
Lampiran 3	Surat Keterangan Bukti Penelitian di SMK ARRAHMAH Papar Kediri.....	142
Lampiran 4	Surat Balasan Bukti Penelitian di SMK ARRAHMAH Papar Kediri	143
Lampiran 5	Daftar Konsultasi Penyelesaian Skripsi	144
Lampiran 6	Hasil Bukti Catatan Bimbingan Konseling Siswa Korban Bullying SMK ARRAHMAH Papar Kediri yang Dijadikan Penelitian	146
Lampiran 7	Daftar Riwayat Hidup	148