

Kekerasan Mental (*Bullying*) sebagai Isu Kesehatan Masyarakat di Indonesia

Helmy Astiza Rut Hanani, Satria Yudistira²

Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Gresik

astizahelmy@gmail.com satriaydstira@gmail.com

ABSTRACT

Bullying comes from the word "bully" which means bully, and this behavior can cause physical and psychological pressure on the victim. Psychological impacts include depression, anxiety, social isolation, low self-esteem, and even suicide, while physical symptoms include stomach aches, headaches, and difficulty sleeping. Bullying cases in Indonesia have increased significantly, causing serious impacts on teenagers' mental health such as depression, stress and the risk of suicide. Factors that cause bullying include peers, use of social media, and parenting patterns in the family, as well as the child's individual personality. Library research is a method for collecting information from previous studies without having to use primary or secondary data. This study involves collecting data from books, literature, notes, and reports that are relevant to the problem under study. Literature research emphasizes philosophical and theoretical discussions rather than empirical testing in the field. The results of this research reveal that bullying is aggressive behavior that is carried out repeatedly to hurt or intimidate other people in an unequal power relationship. Types of bullying include physical, verbal, cyberbullying, non-verbal, and relational. Physical bullying involves direct violence such as hitting, while verbal bullying involves insults and threats. Cyberbullying uses digital technology to spread messages that demean victims. Non-verbal bullying includes actions such as derogatory body language, while relational bullying involves the manipulation of social relationships. Research shows that bullying has a significant impact on the mental and emotional well-being of victims, causing stress, depression, anxiety and even suicide.

Keywords: *bullying, psychological impact, mental health, & causes*

ABSTRAK

Bullying berasal dari kata "bully" yang berarti penggertak, dan perilaku ini dapat menyebabkan tekanan fisik dan psikologis pada korban. Dampak psikologis termasuk depresi, kecemasan, isolasi sosial, rendah diri, dan bahkan bunuh diri, sementara gejala fisik meliputi sakit perut, sakit kepala, dan sulit tidur. Kasus bullying di Indonesia meningkat signifikan, menyebabkan dampak serius pada kesehatan mental remaja seperti depresi, stres, dan risiko bunuh diri. Faktor penyebab bullying meliputi teman sebaya, penggunaan media sosial, dan pola pengasuhan dalam keluarga, serta kepribadian individu anak. Penelitian kepustakaan adalah metode untuk mengumpulkan informasi dari kajian sebelumnya tanpa harus menggunakan data primer atau sekunder. Studi ini melibatkan pengumpulan data dari buku, literatur, catatan, dan laporan yang relevan dengan masalah yang diteliti. Penelitian kepustakaan menekankan pada pembahasan filosofis dan teoritis daripada pengujian empiris di lapangan. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan berulang kali untuk menyakiti atau mengintimidasi orang lain dalam hubungan kekuasaan yang tidak seimbang. Jenis-jenis bullying meliputi fisik, verbal,

Cyberbullying, non-verbal, dan relasional. *Bullying* fisik melibatkan kekerasan langsung seperti memukul, sedangkan *bullying* verbal melibatkan penghinaan dan ancaman. *Cyberbullying* menggunakan teknologi digital untuk menyebarkan pesan yang merendahkan korban. *Bullying* non-verbal mencakup tindakan seperti bahasa tubuh yang merendahkan, sementara *bullying* relasional melibatkan manipulasi hubungan sosial. Penelitian menunjukkan bahwa *bullying* berdampak signifikan pada kesejahteraan mental dan emosional korban, menyebabkan stres, depresi, kecemasan, dan bahkan bunuh diri.

Kata Kunci: *bullying*, dampak psikologis, kesehatan mental, & penyebab

PENDAHULUAN

Bullying berasal dari kata *bully* yang artinya penggertak, orang yang mengganggu orang yang lemah (Najwa dkk, 2023). Perilaku *bullying* ini akan mengakibatkan tekanan fisik dan psikologis terhadap korbannya. bagi korban, *bullying* dapat menyebabkan bahaya psikologis seperti depresi, cemas, terisolasi sosial, dan rendah diri, hingga bunuh diri (Oktaviani dan Ramadan, 2023). Gejala fisik termasuk sakit perut, sakit kepala, dan sulit tidur (Prastiti dan Anshori, 2023). *Bullying* berdampak serius pada kesehatan mental korban, termasuk depresi, stres, dan gangguan kesehatan mental lainnya.

Kasus *bullying* di Indonesia meningkat signifikan, menyebabkan dampak serius pada kesehatan mental remaja seperti depresi, stres, dan risiko bunuh diri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak *bullying* terhadap kesehatan mental remaja dan mengidentifikasi peran masyarakat dalam pencegahan serta penanganan *bullying* (Novitasari dkk, 2023). Kasus *bullying* pada remaja di Indonesia meningkat signifikan, menjadi salah satu penyebab utama masalah kesehatan mental dan bahkan kematian akibat bunuh diri.

Bullying terhadap orang lain, khususnya dalam lingkungan pendidikan, menjadi sumber keprihatinan berbagai kelompok dan sering kali kurang mendapat perhatian serius. Hal ini sangat menyedihkan karena anak-anak seharusnya bisa merasa aman dan nyaman di lingkungannya, sesuai dengan UU Perlindungan Anak No. 1, 23 Tahun 2002 tentang penjaminan anak, bagian III (Lingga dan Nurjannah, 2023).

Ada tiga faktor utama yang menyebabkan terjadinya perilaku *bullying* dalam kehidupan remaja yakni faktor teman sebaya, penggunaan media sosial, dan pola pengasuhan dalam keluarga (Noya dkk, 2024). Tindakan *bullying* dapat dipicu dari beberapa faktor, yaitu seperti kepribadian, keluarga, dan lingkungan baik lingkungan sekolah maupun lingkungan sosial (Widyastuti dan Soesanto, 2023). Tindakan *bullying* dapat dipicu dari beberapa faktor, yaitu seperti kepribadian, keluarga, dan lingkungan baik lingkungan sekolah maupun lingkungan sosial. Kepribadian individu anak juga berperan dalam perilaku *bullying*, di mana pelaku sering kali memiliki masalah pribadi yang memicu tindakan tersebut.

Berdasarkan riset kesehatan dasar tahun 2018 masalah mental emosional penduduk Indonesia usia >15 tahun yaitu 9,8% atau jumlah total sebanyak 706.688 merupakan prevalensi gangguan mental emosional dengan gejala depresi dan kecemasan untuk remaja, meningkat dibandingkan pada 2013 (Gintari dkk,

2023). *Bullying* berdampak pada kesehatan mental remaja, menyebabkan gangguan psikologis yang serius dan meningkatkan risiko bunuh diri. *Bullying* juga mempengaruhi dinamika sosial di sekolah dan masyarakat, menciptakan lingkungan yang tidak aman dan tidak sehat bagi perkembangan anak.

Bullying merupakan distorsi perilaku siswa yang harus dicegah, dan sekolah memiliki peran penting dalam upaya ini melalui kebijakan yang tepat dan pemberian hukuman jika diperlukan. Komunikasi yang baik antara siswa serta antara guru dan siswa, serta program yang mendidik siswa menjadi manusia bermoral dan bertanggung jawab, sangat penting untuk mencegah *bullying* dan menjunjung tinggi nilai moral serta etika (Nurfitriyanti dkk, 2024). Kampanye anti-*bullying*, lingkungan yang aman, pelaporan kasus *bullying*, dan dukungan kepada korban serta pelaku juga penting untuk menciptakan lingkungan yang bebas dari *bullying* dan mempromosikan sikap saling menghormati (Pramesti dkk, 2024). Sekolah dan masyarakat memiliki peran penting dalam pencegahan *bullying* melalui program-program edukatif dan kebijakan anti-*bullying*. Program seperti Sekolah CARE (*Caring, Respect & Educate*) bertujuan untuk meningkatkan keterampilan fasilitator teman sebaya dalam menyampaikan informasi tentang *bullying*. Pendekatan multiperspektif dalam filsafat pendidikan juga penting untuk mengatasi masalah *bullying* di lingkungan sekolah.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak *bullying* terhadap kesehatan mental remaja di Indonesia. Mengidentifikasi peran masyarakat dalam pencegahan *bullying* dan memberikan rekomendasi untuk melindungi kesehatan mental remaja serta mencegah peningkatan tren bunuh diri. Dengan memahami berbagai aspek dari *bullying*, mulai dari penyebab hingga dampaknya, serta upaya pencegahan yang dapat dilakukan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam mengatasi isu kesehatan masyarakat terkait *bullying* di Indonesia.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan adalah studi kepustakaan. Studi kepustakaan merupakan metode untuk mengumpulkan informasi dari kajian sebelumnya tanpa harus terpaku pada penggunaan data primer atau sekunder, atau apakah penelitian dilakukan di lapangan, laboratorium, atau museum. Menurut M. Nazir dalam karyanya yang berjudul "Metode Penelitian", studi kepustakaan adalah proses pengumpulan data dengan melakukan studi terperinci terhadap buku, literatur, catatan, dan laporan yang relevan dengan permasalahan yang dihadapi. Nazir juga menyatakan bahwa studi kepustakaan merupakan tahapan penting dalam penelitian setelah peneliti menetapkan topik penelitian, untuk mengeksplorasi teori terkait dengan topik tersebut.

Dalam pencarian teori, peneliti akan mengumpulkan sebanyak mungkin informasi dari sumber kepustakaan seperti buku, jurnal, majalah, hasil penelitian, serta sumber lainnya seperti internet dan koran yang relevan dengan topik penelitian. Setelah mengumpulkan literatur yang relevan, langkah selanjutnya adalah menyusunnya secara terstruktur untuk digunakan dalam penelitian. Proses studi

kepastakaan melibatkan identifikasi teori secara sistematis, penelitian literatur, dan analisis dokumen yang berisi informasi terkait dengan topik penelitian. Noeng Muhadjir (1996:169) menggambarkan penelitian kepastakaan sebagai penelitian yang lebih menekankan pada pembahasan filosofis dan teoritis daripada pengujian empiris di lapangan. Kimavee dalam berbagai tulisannya menegaskan bahwa penelitian kepastakaan melibatkan pemanfaatan beragam material yang terdapat di perpustakaan seperti buku, dokumen, catatan, dan sejarah untuk mengumpulkan data dan informasi yang diperlukan.

Penelitian kepastakaan dapat diidentifikasi dengan empat karakteristik utama. Pertama, peneliti berfokus pada teks atau data tertulis serta angka, bukan informasi langsung dari peristiwa lapangan atau kesaksian mata yang melibatkan manusia atau objek lainnya. Kedua, data yang digunakan dalam penelitian kepastakaan sudah tersedia dan siap pakai, tanpa kebutuhan peneliti untuk mencari informasi secara langsung di luar perpustakaan. Sementara itu, data pustaka cenderung bersifat sekunder karena peneliti menggunakan bahan dari sumber kedua bukan langsung dari sumber aslinya di lapangan.

Selain itu, data dalam penelitian kepastakaan tidak terikat oleh batasan ruang dan waktu, dengan informasi yang bersifat statis dan tetap. Dalam kategori penelitian kepastakaan terdapat beberapa macam, seperti Kajian Pemikiran Tokoh, Analisis Buku Teks, dan Kajian Sejarah. Salah satu jenisnya, Analisis Buku Teks, fokus pada evaluasi konten buku pelajaran dan buku referensi dari sekolah hingga perguruan tinggi. Analisis buku teks dilakukan untuk mengukur relevansi antara materi pembelajaran dan informasi terkini, sementara penelitian kepastakaan pada buku referensi di tingkat perguruan tinggi lebih menitikberatkan pada pengembangan atau implementasi teori yang sudah ada serta keterkaitannya dengan perkembangan zaman.

Metode pengumpulan data dalam penelitian kepastakaan dilakukan melalui dokumentasi dengan menganalisis berbagai materi tertulis seperti buku, laporan penelitian, artikel, skripsi, dan sumber informasi lainnya yang relevan. Proses analisis data dilakukan dengan teknik analisis interaktif, yang mencakup langkah-langkah seperti reduksi data, penyajian data, dan formulasi kesimpulan atau verifikasi data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Penelitian

| Peneliti (Tahun) | Jurnal | Judul Penelitian | Hasil Penelitian |
|---|---|---|---|
| Eka Asriyani Said, Maryam Jamaluddin, Yusnaeni (2022) | Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan | Hubungan Perilaku <i>Bullying</i> Dengan Perkembangan Mental Emosional Pada Anak | Terdapat hubungan signifikan antara perilaku <i>bullying</i> dengan perkembangan mental emosional anak di sekolah. |

| | | | |
|---|--|--|--|
| Nurul Karisma, Aida Rofiah, Siti Nur Afifah, Yuni Mariani Manik (2024) | Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan | Kesehatan Mental Remaja dan Tren Bunuh Diri: Peran Masyarakat Mengatasi Kasus <i>Bullying</i> di Indonesia | <i>Bullying</i> berdampak pada kesehatan mental remaja, termasuk gangguan mental dan fisik, serta peningkatan tren bunuh diri. |
| Suroya Azfa Ni'mah (2021) | Prosiding Seminar Nasional Bahasa, Sastra dan Budaya (SEBAYA) Ke-3 | Pengaruh <i>Cyberbullying</i> pada Kesehatan Mental Remaja | <i>Cyberbullying</i> signifikan mempengaruhi kesehatan mental remaja, termasuk depresi, kecemasan, dan gangguan makan. |
| Eka Trisna Wahani, Sheila Putri Isroini, Agung Setyawan (2022) | EduCurio Jurnal | Pengaruh <i>Bullying</i> terhadap Kesehatan Mental Remaja | <i>Bullying</i> memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan remaja baik secara verbal maupun non-verbal. |
| Selvia Novitasari, Ferasinta, Padila (2023) | Jurnal Kesmas Asclepius | Faktor Media Terhadap Kejadian <i>Bullying</i> Pada Anak Usia Sekolah | Ada hubungan antara faktor media dengan kejadian <i>bullying</i> pada anak usia sekolah. |
| Jessica Angeline De Eloisa Tobing, Triana Lestari (2021) | Jurnal Pendidikan Tambusai | Pengaruh Mental Anak Terhadap Terjadinya Peristiwa <i>Bullying</i> | <i>Bullying</i> berdampak pada kesehatan mental anak, termasuk trauma, depresi, dan keinginan untuk membalas dendam. |
| Romadhiyana Kisno Saputri, Ria Indah Kusuma Pitaloka, Puji Aning Nur Nadhiffa, Kharisma Kusuma Wardani (2023) | Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ | Edukasi Pencegahan <i>Bullying</i> dan Kesehatan Mental Bagi Remaja Desa Sukowati Kecamatan Kapas Kabupaten Bojonegoro | Edukasi pencegahan <i>bullying</i> dapat meningkatkan pengetahuan remaja terkait <i>bullying</i> dan kesehatan mental. |
| Indah Sukmawati, Alfadha Henryan Fenyara, Arief Fadhilah, Chahya Kharin Herbawani (2021) | Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat UPNVJ | Dampak <i>Bullying</i> Pada Anak dan Remaja Terhadap Kesehatan Mental | <i>Bullying</i> berdampak negatif signifikan pada kesehatan mental anak dan remaja, termasuk disfungsi sosial dan depresi. |
| Fadhilah Syam Nasution (2021) | MUBTADA: Jurnal Ilmiah Dalam Pendidikan Dasar | Kasus <i>Bullying</i> Ditinjau dari Kecerdasan | <i>Bullying</i> berdampak pada kecerdasan emosional dan |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | Emosional dan Kesehatan Mental Anak Usia Dini | kesehatan mental anak usia dini, menyebabkan penurunan nilai akademik dan perilaku apatis. |
| Erina Agisyaputri, Nadia Aulia Nadhirah, Ipah Saripah (2023) | JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi | Identifikasi Fenomena Perilaku <i>Bullying</i> Pada Remaja | Fenomena <i>bullying</i> sering terjadi pada remaja dengan bentuk utama <i>bullying</i> verbal, yang berdampak pada kesehatan mental. |

Berdasarkan hasil penelitian yang terdaftar di Tabel 1, maka penelitian mengenai kekerasan mental atau *bullying* sebagai isu kesehatan masyarakat di Indonesia menunjukkan bahwa *bullying* memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental anak dan remaja. Berdasarkan data dari berbagai penelitian, *bullying* dapat mempengaruhi perkembangan emosional, menyebabkan gangguan mental, dan bahkan meningkatkan risiko bunuh diri. Penelitian oleh Eka Asriyani Said, Maryam Jamaluddin, dan Yusnaeni (2022) menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara perilaku *bullying* dengan perkembangan mental emosional anak di sekolah. Anak-anak yang mengalami *bullying* cenderung mengalami gangguan dalam perkembangan emosional mereka, yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis mereka secara keseluruhan. Hal ini menunjukkan bahwa *bullying* tidak hanya mempengaruhi fisik tetapi juga mental anak-anak. Nurul Karisma dan rekan-rekannya (2024) dalam penelitiannya di Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan, menekankan bahwa *bullying* berdampak pada kesehatan mental remaja, termasuk gangguan mental dan fisik, serta peningkatan tren bunuh diri. Penelitian ini menyoroti pentingnya peran masyarakat dalam mengatasi kasus *bullying* untuk mencegah dampak negatif yang lebih parah pada remaja. Ini menunjukkan bahwa intervensi dari masyarakat sangat penting dalam menangani masalah *bullying*. Suroya Azfa Ni'mah (2021) dalam penelitiannya tentang pengaruh *Cyberbullying* pada kesehatan mental remaja, menemukan bahwa *Cyberbullying* memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental remaja, termasuk menyebabkan depresi, kecemasan, dan gangguan makan. Penelitian ini menunjukkan bahwa bentuk *bullying* yang terjadi di dunia maya dapat memiliki dampak yang sama seriusnya dengan *bullying* fisik, dan perlu adanya perhatian khusus terhadap fenomena ini. Penelitian lainnya oleh Eka Trisna Wahani, Sheila Putri Isroini, dan Agung Setyawan (2022) menunjukkan bahwa *bullying* memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan remaja baik secara verbal maupun non-verbal. Remaja yang mengalami *bullying* menunjukkan penurunan dalam kesehatan mental mereka, yang dapat mempengaruhi prestasi akademik dan hubungan sosial mereka. Ini menegaskan bahwa *bullying* memiliki dampak jangka panjang yang serius terhadap perkembangan remaja. Secara keseluruhan, penelitian-penelitian ini menunjukkan bahwa *bullying* merupakan isu serius yang berdampak signifikan pada

kesehatan mental anak dan remaja di Indonesia. Dampak yang ditimbulkan mencakup gangguan emosional, depresi, kecemasan, hingga peningkatan risiko bunuh diri. Oleh karena itu, diperlukan upaya pencegahan dan intervensi yang efektif, termasuk edukasi dan peran aktif masyarakat, untuk mengatasi dan mencegah kasus *bullying*.

Definisi dan Jenis-Jenis *Bullying*

Bullying adalah bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja untuk menyakiti atau membuat individu merasa kesusahan, yang terjadi berulang kali dan berlangsung dalam hubungan yang tidak seimbang kekuasaan atau kekuatan. *Bullying* dapat berupa penindasan atau kekerasan yang dilakukan oleh satu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus. Di dalam KBBI, *bullying* berasal dari kata *bully* yang memiliki arti perundungan. Sedangkan menurut Romadhoni dkk (2023), *bullying* merupakan perilaku yang sangat tidak baik atau menyimpang karena perilaku *bullying* memberikan dampak serius terhadap perkembangan mental seseorang individu baik anak-anak maupun remaja. *Bullying* berasal dari bahasa Inggris kata *bully* artinya suatu kata yang mengacu pada pengertian gertakan, mengertak, atau mengganggu yang mengacu pada pengertian adanya ancaman yang dilakukan seseorang terhadap orang lain atau pelaku terhadap korban yang menimbulkan gangguan psikis bagi korbannya berupa stres, trauma yang muncul dalam bentuk gangguan fisik, atau psikis atau keduanya, sehingga arti yang lebih luas dari *bullying* adalah suatu bentuk perilaku yang memberikan kontrol atas tindakan yang berulang untuk mengganggu anak lain yang dianggap lebih lemah dari mereka (Bete dan Arifin, 2023).

Bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang dengan tujuan untuk menyakiti atau mengintimidasi orang lain. Berdasarkan penelitian dari berbagai sumber, terdapat beberapa jenis *bullying* yang sering terjadi. Said dkk. (2022) mengidentifikasi dua jenis *bullying* utama, yaitu fisik dan verbal. *Bullying* fisik melibatkan tindakan kekerasan langsung seperti memukul atau menendang, sementara *bullying* verbal melibatkan penghinaan, ejekan, atau ancaman yang dapat merusak harga diri korban. Penelitian lain oleh Karisma dkk. (2024) menambahkan jenis *Cyberbullying*, yang menggunakan teknologi digital untuk menyebarkan pesan atau gambar yang merendahkan atau mengintimidasi korban. Selain itu, Ni'mah (2021) menekankan pentingnya memahami *Cyberbullying* sebagai bentuk *bullying* yang semakin marak dengan meningkatnya penggunaan internet di kalangan siswa. Wahani dkk. (2022) juga mengidentifikasi *bullying* non-verbal, yang mencakup tindakan seperti bahasa tubuh atau ekspresi wajah yang merendahkan. Novitasari dkk. (2023) serta Tobing dan Lestari (2021) menambahkan *bullying* relasional, yang melibatkan manipulasi hubungan sosial untuk mengisolasi atau merusak reputasi korban. Penelitian oleh Sukmawati dkk. (2021) mencakup semua jenis *bullying* ini, menunjukkan bahwa *bullying* dapat terjadi dalam berbagai bentuk dan memiliki dampak yang luas pada kesejahteraan korban.

Dampak *Bullying* terhadap Kesehatan Mental

Penelitian mengenai dampak *bullying* terhadap kesehatan mental menunjukkan berbagai konsekuensi serius yang dapat mempengaruhi perkembangan emosional dan psikologis korban. Said dkk. (2022) menemukan bahwa *bullying* dapat menyebabkan gangguan perkembangan mental emosional pada anak, termasuk peningkatan stres, depresi, dan kecemasan. Karisma dkk. (2024) menambahkan bahwa *bullying* juga dapat menyebabkan gangguan mental dan fisik pada remaja, dengan peningkatan tren bunuh diri, depresi, dan kecemasan. Ni'mah (2021) mencatat bahwa korban *bullying* sering mengalami depresi, kecemasan, gangguan makan, penurunan kinerja akademik, isolasi sosial, dan penurunan harga diri. Penelitian lain juga menunjukkan dampak jangka panjang dari *bullying*. Wahani dkk. (2022) mengidentifikasi gangguan emosional, penurunan kepercayaan diri, trauma, depresi, kecemasan, dan disfungsi sosial sebagai dampak dari *bullying*. Novitasari dkk. (2023) menyoroti trauma jangka pendek dan panjang, gangguan kesehatan mental, penurunan prestasi akademik, kecemasan, dan depresi. Tobing dan Lestari (2021) menambahkan bahwa *bullying* dapat menyebabkan trauma, penurunan konsentrasi, penurunan rasa percaya diri, keinginan membalas dendam, fobia sosial, kecemasan berlebihan, putus sekolah, dan bunuh diri. Selain itu *bullying* dapat menyebabkan disfungsi sosial, insomnia, rasa rendah diri, dan isolasi sosial.

Faktor Penyebab *Bullying*

Terdapat banyak dampak dari perilaku *bullying*, baik secara mental, psikis, verbal, non-verbal, dan lainnya. Selain itu, ada dua faktor utama yang melatarbelakangi terjadinya perilaku *bullying* ini, yaitu faktor lingkungan dan faktor individu:

1. Faktor Individu

Faktor individu yang melatarbelakangi terjadinya *bullying* berkaitan dengan kepribadian introvert yang cenderung lebih besar potensinya menjadi korban *bullying* dibandingkan anak-anak ekstrovert, serta masalah kepercayaan diri yang rendah yang dapat menyebabkan perilaku menyimpang dan memberikan peluang bagi pelaku untuk melakukan *bullying* (Andriyani dkk, 2024). Kepribadian individu juga berperan dalam perilaku *bullying*. Anak-anak dengan masalah pribadi, seperti rendahnya rasa percaya diri atau masalah emosional, mungkin menggunakan *bullying* sebagai cara untuk merasa lebih berkuasa atau mengatasi perasaan tidak aman mereka. Anak-anak yang pernah menjadi korban kekerasan atau *bullying* sebelumnya mungkin merasa terancam dan berusaha membalas dendam dengan melakukan *bullying* terhadap orang lain. Pengalaman pribadi yang negatif ini dapat memicu siklus kekerasan yang berkelanjutan.

2. Faktor Keluarga

Peran keluarga dalam membentuk karakter individu yang beretika dan faktor-faktor yang menyebabkan penurunan etika individu. Keluarga memegang peran sentral dalam membentuk kepribadian dan moral anak, melalui interaksi, pola asuh, dan teladan orang tua (Auliarrhma dkk, 2024).

Faktor keluarga memainkan peranan penting dalam kejadian *bullying*. Lingkungan keluarga yang kurang harmonis, kurangnya perhatian orang tua terhadap anak, serta pola asuh otoriter yang melibatkan hukuman fisik dan psikologis dapat meningkatkan risiko perilaku *bullying* pada remaja. Selain itu, anak-anak juga dapat meniru perilaku agresif yang mereka lihat di rumah, terutama jika mereka mengalami konflik atau pengabaian di lingkungan keluarga. Kurangnya pengawasan dari guru dan orang tua serta tidak adanya kebijakan yang tegas di sekolah untuk menangani *bullying* dapat memperburuk situasi. Sekolah yang tidak memiliki program anti-*bullying* atau tidak menindaklanjuti kasus *bullying* dengan serius cenderung memiliki tingkat *bullying* yang lebih tinggi.

3. Faktor Teman

Perkembangan sosial pada usia remaja ditandai dengan adanya *social cognition* yang merupakan kemampuan untuk memahami orang lain. Selain itu muncul sikap *conformity* yakni kecenderungan untuk mengikuti atau menyerah terhadap pendapat, nilai, kebiasaan, keinginan atau kegemaran orang lain dalam hal ini teman sebaya. Teman sebaya atau persahabatan merupakan faktor yang turut mempengaruhi kehidupan seseorang pada masa remaja (Noya dkk, 2024). Faktor teman dalam *bullying* dapat berasal dari tekanan teman sebaya, keinginan untuk mendapatkan perhatian, serta pengaruh dari lingkungan sosial di sekolah, kantor, atau tempat tinggal. Selain itu, perilaku *bullying* juga dapat menjadi budaya yang diterima di lingkungan kerja atau sekolah, dan terkadang dilakukan oleh orang-orang yang seharusnya mampu melindungi. Dalam beberapa kasus, anak-anak yang ingin dikenal atau menjadi populer di lingkungannya juga dianggap berisiko melakukan tindakan *bullying*.

4. 4. Faktor Media Sosial

Pertumbuhan teknologi informasi, internet dan alam semesta lebih jauh mengubah bentuk media sosial persahabatan dan media sosial yang mempromosikan tren baru dalam masyarakat yang merupakan dasar bagi banyak pelanggaran daring atau *Cyberbullying* (Widodo dkk, 2024). Tindakan *bullying* di dunia maya dilakukan tanpa beban oleh pelaku. Adanya keyakinan bahwa perilaku perundungan merasa aman dan tidak akan menimbulkan akibat hukum membuat pelaku merasa bebas (Martha, 2024). Media massa yang sering menampilkan tindak kekerasan dapat mempengaruhi anak-anak dan remaja untuk meniru perilaku tersebut. Paparan terhadap konten kekerasan di media sosial, televisi, atau internet dapat meningkatkan kecenderungan anak untuk melakukan *bullying*

Strategi Pencegahan dan Penanganan *Bullying*

Strategi pencegahan dan penanganan *bullying* melibatkan edukasi dan sosialisasi di kalangan guru, orang tua, dan siswa untuk meningkatkan kesadaran tentang dampak negatif *bullying*. Intervensi dini dan dukungan emosional dari keluarga sangat penting untuk mencegah dampak jangka panjang. Selain itu, program

intervensi di sekolah dan keterlibatan masyarakat melalui kampanye anti-*bullying* juga efektif dalam menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung. Penelitian oleh Said dkk. (2022) menekankan pentingnya edukasi guru tentang perilaku *bullying* serta intervensi dini untuk mencegah dan menangani kasus *bullying* di sekolah. Mereka menyarankan agar guru diberikan pelatihan khusus untuk mengenali tanda-tanda *bullying* dan melakukan intervensi yang tepat. Selain itu, bimbingan dan pengarahan harus diberikan baik kepada korban maupun pelaku *bullying* untuk membantu mereka memahami dampak dari tindakan tersebut dan bagaimana mengatasinya. Program intervensi pemulihan di sekolah juga diusulkan untuk membantu korban *bullying* pulih dari trauma dan membangun kembali kepercayaan diri mereka. Penelitian oleh Karisma dkk. (2024) menyoroti pentingnya edukasi publik tentang kesehatan mental dan pencegahan bunuh diri sebagai bagian dari upaya mengatasi *bullying*. Mereka menekankan keterlibatan aktif masyarakat dalam advokasi dan kampanye anti-*bullying* untuk menciptakan lingkungan yang kondusif dan mendukung bagi korban. Dukungan emosional dari keluarga dan komunitas juga dianggap krusial untuk membantu korban mengatasi dampak psikologis dari *bullying*. Selain itu, promosi perilaku online yang positif dan pelaporan kasus *bullying* ke otoritas yang tepat juga menjadi bagian dari strategi pencegahan yang efektif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Bullying adalah bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara berulang dengan tujuan menyakiti atau mengintimidasi orang lain dalam hubungan yang tidak seimbang kekuasaan. Jenis-jenis *bullying* yang sering terjadi adalah fisik, verbal, *Cyberbullying*, non-verbal, dan relasional. *Bullying* fisik melibatkan kekerasan langsung seperti memukul, sedangkan *bullying* verbal melibatkan penghinaan dan ancaman. *Cyberbullying* menggunakan teknologi digital untuk menyebarkan pesan yang merendahkan korban. *Bullying* non-verbal mencakup tindakan seperti bahasa tubuh yang merendahkan, sementara *bullying* relasional melibatkan manipulasi hubungan sosial. Penelitian menunjukkan bahwa *bullying* berpengaruh signifikan pada kesejahteraan mental dan emosional korban, menyebabkan gangguan seperti stres, depresi, kecemasan, dan bahkan bunuh diri.

Berbagai faktor yang menyebabkan *bullying* meliputi individu, keluarga, teman, dan media sosial. Faktor individu mencakup kepribadian introvert dan rendahnya rasa percaya diri, sementara faktor keluarga mencakup pola asuh yang otoriter dan kurang harmonis. Faktor teman melibatkan tekanan dari teman sebaya dan keinginan untuk mendapatkan perhatian, dan faktor media sosial mencakup paparan terhadap konten kekerasan. Strategi pencegahan dan penanganan *bullying* melibatkan edukasi dan sosialisasi di kalangan guru, orang tua, dan siswa, intervensi dini, dukungan emosional keluarga, program intervensi sekolah, dan keterlibatan masyarakat. Melaporkan kasus *bullying* ke otoritas yang tepat dan penggunaan media digital sebagai alat edukasi juga penting untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung.

DAFTAR PUSTAKA

- Agisyaputri, E., Nadhirah, N. A., & Saripah, I. (2023). IDENTIFIKASI FENOMENA PERILAKU *BULLYING* PADA REMAJA. In & Saripah | (Vol. 19).
- Andriyani, H., Idrus, I. I., & Suhaeb, F. W. (2024). Fenomena Perilaku *Bullying* Di Lingkungan Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(2), 1298–1303. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i2.2176>
- Asriyani Said, E., & Jamaluddin, M. (2022). Hubungan Perilaku *Bullying* Dengan Perkembangan Mental Emosional Pada Anak. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(2).
- Auliarrahma, N. I., Solihah, C., Yulianah, Y., & Mulyana, A. (2024). Orientasi Pembentukan Karakter Individu Yang Beretika: Peran Strategis Keluarga. *Jurnal Parenting Dan Anak*, 1(3), 1–14. <https://doi.org/10.47134/jpa.v1i3.335>
- Azfa, S., & Mah, N. '. (2021). Prosiding Seminar Nasional Bahasa.
- Bete, M. N., & Arifin. (2023). Peran Guru Dalam Mengatasi *Bullying* Di Sma Negeri Sasitamean Kecamatan Sasitamean Kabupaten Malaka. *Jurnal Ilmu Pendidikan (Jip)*, 8(1), 15–25.
- De, J. A., Tobing, E., & Lestari, T. (2021). Pengaruh Mental Anak Terhadap Terjadinya Peristiwa *Bullying*. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1992–1889.
- Eka Trisna Wahani, Sheila Putri Isroini, & Agung Setyawan. (2022). 4. *EduCurio Journal*.
- Gintari, K. W., Jayanti, D. M. D., Laksmi, I. G. A. P. S., & Sintari, S. N. N. (2023). Kesehatan Mental Pada Remaja. *Journal Nursing Research Publication Media (Nursepedia)*, 2(3), 167–183. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v2i3.49>
- Karisma, N., Rofiah, A., Afifah, S. N., & Manik, Y. M. (2024). Kesehatan Mental Remaja dan Tren Bunuh Diri: Peran Masyarakat Mengatasi Kasus *Bullying* di Indonesia. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(03), 560–567. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i03.3439>
- Kisno Saputri, R., Indah Kusuma Pitaloka, R., Aning Nur Nadhiffa, P., Kusuma Wardani, K., & Artikel, R. (2023). EDUKASI PENCEGAHAN *BULLYING* DAN KESEHATAN MENTAL BAGI REMAJA DESA SUKOWATI KECAMATAN KAPAS KABUPATEN BOJONEGORO INFO ARTIKEL ABSTRAK. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 10(1), 44–49.
- Lingga, M., & Nurjannah. (2023). Perilaku *Bullying* Di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bebesen, Aceh Tengah. *Jurnal Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 9(2), 1–11.
- Martha, A. E. (2024). Perundungan Siber (*Cyberbullying*) Melalui Media Sosial Instagram Dalam Teori The Space Transition Of Cybercrimes. *Jurnal Hukum Ius Quia Iustum*, 31(1), 199–218. <https://doi.org/10.20885/iustum.vol31.iss1.art9>

- Najwa, L., Aryani, M., Suhardi, M., Purmadi, A., & Garnika, E. (2023). Sosialisasi Pencegahan Perilaku *Bullying* Melalui Edukasi Pendidikan Karakter Dan Pelibatan Orang Tua. *Community : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 13–17.
- Novitasari, S., Ferasinta, & Padila. (2023). Faktor Media Terhadap Kejadian *Bullying* Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.31539/jka.v5i1.5702>
- Noya, A., Taihuttu, J., & Kiriwenno, E. (2024). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Perilaku *Bullying* Pada Remaja Sitasi. *Humanlight Journal Of Psychology*. Juni, 5(1), 1–16. <http://ejournal-lakn-manado.ac.id/index.php/humanlight>
- Nurfitriyanti, M., Candra, E. N., & Suharyati, H. (2024). Peran Sekolah Dalam Mencegah *Bullying* Di Sekolah Ditinjau Dari Filsafat Etika. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(3), 2041–2048. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i3.6539>
- Oktaviany, D., & Ramadan, Z. H. (2023). Analisis Dampak *Bullying* Terhadap Psikologi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio Fkip Unma*, 9(3), 1245–1251. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i3.5400>
- Paramesti, N. Z., Prawira, R. N., Azahra, M., Farandy, F., Andhiyo, I. G. B., Izzati, A. P., Haryani, D. S., Mahardika, A., Ardika, W. A., & Mulyadi, M. (2024). Peran Negara, Masyarakat, Dan Keluarga Untuk Menanggulangi *Bullying* Dalam Perspektif Hukum Perlindungan Anak. *Indonesian Journal Of Law And Justice*, 1(4), 1–12. <https://doi.org/10.47134/ijl.v1i4.2545>
- Prastiti, J. P., & Anshori, I. (2023). Efek Sosial Dan Psikologis Perilaku *Bullying* Terhadap Korban. *Jurnal Sains Sosio Humaniora*, 7(1), 69–77.
- Putri, O. A., Hariyanti, S., & Kediri, I. (2022). Review Artikel: Transformasi Digital Dalam Bisnis Dan Manajemen. <https://jurnalfebi.iainkediri.ac.id/index.php/proceedings>
- Romadhoni, M. T. B., Heru, M. J. A., Rofiqi, A., Hasanah, Z. W., & Yani, V. A. (2023). Pengaruh Perilaku *Bullying* Terhadap Interaksi Sosial Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Profesional (Jkp)*, 11(1), 1–25.
- Subroto, G. K. (2021). KASUS *BULLYING* DITINJAU DARI KECERDASAN EMOSIONAL DAN KESEHATAN MENTAL ANAK USIA DINI Fadhilah Syam Nasution. *MUBTADA : Jurnal Ilmiah Dalam Pendidikan Dasar*, 4, 1–11.
- Sukmawati, I., Henryan Fenyara, A., Fadhilah, A., Kharin Herbawani, C., Studi Kesehatan Masyarakat, P., Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Jalan Rumah Sakit Fatmawati Raya, F., Labu, P., & Cilandak, K. (2021). DAMPAK *BULLYING* PADA ANAK DAN REMAJA TERHADAP KESEHATAN MENTAL.
- Widodo1, M., Firdaus2, A. M., & Fiqih, P. R. (2022). Dampak Cyber *Bullying* Di Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 38–49.

VISA: Journal of Visions and Ideas

Vol 4 No 3 (2024) 2512 – 2524 E-ISSN 2809-2058 P-ISSN 2809-2643

DOI: 47467/visa.v4i3.4579

Widyastuti, W., & Soesanto, E. (2023). Analisis Kasus *Bullying* Pada Anak. Capitalis: Journal Of Social Sciences, 1(1), 142–154.