

Fenomena *Bullying* dan Dampaknya Terhadap Psikologis Remaja pada Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Banjarbaru

Marhaeni Fajar Kurniawati¹, Mariana², Elis Pebianti³, Ahmad Riduan⁴, Muhammad Rizhan Ridha^{5*}

1,2,3,4,5Program Studi Magister Ilmu Komunikasi, Pascasarjana, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari, Indonesia

Korespondensi:

Nama*: Muhammad Rizhan Ridha
Email*: rzhnrdha@gmail.com

Diterima: 17 September 2023. Disetujui: 21 Desember 2023. Dipublikasikan: 30 Desember 2023

ABSTRAK

Bullying atau perundungan merupakan salah satu bentuk intimidasi dari individu atau kelompok. Hal ini menjadi salah satu issue yang menarik perhatian masyarakat dewasa ini karena perilaku ini menyebabkan adanya rasa tidak nyaman bahkan menyakiti baik secara fisik dan juga psikis. Banyak kasus perundungan ini kerap menimpak anak – anak usia remaja. Dan tidak jarang beberapa kasus terjadi di dalam lingkungan sekolah. Kasus *bullying* marak terjadi disebabkan kurangnya kemampuan dalam mengontrol perilaku hingga ketidakmampuan mengelola emosi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan. Beberapa orang mungkin kurang memahami dampak emosional dan psikologis dari perilaku *bullying* terhadap korban. Kurangnya empati dan pengetahuan tentang bagaimana tindakan mereka mempengaruhi orang lain dapat memicu perilaku *bullying*. Intervensi dini baik berupa penyuluhan dan komunikasi yang sehat dari orang tua dan guru kepada anak pada kondisi *bullying* adalah cara terbaik untuk mengurangi kemungkinan konsekuensi jangka panjang.

Kata kunci: *bullying*, remaja, dampak psikologis, penyuluhan

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan lingkungan pendidikan kedua setelah keluarga. Sekolah memegang peran penting dalam perkembangan psikologi, sosial, dan emosi seorang remaja. Lingkungan pergaulan yang positif akan berdampak pada perkembangan mental yang positif, demikianpun sebaliknya. Misalnya, kasus *Bullying* yang banyak terjadi di lingkungan sekolah. Menggertak atau mengganggu adalah dasar kata *Bullying* dalam bahasa Inggris (bully). Agresi, kekerasan verbal, kekerasan fisik adalah komponen perilaku *Bullying* yang biasanya dilakukan dengan sengaja. Trevi menegaskan bahwa perilaku *Bullying* juga terjadi apabila sekelompok orang merasa kuat dan perilaku tersebut digunakan untuk menyakiti orang lemah [1].

Bullying adalah tindakan yang menggunakan kekuatan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma dan tidak berdaya [2]. Jenis *Bullying* seperti fisik, berkaitan dengan kekerasan fisik berupa tamparan, pukulan dan meludahi korban, kedua, *Bullying* relasional suatu kelompok yang mucul dalam pengucilan, mengabaikan seseorang dan diasingkan dari lingkungan. [3] membagi *bullying* dalam tiga bentuk, yaitu : *Bullying* fisik, *Bullying* verbal, dan *Bullying* relasional. 25 siswa, 50% di antaranya pernah mengalami *Bullying* secara fisik, dan lebih dari 50% pernah mengalami tindakan *Bullying* nonfisik [4].

Bullying nonfisik merupakan bentuk *Bullying* yang paling sulit untuk kita ketahui. *Bullying* ini berupa pengucilan terhadap teman yang biasanya terjadi karena temannya memiliki kekurangan fisik dan tidak mampu membela dirinya. Selain itu, *Bullying* nonfisik

juga bisa terjadi karena korban kurang berkomunikasi dengan teman lainnya [5].

Faktor penyebab perilaku *Bullying* yang terjadi di sekolah antara lain faktor keluarga, sekolah, kelompok sebaya, lingkungan sosial, dan tayangan televisi dan media cetak. Tindakan *Bullying* harus kita cegah karena akan berdampak baik jangka pendek maupun jangka Panjang [6]. Tindakan perundungan disekolah masih menjadi permasalahan dunia pendidikan Indonesia. Siswa dan siswi SMP belum banyak memahami secara mendalam tentang perilaku *Bullying* yang mereka lakukan atau mereka dapatkan dari lingkungan. Siswa dan siswi SMP juga belum mengatahui bagaimana cara menolak perilaku *Bullying* agar tidak menjadi akar permasalahan kesehatan mental dunia pendidikan. Menurut [7], faktor-faktor yang melatarbelakangi siswa melakukan perilaku *Bullying*, antara lain: (a) Perbedaan kelas, masalah ekonomi, etnisitas atau rasisme. Faktor *Bullying* dapat terjadi ketika terdapat perbedaan ekstrim individu dengan suatu kelompok dimana ia bergabung dan jika tidak dapat disikapi dengan baik oleh anggotakelompok tersebut, dapat menjadi faktor penyebab *Bullying*; (b) Tradisi atau kebiasaan dalam senioritas. Senioritas sering diajadian alasan tindakan *Bullying*. Senioritas ini tidak berhenti begitu saja, senioritas termasuk dalam perilaku yangberulang dan berantai. Senioritas ini terjadi dengan alasan untuk memuaskan keinginan mencari masalah, mencari popularitas, penyaluran dendam dan menunjukkan kekuasaan; (c) Keluarga tidak rukun. Adanya berbagai masalah internal dari keluarga seperti krtidakhadiran orang tua, menderita depresi, kurangnya komunikasi dan ketidakharmonisan merupakan peyebab tindakan



kekerasan yang signifikan; (d) iklim lingkungan sekolah yang tidak hangat dan tidak bersahabat atau diskriminatif. Apabila pengawasan dari pihak sekolah itu loggar dan tidak disiplin maka perilaku *Bullying* dapat terjadi; (e) Karakterer inividu atau kelompok. Memiliki rasa dendam dalam pergaulan teman sebaya, kesalahan interpretasi pada perilaku korban.

Sucipto [8] menjelaskan bahwa tanda dan gejala terjadi tindakan *bullying* pada remaja di sekolah yaitu; (a) menurunnya nilai akademis; (b) menurunnya jumlah kehadiran disekolah; (c) hilangnya minat mengerjakan pekerjaan sekolah; (d) menurunnya daya kosentrasi disekolah; (e) berkurangnya minat pada kegiatan sekolah; (f) dikeluarkan dari kegiatan yang tadinya dia suka. Berdasarkan pengelompokannya, Raiuskina [9] mengelompokkan kategori perilaku *Bullying*, yaitu: (a) Kontak Fisik: seperti memukul, menggigit, menjambak, menedang, mengunci seseorang dalam ruangan, dicubit, dicakar, juga termasuk pemerasan dan merusak barang-barang yang dimiliki orang lain; (b) Kontak verbal langsung: seperti mengancam, mempermalukan, merendahkan, mengganggu, memberi panggilan nama (namecalling), sarkasme, mencela atau mengejek, mengintimidasi, memaki, menyebarkan berita buruk; (c) Perilaku verbal langsung: memberikan tatapan sinis, memberikan ekspresi muka merendahkan, menjulurkan lidah. Hal ini biasanya disertai dengan *Bullying* fisik atau verbal; (d) Perilaku non-verbal tidak langsung: seperti mendiamkan seseorang, memanipulasi persahabatan sehingga menjadi retak, sengaja mengucilkan atau mengabaikan, mengirim surat kaleng; (e) Pelecehan seksual: perilaku agresif.

Menurut data yang dikumpulkan oleh Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI), tercatat 16 insiden perundungan yang terjadi di lingkungan sekolah selama periode Januari hingga Agustus 2023. Lebih rinci, perundungan di lingkungan sekolah paling sering terjadi di Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP), yang menyumbang sekitar 25% dari total insiden tersebut. Selain itu, perundungan juga terjadi di lingkungan Sekolah Menengah Akhir (SMA) dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), masing-masing dengan persentase sekitar 18,75%. Sedangkan di Madrasah Tsanawiyah dan pondok pesantren, insiden perundungan tercatat masing-masing sekitar 6,25% [10].

METODE

Pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilakukan oleh Dosen dan Mahasiswa Magister Ilmu Komunikasi Pasca Sarjana Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin dan didukung oleh narasumber Maria Lourdes Wiranti, S.Psi dari Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Masyarakat, Perempuan dan Perlindungan anak Kota Banjarbaru. PKM ini dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Kota Banjarbaru, pada tanggal 15 November 2023 yang diikuti oleh 90 siswa Siswi kelas 8 dan kelas 9 dengan tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi dampaknya *Bullying* terhadap psikologis remaja pada SMP Negeri 14 Banjarbaru.

Pada tahap persiapan, tim PKM melakukan komunikasi awal dengan pihak sekolah terkait kesediaan bekerja sama untuk kegiatan. Adapun. Kegiatan PKM dimulai dengan membuka acara, kemudian dilanjutkan dengan materi yang disampaikan oleh Narasumber dan Tim PKM, kemudian dilakukan diskusi dan tanya jawab. Setiap siswa siswi yang bertanya mendapatkan souvenir dari Tim PKM. Kegiatan ditutup dengan sesi foto Bersama dan penyerahan cenderamata kepada pihak sekolah SMP Negeri 14 Banjarbaru

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah mendengarkan pemaparan dari narasumber Maria Lourdes Wiranti, S.Psi dari Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Masyarakat, Perempuan dan Perlindungan Anak (DISDALDUK KB PMP & PA) Kota Banjarbaru terkait dengan masalah Fenomena dan Dampak *Bullying* bagi Psikologis Remaja, di SMP Negeri 14 Banjarbaru, dalam rangkaian PKM dihasilkan beberapa pertanyaan dari siswa terkait dengan *Bullying*.

Antusias peserta dalam kegiatan tersebut menghasilkan beberapa pertanyaan diantaranya adalah Mengapa pelaku *Bullying* berdalih dibalik kata bercanda pada saat melakukan pem*Bullying*an, Pelaku semakin mem*Bullying* ketika sudah dilaporkan, Pelaku *Bullying* mengajak/memprovokasi teman yang lain untuk ikut sertamembully, Setelah saya dibully apakah saya harus tetap berteman dengan si pembully, Apa hukuman untuk pelaku *Bullying*, Bagaimana melawan pelaku *Bullying* yang berlindung dibalik jabatan orang tuanya, Bagaimana menanggapi bulling yang bersifat verbal, Bagaimana cara menghilangkan depresi/stress setelah di bully, Bagaimana jika korban bully tidak bisa memaafkan pelaku bully, dan Trust issue *Bullying* dari laporan korban.

Satu-satu pertanyaan yang disampaikan oleh sejumlah peserta dijawab narasumber. Pada pertanyaan pertama terkait dengan Mengapa perilaku *Bullying* berdalih dibalik hanya bercanda, narasumber menjelaskan apa yang dilakukan pelaku untuk melepaskan diri dari perlakunya sendiri karena sudah melakukan pembullyan dan menyebabkan korban mengalami penderitaan, baik berupa fisik maupun psikis. Begitu pula ketika ada pelaku semakin melakukan pembullyan walaupun sudah dilaporkan lantaran dia merasa bangga dan menang sudah melakukannya, apalagi dijaman sekarang pembullyan dibuat menjadi konten dan pelaku meminta untuk dilihat oleh orang banyak melalui konten yang dibuatnya. Bahkan dengan adanya konten tersebut, para pelaku bully justru malah memprovokasi temannya yang lain untuk melakukan hal yang sama, inilah yang menyebabkan semakin banyaknya pelaku dan korban dari *Bullying* ini.

Pertanyaan lainnya yang dijawab narasumber adalah apakah setelah menjadi korban bully korban tetap berteman dengan si pembully, apa hukuman bagi pembully dan bagaimana melawan pelaku bully yang berlindung di balik jabatan orang tua. Narasumber

menjawab satu-satu pertanyaan tersebut dengan jelas, menurutnya pertemanan harus tetap terjalin antara korban dan pelaku bully, dulu orang menganggap bully hal yang biasa saja dan tidak pernah dipermasalahkan bahkan sampai ke masalah hukum. Bully adalah hal yang biasa dan dianggap sebagai candaan biasa, lantaran banyaknya korban dan bahkan sampai menimbulkan korban jiwa, sehingga pemerintah mengeluarkan Undang-Undang Perlindungan Anak yang didalamnya mengatur tentang masalah *Bullying* salah satunya, Dimana pelaku *Bullying* bisa mendapatkan hukuman berupa penjara. Bahkan menurutnya banyak kasus yang terjadi akhir akhirnya pelaku bully berlindung dibalik jabatan orang tuanya, kekuatan media menjadi senjata bagi mereka yang berlindung dibalik jabatan orang tuanya, tidak sedikit pelaku bully mendapatkan sanksi hukuman yang tegas setelah adanya Undang-Undang masalah bully.

Narasumber pun menjawab pertanyaan lainnya seperti bagaimana menanggapi *Bullying* verbal, cara

menghilangkan depresi/stress, bagaimana jika korban *Bullying* tidak memaafkan pelakunya dan bagaimana trust issue pelaku *Bullying* dari laporan korban. Menurutnya, saat ini *bullying* yang dilakukan secara verbal oleh pelaku saat ini semakin marak, bahkan dilakukan secara terang terangan oleh para pelakunya, untuk menanggapi masalah tersebut salah satunya adalah berupaya untuk tidak menanggapinya dan kalau memang sudah keterlaluan bisa melaporkan yang bersangkutan kepada guru misalnya, apabila itu memang terjadi di sekolah, karena ada sanksi yang bisa diberikan kepada para pelaku yang berbuat seperti itu. Lanjutnya, orang yang dibully biasanya mengalami depresi dan stress apabila pembullyian dilakukan secara berkelanjutan, bahkan bisa menyebabkan seseorang sampai bunuh diri. Untuk mengatasi depresi atau stress bisa dilakukan dengan lebih banyak berteman, mencari teman yang positif dan membuat kita senang, jangan suka menyendiri dan lebih banyak bergaul dengan orang lain.



Gambar 1. Foto Bersama Para Murid SMP Negeri 14 Banjarbaru

Banyak korban *bullying* yang mengalami depresi berat setelah di bully oleh pelaku, hal ini menurut narasumber menyebabkan korban tidak bisa menghilangkan ingatan terkait dengan napa yang sudah dialaminya, sehingga kata maaf untuk pelaku tidak ada, kalaupun ada hanya sebatas dimulut dan korban tidak mungkin bisa melupakan apa yang sudah dialaminya. Tidak banyak yang bisa dilakukan oleh pelaku bully. Ketika tidak mendapatkan kata maaf dari korbannya, yang bisa dilakukan adalah memperbaiki dirinya dan berusaha untuk tidak lagi mengulangi perbuatan yang sudah dilakukannya. Apa yang dilakukan oleh pelaku selama ini dianggap oleh pelaku sendiri tidak salah, dia menganggap itu adalah benar atau trust, sehingga yang dilakukan oleh pelaku terhadap korban sering berulang, tidak hanya sekali dua kali, akan tetapi bisa menyebabkan korban semakin terpuruk dengan apa yang dilakukan oleh pelaku bully.

KESIMPULAN

Fenomena perilaku *bullying* dan dampaknya terhadap psikologis seorang remaja sangat membahayakan baik bagi si pelaku sendiri, terlebih lagi terhadap korban. Hal ini terjadi lantaran banyak faktor yang mengakibatkan terjadinya perilaku bully

diantaranya adalah faktor keluarga, lingkungan tempat tinggal dan bahkan di lingkungan sekolah. Pelaku bully melakukan tindakannya karena dia pernah dibully, sehingga menimbulkan keinginannya untuk melakukan pembullyian kepada orang lain lagi. Sementara orang yang menjadi korban dalam pembullyian akan banyak mengalami perubahan secara psikologis, salah satunya bisa depresi, stress, mengurung diri di kamar dan menutup pergaulannya dengan orang sekitar dan lama kelamaan akan menimbulkan pengaruh yang sangat berbahaya yaitu sampai dengan bunuh diri.

Peran orang tua, sekolah, lingkungan dan Lembaga yang menangani masalah bully sangat diperlukan, apalagi disaat seperti sekarang semakin marak terjadinya pembullyian, baik itu di lingkungan sekolah, lingkungan Masyarakat bahkan di dalam lingkungan keluarga sendiri bisa terjadi. Keluarga harus lebih perhatian terhadap anggota keluarganya apabila melihat kejanggalan pada anaknya, sekolah juga harus mencari tahu dan bisa melakukan tindakan preventif agar tidak terjadi pembullyian di lingkungan sekolah, begitu pula dengan Lembaga yang menangani kasus pembullyian. Mereka harus jemput bola dan jangan hanya berdiam diri menunggu laporan ada baru bertindak, sering melakukan sosialisasi terhadap

bahaya dari *bullying*, menyampaikan dampak dan akibat apabila terjadi pembullyian terhadap seseorang.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Bulu, Y., Maemunah, N., & Sulasmini.(2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Bullying pada Remaja Awal. *Nursing News*, 4(1), 54–66. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/download/1473/1047>
- [2] Katyana, W. (2019). Buku Panduan Melawan Bullying. Nuha Medika, 11–18.
- [3] Faizah, F., & Amna, Zain. (2017). Bullying dan Kesehatan Mental Pada Remaja SMA di Banda Aceh. *International Jurnal of Child and Gender Studies*, 3(1), 77.
- [4] Dewi, N., Hasan, H., & Mahmud, A. (2016). Perilaku Bullying yang Terjadi di SD Negeri Unggul Lampeuneurut Aceh Besar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(2), 37–45.
- [5] Wulandari, D. R. (2022). Penanganan Bullying melalui Penguatan Karakter pada anak Usia Sekolah Dasar. *Paradigma*, 13(1), 82–94.
- [6] Dewi, P. Y. A. (2020). Perilaku School Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar. *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(1), 39. <https://doi.org/10.55115/edukasi.v1i1.526>
- [7] Yamin, A., dkk. (2018). Pencegahan Perilaku Bullying Pada Siswa-Siswi SPN 2 Tarogong Kidul Kabupaten Garut. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* Vol 2 (4) 293-295
- [8] Sucipto. (2012). Bullying Dan Upaya Meminimalisasikannya. *Jurnal Psikopedagogia*, 1(1).
- [9] Riauskina, I. I., Djuwita, R., dan Soesetio, S.R. (2005). 'Gencet-gencetan' dimata siswa/siswi kelas 1 SMA:Naskah Kognitif tentang arti, skenario, dan dampak 'gencetgencetan'. *Journal Psikologi Sosial*, 12 (01), 1-13.
- [10] Republika News (2023) KPAI Catat ada sebanyak 2355 kasus pelanggaran perlindungan anak pada 2023. <https://news.republika.co.id/berita/s29ndx349/kpai-catat-ada-sebanyak-2355-kasus-pelanggaran-perlindungan-anak-pada-2023> diakses pada November 2023