

Perilaku Bullying dan Dampaknya yang Dialami Remaja

Nabila Pasha Amelia¹, Suryani², Sri Hendrawati³

^{1,2,3}Fakultas Keperawatan, Universitas Padjajaran, Indonesia

Info Artikel

**Article
History:**
Accepted
Nov 21st
2022

Abstrak

Bullying merupakan perilaku yang dilakukan untuk menyakiti atau mencederai seseorang secara verbal, sosial, dan fisik. *Bullying* memberikan dampak buruk bagi korban yang mendapatkan perilaku *bully*. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi perilaku *bullying* dan dampaknya pada remaja korban *bullying*. Metode penelitian yaitu deskriptif kuantitatif. Populasi terdiri dari siswa-siswi kelas VII dan VIII salah satu sekolah menengah pertama yang pernah mengalami *bullying*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi korban *bullying* dan merupakan siswa aktif, serta kriteria eksklusi yaitu korban *bullying* yang juga merupakan pelaku *bullying*. Sehingga didapatkan sampel berjumlah 50 responden. Pengambilan data dilakukan menggunakan *Retrospective Bullying Questionnaire*. Analisis data menggunakan analisis item. Hasil penelitian menunjukkan jenis verbal *bullying* merupakan yang banyak terjadi sebanyak 86%. Untuk frekuensi kejadian *bullying* paling banyak terjadi selama beberapa hari yaitu 74%. Selanjutnya dampak paling banyak dirasakan adalah stres dan mengingat kembali kejadian *bullying* yang pernah terjadi yaitu masing-masing sebanyak 44%. Pada penelitian ini perilaku *bullying* secara verbal paling banyak terjadi dan kejadian ini dapat berlangsung cukup lama sehingga memiliki dampak negatif bagi korbannya. Hal ini harus menjadi perhatian pihak sekolah, masyarakat, dan tenaga kesehatan terutama perawat untuk lebih memerhatikan kejadian *bullying* dan mengatasi dampak yang banyak terjadi di kalangan remaja melalui kegiatan konseling.

Kata kunci: *Bullying*, dampak, perilaku, remaja, sekolah menengah pertama

Bullying Behavior and The Impacts On Adolescents

Abstract

Bullying is behavior that is carried out to hurt or injure someone verbally, socially and physically. Bullying can have a bad impact on victims who get bullied behavior. This study is aimed to see the behavior and impact of bullying on adolescents who are victims of bullying. The research method used is descriptive quantitative. The population of this study were students of class VII and VIII of one of Junior High School who had experienced bullying. The sampling technique used purposive sampling technique with inclusion criteria in the form of bullying victims and active students. The exclusion criteria were bullying victims who were also bullying perpetrators. So that a sample of 50 students was obtained. Data were collected using a Retrospective Bullying Questionnaire. Data analysis was done by analyzing items. The results of the study showed that the type of verbal bullying was the most common, which was 86%. For the frequency of bullying events most occur for several days, namely 74%. Furthermore, the most felt impact is stress and recalling the occurrence of bullying that has occurred at 44% each. In this study, verbal bullying was the most common and this incident could last long enough to have a negative impact on the victim. This should be of concern to the schools, communities, and health workers, especially nurses to be able to pay more attention to the incidence of bullying and the impact that often occurs among adolescents through counseling activities.

Keyword: Adolescent; behavior; bullying; impact; junior high school.

Corresponding author:

Sri Hendrawati

sri.hendrawati@unpad.ac.id

Jurnal Ilmu Keperawatan Anak, Vol 5 No 2, Nov 2022

DOI: <https://doi.org/10.32584/jika.v5i1>

e-ISSN 2621-296X

PENDAHULUAN

Kejadian kekerasan pada remaja dan oleh remaja kerap terjadi akhir-akhir ini. Salah satu contohnya adalah kasus kekerasan yang terjadi di salah satu institusi pendidikan yang menyebabkan peserta didiknya sampai meninggal. Perilaku ini sering terjadi dan sudah ada sejak dulu bahkan sebelum kasus-kasus perploncon di beberapa institusi terkuak. Kegiatan yang biasa disebut sebagai kegiatan perploncon ini merupakan tindakan kekerasan yang sudah sering terjadi di institusi pendidikan di Indonesia. Kekerasan ini biasanya dilakukan oleh senior kepada juniornya di sekolah di awal tahun ajaran (Putri, 2009).

Bullying sudah banyak terjadi di seluruh dunia. Kasus *bully* banyak ditemukan terjadi di kalangan anak sekolah dasar. Prevalensi *bullying* diperkirakan berada di tingkat 50% di beberapa negara Asia, Amerika, dan Eropa (Wilda, 2016). Bahkan hingga sekarang jumlahnya terus meningkat. Di Indonesia sendiri, kasus *bullying* sudah banyak terjadi di kalangan anak sekolah. Hingga Juni 2017 sudah tercatat 253 kasus *bullying* yang terjadi (KPAI, 2017).

Data yang dimiliki Kemensos, mencatat bahwa kasus *bullying* meningkat dari yang awalnya hanya 117 kasus. Namun, Nahar selaku Direktur Rehabilitasi Sosial Anak Kemensos dalam wawancaranya dengan portal berita CNN Indonesia pada 2017 yang lalu menyatakan bahwa hal ini tidak berarti bahwa tingkat kasus kekerasan tumbuh. Beliau menyatakan bahwa tingkat kesadaran masyarakat untuk melaporkan kasus kekerasan seperti *bullying* semakin tinggi. Tindakan kekerasan pada anak adalah perlakuan yang akan berdampak jangka panjang dan akan menjadi mimpi buruk yang tidak akan pernah hilang selama masa hidupnya (Muthmainah, 2017).(Muthmainah, 2017).

Komisi Perlindungan Anak Indonesia telah menerima laporan kasus *bullying* pada anak sebanyak 26 ribu kasus terhitung sejak 2011-2017 (KPAI, 2017). Fenomena tersebut sudah memasuki level yang mengkhawatirkan dan cukup mengejutkan. Berdasarkan data dari UNICEF pada tahun 2016, diketahui di Indonesia sendiri sebanyak hampir 50% pelaku *bullying* berada pada usia remaja. Pada tahun 2018 sendiri, KPAI kepada Tempo pada Senin, 23 Juli 2018 mengatakan bahwa dari 161 kasus pada anak, 41 kasus diantaranya adalah kasus kekerasan dan *bullying* (Farida, Dahlan, & Widiastuti, 2018).

Bullying adalah sikap agresif yang ditujukan untuk menyakiti atau mencederai seseorang secara verbal, sosial dan fisik yang dilakukan berkali-kali dan terus-menerus berulang. Baik pelaku, korban maupun saksi yang melihat perilaku *bully* pasti memiliki masalah yang serius yang akan bertahan lama dalam hidupnya. *Bullying* mencakup tindakan seperti mengancam, menyebarkan isu yang belum tentu benar, menyerang seseorang secara verbal atau fisik, dan mengeluarkan seseorang dari kelompok karena maksud tertentu atau masalah pribadi. Selalu ada ketidakseimbangan kekuasaan yang terjadi antara pelaku *bullying* dan korban *bullying* saat interaksi yang berulang dan negatif ini terjadi (Masdin, 2013).

Undang-Undang Perlindungan Anak No. 23 Tahun 2002 tentang perlindungan anak, bab III mengenai hak dan kewajiban anak, mengatakan bahwa setiap anak berhak untuk hidup tumbuh, berkembang dan berpartisipasi secara wajar sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan, serta mendapatkan perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi. Banyak penelitian menunjukkan bahwa perilaku *bullying* merupakan aksi kekerasan yang dilakukan untuk memenuhi hasrat untuk menyakiti, yang diaktualisasikan dalam aksi dan

menyebabkan penderitaan pada individu atau kelompok (Muhammad, 2009; Simbolon, 2012; Surilena, 2016; Zakiyah, Humaedi, & Santoso, 2017). Korban *bullying* biasanya merupakan anak yang pendiam dan sulit bergaul dengan teman-temannya. *Bullying* terjadi karena adanya faktor-faktor yang mendukung, seperti faktor ekonomi, *gender*, agama, tradisi dan kebiasaan atau budaya-budaya yang sudah ada dalam suatu kelompok (tradisi senioritas dari senior kepada juniornya). Pelaku *bullying* biasanya memiliki rasa dendam atau memiliki pengalaman *bullying* juga sehingga ada motivasi atau hasrat untuk melakukan *bullying* pada individu yang lebih lemah daripada dirinya.

Beberapa kasus yang terjadi di dalam maupun di luar negeri, banyak dampak *bullying* yang merugikan bagi korban maupun pelaku. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *bullying* memiliki pengaruh besar terhadap kejadian bunuh diri pada remaja (Bannink et al., 2014). Selain itu perilaku *bullying* juga berpengaruh pada kesehatan mental terutama pada remaja perempuan. Dampak yang mungkin terjadi pada remaja akibat *bullying* juga dapat bertahan lama.

Pada penelitian yang dilakukan di Amerika dan Inggris, ditemukan bahwa *bullying* dapat berdampak bagi kesehatan serta kerugian material, baik dalam keluarga maupun lingkungan. Di luar negeri seperti Inggris, Korea, atau Jepang, banyak siswa yang memilih untuk tidak masuk sekolah dan tidak mengatakan hal-hal terkait *bullying* terhadap orang tua ataupun guru mereka. Hal ini dikarenakan, para korban *bullying* takut kalau para pelaku *bullying* akan membalas dendam atau karena mereka malu untuk mengatakan akan hal yang terjadi (Bannink et al., 2014).

Bullying tidak hanya berdampak pada korban, namun pada pelaku, orang-orang yang menyaksikan bahkan lingkungan sosial. Dampak-dampak negatif ini nantinya akan menjadi faktor yang dapat

menyebabkan perilaku menyimpang, kenakalan remaja, kriminalitas, gangguan psikologis, depresi dan keinginan untuk bunuh diri. Sudah banyak berita di dalam negeri maupun luar negeri yang menyajikan kasus-kasus *bullying* yang berakhir pada kegiatan yang merugikan bahkan sampai bunuh diri. Sebanyak 40% kasus bunuh diri pada anak disebabkan oleh *bullying* (Farida, Dahlan, & Widiastuti, 2018).

Salah satu contoh kasus *bullying* yang menyebabkan kematian adalah kasus yang terjadi pada seorang gadis berumur 18 tahun di Parongpong, Bandung. Diduga sudah tidak tahan karena *bully* yang diterimanya sejak awal masuk SMA. Gadis ini nekat menggantung dirinya di tiang plafon rumahnya pada Sabtu, 13 Januari 2018. Kasus lainnya yang mengkhawatirkan adalah kisah seorang siswa SD di Kediri yang mengalami infeksi otak dan sakit pada kemaluannya setelah mendapatkan *bullying* dari teman-temannya. Korban dianiaya oleh tujuh temannya di halaman sekolah (Farida, Dahlan, & Widiastuti, 2018).

Penelitiannya di Semarang menemukan beberapa dampak pada korban *bullying*. Pertama, korban mengatakan malas untuk berangkat sekolah dan meminta orang tuanya untuk dipindahkan. Kedua, penurunan prestasi korban yang cukup signifikan. Dampak yang ketiga adalah korban merasa kesepian saat berada di sekolah. Kemudian dampak yang keempat adalah korban merasa tidak percaya diri dan takut untuk bergaul (Christina, 2011).

Penelitian lain yang dilakukan di Yogyakarta juga menunjukkan bahwa remaja yang mengalami *bullying* memiliki peluang depresi 1,5 kali lebih besar dari remaja lainnya yang tidak mengalami *bullying* (Marela et al., 2017). Selain itu didapatkan *bullying* verbal merupakan jenis *bullying* yang banyak terjadi pada remaja. Sejalan dengan penelitian yang disebutkan, penelitian lain yang dilakukan di Jakarta menemukan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *bullying* dengan depresi

yang terjadi pada remaja (Ramadhani & Retnowati, 2013). Pada penelitian tersebut, dikatakan bahwa semakin sering remaja mendapatkan *bullying* maka semakin tinggi juga tingkat depresinya dan sebaliknya.

Salah satu penelitian yang meneliti tentang dampak *bullying* dilakukan di Ghana yang menyatakan bahwa *bullying* berdampak pada prestasi akademik siswa yang terkena *bullying* (Kibriya et al., 2015). Mereka menemukan bahwa kebanyakan siswi perempuan lebih menderita karena *bullying* dibandingkan dengan siswa laki-laki. Dalam penelitian ini juga didapatkan bahwa *bullying* memiliki efek langsung pada kinerja akademik dan tidak disebabkan oleh faktor penentu sosial ekonomi lainnya. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa program pencegahan *bullying* harus memiliki komponen sensitif *gender*.

Penelitian lain yang dilakukan di Manado menunjukkan *bullying* pada remaja di SMP Negeri 10 Manado termasuk kategori berat (Kundre & Rompas, 2018). Untuk kepercayaan diri pada remaja di SMP Negeri 10 Manado berada di tingkat kepercayaan diri tinggi. Hal ini dapat terjadi karena siswa-siswa tersebut memiliki mekanisme koping dan penyesuaian diri yang baik serta *bullying* yang dialami oleh subjek tergolong tidak parah dalam menerima perilaku *bullying*. Penelitian tersebut juga menunjukkan adanya hubungan antara *bullying* dengan kepercayaan diri pada remaja di SMP Negeri 10 Manado.

Selain penelitian diatas, penelitian di Jakarta menemukan bahwa terdapat tujuh aspek dampak psikologis *bullying* yaitu harga diri, dikucilkan, ketidakhadiran, reaksi emosional, efek domino, dampak dalam pendidikan, dan bunuh diri (Damayanti et al., 2016). Salah satu responden mengalami dampak psikologis *bullying* pada aspek dikucilkan, reaksi emosional, dan kehadiran di sekolah. Sedangkan responden lain mengalami dampak psikologis *bullying* pada aspek

dikucilkan, reaksi emosional, dampak dalam pendidikan, dan upaya bunuh diri.

Setiap individu memiliki karakteristiknya masing-masing. Perilaku dan sikapnya berbeda-beda tergantung dari lingkungan, budaya, dan tingkat perkembangannya masing-masing. Hal inilah yang menyebabkan perilaku *bullying* yang terjadi dan dampak yang dirasakan tiap individunya juga berbeda. Selain itu penelitian-penelitian sebelumnya memiliki jawaban yang berbeda-beda tentang dampak dari perilaku *bullying*. Dengan demikian maka peneliti memandang penting untuk meneliti terkait perilaku *bullying* dan dampaknya pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi perilaku *bullying* dan dampaknya pada remaja korban *bullying*.

METODE

Pada penelitian ini digunakan metodologi penelitian dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 1 Jatinangor Kabupaten Sumedang yang mengalami *bullying* berjumlah 84 siswa. Teknik pengambilan sampel yang diterapkan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi berupa korban *bullying* dan merupakan siswa aktif kelas VII dan VIII SMPN 1 Jatinangor, serta kriteria eksklusi adalah korban *bullying* yang juga merupakan pelaku *bullying*. Sehingga didapatkan sampel berjumlah 50 responden.

Teknik pengumpulan data menggunakan *Retrospective Bullying Questionnaire* yang dikembangkan dan diujicobakan di Jerman oleh Mechthild Schafer yang terdiri dari 28 item pertanyaan. Pertanyaan tersebut mengukur frekuensi, keseriusan, dan durasi dari perilaku *bullying* di sekolah dasar dan sekolah menengah. Sebelumnya peneliti telah mendapatkan ijin penggunaan instrumen dari Mechthild Schafer. Kemudian peneliti melakukan proses *back*

translate kedalam Bahasa Indonesia. Kuesioner yang sudah dalam Bahasa Indonesia lalu dilakukan uji validitas dengan nilai 0,77-0,87 dan nilai reliabilitas $\geq 0,80$. Dengan demikian maka instrumen dinyatakan valid dan reliabel.

Pengambilan data, terlebih dahulu diawali dengan peneliti melakukan *informed consent* kepada wali kelas dan siswa, dan apabila wali kelas dan siswa bersedia dan telah menandatangani *form* kesediaan, maka peneliti meminta kesediaan responden untuk mengisi kuesioner. Peneliti mendampingi siswa untuk melakukan pengisian kuesioner.

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan menggunakan analisis item untuk setiap pertanyaan yang terdapat dalam kuesioner. Lalu data disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Penelitian dilakukan sekitar Bulan Juni 2019 setelah mendapatkan surat pernyataan lolos uji etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Padjajaran Bandung dengan nomor 608/UN6.KEP/EC/2019 pada tanggal 14 Mei 2019 dan mendapatkan ijin penelitian dari sekolah. Peneliti mengupayakan untuk menegakkan prinsip-prinsip etik penelitian selama proses penelitian diantaranya *respect for human dignity/person, beneficence and non-maleficence, dan justice*.

HASIL

Tabel 1 menjelaskan hasil bahwa sebagian besar remaja korban *bullying* mengatakan bahwa dirinya terkadang mengalami *bully* yaitu sebanyak 35 siswa (70%). Selanjutnya, sebanyak 11 siswa (22%) menyatakan bahwa dirinya merupakan seorang pelaku *bully* dan korban. Sebanyak empat siswa (8%) menyatakan bahwa pernah melihat kejadian *bullying* tetapi tidak terlibat didalamnya.

Tabel 1 Gambaran Pengalaman Bullying pada Remaja Korban Bullying (n=50)

Question Item	f	%
Bullying Experiences		
Tidak terlibat tetapi melihat	4	8%
Terkadang di-bully Dalam beberapa kesempatan adalah korban	35	70%
	11	22%

Pada tabel 2 didapatkan hasil berupa jenis *bullying* yang banyak terjadi adalah *bully* secara verbal seperti mengejek, menghina, dan lain-lain yaitu terhadap sebanyak 43 siswa (86%). Jenis *bullying* selanjutnya yaitu *bully* secara tidak langsung seperti mengeluarkan seseorang dari pertemanan, memfitnah, dan lain sebagainya terhadap sebanyak 19 siswa (38%). Lalu untuk *bullying* secara fisik terjadi terhadap sebanyak 15 siswa (30%). Dari data yang didapatkan beberapa siswa juga menyatakan bahwa dirinya tidak hanya mendapatkan satu jenis *bullying*.

Tabel 2 Gambaran Jenis Bullying pada Remaja Korban Bullying (n=50)

Question Item	f	%
Jenis Bullying		
Terkena <i>bully</i> fisik	15	30%
Terkena <i>bully</i> verbal	43	86%
Terkena <i>bully</i> tidak langsung	19	38%

Tabel 3 menunjukkan hasil bahwa beberapa siswa mengalami tidak hanya satu jenis *bullying* saja, melainkan dua sampai tiga jenis *bullying* sekaligus. Sebanyak tujuh siswa (14%) menyatakan bahwa dirinya mengalami semua jenis tindakan *bullying* yaitu fisik, verbal, dan tidak langsung. Selanjutnya sebanyak enam siswa (12%) menyatakan mendapatkan jenis *bullying* verbal dan tidak langsung. Lalu sebanyak empat siswa (8%) menyatakan mendapatkan jenis *bullying* fisik dan verbal. Terakhir, sebanyak satu siswa (2%) menyatakan mendapatkan *bullying* fisik dan tidak langsung.

Tabel 3 Gambaran Jenis Kombinasi Bullying pada Remaja Korban Bullying (n=50)

Question Item	f	%
Jenis Bullying		
Terkena <i>bully</i> fisik dan verbal	4	8%
Terkena <i>bully</i> fisik dan tidak langsung	1	2%
Terkena <i>bully</i> verbal dan tidak langsung	6	12%
Terkena semua jenis <i>bully</i>	7	14%

Tabel 4 mendapatkan hasil bahwa sebagian besar remaja korban *bullying* mengalami perilaku *bullying* selama beberapa hari sebanyak 37 siswa (74%). Selanjutnya sebanyak delapan siswa (16%) tidak merasa dirinya di-*bully*. Sebanyak empat siswa (8%) menyatakan mendapatkan perilaku *bullying* selama beberapa minggu dan satu siswa (2%) menyatakan bahwa mengalami *bullying* selama beberapa bulan.

Tabel 4 Gambaran Frekuensi Bullying pada Remaja Korban Bullying (n=50)

Question Item	f	%
Frekuensi bullying		
Tidak merasa	8	16%
Beberapa hari	37	74%
Beberapa minggu	4	8%
Beberapa bulan	1	2%

Tabel 5 menunjukkan hasil penelitian terkait dampak perilaku *bullying* yang diidentifikasi dari beberapa indikator. Indikator menghindari sekolah atau berpura-pura sakit menunjukkan sebanyak 40 siswa (89%) menyatakan tidak pernah, lalu sebanyak enam siswa (12%) menyatakan sekali atau dua kali, dua siswa (4%) menyatakan seminggu sekali, dan untuk kategori kadang serta beberapa kali seminggu masing-masing sebanyak satu siswa (2%). Selanjutnya untuk indikator berpikiran untuk bunuh diri sebanyak 44 siswa (88%) menyatakan tidak pernah, empat siswa (8%) menyatakan pernah satu kali, dan dua siswa (4%) menyatakan lebih dari sekali. Untuk indikator bermimpi

buruk tentang *bullying* sebanyak 37 siswa (74%) menyatakan tidak pernah, tujuh siswa (14%) menyatakan sekali atau dua kali, kategori kadang dan sering masing-masing sebanyak tiga siswa (6%), dan tidak ada untuk kategori selalu.

Indikator selanjutnya yaitu mengingat kejadian *bullying*, 39 siswa (78%) menyatakan tidak pernah, masing-masing lima siswa (10%) untuk kategori sekali atau dua kali dan sering, satu siswa (2%) untuk kategori sering, dan tidak ada untuk kategori selalu. Lalu untuk indikator merasa *dejavu* (berada dalam situasi yang sama) terkait *bullying*, sebanyak 28 siswa (56%) menyatakan tidak pernah, 12 siswa (24%) menyatakan satu atau dua kali, tujuh siswa (14%) menyatakan kadang, dua siswa (4%) menyatakan sering, dan satu siswa (2%) menyatakan selalu.

Selanjutnya indikator memiliki ingatan jelas terkait *bullying* yang menyebabkan tekanan hasilnya adalah 30 siswa (60%) menyatakan tidak pernah, masing-masing sembilan siswa (18%) menyatakan tidak sering dan kadang, dua siswa (4%) menyatakan sering dan tidak ada yang menyatakan selalu. Indikator terakhir yaitu merasa tertekan jika dalam situasi yang mengingatkan mendapatkan hasil sebanyak 28 siswa (56%) menyatakan tidak pernah, 10 siswa (20%) menyatakan kadang, delapan siswa (16%) menyatakan sekali atau dua kali, lalu tiga siswa (6%) menyatakan sering, dan satu siswa (2%) menyatakan selalu.

Tabel 5 Gambaran Dampak Perilaku Bullying pada Remaja Korban Bullying (n=50)

Question Item	f	%
Bullying Effect		
Menghindari sekolah atau berpura-pura sakit		
Tidak pernah	40	89
Sekali atau dua kali	6	3
Kadang-kadang	1	2
Seminggu sekali	2	4
Beberapa kali seminggu	1	2

Question Item	f	%
Berpikiran untuk bunuh diri		
Tidak pernah	44	88
Sekali	4	8
Lebih dari sekali	2	4
Bermimpi buruk tentang bullying		
Tidak pernah	37	74
Sekali atau dua kali	7	14
Kadang-kadang	3	6
Sering	3	6
Mengingat kejadian bullying		
Tidak pernah	39	78
Sekali atau dua kali	5	10
Kadang-kadang	5	10
Sering	1	2
Merasa dejavu terkait bullying		
Tidak pernah	28	56
Sekali atau dua kali	12	24
Kadang-kadang	7	14
Sering	2	4
Selalu	1	2
Memiliki ingatan jelas tentang bullying yang menyebabkan tekanan		
Tidak pernah	30	60
Sekali atau dua kali	9	18
Kadang-kadang	9	18
Sering	2	4
Merasa tertekan jika dalam situasi yang mengingatkan		
Tidak pernah	28	56
Sekali atau dua kali	8	16
Kadang-kadang	10	20
Sering	3	6
Selalu	1	2

Tabel 6 mendapatkan hasil bahwa dampak yang paling banyak dirasakan oleh responden adalah merasa berada kembali pada situasi *bullying* dan merasa tertekan jika dalam situasi yang mengingatkan tentang *bullying* yaitu sebanyak 22 siswa (44%). Kemudian untuk dampak selanjutnya adalah memiliki ingatan jelas tentang *bullying* yang menyebabkan tertekan yaitu sebanyak 20 siswa (40%). Selanjutnya adalah bermimpi buruk tentang *bullying* sebanyak 13 siswa (26%). Lalu untuk mengingat kembali kejadian *bullying* sebanyak 11 siswa (22%) dan yang terakhir adalah berpikiran untuk bunuh diri sebanyak enam siswa (12%).

Tabel 6 Gambaran Rata-rata Dampak *Bullying* pada Remaja Korban *Bullying* (n=50)

Question Item	f	%
Bullying Effect		
Menghindari sekolah atau berpura-pura sakit	10	20
Berpikiran untuk bunuh diri	6	12
Bermimpi buruk tentang bullying	13	26
Mengingat kembali kejadian bullying	11	22
Merasa berada kembali pada situasi bullying	22	44
Memiliki ingatan jelas tentang bullying yang menyebabkan tekanan	20	40
Merasa tertekan jika dalam situasi yang mengingatkan kejadian bullying	22	44

PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan pada remaja korban *bullying* mendapatkan hasil berupa data frekuensi dan persentase dari tiap indikator. Pada indikator yang pertama yaitu pengalaman dan jenis *bullying* yang dirasakan didapatkan hasil sebanyak 35 siswa (70%) menyatakan bahwa dirinya pernah di-*bully*. Dari kejadian *bullying* yang terjadi, jenis *bullying* secara verbal adalah jenis yang paling banyak dialami oleh korban *bullying* di sekolah menengah pertama sebanyak 43 siswa (86%) dari 50 siswa. Contoh verbal *bullying* yang banyak dialami oleh responden adalah mengejek nama orang tua, menghina nama teman, mengejek kekurangan, dan mengejek terkait perbedaan agama. Kejadian verbal *bullying* ini terjadi biasanya karena kebiasaan mengejek yang dilakukan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa jenis *bullying* yang banyak terjadi pada remaja adalah jenis verbal (Sugriyanti, 2009). Dalam penelitiannya pula menyatakan bahwa perilaku *bullying* biasanya terjadi di ruang kelas atau halaman sekolah dan banyak anak-anak yang tidak mengetahui bahwa mereka sedang berada dalam kegiatan *bullying*.

Kebanyakan responden korban bullying merasa di-bully selama beberapa hari. Sebanyak 37 siswa (74%) menyatakan bahwa ia menerima *bullying* selama beberapa hari. Perilaku *bullying* terjadi dari kebiasaan mengejek dan diejek sehari-hari (Putri, 2009). Kebiasaan ini biasanya tidak diperhatikan dan dianggap sepele oleh lingkungan sekitar. Namun seiring berjalannya waktu, kebiasaan ini kemudian menjadi membahayakan bagi korban yang terkena *bullying*. Pelaku akan mulai menggunakan kekuasaannya kepada orang yang lebih lemah.

Kejadian tersebut sama dengan definisi yang dikemukakan oleh Ariesto (2009). Dalam pernyataannya, Ariesto menyebutkan bahwa *bullying* dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang merasa dirinya lebih berkuasa daripada orang lain. Korban yang di-bully akan merasa dirinya lemah dan tidak berdaya. Perilaku ini kemudian berlanjut dan terus berulang karena kurangnya pengawasan dan keterbatasan dari korban. Korban yang selalu ditindas akhirnya akan merasa tertekan dan mendapatkan dampak-dampak serius lain dari kejadian berulang tersebut.

Selanjutnya, dalam penelitian ini terdapat beberapa siswa yang merasa dirinya tidak di-bully. Namun saat diberikan pertanyaan tentang jenis *bullying* secara spesifik, responden menyatakan pernah mengalaminya tetapi menganggapnya sebagai lelucon atau permainan saja. Sejalan dengan data yang didapatkan, terdapat juga penelitian yang menjelaskan bahwa banyak pelaku atau korban *bullying* yang tidak mengetahui perannya dalam kejadian *bullying* (Sugriyanti, 2009). Ketidakwaspadaan dan ketidaktahuan inilah yang menjadikan kejadian *bullying* seperti halnya fenomena gunung es yang terlihat kecil di permukaan namun ternyata banyak masalah lain dibawahnya. Penggambaran ini sama seperti yang dijelaskan oleh Surilena (2016). Dampak yang dapat terjdadi akibat *bullying* yang

tidak terdata ini adalah perkembangan anak ataupun remaja dapat terpengaruh, baik dalam jangka pendek dan panjang bahkan bisa berlanjut sampai dewasa (Surilena, 2016).

Dampak perilaku *bullying* yang paling banyak dirasakan oleh responden korban *bullying* dalam penelitian ini adalah stres atau tertekan akibat *bullying* dan merasa berada kembali pada situasi *bullying*. Sebanyak masing-masing 22 siswa (44%) menyatakan bahwa dirinya tertekan atau stres akibat kejadian *bullying* yang pernah diterimanya serta merasa dirinya beberapa kali seperti berada kembali pada situasi *bullying*. Hasil penelitian ini sama dengan pernyataan Craig dan Pepler (2007). Penelitian tersebut menyatakan bahwa *bullying* akan menimbulkan dampak yang merugikan seperti masalah kesehatan fisik, mental, sosial, dan spiritual (Craig & Pepler, 2007).

Hasil dari penelitian ini juga menunjukkan adanya gejala PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*). Korban PTSD biasanya akan memiliki gejala mengingat kembali atau *flashback* terkait kejadian menyedihkan yang dialaminya. Selain itu korban juga biasanya memiliki ketegangan yang meningkat sehingga sulit untuk tidur atau mempertahankan tidur. Gejala-gejala dari PTSD ini jika tidak segera ditangani akan berdampak pula pada kehidupan sosial yang dapat membahayakan kehidupan korban (Nawangsih, 2016).

Pada penelitian ini sebanyak enam siswa (12%) menyatakan bahwa pernah berpikir untuk bunuh diri atau menyakiti dirinya sendiri karena kejadian *bullying*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Borowsky, Taliaferro, dan McMorris (2013). Dalam penelitiannya dijelaskan bahwa korban *bullying* memiliki ide untuk bunuh diri lebih banyak dibandingkan dengan pelaku. SEJIWA selaku yayasan yang menangani tentang perlindungan anak juga menjabarkan bahwa perilaku *bullying* akan berdampak pada kesehatan psikologis pada

anak (SEJIWA, 2017). Anak yang menjadi korban *bullying* biasanya akan terlihat lebih murung, depresi, dan memiliki pikiran untuk melarikan diri bahkan bunuh diri. Meskipun dari 50 responden hanya enam siswa yang menyatakan bahwa ia berpikiran untuk bunuh diri, tetapi hal ini merupakan sesuatu yang membahayakan. Hasil dari penelitian akan segera diserahkan ke pihak sekolah dan kemungkinan puskesmas yang ada di sekitar sekolah agar masalah tersebut dapat segera tertangani.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 20 siswa (40%) menyatakan bahwa dirinya memiliki ingatan jelas atau "flashback" tentang *bullying* yang menyebabkan tekanan. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kowalski dan Limber (2013). Dalam penelitiannya ditemukan bahwa korban *bullying* memiliki hasil nilai negatif pada banyak penilaian tentang kesehatan mental, fisik, dan akademik. Hasil selanjutnya adalah sebanyak 13 siswa (26%) menyatakan bahwa dirinya beberapa kali bermimpi buruk tentang kejadian *bullying*. Hal ini dapat berkaitan dengan trauma karena hal pernah yang terjadi padanya. Jika tidak ditangani kemungkinan kejadian ini akan mengakibatkan depresi di kemudian hari seperti halnya yang dinyatakan oleh Novalia pada penelitiannya tentang dampak *bullying* pada psikososial anak (Novalia, 2016).

Pada penelitian ini sebanyak 10 siswa (20%) menyatakan pernah bolos atau berpura-pura sakit sehingga bisa menghindari dari sekolah. Hasil ini sejalan dengan penelitian Chikaodi et al. (2019). Korban *bullying* biasanya tidak suka berada di dalam maupun di luar kelas (Chikaodi et al., 2019). Hal ini menunjukkan bahwa korban *bullying* akan mencari cara untuk menghindari dari sekolah sehingga ia tidak perlu mengalami kejadian *bullying* berulang. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh O'Brien (2010). Dalam penelitiannya, disebutkan

bahwa korban *bullying* memilih untuk menjauhi sekolah dan berhenti untuk bersosialisasi di luar lingkungan sekolah.

Bullying yang paling banyak terjadi pada remaja awal berdasarkan hasil penelitian ini adalah verbal *bullying*. Fenomena *bullying* yang terjadi pun masih sulit untuk dideteksi karena baik korban maupun pelaku sering tidak sadar bahwa apa yang sedang mereka lakukan sudah termasuk kategori *bullying*. Dampak yang dirasakan pun sudah mulai masuk kedalam kategori mengkhawatirkan karena beberapa responden menyatakan pernah berpikir untuk mengakhiri hidupnya. Hasil penelitian yang dilakukan telah menunjukkan keadaan *bullying* yang terjadi dan dampak yang dirasakan oleh korban *bullying* sehingga dapat menjadi data awal untuk dilakukannya penanganan pada korban *bullying*.

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi bahan untuk pelayanan kesehatan dalam penanganan dan peningkatan pelayanan kesehatan terkait kejadian *bullying* yang ada di sekolah-sekolah serta meningkatkan pengetahuan tentang kejadian *bullying* dan dampaknya pada remaja awal. Perawatan atau penanganan yang dapat diberikan pada korban *bullying* diantaranya adalah teknik *assertive training*. Teknik tersebut dilakukan untuk meningkatkan perilaku asertif dan *self-esteem* pada korban *bullying* dengan cara melatih keterampilan asertif yang ada di diri mereka masing-masing (Karyanti, Atmoko, & Hitipeuw, 2015; Farida, Dahlan, & Widiastuti, 2018).

KESIMPULAN

Jenis *bullying* yang banyak terjadi merupakan jenis *bullying* secara verbal. Frekuensi dari kejadian *bullying* paling banyak terjadi yaitu selama beberapa hari. Kebanyakan siswa merasa dirinya tidak di-bully karena merasa bahwa hal tersebut hanyalah permainan dan tidak mempedulikan atau mengabaikan hal tersebut. Dampak yang dirasakan oleh

korban tidak berlangsung lama. Hal ini dikarenakan korban biasanya melupakannya atau pelaku sudah meminta maaf kepada korban. Namun, ada beberapa yang menyatakan bahwa masih mengingat kejadian *bullying* yang dialaminya bahkan ada yang sampai memiliki keinginan untuk bunuh diri.

Hasil penelitian yang dilakukan dapat dijadikan sebagai acuan untuk bahan evaluasi dalam pencegahan dan penanganan *bullying* yang terjadi di sekolah. Sekolah juga diharapkan dapat menjalin kerja sama dengan puskesmas atau tempat pelayanan kesehatan lain guna mencegah dan menangani kejadian *bullying* yang terjadi. Puskesmas diharapkan dapat memberikan fasilitas untuk penyuluhan atau konseling terkait cara pencegahan atau cara penanganan *bullying* di sekolah-sekolah. Bagi perawat atau tenaga kesehatan lain diharapkan dapat memberikan penyuluhan dan konseling secara langsung terkait dengan pencegahan dan penanganan *bullying* yang bekerja sama dengan pihak sekolah dan masyarakat. Hal ini diharapkan agar siswa, guru, orang tua, dan masyarakat mendapatkan pengetahuan dan wawasan tentang *bullying* secara baik dan benar.

REFERENSI

- Ariesto, A. (2009). Pelaksanaan program antibullying teacher empowerment program (TEP) di Sekolah. FISIP UI.
- Bannink, R., Broeren, S., Van De Looij - Jansen, P. M., De Waart, F. G., & Raat, H. (2014). Cyber and traditional bullying victimization as a risk factor for mental health problems and suicidal ideation in adolescents. *PLoS ONE*, 9(4), 11-16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0094026>
- Borowsky, I. W., Taliaferro, L. A., & McMorris, B. J. (2013). Suicidal thinking and behavior among youth

involved in verbal and social bullying: Risk and protective factors. *Journal of Adolescent Health*, 53(1 SUPPL), S4-S12. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.10.280>

- Chikaodi, O., Abdulmanan, Y., Emmanuel, A., Muhammad, J., Mohammed, M., Izegboya, A., Donald, O., & Balarabe, S. (2019). Bullying, its effects on attitude towards class attendance and the contribution of physical and dentofacial features among adolescents in Northern Nigeria. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 31(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.1515/ijamh-2016-0149>
- Christina, V. (2011). *Dampak psikologis remaja korban bullying*. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
- Craig, W. M., & Pepler, D. J. (2007). Understanding bullying: From research to practice. *Canadian Psychology*, 48(2), 86-93. <https://doi.org/10.1037/cp2007010>
- Damayanti, R., Hanim, D. W., & Karsih. (2016). Studi kasus dampak psikologis bullying pada siswa tunarungu di SMK Negeri 30 Jakarta. *Insight: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 86-90.
- Farida, W., Dahlan, S., & Widiastuti, R. (2018). Penggunaan layanan konseling kelompok teknik assertive training untuk meningkatkan self esteem siswa. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 6(2).
- Karyanti, Atmoko, A., & Hitipeuw, I. (2015). Keefektifan pelatihan keterampilan asertif untuk meningkatkan perilaku asertif siswa korban bullying di SMA. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, 3(2), 116-121.

- Kibriya, S., Xu, Z. P., & Zhang, Y. (2015). The impact of bullying on educational performance in Ghana: A Bias-reducing matching approach authors. *Agricultural & Applied Economics Association and Western Agricultural Economics Association Annual Meeting*, 1–30.
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2013). Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health*, 53(1 SUPPL), S13–S20.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.09.018>
- KPAI. (2017). *KPAI terima aduan 26 ribu kasus bully selama 2011-2017*. <http://www.kpai.go.id/berita/kpai-terima-aduan-26-ribu-kasus-bully-selama-2011-2017>
- Kundre, R., & Rompas, S. (2018). Hubungan bullying dengan kepercayaan diri pada remaja di SMP Negeri 10 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 1–6.
- Marela, G., Wahab, A., & Carla Raymondalexas Marchira. (2017). Bullying verbal menyebabkan depresi pada remaja SMA di kota Yogyakarta Verbal bullying can cause depression in high school adolescents in Yogyakarta city. *Bkm Journal of Community Medicine and Public Health*, 33, 43–48.
- Masdin, O. (2013). Fenomena bullying dalam pendidikan. *Jurnal Al-Ta'dib*, 6(2), 73–83.
- Muhammad, M. (2009). Aspek perlindungan anak dalam tindak kekerasan (bullying) terhadap siswa korban kekerasan di sekolah (Studi Kasus di SMK Kabupaten Banyumas). *Jurnal Dinamika Hukum*, 9(3), 230–236.
<https://doi.org/10.20884/1.jdh.2009.9.3.234>
- Muthmainah, D. A. (2017). *Semakin banyak yang melaporkan kasus "bullying"*. <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20170722163858-277-229641/semakin-banyak-yang-melaporkan-kasus-bullying>
- Nawangsih, E. (2016). Play therapy untuk anak-anak korban bencana alam yang mengalami trauma (Post Traumatic Stress Disorder/PTSD). *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 164–178.
<https://doi.org/10.15575/psy.v1i2.475>
- Novalia, R. (2016). *Dampak bullying terhadap kondisi psikososial anak di Perkampungan Sosial Pingit*. UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta.
- O'Brien, N. (2010). The impact of cyber-bullying on young people's mental health. *Anglian Ruskin University*, 53(9).
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Putri, W. (2009). *Tingkat perilaku bullying pada siswa kelas XI SMA BOPKRI 2 Yogyakarta dan sumbangan bimbingan dan konseling dalam menanggapi perilaku bullying di sekolah*. Sanata Dharma University.
- Ramadhani, A., & Retnowati, S. (2013). Depresi pada remaja korban bullying. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 9(Desember), 73–79.
- SEJIWA. (2017). *Bullying: Mengatasi kekerasan di sekolah & lingkungan*. Grasindo.
- Simbolon, M. (2012). Perilaku bullying pada mahasiswa berasrama. *Jurnal Psikologi*, 39(2), 233–243.
<https://doi.org/10.4135/9781483328539.n43>

Sugiariyanti. (2009). Perilaku bullying pada anak dan remaja. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 1(2), 101–108.

Surilena. (2016). Perilaku Bullying (perundungan) pada anak dan remaja. *CDK-236*, 43(1), 35–38.

Wilda, F. (2016). *faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku bullying pada siswa SMKN 1 Padang Tahun 2016*. Universitas Andalas.

Zakiah, E. Z., humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Faktor yang mempengaruhi remaja dalam melakukan bullying. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 324–330. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14352>