

## **Studi Deskriptif Perilaku *Bullying* pada Remaja**

**Matraisa Bara Asie Tumon**

Fakultas Psikologi  
palangkarara@rocketmail.com

**Abstrak** - Pada saat ini lingkungan pendidikan telah banyak terjadi berbagai perilaku dan aksi kekerasan yang mengkhawatirkan. Salah satu aksi kekerasan yang paling sering terjadi adalah perilaku *bullying*. Dari data National Mental Health and Education Center tahun 2004 di Amerika diperoleh data bahwa *bullying* merupakan bentuk kekerasan yang umumnya terjadi dalam lingkungan sosial di mana 15% dan 30% siswa adalah pelaku *bullying* dan korban *bullying*. Prevalensi perilaku *bullying* yang meningkat dari tahun ke tahun telah menimbulkan kerusakan atau dampak yang merugikan baik itu untuk pelaku, maupun korban. Subjek penelitian berjumlah 188 siswa SMP A, SMP B, dan SMP C yang berada di wilayah Surabaya Timur dengan karakteristik berusia 12-17 tahun. Data diperoleh dari menyebarkan angket yaitu berupa angket tertutup dan angket terbuka. Data yang diperoleh dideskripsikan melalui distribusi frekuensi dan analisis butir. Hasil penelitian menunjukkan kurang dari 50% subjek penelitian yang sering dan selalu melakukan *bullying*, namun seluruh subjek penelitian pernah terlibat dalam perilaku *bullying*. Bentuk perilaku *bullying* verbal yang paling sering dilakukan. Faktor keluarga, teman sebaya, dan sekolah membentuk perilaku *bullying* pada remaja. Meskipun dalam persentase yang kecil *bullying* juga berdampak terhadap kecenderungan depresi pada remaja, di mana depresi tersebut berakibat adanya pikiran untuk melakukan bunuh diri dan melukai diri.

**Kata kunci** : Perilaku *Bullying*, Remaja

**Abstract** – At this time the educational environment has a lot going on various behavioral and alarming violence. One of the violence behavior is bullying behaviors. Data from the National Mental Health and Education Center in 2004 in the U.S. showed that bullying is a form of violence that commonly occurred in a social environment in which 15 % and 30 % of students are bullies and victims of bullying. The prevalence of bullying behaviors increased from year to year has caused damage or adverse effects both for the bullies and the victims. Subjects numbered 188 students SMP A, SMP B, and SMP C that are located in East Surabaya with 12-17 year old characteristics. Data obtained from the questionnaire in the form of a closed questionnaire and open questionnaire. The data obtained are described through frequency distribution and grain analysis. The results showed less than 50% of the subject were often and always doing the bullying, but the whole subject of the research have been involved in bullying behavior. Verbal forms of bullying behavior is most often performed. Factor family, peers, and school can affect bullying behaviors in adolescents form. Although a small percentage, bullying also affects the tendency of depression in adolescents, where the depression cause actual thoughts of suicide and self-injury

**Keywords**: Bullying, Adolescent

## **PENDAHULUAN**

*Bullying* sebagai salah satu bentuk tindakan agresif merupakan permasalahan yang sudah mendunia, salah satunya di Indonesia. Perilaku *bullying* sangat rentan terjadi pada remaja putra dan remaja putri. Menurut konteksnya, perilaku *bullying* dapat terjadi pada berbagai tempat, mulai dari lingkungan pendidikan atau sekolah, tempat kerja, rumah, lingkungan tetangga, tempat bermain, dan lain-lain. Pada saat ini lingkungan pendidikan telah banyak terjadi perilaku *bullying*. Dari data National Mental Health and Education Center tahun 2004 di Amerika diperoleh data bahwa *bullying* merupakan bentuk kekerasan yang umumnya terjadi dalam lingkungan sosial di mana 15% dan 30% siswa adalah pelaku *bullying* dan korban *bullying*. Prevalensi perilaku *bullying* yang meningkat dari tahun ke tahun telah menimbulkan kerusakan atau kerugian yang besar. Hal ini mungkin saja terjadi karena perilaku *bullying* sering kali dianggap sepele. Selain itu, perilaku *bullying* ini tidak mendapatkan intervensi dalam penanganannya, seperti mediasi yang secara efektif mengurangi konflik di antara anak-anak yang menjadi korban *bullying* (Limber, dalam Crawford, 2002).

Perilaku merusak atau aksi kekerasan di sekolah sudah menjadi persoalan yang serius. Di Indonesia kejadian *bullying* akhirnya mencuat setelah terdapat korban-korban yang meninggal. Sayangnya, data survei secara nasional mengenai prevalensi *bullying* di Indonesia tidak dapat ditemukan. Beberapa hasil penelitian, misalnya yang dilakukan unit PKPM (Pusat Kajian Pembangunan Masyarakat) Universitas Atma Jaya didanai UNICEF (*United Nations Children's Fund*) melakukan survei intensif terhadap ratusan anak SD dan SLTP di Sulawesi Selatan, Jawa Tengah, dan Sumatera Utara dari Desember 2005 hingga Maret 2006 (Sonia, 2008). Sebagian responden mengaku pernah mengalami penindasan dalam berbagai variasi di sekolah. Banyak anak tercatat mengalami gangguan psikologis, bahkan mengarah pada gangguan patologis. Anak-anak ini, sering merasa cemas. Mereka juga kerap dilanda ketakutan memperoleh hukuman, merasa teraniaya, atau depresi. Sebagian mengalami perasaan rendah diri dan tidak berarti dalam lingkungannya.

Davis (2005) dalam penelitiannya juga menyebutkan bahwa perilaku *bullying* merupakan faktor resiko dalam berkembangnya depresi pada pelaku dan korban *bullying*. Dalam Sejiwa (2008) dijelaskan bahwa hal yang paling ekstrim mengenai dampak psikologis dari *bullying* yaitu munculnya gangguan psikologis misalnya rasa cemas yang berlebihan, merasa ketakutan, depresi, dan memiliki keinginan untuk bunuh diri serta munculnya gejala gangguan stres pasca trauma. Menurut Houbre dkk (dalam Houbre dkk, 2006) secara natural, perilaku *bullying* berdampak pada pihak-pihak yang terlibat. Pihak-pihak yang terlibat dalam perilaku *bullying* dapat dibagi menjadi 4 kategori yaitu *bullies-only*, *victim-only*, *bully-victim* dan *neutral* (Haynie dkk., dalam Stein dkk, 2006). *Bully* dan *victim* sering melaporkan simptom fisik dan psikologis (Delfabbro dkk, dalam Jankauskiene dkk, 2008), prestasi akademik yang rendah, meninggalkan kelas, perilaku destruktif seperti merokok dan penggunaan obat-obatan (Dake dkk, dalam Jankauskiene dkk, 2008), meningkatnya risiko psikopatologis dan depresi yang dapat mengarah pada tindakan bunuh diri, terutama pada perempuan (Klomek dkk, dalam Jankauskiene dkk, 2008). Pada *bully-victim* juga terjadi masalah penyesuaian yang buruk di sekolah (Nansel dkk., dalam Stein dkk, 2006), gangguan psikologis (Kumpulainen dkk, dalam Stein dkk, 2006), isolasi sosial (Juvonen, dkk, dalam Stein dkk, 2006), penggunaan alkohol (Nansel dkk, dalam Stein dkk, 2006), depresi (Juvonen dkk, dalam Stein dkk, 2006), kecemasan (Kaltiala-heino dkk, dalam Stein dkk, 2006) dan masalah kesehatan (Nansel dkk, dalam Stein dkk, 2006).

Berdasarkan latar belakang yang ada, di mana perilaku *bullying* sangat lekat di kehidupan remaja khususnya di sekolah. *Bullying* juga memiliki dampak yang merugikan baik itu untuk pelaku maupun korban. Oleh karena itu, penelitian ini ingin menggambarkan perilaku *bullying* yang terjadi pada remaja di sekolah dan dampak dari perilaku *bullying* tersebut.

## **METODE PENELITIAN**

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMP A, SMP B, dan SMP C di wilayah Surabaya Timur. Mengingat keterbatasan peneliti dalam menjangkau keseluruhan populasi sebagai subjek penelitian, maka peneliti mengambil sampel dengan karakteristik siswa SMP di daerah Surabaya Timur kelas VII, VIII, dan IX berusia antara 12-17 tahun. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *incidental sampling*.

Metode yang digunakan untuk mengungkapkan variabel menggunakan dua angket, yaitu:

### **1. Angket *Bullying***

Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket yang disusun oleh peneliti sendiri dengan acuan aspek-aspek dari perilaku *bullying*. Penilaian pada angket ini disesuaikan dengan skala likert, yaitu bobot 1 diberikan untuk pilihan jawaban “tidak pernah”, 2 untuk pilihan jawaban “jarang”, 3 untuk pilihan jawaban “sering”, dan 4 untuk pilihan jawaban “selalu”. Selain menggunakan angket tertutup, juga digunakan angket terbuka untuk membantu memperoleh hasil tambahan dalam mendapatkan gambaran tentang perilaku *bullying* pada remaja.

### **2. Angket Kecenderungan Depresi**

Untuk mengetahui kecenderungan depresi yang dialami oleh remaja yang terlibat dalam perilaku *bullying*, maka akan digunakan BDI (*Beck Depression Inventory*) yang merupakan angket yang telah terstandarisasi. Angket BDI ini terdiri dari 21 kelompok aitem (A-U) yang meliputi aitem kesedihan, pesimisme, perasaan gagal, ketidakpuasan, perasaan bersalah, perasaan dihukum, rasa tidak suka terhadap diri sendiri, menyalahkan diri sendiri, ide bunuh diri, menangis, iritabilitas, menarik diri dari hubungan sosial, ketidakmampuan mengambil keputusan, perubahan citra tubuh, kelambanan bekerja, gangguan tidur, kelelahan, hilangnya nafsu makan, ilangnya berat badan, preokupasi somatik, dan hilangnya libido.

Teknik analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif dengan distribusi frekuensi untuk menggambarkan perilaku *bullying* yang pada remaja SMP yang

menjadi subjek penelitian. Peneliti juga menggunakan tabulasi silang untuk mengetahui keterkaitan antara tiap variabel dalam penelitian ini akan dianalisis. Hasil dari distribusi frekuensi dan tabulasi silang didapatkan dengan bantuan program SPSS 16.00. Selain itu, penelitian ini akan dianalisis menggunakan analisis butir pada angket *bullying* berdasarkan bentuknya antara lain verbal, fisik, dan psikologis sehingga dapat diketahui butir-butir penentu tinggi-rendahnya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dari total 188 siswa SMP yang menjadi subjek penelitian, ditemukan keseluruhan subjek pernah terlibat dalam tindakan *bullying*, baik itu menjadi pelaku, korban maupun keduanya. Berdasarkan hasil analisis butir yang dilakukan baik pada korban maupun pelaku, subjek penelitian yang sering dan selalu melakukan perilaku *bullying* kurang dari 50% namun semua subjek penelitian pernah melakukan perilaku *bullying*.

Berdasarkan gambaran perilaku *bullying* pada subjek penelitian yang pernah menjadi pelaku maupun korban, ditemukan bahwa ada kesesuaian temuan perilaku *bullying* yang dilakukan dan dialami subjek penelitian yaitu *bullying* secara verbal dalam bentuk sindiran dan gosip. Subjek penelitian yang melakukan perilaku *bullying* merasa puas dan senang ketika korbannya tidak berdaya untuk melawan atau membantah perilaku *bullying* yang dilakukannya. Perilaku *bullying* yang terjadi, baik itu dari sisi subjek penelitian sebagai pelaku maupun korban, sama-sama seringkali tidak diketahui oleh pihak sekolah maupun guru. Secara singkat, perbandingan perilaku *bullying* antara pelaku dan korban adalah sebagai berikut :

Tabel 1  
*Perbandingan Gambaran Perilaku Bullying pada Pelaku dan Korban*

No.	Aspek	Pelaku	Korban
1.	Pengalaman <i>Bullying</i>	Kurang dari 40% subjek penelitian pernah melakukan perilaku <i>bullying</i> secara verbal antara lain menyindir, melabrak dan menyebarkan gosip yang tidak benar	Kurang dari 40% subjek penelitian pernah mengalami perilaku <i>bullying</i> , antara lain disindir dengan kata-kata yang pedas, digertak, dan menjadi bahan gosip yang tidak benar
2.	Perasaan	Puas dan senang	Tidak berdaya untuk melawan dan diam saja
3.	Target / pelaku	Teman yang penampilannya berbeda, teman dengan kekurangan fisik, dan adik kelas	Sekelompok teman dan teman yang berkuasa dikelas
4.	Alasan	Masalah pribadi dan ikut-ikutan teman	Tidak tahu
5.	Pikiran	Perbuatan <i>bullying</i> itu salah dan korban memang pantas diperlakukan demikian	Pantas diperlakukan seperti itu, teman-teman sangat jahat, sudah tidak tahan, dan ingin bunuh diri.
6.	Diketahui pihak sekolah atau orang tua	Tidak	Tidak
7.	Pelaku mendapat hukuman dari pihak sekolah atau orang tua	Tidak	Tidak

*Bullying* dikategorikan menjadi dua antara lain *direct bullying*, yaitu *bullying* secara fisik dan verbal serta *indirect bullying*, yaitu *bullying* secara mental atau psikologis. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bentuk perilaku *bullying* spesifik yang paling sering dilakukan oleh subjek penelitian adalah menyindir (37.8%) dan melabrak (35.6%). Sedangkan pada subjek penelitian yang pernah menjadi korban bentuk *bullying* yang paling sering dialami adalah disindir (36.2%) dan digertak (28.7%). Dari hasil tersebut terlihat bahwa *direct bullying* yaitu *bullying* secara verbal merupakan bentuk *bullying* yang paling sering dilakukan dan dialami oleh subjek penelitian. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nansel et al. (2001) yang menyatakan bahwa *bullying* yang dilakukan secara verbal adalah perilaku yang paling sering dilakukan apabila dibandingkan dengan bentuk lainnya (psikologis dan fisik).

Tingginya kecenderungan bentuk perilaku *bullying* secara verbal dibandingkan dengan bentuk *bullying* lainnya disebabkan bahwa secara umum seseorang cenderung memandang *bullying* secara verbal adalah hal yang biasa dan tidak memiliki konsekuensi serius dibanding dengan *bullying* secara fisik atau psikologis. Padahal, bentuk *bullying* verbal memiliki dampak yang sama negatifnya dengan *bullying* dalam bentuk fisik maupun psikologis (Boulton & Hawker, 1997). Apapun bentuknya, *bullying* merupakan masalah serius yang sama-sama memiliki konsekuensi psikologis dan konsekuensi sosial baik itu untuk korban maupun pelakunya. Dalam Pace, Lynn, & Glass (2001) dikatakan bahwa *bullying* memberikan efek yang akan melekat hingga seumur hidup.

Mayoritas siswa yang pernah melakukan *bullying* mengaku bahwa yang paling sering menjadi sasaran *bullying* adalah teman yang sulit bergaul dan teman yang perilakunya atau penampilannya berbeda. Perilaku *bullying* verbal paling banyak ditujukan kepada teman yang sulit bergaul (30.9%) dan teman yang perilakunya atau penampilannya berbeda (21.8%). Sedangkan untuk perilaku *bullying* psikologis paling banyak ditujukan kepada teman yang sulit bergaul (32.4%) dan teman yang perilakunya atau penampilannya berbeda (19.1%). Untuk perilaku *bullying* fisik paling banyak ditujukan kepada adik kelas (18.9%) dan teman yang sulit bergaul (22.3%).

Sedangkan korban mengaku paling sering menjadi sasaran *bullying* oleh teman yang berkuasa di kelas/sekolah dan sekelompok teman. Perilaku *bullying* yang bersifat verbal paling banyak dilakukan oleh teman yang berkuasa di kelas/sekolah (18.6%) dan sekelompok teman (17%), sedangkan *bullying* psikologis yang paling banyak dilakukan oleh sekelompok teman (16%) dan teman yang berkuasa di kelas/sekolah sebanyak (14.4%). Untuk perilaku *bullying* yang bersifat fisik paling banyak dilakukan oleh sekelompok teman (21.8%) dan teman yang berkuasa di kelas atau sekolah (14.9%).

American Psychiatric Association (APA) (dalam Stein dkk., 2006) mengkategorikan *bullying* menjadi tiga, salah satunya adalah terdapat hubungan yang melibatkan ketidakseimbangan kekuatan atau kekuasaan dari pihak-pihak yang terlibat. Pelaku biasanya mengincar target khusus yaitu anak lain yang lebih

lemah dan mudah diserang (Papalia, 2002). Jadi, secara umum orang dengan kelemahan, berbeda dengan orang-orang pada umumnya atau keterbatasan fisik merupakan sasaran empuk bagi pelaku *bullying* karena orang dengan karakteristik demikian merupakan orang yang tidak mampu melawan apapun perlakuan *bullying* yang dilakukan oleh pelaku (Olweus, 2006).

Perilaku *bullying* biasanya memang berawal dari masa kanak-kanak karena pada masa ini anak-anak dituntut untuk dapat menyesuaikan dirinya dengan teman sebaya. Steinman & Carlyle (2007) mengungkapkan bahwa prevalensi perilaku *bullying* cenderung terus menurun pada saat anak memasuki masa sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas. Tetapi pada penelitian lainnya (Unever & Cornell, 2004) disebutkan bahwa perilaku *bullying* justru lebih sering terjadi saat kelas 6 hingga kelas 8 (termasuk di sekolah menengah pertama). Sebagian besar (26.1%) subjek penelitian yang pernah mengalami perilaku *bullying* mengaku mulai mengalami *bullying* sejak masuk SMP. Meskipun dalam persentase yang kecil, adapula korban yang mengaku menjadi korban *bullying* sejak SD (20%) bahkan sejak Taman Kanak-Kanak (2.7%).

Sebagian besar (51.1%) subjek penelitian yang pernah melakukan *bullying* mengaku penyebab perilaku mereka tersebut karena masalah pribadi dengan korban. Adapun sisanya menjawab sudah menjadi tradisi di sekolah (7.4%), agar diterima oleh kelompok (5.3%), dan agar terlihat berkuasa (5.3%). Menurut Pace, Lynn, dan Glass (2001) salah satu ciri dari *bullying* adalah dilakukan secara sengaja dengan atau tanpa tujuan tertentu. Hal ini diperkuat dari hasil penelitian yang menunjukkan subjek penelitian yang menjadi korban kebanyakan mengaku tidak mengetahui secara jelas mengapa mereka menjadi sasaran perilaku *bullying* (62.2%). Jadi, perilaku *bullying* baik itu dengan alasan tertentu maupun tidak sama-sama bertujuan untuk mendominasi korbannya agar mendapatkan kesenangan atau kepuasan dari tindakan mereka terhadap korbannya (Olweus dalam Moutappa dkk., 2004).



*Bullying* terjadi karena dipengaruhi oleh beberapa faktor. Dalam penelitian ini akan dibahas tiga faktor yang dapat memengaruhi *bullying*, yaitu faktor keluarga, faktor teman sebaya, dan faktor sekolah.

### **1. Faktor Keluarga**

Pola asuh yang diterapkan dalam keluarga merupakan salah satu faktor munculnya perilaku *bullying*. Meskipun dalam jumlah yang lebih kecil (10.6%) dibandingkan dengan pola asuh lainnya, subjek penelitian mengaku memiliki orang tua yang otoriter. Orang tua yang mendidik anak secara otoriter dan cenderung memberi hukuman fisik pada anak (dalam setiap perilaku salah) tanpa memberikan penjelasan, membuat anak menjadi “marah dengan keluarga” dan melakukan pelampiasan di luar rumah salah satunya dengan melakukan *bullying* (Veronica, 2007). Apabila dilihat lebih mendalam, hal ini juga dikaitkan dengan usia subjek yang berada dalam rentang usia 12-17 tahun karena pada usia itu remaja secara emosional lebih labil dan memiliki banyak konflik karena kecenderungan untuk berusaha memberontak dari segala aturan otoritas, termasuk dari orang tuanya (Erikson, sitat dalam Santrock, 2003).

Ditemukan pula subjek penelitian yang memiliki orang tua yang meskipun masih menikah dan tinggal bersama, namun keduanya sering bertengkar (4.8%). Keluarga yang kurang atau tidak memiliki rasa kehangatan dan kasih sayang antar anggotanya, serta cenderung keras pada anak dapat memicu anak untuk melampiaskan kekesalannya dengan menjadi pelaku *bullying*, atau sebaliknya menyebabkan anak menjadi tertekan sehingga menjadi sasaran korban *bullying* (Stevens, Bourdeaudhuij & Oost, 2001).

### **2. Faktor Teman Sebaya**

Teman sekolah merupakan *peer* yang signifikan bagi remaja karena sebagian besar waktu dihabiskan di sekolah bersama teman-teman sekolah. Pada remaja perilaku *bullying* umumnya terjadi karena pengaruh teman kelompok (*peer group*). Sebagian besar (61.7%) subjek penelitian mengaku lingkungan sekolah merupakan lingkungan pertemanan yang paling memengaruhi. Selain itu, sebagian besar (71.8%) subjek mengaku memiliki *gank* atau teman akrab di sekolah. Sebagian besar subjek penelitian beralasan melakukan perilaku *bullying*

karena mengikuti teman dalam kelompok yang terlebih dahulu melakukan *bullying* (17%) dan agar diterima oleh kelompok (5.3%). Hal ini dikarenakan remaja mengalami masa pencarian identitas yang berkaitan dengan penerimaan teman sebaya. Keikutsertaan dalam kelompok membuat individu merasa diterima (Erikson, sifat dalam Santrock, 2003).

### **3. Faktor Sekolah**

Sekolah merupakan tempat siswa menghabiskan waktunya lebih dari 7 jam dalam sehari, sehingga sekolah memiliki peran yang penting dalam mempengaruhi perilaku yang dimunculkan oleh siswa (Sarwono, 2006). Jadi, dapat dikatakan sekolah juga berpengaruh dalam perilaku *bullying* yang terjadi pada siswa. Dalam hal ini sekolah diharapkan dapat menjadi tempat yang aman, menyenangkan, merangsang keinginan untuk belajar, bersosialisasi dan mengembangkan semua potensi siswa baik akademik, sosial ataupun emosional. Namun diketahui bahwa menurut siswa yang pernah melakukan *bullying*, pihak sekolah seringkali tidak mengetahui adanya *bullying* (76.6%). Sekalipun ada tindakan *bullying* yang diketahui oleh pihak sekolah, sebagian besar (62.8%) subjek penelitian mengaku tidak pernah mendapat hukuman/ sanksi dari pihak sekolah. Masih sangat kurangnya perhatian sekolah terhadap perilaku *bullying* ini salah satunya disebabkan oleh lekatnya pemikiran bahwa perilaku *bullying* hanyalah kenakalan anak-anak semata yang tidak memiliki dampak yang serius. Aturan sekolah yang jelas tersosialisasi dan penerapannya juga dapat mencegah terjadinya kasus *bullying* (Linney & Seidman, sitat dalam Santrock, 2003).

*Bullying* juga berdampak merugikan, baik itu untuk pelaku maupun korbannya. Diketahui sebagian besar (34.6%) subjek penelitian yang terlibat dalam *bullying*, baik itu pelaku maupun korban memiliki kecenderungan depresi tergolong ringan, adapun sisanya memiliki kecenderungan depresi sedang (24.5%) dan kecenderungan depresi berat (12.2%). Seseorang yang dikatakan memiliki kecenderungan depresi ringan ketika gejala depresi yang ditemukan, namun tidak mengganggu fungsi kehidupannya (Soejono dkk, 2007).

Depresi bersifat kontinum yang apabila terjadi terus menerus dapat mengganggu remaja dalam beraktivitas secara efektif sehingga pada akhirnya

akan berdampak negatif pada kesehatan fisik, psikologis serta kesejahteraan hidupnya. Sebagian besar (49.5%) subjek penelitian yang terlibat dalam perilaku *bullying* memang tidak mengalami permasalahan maupun perasaan sedih yang berkepanjangan, namun sisanya (45.7%) memiliki permasalahan atau sedih yang berkepanjangan. Permasalahan yang paling sering dialami oleh subjek penelitian terlibat dalam perilaku *bullying* adalah masalah keluarga (28.2%) dan teman (26.6%). Sedangkan sisanya adalah masalah sekolah (26.1%) dan pacar (19.1%). Masalah keluarga yang paling dominan adalah orang tua bertengkar (9.6%), sedangkan untuk masalah dengan teman yang paling dominan adalah bertengkar dengan sahabat (5.3%).

Subjek penelitian merasa sedih (43.1%) saat menghadapi masalahnya dan berpikir bahwa penyebab masalah yang mereka hadapi adalah dirinya sendiri (28.7%). Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan Beck (1985) mengenai komponen afektif dari depresi bahwa seseorang yang depresi akan mengalami kesedihan yang berkepanjangan dan keadaan jiwa yang apatis dan komponen kognitif yaitu seseorang memiliki cara berpikir yang salah dalam memandang realita di dalam dan di luar dirinya, sehingga membentuk konsep diri yang negatif yang berlanjut menjadi perasaan rendah diri.

Menurut Evans (2000), ada beberapa perubahan pada individu yang mengalami depresi, salah satunya perubahan pikiran yaitu adanya pikiran untuk bunuh diri. Terdapat subjek penelitian yang pernah memiliki pikiran untuk bunuh diri (12.8%) dengan frekuensi berpikir untuk bunuh diri paling banyak sekitar 1 kali (37.5%). Bahkan terdapat subjek penelitian yang pernah melukai dirinya sendiri saat menghadapi masalah (27%). Orang tua bertengkar (20.8%), dimarahi orang tua (16.7%), dan *bullying* (16.%) merupakan alasan yang paling banyak menyebabkan subjek penelitian berpikir untuk melakukan bunuh diri. Sedangkan pertengkaran orang tua (18.5%) dan *bullying* (18.5%) merupakan penyebab subjek penelitian melukai dirinya, salah satunya dengan memukul diri sendiri (29.6%).

Meskipun dalam jumlah yang sedikit dibandingkan permasalahan yang lainnya, *bullying* juga menjadi salah satu penyebab subjek penelitian pernah berpikir untuk bunuh diri. Karena perilaku *bullying* merupakan suatu perilaku

yang berada dalam suatu kontinum, maka perilaku yang masih berada dalam frekuensi rendah mungkin tidak akan menimbulkan kekhawatiran dan dampak yang serius karena kemungkinan hanya gurauan saja yang tidak menyakitkan korban. Namun, jika perilaku *bullying* telah dilakukan dalam frekuensi yang tinggi maka akan mengakibatkan masalah psikososial, perilaku, psikologis dan simptom psikosomatis serta kesehatan yang akan berdampak dalam jangka waktu yang pendek maupun dalam jangka waktu yang panjang (Houbre dkk, 2006).

Hal yang paling ekstrim mengenai dampak psikologis dari *bullying* yaitu munculnya gangguan psikologis misalnya rasa cemas yang berlebihan, merasa ketakutan, depresi dan memiliki keinginan untuk bunuh diri serta munculnya gejala gangguan stres pasca trauma (Sejiwa, 2008). *Bullying* juga merupakan masalah yang paling banyak menyebabkan subjek penelitian berpikir untuk bunuh diri (16.7%) dan melukai diri (18.5%). *Bullying* dalam bentuk apapun merupakan masalah serius yang sama-sama memiliki konsekuensi psikologis dan konsekuensi sosial baik itu untuk korban maupun pelakunya. Munculnya depresi yang berujung berpikir untuk bunuh diri atau melukai diri pada remaja ini dikarenakan *bullying* yang terjadi secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu sehingga membuat remaja menjadi tertekan. Hal itu disebabkan salah satunya karena *bullying* baik dalam bentuk verbal, fisik maupun psikologis memiliki korelasi yang positif dengan depresi dan kecenderungan bunuh diri (Kaltiala-Heino, et al., 1999).

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Simpulan dari penelitian ini adalah kurang dari 50% subjek penelitian yang sering dan selalu melakukan *bullying*. Meskipun demikian seluruh subjek penelitian pernah terlibat dalam perilaku *bullying*. Dari ketiga bentuk perilaku *bullying*, bentuk secara verbal adalah perilaku *bullying* yang paling sering dilakukan. Dalam penelitian ini pun ditemukan bahwa keempat aspek perilaku *bullying* yaitu, dilakukan secara sengaja dengan atau tanpa tujuan tertentu, ada unsur untuk menyakiti korban, adanya ketimpangan kekuasaan dan atau kekuatan antara pelaku dan korban *bullying*, dan terjadi berulang kali yang terpenuhi.

Faktor keluarga, teman sebaya, dan sekolah juga dapat membentuk perilaku *bullying* pada remaja, saat ketiga faktor tersebut berjalan dengan tidak kondusif maka remaja akan cenderung melampiaskan gejala emosinya dalam hal yang negatif, dalam hal ini salah satunya adalah *bullying*. Sedangkan apabila fungsi keluarga, teman sebaya, dan sekolah berjalan dengan baik dan kondusif maka perilaku *bullying* dapat dicegah dan dikurangi keberadaannya.

Meskipun dalam jumlah persentase yang kecil *bullying* juga berdampak terhadap kecenderungan depresi pada remaja, di mana akibat dari depresi tersebut berakibat adanya pikiran untuk melakukan bunuh diri dan melukai diri. Perilaku *bullying* merupakan faktor resiko dalam berkembangnya depresi sehingga memicu munculnya gangguan psikologis misalnya rasa cemas yang berlebihan, merasa ketakutan, depresi dan memiliki keinginan untuk bunuh diri pada remaja.

Berdasarkan hasil penelitian, saran dapat ditujukan kepada 3 pihak yaitu sekolah, remaja, dan orang tua. Bagi sekolah disarankan untuk lebih tegas lagi dalam memperhatikan dan menanggapi perilaku *bullying* yang terjadi di sekolah. Perlunya pengawasan khusus juga dapat menjadi salah satu cara mengurangi perilaku *bullying* yang ada. Adanya penyuluhan tentang *bullying* juga dirasakan perlu dilakukan, baik itu untuk siswa maupun pihak guru. Karena dengan lebih memahami *bullying* dan segala dampaknya, guru dan siswa dapat bekerja sama dalam mencegah terjadinya perilaku *bullying* di sekolah.

Bagi remaja yang mengetahui adanya tindakan *bullying* disekitarnya diharapkan dapat mencegah dan menghentikan tindakan tersebut, salah satu caranya dengan melaporkan tindakan tersebut pada pihak sekolah atau orang tua. Secara khusus untuk pelaku *bullying*, agar menyadari bahwa perilakunya tersebut tidak hanya akan berdampak buruk pada korbannya, namun juga pada dirinya sendiri. Apapun bentuknya, perilaku *bullying* hanya akan memberikan dampak yang buruk.

Orang tua juga diharapkan lebih *aware* terhadap perilaku mereka kepada remaja karena segala perilaku mereka dapat dipersepsikan oleh remaja. Orang tua diharapkan lebih serius lagi menanggapi tentang *bullying* dan lebih peka lagi untuk memperhatikan apakah anaknya terlibat *bullying* atau tidak, serta dapat

memberikan arahan yang positif bagi anaknya. Orang tua diharapkan mampu menjadi *role model* yang positif untuk anak-anaknya dengan menjadi contoh yang positif (misalnya: tidak memberikan panggilan yang negatif pada anak, tidak membentak dengan kata-kata kasar, dsb) sehingga anak menjadi lebih paham apa yang pantas dan mana yang tidak pantas untuk dilakukan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aditomo, A. & Retnowati, S. (2004). Perfeksionisme, Harga Diri, dan Kecenderungan Depresi pada Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi*, No.1, hal. 1-15.
- Ahira, Anne. (2008). *Pengertian bullying: bullying dan pengaruhnya bagi jiwa remaja*. Diunduh dari [www.anneahira.com](http://www.anneahira.com) 30 September 2012
- Atwater, E. (1992). *Adolescence*. Toronto Canada Inc: Prectice-Hall.
- Baldry, A. C. (2003). *Bullying in school and exposure to domestic violence: child abuse negl.*, 27: 713-732
- Beck, A. T. (1985). *Depression : causes and treatmen*. Philadeldhia : University of Pennsylvania Press.
- Berk, L. E. (2000). *Child Development* (5th Ed). Massachusetts: Pearson Education Company.
- Bosworth, K., Espelage, D. L. & Simon, T. R. (1999). *Factor Associated with Bullying Behavior in Middle Scholl Students*. *Journal of Early Adolescence*, Vol. 19, No. 3, p. 341-362.
- Crawford, N. (2002). *New ways to stop bullying: Psychologists are driving efforts to get efective, research-based bullying-prevention and intervention programs into schools*. *Monitor on Psychology*, Vol. 33, No. 9, p.64.
- Haynie, D. L., Nansel, T., Eitel, P., Crump, A. D., Saylor, K., Yu, K. & Simons-Morton, B. (2001). *Bullies, Victims, and Bully/Victims: Distinct Groups of At-Risk Youth*. *Journal of Early Adolescence*, Vol. 21, No.1, p. 29-49.
- Hjemdal, O., Aune, T., Reinfjell, T., Stiles, T. C. & Friborg, O. (2007). *Resilience as a Predictor of Depressive Symptoms: A Correlational Study with Young Adolescents*. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, Vol. 12, No. 1, p. 91-104.
- Hurlock, E. B. (1973). *Adolescent Development* (4th Ed). Tokyo: McGraw-Hill Kogakusha Ltd.
- Hurlock, E. B. (1993). *Psikologi perkembangan anak*. Edisi 6. Alih Bahasa: dr. Med. Meitasari Tjandrasa. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Lima. (terjemahan). Jakarta: Erlangga

- Kaltiala-Heino, R., Rimpela, M., Marttunen, M., Rimpela, A. & Rantanen, P. (1999). *Bullying, depression, and suicidal ideation in finnish adolescents: school survey*. *BMJ*, Vol. 319, No. 7206, p. 348-351.
- Kaplan, H. I., & Sadock, B. J. (1988). *Comprehensive textbook of psychiatry/ V. Vol I. fifth edition*. Maryland, USA. : Williams and Wilkins.
- Kenny, J., & Kenny, M. (1991). *Dari bayi sampai dewasa*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- La Haye. (1988). *Depresi : upaya dan cara mengatasinya*. Terjemahan.Semarang: Effhar offset
- Matlin, M. W. (2004). *The Psychology of Women 5th Ed*. USA: Thomson Learning.
- Monks, F. J. K. & Haditono, S.R. (1999). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Moutappa, M., Valente, T., Gallaher, P., Rohrbach, L. N. & Unger, J. B. (2004). *Social Network Predictors of Bullying and Victimization*. *Adolescence Journal*, Vol. 39, No. 154, p. 315-336.
- Myers, A. & Hansen, C. (1993). *Experimental Psychology (3rd Ed)*. California: Brooks/Cole Publishing Company
- Olweus. (1993). *Bullying at school: What we know and we can do*.Cambrige, MA: Blackwell
- Pace,B., Lynn,C., Glass, R. M. (2001). *Bullying. Journal of american medical association*, 285(16) 2156
- Papalia, D.E., Olds, S.W. & Feldman, R.D. (2004). *Human development (9th Ed)*. New York: McGraw-Hill.
- Ross, P. N. (1998). *Arresting violence: A resource guide for school and their communities*. Toronto: Ontario Public School Teacher's Federation
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence (6th ed)* (Adelar & Saragih, Pengalih bhs). Jakarta: Erlangga
- Santrock, J.W. (2004). *Educational Psychology (2nd Ed)*. New York: McGraw-Hill.
- Sarwono, J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.



- Sarwono, S.W. (2002). Psikologi Remaja. Edisi Enam. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sarwono, S.W. (2006). Psikologi remaja. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Stein, J. A., Dukes, R. L. & Warren, J. I. (2006). *Adolescent Male Bullies, Victims, and Bully-Victims: A Comparison of Psychosocial and Behavioral Characteristics*. Journal of Pediatric Psychology, Vol. 32, No. 3, p. 273-282.
- Sun, R. C. F. & Hui, E. K. P. (2006). *Psychosocial Factors Contributing to Adolescent Suicidal Ideation*. Journal of Youth Adolescence, Vol. 36, p. 775-786.
- Totura, C. M. W. (2003). *Bullying and Victimization in Middle School: The Role of Individual Characteristics, Family Functioning, and School Contexts*. Florida: University of South Florida.
- Veronica, F. (2007). Pola asuh, harga diri, dan perilaku *bullying* di sekolah. Skripsi, tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, Surabaya