

## EFEK SOSIAL DAN PSIKOLOGIS PERILAKU BULLYING TERHADAP KORBAN

Jamalia Putri Prastiti<sup>1</sup>, Isa Anshori<sup>2</sup>  
e-mail: pjamaliaa@gmail.com

### RIANGKASAN

Perundungan (Bullying) dapat melibatkan individu atau sekelompok orang yang melecehkan atau menyiksa seseorang. Itu bisa fisik, seperti menyakiti seseorang dengan kekerasan fisik, atau bisa mental, seperti mengintimidasi atau mempermalukan, menghina mereka. Bullying dapat menimbulkan efek dan konsekuensi yang serius bagi korbannya, termasuk stres, depresi, bahkan bunuh diri. Korban bullying mungkin merasa tidak aman, takut, atau tertekan dengan tindakan yang dilakukan terhadap mereka. Mereka mungkin mengalami masalah kesehatan mental seperti stres, depresi, atau kecemasan yang disebabkan oleh pergumulan yang mereka alami.

Korban bullying mungkin merasa terisolasi dan tidak punya tempat untuk berbagi pengalaman atau mencari bantuan. Mereka mungkin takut untuk mengatakan apa yang terjadi karena takut akan pembalasan atau tidak dipercaya. Penting untuk dipahami bahwa korban bullying tidak bersalah atas apa yang terjadi pada mereka dan bahwa mereka memiliki hak untuk menerima bantuan dan perlindungan.

**Kata Kunci:** Bullying, kekerasan, efek, intimidasi, korban

### PENDAHULUAN

Bullying menjadi masalah serius yang dapat membahayakan kesehatan mental dan fisik korban. Korban bullying seringkali mengalami perasaan takut, tidak aman, bahkan depresi. Akibatnya, sangat penting untuk memerangi intimidasi dan mendukung korban intimidasi<sup>1</sup>.

Bullying dapat terjadi ketika seseorang atau sekelompok orang melecehkan atau menyiksa orang lain. Itu bisa fisik, seperti melukai seseorang secara fisik, atau mental, seperti mengintimidasi atau menghina mereka<sup>2</sup>. Terkadang, pelaku bullying melakukan perundungan dalam pengaruh dan faktor tertentu, dapat dipengaruhi oleh pola asur orang tua,

---

<sup>1</sup> Nunung Yuliani, "Fenomena Kasus Bullying di Sekolah", Education, Curriculum, and Social Inquiry (INA-Rxiv), 2019.

<sup>2</sup> Husnol Hotimah, "Hubungan Antara Inferiority Feeling dengan Kecenderungan Workplace Bullying Pada Karyawan PT. Bank Pembiayaan Rakyat Syariah Bhakti Sumekar Sumenep", (repository.um-surabaya.ac.id), 2018.

yang mungkin kemudian membentuk karakter seseorang sebagai pembully. Yang mana karakter sendiri yakni struktur batin manusia yang terwujud dalam perbuatan tertentu dan tetap konstan, baik perbuatan itu baik maupun buruk, dan merupakan ciri khas dari orang yang bersangkutan<sup>3</sup>.

Sangat penting untuk dipahami bahwa korban bullying tidak dapat disalahkan atas apa yang terjadi pada mereka dan berhak atas bantuan dan perlindungan. Penindasan dapat memiliki konsekuensi serius dan jangka panjang bagi kesejahteraan sosial dan psikologis korban. Penindasan dapat menyebabkan isolasi sosial dan kesulitan dalam membentuk dan memelihara hubungan, antara lain. Bullying dapat menyebabkan kecemasan, depresi, dan masalah kesehatan mental lainnya pada tingkat psikologis (Sari, Yuli, & Welhendri, 2017). Gejala fisik termasuk sakit perut, sakit kepala, dan sulit tidur. Penindasan bahkan dapat menyebabkan pikiran dan perilaku bunuh diri dalam kasus yang parah. Penindasan harus ditangani segera setelah diamati, dan korban harus didukung untuk mengatasi konsekuensi negatif dari pengalaman mereka.

Ada beberapa cara untuk menghadapi intimidasi, termasuk menghubungi pihak berwenang seperti polisi atau sekolah, mencari bantuan dari organisasi terkait intimidasi, atau mencari bantuan dari terapis atau profesional kesehatan mental lainnya.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini berpedoman pada metode penelitian kualitatif dan pendekatan fenomenologi. Sedangkan fenomenologi mengacu pada tindakan setiap individu manusia yang masing-masing memiliki makna tersendiri. Fenomenologi, menurut Edmund Husserl, adalah suatu jenis idealisme yang hanya tertarik pada struktur dan cara kerja kesadaran manusia. Sedangkan

---

<sup>3</sup> Isa Anshori, "Penguatan Pendidikan Karakter di Madrasah", Education (Halaqa: Islamic Education Journal), 2019.

Fenomenologi dipandang di dunia sebagai ciptaan berdasarkan kesadaran masing-masing individu<sup>4</sup>.

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa prodi sosiologi angkatan 2021, pada kelas A, B, dan C. Yang diperoleh melalui purposeful sampling. Purposive sampling menurut Sugiyono (2016:85) adalah teknik pengambilan sampel dengan beberapa pertimbangan. Temuan ini dibuat oleh para peneliti untuk mendukung penelitian mereka tentang konsekuensi dari perilaku bullying. yang pernah dialami oleh mahasiswa UIN Sunan Ampel, prodi Sosiologi angkatan 2021, pada beberapa mahasiswa baik dari kelas A, B, dan C. Terutama pada efek sosial dan psikologis di korban. Observasi tersebut dilakukan dengan cara melakukan pengamatan pada lingkungan dimana subjek/narasumber berada.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Bullying didefinisikan sebagai tindakan yang dilakukan terhadap orang lain dengan maksud untuk menyakiti mereka, baik secara fisik maupun psikologis atau untuk mengancam mereka. Bullying biasanya dilakukan oleh orang yang lebih kuat atau seseorang yang memiliki lebih banyak teman terhadap orang yang lebih lemah atau seseorang yang memiliki lebih sedikit teman. Penindasan dapat melibatkan pelecehan verbal, kekerasan fisik, intimidasi, dan taktik lainnya<sup>5</sup>.

Berbagai faktor dapat menyebabkan bullying pada remaja. Seorang anak membutuhkan waktu lama untuk berkembang menjadi remaja yang menggunakan agresi, dan banyak faktor biologis, psikologis, dan sosial budaya dapat berperan dalam proses ini (Indo T, Wido S, & Ima K, 2020).

Pertama, ada kemungkinan bahwa beberapa anak memiliki kecenderungan genetik terhadap agresi yang membuat mereka lebih mungkin mengalaminya daripada anak lain.

---

<sup>4</sup> Isa Anshori, "Melacak State Of The Art Fenomenologi Dalam Kajian Ilmu-Ilmu Sosial", (Halaqa: Islamic Education Journal), 2018.

<sup>5</sup> Yenes, "Perilaku Bullying dan Peranan Guru BK/Konselor dalam Pengentasannya (Studi Deskriptif terhadap Siswa SMP Negeri 3 Lubuk Basung)", Konselor: e-journal.unp.ac.id

Kedua, anak-anak impulsif memiliki keterampilan sosial yang buruk dan pengendalian diri yang buruk; mereka kekurangan perspektif, kurang empati terhadap orang lain, dan salah menafsirkan isyarat sosial.

Ketiga, krisis identitas dan pubertas adalah aspek umum dari perkembangan remaja. Remaja biasanya membentuk geng untuk mendefinisikan diri mereka sendiri dan hidup. Hubungan teman sebaya mengungkapkan bahwa beberapa remaja beralih ke intimidasi sebagai "balas dendam" atas pelecehan dan penolakan sebelumnya.

Keempat, bullying dilihat secara sosiokultural sebagai bentuk frustrasi yang disebabkan oleh tuntutan kehidupan sehari-hari dan hasil peniruan yang tidak disengaja dari lingkungan orang dewasa. Latar tersebut mengajarkan anak-anak bahwa menggunakan kekerasan untuk menyelesaikan konflik dapat diterima.

Bullying dapat memiliki berbagai efek psikologis dan fisik negatif pada seseorang, termasuk masalah kesehatan fisik, gangguan kecemasan, dan depresi. Seseorang akan menyukai kesendirian dan pengasingan. kurangnya harga diri, citra diri yang buruk, prestasi akademik yang buruk, rasa memiliki kehidupan yang terbatas, rasa tidak aman di lingkungan sekolah, dan kecenderungan untuk meremehkan orang lain; ketakutan abadi, ketakutan berlebihan; sampai dorongan untuk mengakhiri hidup muncul.

Berikut merupakan data pemaparan dari hasil observasi dan wawancara dengan beberapa narasumber terkait :

Tabel 1.

<b>No.</b>	<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Nama / Kelas</b>
1.	Perempuan	FS / B
2.	Perempuan	S / B
3.	Perempuan	II / B
4.	Perempuan	WAP / C
5.	Laki – laki	AHA / C
6.	Laki – laki	AH / C
7.	Laki – Laki	MAP / C

Setelah dilakukan observasi dan wawancara dengan sejumlah informan terkait, diketahui bahwa menurut para informan, terkait dengan bullying ini bahwa kebanyakan berdampak pada efek kekerasan pada fisik, trauma mendalam, bahkan pada efek sosial, seperti korban dari perundungan ini akan menarik diri dari masyarakat dan enggan melakukan sosialisasi.

Bullying dapat berdampak buruk pada kesehatan sosial dan mental korban. Bullying dapat menyebabkan korban merasa terisolasi dari lingkungan sosial dan dapat menyebabkan mereka menghindari kegiatan sosial yang biasanya mereka nikmati. Hal ini dapat membuat korban merasa terisolasi dan terputus dari lingkungan sosialnya<sup>6</sup>

Dalam bidang kesehatan mental, perundungan dapat mengakibatkan depresi, kecemasan, dan masalah tidur. Selain itu, korban mungkin mengalami masalah dengan harga diri rendah dan rasa tidak aman. Dalam beberapa kasus, intimidasi bahkan dapat menyebabkan korban mengembangkan masalah kesehatan mental yang lebih parah. Korban perundungan juga dapat mengalami masalah emosional dan mental jangka panjang, seperti harga diri rendah, masalah harga diri, dan masalah hubungan<sup>7</sup>. Korban juga mungkin merasa tidak nyaman pergi ke sekolah atau bekerja dengan orang lain, yang dapat membahayakan kesuksesan mereka di masa depan.

Bullying dapat mengakibatkan konsekuensi dan efek serius bagi korbannya, seperti stres, depresi, bahkan bunuh diri. Korban bullying mungkin mengalami ketidakamanan, ketakutan, atau kesusahan sebagai akibat dari tindakan yang dilakukan terhadap mereka. Mereka mungkin mengalami masalah kesehatan mental seperti stres, depresi, atau kecemasan akibat bullying. Korban perundungan mungkin merasa terisolasi, tidak punya tempat untuk berbagi cerita atau mencari bantuan.

---

<sup>6</sup> Aziz, "Prevalensi dan Korelasi Bullying di Antara Remaja di Indonesia: Analisis Data Sekunder Survei Kesehatan Berbasis Sekolah", 2019.

<sup>7</sup> Endri; Dika, "Bullying Verbal Berhubungan dengan Penerimaan Diri dan Harga Diri Remaja", *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2022.

Mereka mungkin takut untuk angkat bicara karena takut akan pembalasan atau tidak dipercaya.

Bullying dapat memiliki efek negatif dan jangka panjang pada kesehatan fisik dan mental korban. Bullying dapat memiliki berbagai efek, termasuk:

1. Rasa rendah diri
2. Kecemasan dan depresi
3. Masalah tidur
4. Masalah konsentrasi
5. Sakit kepala dan sakit perut
6. Penurunan prestasi akademik
7. Tantangan membuat dan mempertahankan teman
8. Kesepian dan isolasi
9. Penindasan mungkin memiliki akibat yang lebih parah, termasuk menyakiti diri sendiri, keinginan bunuh diri, dan bahkan bunuh diri.

Selain itu, sejumlah penelitian sebelumnya menemukan bahwa perbedaan jenis kelamin dan usia dapat memengaruhi perilaku intimidasi. Anak laki-laki ditemukan lebih mungkin melakukan intimidasi dibandingkan anak perempuan pada usia 15 tahun, tetapi anak perempuan lebih cenderung melakukan intimidasi melalui cara tidak langsung. Namun, tidak ada perbedaan dalam kecenderungan untuk membully orang lain secara verbal secara langsung. Pada usia 18 tahun, meskipun anak perempuan masih lebih cenderung terlibat dalam perilaku intimidasi, kecenderungan anak laki-laki untuk terlibat dalam intimidasi fisik menurun secara signifikan, sementara kecenderungan mereka untuk terlibat dalam perilaku verbal dan tidak langsung meningkat.

Beberapa bentuk intimidasi antara lain:

- a. Pelecehan psikologis seperti fitnah, penghinaan, menakut-nakuti, penolakan, penghinaan, melecehkan, meremehkan, menertawakan, mengancam, dan menyebarkan rumor. mencibir,

lalu terdiam.

- b. Fisik, seperti disuruh lari keliling lapangan, push up, membersihkan kamar mandi, dan berteriak sambil menendang, menampar, memukul, mencubit, meninju, dan mengutak-atik.
- c. Pelecehan verbal seperti membentak, meledek, membentak, menyebut nama, memaki, menegur, dan mengumpat.

Bullying harus ditanggapi dengan serius karena tidak ada seorang pun yang memiliki wewenang atau pembenaran untuk menyakiti orang lain. Selain itu, tidak ada yang pantas menjadi sasaran intimidasi.

Seseorang yang menerima perlakuan agresif dari teman sebayanya dalam bentuk serangan fisik, pelecehan verbal, atau bahkan kekerasan psikologis dikatakan sebagai korban bullying atau victims. Mereka yang secara fisik lebih lemah dari rekan kelompok laki-laki mereka biasanya menjadi sasaran intimidasi. Menurut penelitian, mereka yang mengalami bullying biasanya berasal dari keluarga atau institusi yang terlalu protektif, yang mencegah anak-anak atau siswa mengembangkan keterampilan pemecahan masalah mereka sendiri hingga potensi penuh mereka (coping mechanism skill).

Bullying kini menjadi isu yang tidak bisa diabaikan begitu saja. Untuk menjaga pertumbuhan psikologis anak dan remaja, banyak pekerjaan yang harus dilakukan. Paparan kekerasan sejak dini tidak mendukung pertumbuhan psikologis anak, sehingga berbagai pemangku kepentingan, termasuk orang tua, pendidik, bahkan pemerintah harus dilibatkan. Beberapa tindakan pencegahan adalah sebagai berikut:

- 1) Orang tua harus membiasakan memuji anak-anak mereka untuk membantu mereka belajar perilaku sosial yang tepat dan menghindari intimidasi dan perilaku agresif. menggunakan alternatif hukuman fisik atau psikologis untuk mendisiplinkan anak-anak. Jika anak mereka berkembang menjadi pelaku intimidasi atau korban, orang tua juga ingin membangun hubungan dengan sekolah dan berkonsultasi dengan mereka.

- 2) Dengan mengadakan prosedur disiplin tanpa menggunakan hukuman kekerasan, misalnya, sekolah menumbuhkan lingkungan yang positif dan mendukung. Meningkatkan kesadaran sekolah tentang perlunya berhenti mengabaikan intimidasi di kelas juga penting.

## **KESIMPULAN**

Bullying dapat berdampak buruk pada kesehatan sosial dan mental korban. Bullying dapat menyebabkan korban merasa terisolasi dari lingkungan sosialnya dan dapat menyebabkan mereka menghindari kegiatan sosial yang biasanya mereka nikmati. Hal ini dapat membuat korban merasa terisolasi dan terputus dari lingkungan sosialnya. Selain itu, korban mungkin mengalami masalah dengan harga diri rendah dan rasa tidak aman. Dalam beberapa kasus, intimidasi bahkan dapat menyebabkan korban mengembangkan masalah kesehatan mental yang lebih parah. Korban perundungan juga dapat mengalami masalah emosional dan mental jangka panjang, seperti harga diri rendah, masalah harga diri, dan masalah hubungan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anshori, Isa. 2018. "Melacak State Of The Art Fenomenologi Dalam Kajian Ilmu-Ilmu Sosial." (Halaqa: Islamic Education Journal) 2 (2): 165-181. doi:<https://doi.org/10.21070/halaqa.v2i2.1814>.
- Anshori, Isa. 2019. "Penguatan Pendidikan Karakter di Madrasah." *Education* (Halaqa: Islamic EducationJournal) 3 (1): 65. doi:<http://doi.org/10.21070/halaqa.v1i2.1243>.
- Ekayamti, Endri, and Dika Lukitaningtyas. 2022. "Bullying Verbal Berhubungan dengan Penerimaan Diri dan Harga Diri Remaja." (Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa) 5 (1). <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>.
- Habibie, Aziz Nashiruddin. 2019. "Prevalensi dan Korelasi Bullying di Antara Remaja di Indonesia: Analisis Data Sekunder Survei Kesehatan Berbasis Sekolah." *Doctoral Dissertation* (repository.unair.ac.id). <https://repository.unair.ac.id/83993/>.



- Hotimah, Husnol. 2018. "Hubungan Antara Inferiority Feeling dengan Kecenderungan Workplace Bullying Pada Karyawan PT. Bank Pembiayaan Rakyat Syariah Bhakti Sumekar Sumenep." *Philosophy, Psycology* (repository.um-surabaya.ac.id).
- Nengsih, Selvi Julia, and Yulsyofriend. 2022. "Efektivitas Penggunaan Media Bahan Sisa Kantong Plastik dalam Mengembangkan Kreativitas Anak Usia Dini di Taman Kanak-Kanak Pembina 01 Linggo Sari Baganti." (Jurnal Family Education) 2 (3): 252-259. doi:<https://doi.org/10.24036/jfe.v2i3.64>.
- Sari, Yuli Permata, and Welhendri Azwar. 2017. "Sari, Yuli Permata, and Welhendri Azwar. "Fenomena bullying siswa: Studi tentang motif perilaku bullying siswa di SMP Negeri 01 Painan, Sumatera Barat." (Ijtima'iyya: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam) 10 (2). doi:10.24042/ijpmi.v10i2.2366.
- Tang, Indo, Wido Supraha, and Imas Kania Rahman. 2020. "Upaya Mengatasinya Perilaku Perundungan pada Usia Remaja." (Jurnal Pendidikan Luar Sekolah (ejournal.uika.bogor.ac.id)) 14 (2). doi: 10.32832/jpls.v14i2.3804.
- Yenes, Ilfajri. n.d. "Perilaku Bullying dan Peranan Guru BK/Konselor dalam Pengentasannya (Studi Deskriptif terhadap Siswa SMP Negeri 3 Lubuk Basung)." (Konselor (e-journal.unp.ac.id)) 5 (2). doi: <https://doi.org/10.24036/02016526549-0-00>.
- Yuliani, Nunung. 2019. "Fenomena Kasus Bullying di Sekolah." *Education, Curriculum, and Social Inquiry* (INA-Rxiv). doi:<https://doi.org/10.31227/osf.io/maqtx>.