

Dampak Psikologis Siswa Korban Bullying

Psychological Impact of Students Victims of Bullying

Nesia Prisenda Sampe¹, Teurence Stepani Makulua²

¹SMP Negeri 19 Ambon

²SMA Negeri 25 Seram Bagian Barat

nesiaprisendia@gmail.com

Abstrak

Bullying merupakan isu global, setiap tahunnya anak menjadi korban intimidasi oleh teman-teman sebaya ini mengakibatkan kegagalan kinerja akademik dan Kesehatan dalam jangka Panjang *Bullying* dapat dilihat dari berbagai segi melalui tautan teoritis. Teori akan membantu mengukur kondisi Masyarakat atau sekolah sejauh mana perilaku *bullying* mengubah tatanan sekolah. n-masalah *bullying* yaitu teori kognisi sosial, teori dominasi, teori humilisasi, teori kapita sosial, teori perkembangan, teori budaya organisasi, teori response grup dan tekanan teman sebaya

Problematika dan akibatnya kegagalan karena konflik disekolah sebelumnya. Salah satu masalahnya ialah *bullying*. Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada Kepala Sekolah ditemukan bahwa ada banyak siswa yang melakukan *bullying* kepada teman-temannya khususnya pada siswa dengan kategori tertentu seperti punya masalah belajar, inklusi dan pindahan.

Kata kunci : Siswa, kesehatan mental, dan *bullying*.

Abstract

Bullying is a global issue, every year children become victims of bullying by peers, this results in failure in academic performance and health in the long term. Bullying can be seen from various aspects through theoretical links. The theory will help measure the condition of the community or school to what extent bullying behavior changes the school structure. Problems of bullying are social cognition theory, dominance theory, humilization theory, social capital theory, development theory, organizational culture theory, group response theory and peer pressure.

Problems and consequent failure due to conflicts at previous schools. One of the problems is bullying. Based on interviews conducted with the Principal, it was found that there were many students who bullied their friends, especially students in certain categories such as having learning, inclusion and transfer problems.

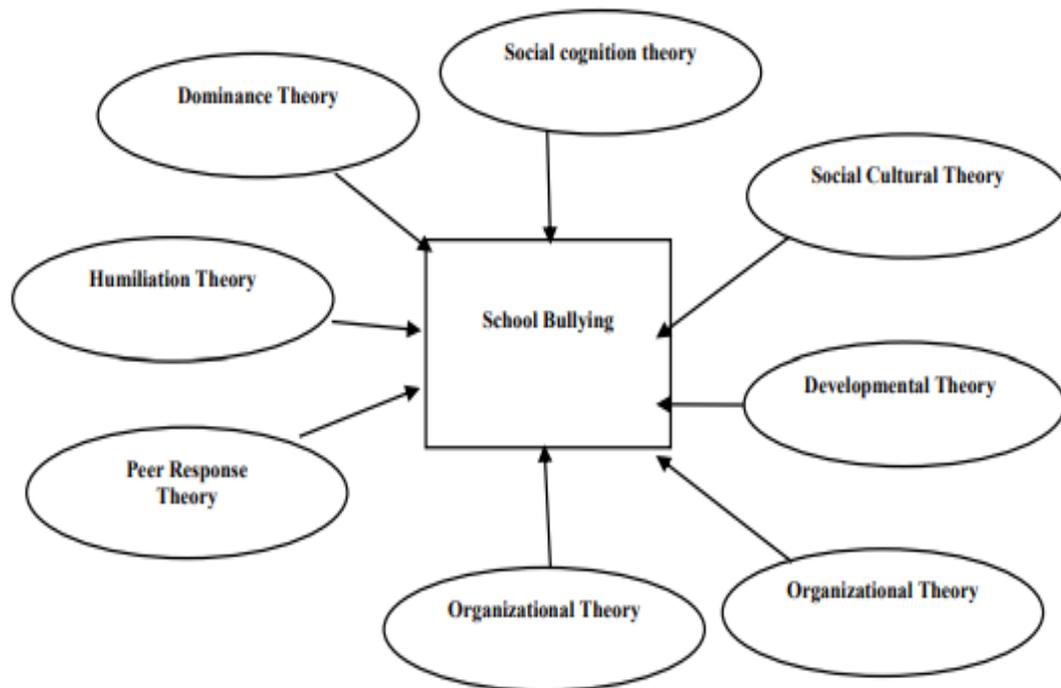
Key words: *Students, mental health, and bullying.*

Pendahuluan

Pendidikan merupakan bagian penting dalam seluruh bagian kehidupan manusia. Saat ini Pendidikan bukan hanya untuk mengukur aspek pengetahuan saja tapi juga bagaimana karakter yang dibangun oleh peserta didik. Kasus yang akhir-akhir ini menjadi sorotan dalam dunia Pendidikan adalah masalah *Bullying*. Hal ini membuat *bullying* menjadi salah satu bagian dalam penilaian raport mutu Pendidikan. Ini sejalan dengan pendapat Awaru dan Syukur (dalam Mashuddin, Ahmad dan Arifin, 2022), bahwa masih banyak sekolah yang mengalami problematika dan akibatnya kegagalan karena konflik disekolah sebelumnya. Salah satu masalahnya ialah *bullying*. Berdasarkan wawancara

yang dilakukan kepada Kepala Sekolah ditemukan bahwa ada banyak siswa yang melakukan *bullying* kepada teman-temannya khususnya pada siswa dengan kategori tertentu seperti punya masalah belajar, inklusi dan pindahan. Hal ini sejalan dengan pendapat Nasution (dalam Kasiati, Al Jufri, Pertiwi, Gustina, Daisu dan Sudarya, 2022) bahwa *bullying* adalah bentuk kekerasan yang dilakukan pada anak yang dianggap lemah oleh sekelompok anak yang lebih berkuasa.

Bullying merupakan isu global, karena setiap tahunnya anak menjadi korban intimidasi, dan dilakukan oleh teman-teman sebaya. Hal ini mengakibatkan kegagalan kinerja akademik dan Kesehatan dalam jangka Panjang (Subedi, 2022). *Bullying* merupakan fenomena yang dapat dilihat dari berbagai segi melalui tautan teoritis. Teori akan membantu mengukur kondisi Masyarakat atau sekolah dan sejauh mana perilaku *bullying* mengubah tatanan sekolah. Berikut ni adalah teori yang terkenal membahas masalah-masalah terkait *bullying* yaitu teori kognisi sosial, teori dominasi, teori humiliasi, teori kapita sosial, teori perkembangan, teori budaya organisasi, teori response grup dan tekanan teman sebaya serta teori keadilan sosial (Subedi, 2020).



Gambar 1. Teory *cyber bullying*

Adapun factor-faktor yang memengaruhi *bullying* (Ariesto dalam Zakiyah, Humaedi dan Santoso (2017) adalah: keluarga bermasalah, pengabaian dari pihak sekolah, interaksi dengan teman sebaya sebagai bentuk pembuktian diri, kemiskinan yang membuat individu berbuat sesuatu demi memenuhi tuntutan serta tingginya tayangan di televisi dan media cetak terkait *bullying*. *Bullying* sendiri terdiri dari beberapa jenis yaitu *bullying fisik*, yang berupa penindasan fisik, *bullying verbal* melibatkan kata-kata yang sarkastis, *bullying relasional*, yaitu sikap atau perilaku tersembunyi sehingga menyakiti orang lain dan *cyber bullying*, yaitu bentuk penindasan Dimana orang mengalaminya melalui internet.

Wang, Iannotti dan Nansel (dalam Fitriani dan Widiningsih, 2020) berpendapat bahwa *bullying* di sekolah merupakan perilaku bermasalah di kalangan remaja yang berdampak terhadap prestasi sekolah, keterampilan prososial, dan *psychological well-being* bagi korban maupun pelaku. Secara khusus, perilaku *bullying* memiliki dampak negatif terhadap korban, antara lain meningkatkan gejala-gejala emosional misalnya merasa tidak bahagia, tertekan, sangat sedih dan depresi. Semakin sering terkena *bullying* maka semakin tinggi tingkat depresinya, rendahnya harga diri dan meningkatkan stress (dalam Wahyuni & Asra, dalam Fitriani dan Widiningsih, 2020).

Sekolah merupakan tempat ternyaman selain keluarga, yang berkontribusi terhadap pemulihan peserta didik. Dalam studi pendahuluan, menunjukkan bahwa guru pun turut serta melakukan *bullying* dan mengesampingkan perasaan-perasaan korban. Selain itu tidak ada dukung social atau *support system* bagi individu yang mengalami *bullying* (Ribbany dalam Komarudin, 2019). Kondisi-kondisi diatas jika dibiarkan maka akan berpengaruh pada keseluruhan perilaku individu dijangka Panjang.

Metode Penelitian

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, dengan menggunakan Teknik wawancara. Teknik pengambilan sampling menggunakan Teknik *purposive sampling*. Adapun subjek yang menjadi sampel dalam penelitian berjumlah 2 orang, dengan kriteria sebagai berikut:

1. Merupakan siswa korban *bullying* (dibuktikan dengan catatan harian guru BK)
2. Mengalami *bullying* lebih dari 3 tahun

Hasil Penelitian

Dari hasil penelitian, ditemukan dari 5 subjek mengalami dinamika psikologis terkait dengan masalah-masalah *bullying* yaitu:

1. Sulitnya penerimaan diri (*self-acceptance*), Dimana kelima subjek masih memfokuskan pada kekurangan yang dimiliki. Individu sulit menerima bagain dalam dirinya yang menjadi potensi. YY merasa bahwa ia pantas dibully, karena secara akademik dia tidak mampu. Jika disandingkan dengan teman-temannya, ia memang paling rendah. IA juga merasakan hal yang sama bahkan ia merasa tidak pantas berada dikelas tersebut. Kedua subjek ini merasakan bahwa diri mereka berada pada kondisi terendah, sehingga cenderung merasa pantas menerima kondisi yang dialami
2. Tidak adanya tujuan hidup, YY dan MA memiliki kondisi yang sama Dimana mereka hidup yang dijalani yah sebatas menjalaninya. YY misalnya merasa bahwa hidupnya tidak ada warna, ia merasa sulit untuk menemukan atau melakukan sesuatu yang disukai. Berbeda dengan YY, IA merasa bahwa hidupnya biasa-biasa saja, tidak ada yang special. Saat ingin memutuskan kuliah, ia merasa bahwa semua akan sama saja sehingga ia asal dalam memilih. Ia juga bingung cita-cita kedepannya seperti apa
3. Hubungan *Toxic* dengan orang lain, Dimana baik YY mengungkapkan bahwa hubungan dengan keluarga sangat positif. Dimana keluarga akan mendukung apapun Keputusan sehingga YY mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan yang ada. Selain itu Ketika ia mengalami *bullying*, ia cenderung menceritakan dan mengungkapkan perasaan kepada keluarga. Disekolah sendiri maupun lingkungan teman-teman kurang mendukung. Selain itu mereka merasa YY lebih rendah dari mereka. Berbeda dengan YY, IA sendiri merasa tidak menemukan tempat Dimana individu dapat berbagi dan mengungkapkan perasaannya. IA merasa bahwa orang tua cenderung menyayangi kakak laki-lakinya dibandingkan dia. Orang tua juga memberikan kebebasan dan cenderung tidak mau mendengarkan apa yang disampaikan oleh IA. Disekolah, IA merasa baik guru mapun teman-teman juga memperlakukan ia seperti orang *freak*. IA merasa memperlakukan secara berbeda, Dimana IA tidak memperoleh kesempatan yang sama dengan teman-teman yang lain. Hal ini membuat IA kecewa
4. Masalah-masalah mental, dari pengungkapan YY maupun IA keduanya mengalami permasalahan psikologi. Ada kondisi Dimana mereka dengan mudah menangis, mudah juga tertawa dalam waktu bersamaan walaupun mereka juga bingung apa yang hendak ditangisi

maupun tertawakan. Selain itu seringkali cenderung mengalami sakit kepala tak tertahankan disertai perut yang mules pada kondisi-kondisi tertentu.

Dari pernyataan-pernyataan IA dan YY diatas ditemukan bahwa ada beberapa dampak psikologis yang dialami oleh mereka yaitu: sulitnya penerimaan diri, tidak adanya tujuan hidup, hubungan yang toxic dengan orang lain dan masalah-masalah mental

Pembahasan

Penerimaan diri merupakan hal yang penting dalam diri individu, karena hal ini berkaitan erat dengan pertumbuhan pribadi. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik, maka akan secara optimal mengalami pertumbuhan pribadi Dimana individu dapat menerima kelebihan dan kekurangan serta berpusat pada pertumbuhan pribadi. Hal ini sejalan dengan pernyataan Ryff dan Singer (2008) yang mengungkapkan bahwa individu yang bertumbuh secara pribadi akan mampu menerima dirinya serta mereka akan mengalami keterbukaan pada pengalaman baru dan meningkatkan diri secara optimal. Namun, hal ini ditemukan oleh YY dan IA, mereka tidak mampu untuk menerima diri mereka dengan baik sehingga tidak mengalami pertumbuhan secara pribadi. Hal ini diakibatkan karena masih adanya perasaan-perasaan kecewa yang bergejolak dalam diri individu. Ini sejalan dengan pendapat Komarudin (2019) bahwa mereka yang tidak menerima diri adalah mereka yang masih kecewa dengan kondisi yang pernah dialami. Jika individu tidak mampu menerima diri maka akan berdampak pada personal seperti tidak dapat menerima kritik dan sulit menilai dirinya serta berdampak pada penyesuaian social. Individu sulit menerima orang lain, sulit memberi perhatian dan tidak dapat menaruh minat terhadap orang lain (Hurlock dalam Permatasari dan Gamayanti, 2016). Ziliwu, Lase, Munthe dan Laoli (2023) mengungkapkan bahwa orang yang tidak menerima diri, cenderung lebih menerima perilaku *bullying* yang dilakukan oleh teman-temannya.

Tujuan hidup merupakan kemampuan individu untuk mewujudkan cita-cita dan keinginan dimasa depan. Selain itu mampu mengarahkan hidup menjadi lebih bermakna. Pada kenyataannya, kedua subjek belum mampu menemukan tujuan hidup, hal ini kemungkinan karena terjadinya krisis identitas. Krisis identitas merupakan akibat dari ketidaksiapan saat memasuki masa remaja menuju dewasa. Individu yang tidak memiliki tujuan hidup akan mengalami *Quarter life crisis* (Artiningsih dan Savira, 2021). Individu yang mengalami *quarter life crisis* cenderung mengalami kegagalan dalam pencapaian tujuan hidup jangka Panjang. Selain itu kemungkinan mengalami kesepian berkepanjangan (Anne dalam Artiningsih dan Savira, 2021). Individu tersebut akan menjadi pribadi yang lebih sensitive bahkan cenderung membesar-besarkan masalah serta melakukan penilaian diri secara negative.

Selanjutnya pada tema berikut, individu mengembangkan hubungan *toxic* dengan orang lain. Idealnya individu harus mengembangkan hubungan yang positif dengan orang lain, Dimana individu mengembangkan hubungan positif yang hangat, ramah dan positif terhadap orang lain sehingga ini akan memengaruhi interaksi dengan lingkungan sekitarnya (Ryff dan Singer, 2019). Berbeda dengan kedua subjek yang cenderung mengalami hubungan *toxic* dengan orang disekitar mereka seperti keluarga, guru maupun teman sebaya. Ketika individu khususnya diusia remaja, mengalami *toxic relationship* maka cenderung akan membentuk komunikasi tidak sehat dan berujung pada kekerasan dan mengunci hubungan interpersonal yang baik (Julianto dalam Praptiningsih dan Putra, 2021). Hubungan seperti ini akan menyebabkan tekanan batin Dimana amarah dan cemas sehingga menghambat produktivitas (Julianto dan Sulastri dalam Arifin dan Nurchayati, 2023). Saskia, Idris dan Sumiaty (2023) juga mengungkapkan bahwa hubungan yang tidak sehat, maka akan memunculkan pemikiran *overthinking* sehingga perilaku saling menyakiti akan semakin meningkat. Bahkan yang paling parah adalah adanya perilaku posesif terhadap hubungan dengan orang disekitar bahkan dapat berujung pada kematian.

Bullying merupakan salah satu factor pemicu timbulnya masalah Kesehatan mental, hal ini sejalan dengan pendapat Bowen, Smith dan Binney dalam Abdillah dan Ambarini (2018) yang

menyatakan bahwa *bullying* menjadi pemicu resiko gangguan psikosis apalagi disertai dengan kondisi orang yang tidak terlibat dalam pengasuhan anak bahkan memusuhi dan menolak anak. Selain itu pada kasus *bullying* juga cenderung mengalami depresi, kekhawatiran berlebihan hingga bunuh diri karena adanya masalah-masalah psikososial dalam jangka Panjang (Kurniasari dan Rahmasari, 2020). Angold (dalam Tobing dan Lestari, 2021) mengungkapkan juga bahwa korban *bullying* cenderung mengalami gangguan kecemasan, depresi, dan kepribadian antisosial. Hal ini akan memicu terjadinya perilaku kriminalitas seperti berbohong, mencuri, mengkonsumsi narkoba, berkelahi dan merampok.

Kesimpulan

Hasil akhir dari penulisan ini, dapat disimpulkan adalah dampak psikologi yang dialami individu adalah ketidak mampuan menerima diri individu dengan baik, tidak adanya tujuan hidup individu sehingga berujung pada kondisi individu yang tidak memahami cita-cita kedepan, hubungan *toxic* dengan orang lain yang memicu keadaan psikologis semakin menurun disertai dengan kondisi Kesehatan mental yang menurun seperti depresi dan stress yang berujung pada ide bunuh diri

Daftar Pustaka

- Abdillah, A.A., & Ambarini, T.K. (2018). Gambaran Pengalaman *Bully* pada Remaja dengan Status Mental Berisiko Gangguan Psikosis. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 7, 37-49
- Arifin, I.P. & Nurchayati. (2023). *Self-Worth* pada Perempuan yang pernah terlibat *Toxic Relationship*. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(02), 45-61
- Artiningsih, R.A., & Savira, S.I. (2021). Hubungan *Loneliness* dan *Quarter Life Crisis* pada Dewasa Awal. *Character: Jurnal Psikologi*, 8(5)
- Fitriani, N.I., & Widiningsih, Y. (2020). Pemaafan dan *Psychological Well-Being* pada Remaja Korban *Bullying*. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 139-145
- Kasiati., Al Jufri, L, Petiwi, H., Gustina, H., Daisu, K.F., & Sudarya, A. (2022). Studi Kasus Dampak Perilaku *Bullying* terhadap perkembangan Sosial Emosional Anak TK B di TK AL Azzam Ternate Maluku Utara. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 3(10), 936-944
- Komarudin. (2019). *Psychological Well Being* pada Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Inklusif. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion and Humanity*, 1(1). 51-61
- Kurniasari, A.D., & Rahmasari, D. (2020). Ide Bunuh Diri pada Korban *Bullying*. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(3), 117-131
- Mashuddin, M., Ahmad, M.R.S., & Arifin, Z. (2022). Perilaku Kasus *Bullying* di SMA Negeri 1 Maros (Studi Kasus pada Siswa Pindahan). *Pinisi Journal of Sociology Education Review*, 2(1), 142-152
- Permatasari, V., & Gamayanti, W. (2016). Gambaran Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 139-152
- Praptiningsih, N.A., & Putra, G.K. (2021). *Toxic Relationship* dalam Komunikasi Interpersonal di Kalangan Remaja. *Communication*, 12(2), 138-149
- Ryff, C.D., & Singer, B.H. (2008). Know Thyself and Become What You Are: An Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies* 9 (1), 13-39
- Saskia, N.N., Idris, F.P., & Sumiaty. (2023). Perilaku *Toxic Relationship* terhadap Kesehatan Remaja di Kota Makassar. *Window of Public Health Journal*, 4(3), 525-538
- Subedi, K.K.P. (2020). Theoretical Perspective of *Bullying*. *Internation Journal of Health of Science and Research*, 10(8), 83-89
- Tobing, J.A.D.E., & Lestari, T. (2021). Pengaruh Mental Anak terhadap terjadinya Peristiwa *Bullying*. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1882-1889
- Zakiah, E.Z., Humaedi, S., & Santoso, M.B. (2017). Faktor Yang Memengaruhi Remaja dalam Melakukan *Bullying*. *Jurnal Penelitian dan PPM*, 4(2), 129-389

Ziliwu, M., Lase, F., Munthe, M., & Laoli, J.K. (2023). Kemampuan Menerima Diri (*Self-Acceptance*) terhadap Tindakan *Bullying* antar Siswa. *Educativo:Jurnal Pendidikan*, 2(1), 203-210