

Dampak Bullying Di Lingkungan Sekolah Terhadap Perkembangan Psikologis

Em Aginta Putri

Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Medan, Indonesia

Email: emagintaputri2006@gmail.com

Diterima: 03-12-2025 | Disetujui: 13-12-2025 | Diterbitkan: 15-12-2025

ABSTRACT

In the current era, social issues often present children as victims in the media. Bullying is one of these social problems. This is very sad in places where children should feel safe and protected. This is in line with Law Number 23 of 2002 concerning child protection, which states that every child has the right to live, grow, develop, and participate properly in accordance with human dignity, as well as to receive protection from violence and discrimination. The method used in this research is a qualitative method with a descriptive approach with the type of research being a literature review. A literature review is the collection of information or written works that are library-based in nature. The collection of information is carried out by reviewing several written sources, namely journals, books, and other sources that are certainly in accordance with the research object. 1. Forms of bullying behavior in schools Bullying behavior is an act of violence that is intentionally or unintentionally carried out by an individual or a group, either verbally or physically. Bullying is a type of aggressive behavior in which an individual or a weaker group experiences psychological or physical pressure. The perpetrators are those who bully others and believe that they have the authority to do anything to their victims. And it is usually carried out by one person or a group of people. 2. The impact of bullying on psychological aspects The impact of bullying behavior on its victims can affect the physical and psychological condition of the victims, and there are even victims who feel depressed and withdraw from their surrounding social environment. Bullying behavior only makes children feel afraid, threatened, have low self-esteem, and feel worthless, have difficulty concentrating while learning, have difficulty socializing with their environment, do not want to go to school, have difficulty socializing, and become individuals who lack self-confidence, have difficulty thinking, and experience a decline in academic achievement. Talking about bullying is always related to an action or behavior of an individual or group toward other individuals or groups. Usually, bullying appears in various forms, namely verbal bullying, physical bullying, and cyberbullying. Bullying is essentially destructive and damaging. Bullying is an act of abuse of power carried out by an individual or a group. The parties who carry out bullying do not only mean strong in physical size but also strong in mental capacity. In this case, victims of bullying are unable to defend themselves because they have weak physical and mental conditions.

Keywords: *bullying, psychological impact, school.*

ABSTRAK

Zaman sekarang ini, isu-isu sosial sering menampilkan anak-anak sebagai korban di media. Bullying adalah salah satu dari masalah sosial ini. Ini sangat menyedihkan di tempat di mana anak-anak seharusnya merasa aman dan terlindungi. Hal ini sejalan dengan UU 23 tahun 2002 tentang perlindungan anak bahwa setiap anak berhak untuk hidup tumbuh, berkembang dan berpartisipasi secara wajar sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan, serta mendapatkan perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi. Metode yang digunakan pada penelitian ini ialah metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif dengan jenis penelitian literature review. Literature review yaitu mengumpulkan informasi atau karya tulis yang bersifat kepustakaan. Pengumpulan informasi dilakukan dengan

cara menelaah dari beberapa sumber tertulis yaitu jurnal, buku, dan sumber-sumber lainnya yang tentunya sesuai dengan objek penelitian. 1. Bentuk-bentuk perilaku bullying di Sekolah Perilaku bullying merupakan tindakan kekerasan yang sengaja maupun tidak sengaja dilakukan oleh seseorang ataupun sekelompok baik secara verbal maupun fisik. Bullying adalah jenis perilaku agresif dimana seseorang atau sekelompok individu yang lebih lemah mengalami tekanan psikologis atau fisik. Pelaku adalah mereka yang menggertak orang lain dan percaya bahwa mereka memiliki wewenang untuk melakukan apa saja kepada korbannya. Dan biasanya dilakukan oleh satu orang atau sekelompok orang. 2. Dampak Bullying Terhadap Psikologis Dampak perilaku bullying terhadap korbannya bisa berdampak kepada fisik dan psikologis korban, bahkan ada korban yang sampai merasa depresi dan jauh dari sosial lingkungan sekitarnya. Perilaku bullying hanya membuat anak takut terancam, rendah diri dan tak ada nilainya, sulit berkonsentrasi pada saat belajar, sulit bersosialisasi dengan lingkungannya, tidak mau sekolah, sulit bersosialisasi dan menjadi seseorang yang tidak memiliki percaya diri, sulit untuk berfikir hingga prestasi akademiknya menurun. Berbicara tentang bullying selalu berkaitan dengan suatu tindakan atau perilaku seseorang atau kelompok kepada orang serta kelompok lainnya. Biasanya bullying muncul dalam berbagai macam bentuk yakni, bullying secara verbal, fisik dan cyber. Bullying pada hakikatnya bersifat merusak dan menghancurkan. Bullying adalah tindakan penyalahgunaan kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok. Pihak yang melakukan bullying ini tidak hanya berarti kuat dalam ukuran fisik tetapi kuat juga dalam ukuran mental. Dalam hal ini korban bullying tidak mampu membela diri karena memiliki fisik dan mental yang rendah.

Kata kunci: bullying, dampak psikologis, sekolah

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Em Aginta Putri. (2025). Dampak Bullying Di Lingkungan Sekolah Terhadap Perkembangan Psikologis. Educational Journal, 1(2), 392-398. <https://doi.org/10.63822/bx1y7275>

PENDAHULUAN

Zaman sekarang ini, isu-isu sosial sering menampilkan anak-anak sebagai korban di media. Bullying adalah salah satu dari masalah sosial ini. Ini sangat menyedihkan di tempat di mana anak-anak seharusnya merasa aman dan terlindungi. Hal ini sejalan dengan UU 23 tahun 2002 tentang perlindungan anak bahwa setiap anak berhak untuk hidup tumbuh, berkembang dan berpartisipasi secara wajar sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan, serta mendapatkan perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi. Sukawati et al (2021) menjelaskan bahwa bullying merupakan perlakuan yang menyebabkan kerugian fisik dan mental bagi orang lain, kegiatan bullying biasanya terjadi berulang – ulang dengan skala kecil ataupun besar. Pada dasarnya perilaku bullying di sekolah disebabkan oleh faktor yang beragam dan bentuk yang beragam pula, sebagaimana yang dikemukakan Mohan & Bakar (2021) bahwa mayoritas perilaku bullying disebabkan oleh hierarki kekuasaan dimana anak merasa memiliki kekuasaan yang lebih dan disalahgunakan dalam bentuk perilaku menyimpang. Perilaku bullying yang terjadi di sekolah dapat terjadi dalam berbagai bentuk, termasuk kekerasan fisik, pelecehan verbal, dan keterasingan.

Di Indonesia kasus bullying semakin tinggi saat ini salah satu kasus yang sangat terkenal yaitu kasus siswa sekolah dasar menyetubuhi kucing karena disuruh oleh temannya kemudian videonya viral di sosial media hal ini berakibat korban mengalami goncangan psikis yang berat sehingga tidak mau makan dan mengalami penurunan kondisi fisik hingga meninggal dunia. Bukan ini saja terdapat kasus siswa sekolah dasar kelas 2 yang mengalami perundungan oleh kakak kelasnya yaitu kelas VI hingga koma. Menurut data Programme for International Students Assessment (PISA) anak dan remaja di Indonesia mengalami 15 persen intimidasi, 19 persen dikucilkan, 22 persen dihina, 14 persen diancam, 18 persen didorong sampai dipukul teman dan 20 persen digosipkan kabar buruk. Tak hanya itu United Nation International Children's Emergency Fund (UNICEF) mencatat bahwa Indonesia memiliki persentase tinggi terkait kekerasan anak. Bila dibandingkan negara Asia lainnya seperti Vietnam, Nepal maupun Kamboja, Indonesia menempati posisi yang lebih tinggi.

Shim et al (2018) beranggapan bahwa tindakan bullying yang terjadi di sekolah kerap kali ditanggapi dengan tidak serius oleh guru, guru berasumsi bahwa perilaku bullying menjadi bentuk dari proses perkembangan siswa sehingga perilaku bullying kerap kali terjadi tanpa adanya respon dari guru. Untuk mendukung lingkungan belajar yang kondusif, guru sebagai pendidik perlu membimbing dan membina siswa agar dapat membangun hubungan yang positif satu sama lain dan menghindari pertengkaran dan konflik yang terkait dengan bullying. Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya bullying antara lain perbedaan status ekonomi, agama, jenis kelamin, adat istiadat, dan kecenderungan senior untuk sering mendisiplinkan juniornya. Ada keinginan yang kuat akan kekuatan fisik dan daya tarik seksual untuk mendominasi korban, serta rasa balas dendam atau kecemburuan. Selain itu, pelaku intimidasi bertindak karena keinginan untuk mendapatkan popularitas di antara teman sebayanya (peer group).

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan pada penelitian ini ialah metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif dengan jenis penelitian literature review. Literature review yaitu mengumpulkan informasi atau karya tulis yang bersifat kepustakaan. Pengumpulan informasi dilakukan dengan cara menelaah dari beberapa sumber tertulis yaitu jurnal, buku, dan sumber-sumber lainnya yang tentunya sesuai dengan objek penelitian.

HASIL PENELITIAN

1. Bentuk-bentuk perilaku bullying di sekolah

Perilaku bullying merupakan tindakan kekerasan yang sengaja maupun tidak sengaja dilakukan oleh seseorang ataupun sekelompok baik secara verbal maupun fisik. Bullying adalah jenis perilaku agresif dimana seseorang atau sekelompok individu yang lebih lemah mengalami tekanan psikologis atau fisik (Putri, 2018; Saifullah, 2015). Pelaku adalah mereka yang menggertak orang lain dan percaya bahwa mereka memiliki wewenang untuk melakukan apa saja kepada korbannya. Dan biasanya dilakukan oleh satu orang atau sekelompok orang.

Bullying verbal merupakan bullying langsung, yang meliputi perilaku seperti, memanggil dengan panggilan/julukan yang buruk, mengejek, menggoda, maupun mengancam. Bentuk-bentuk perilaku verbal seperti disebutkan, merupakan perilaku yang paling sering muncul, bisa jadi karena perilaku tersebut dianggap sebagai perilaku biasa yang tidak dianggap sebagai perilaku bullying. Bentuk bullying berikutnya menurut pelaku adalah bullying relasional dan selanjutnya fisik. Sedangkan menurut korban, setelah bullying bentuk verbal, selanjutnya adalah bentuk fisik dan relasional. Bentuk bullying fisik berupa mendorong (atau didorong), memukul (atau dipukul), mengajak berkelahi (atau diajak berkelahi), mengambil barang yang bukan haknya (diambil barangnya), atau dikunci di ruang tertutup. Sementara bentuk bullying relasional paling sering berupa pengucilan atau fitnah.

Crick & Grotpeter (dalam Woods & Wolke, 2004), mengemukakan bahwa anak-anak yang terlibat dalam bullying relasional kurang disukai oleh anak-anak lain, dan terdapat bukti bahwa agresi relasional berhubungan dengan maladjustment berupa depresi, kesepian, cemas, dan mengalami isolasi sosial (Bjorkqvist, 1994; Crick, Casas, & yon-Chin, 1999; dalam Woods & Wolke, 2004). Sebaliknya, temuan lainnya mengatakan bahwa anak-anak yang menjadi pelaku bullying relasional, secara fisik sehat, menikmati pergi ke sekolah, jarang absen, memiliki lebih sedikit masalah perilaku (hiperaktif dan kenakalan), tetapi memiliki perilaku prososial yang rendah (Wolke et al., 2000; Wolke, Woods, Bloomfield, & Karstadt, 2001; Wolke, Woods, Schulz, et al., 2001; dalam Woods & Wolke, 2005).

Penelitian Parahita (012) menemukan bahwa Keterampilan Sosial berhubungan negatif secara sangat signifikan dengan kecenderungan menjadi korban bullying, sementara Kemampuan Empati berhubungan negatif secara sangat signifikan dengan kecenderungan menjadi pelaku bullying (Wijayanti, 2012). Siswa yang melakukan bullying relasional cenderung kurang dapat berempati dan kurang memiliki perilaku prososial. Saat ini, sudah banyak terjadi peristiwa yang di tujukan kepada siswa di Indonesia, seperti perilaku bullying yang terjadi dilingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat. Karena perilaku bullying ini sudah menjadi hal biasa dan menyebar luas dikalangan manapun. 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. Korban juga cenderung membawa luka emosional, fobiasosial di masa dewasa, emosional tidak stabil karena merasa tidak nyaman, tindakan fisik juga menyebabkan bekas luka pada korban bullying (Sukmawati et al, 2019).

2. Dampak Bullying terhadap Psikologi

Dampak perilaku bullying terhadap korbannya bisa berdampak kepada fisik dan psikologis korban, bahkan ada korban yang sampai merasa depresi dan jauh dari sosial lingkungan sekitarnya. Menurut Zulqurnain & Thoha (2022) perilaku bullying hanya membuat anak takut terancam, rendah diri dan tak ada nilainya, sulit berkonsentrasi pada saat belajar, sulit bersosialisasi dengan lingkungannya, tidak mau sekolah, sulit bersosialisasi dan menjadi seseorang yang tidak memiliki percaya diri, sulit untuk berfikir hingga prestasi akademiknya menurun.

Bullying paling banyak terjadi dalam bentuk ejek - ejekan nama orang tua, nama panggilan, ada juga siswa yang mengatakan najis dan mengejek bau badan, memukul siswa lain, dan berkelahi antar siswa. Bullying terjadi sebagai bentuk tindakan untuk menunjukkan kekuasaan pelaku bullying, sakit hati, dan bercanda berlebihan. Dampak dari bullying yang terjadi membuat siswa menjadi tidak percaya diri, khawatir dengan lingkungan, tidak nyaman bila dekat perilaku bullying, malu, marah, dan trauma. Siswa tidak percaya diri dalam menyampaikan pendapat ketika pembelajaran bahkan tidak percaya dengan kemampuan diri yang dimiliki oleh siswa. Individu yang tidak percaya diri biasanya disebabkan oleh individu tersebut tidak mendidik sendiri dan hanya menunggu orang melakukan sesuatu kepada dirinya. Korban bullying seringkali mengalami tingkat stres dan kecemasan yang tinggi. Mereka mungkin merasa takut, cemas, dan khawatir setiap hari, terutama ketika berada di lingkungan sekolah. Stres yang berkepanjangan dapat mengganggu konsentrasi, belajar, dan performa akademik mereka. Bullying dapat merendahkan harga diri korban (Febriana, 2017). Korban dapat merasa rendah diri, tidak berharga, dan merasa tidak ada yang peduli terhadap mereka. Hal ini dapat menyebabkan penurunan kepercayaan diri dan merusak citra diri yang positif.

Siswa masih mau bercerita kepada guru di sekolah apa yang terjadi dengan dirinya sehingga guru bisa memanggil korban dan pelaku untuk memotivasi korban dalam menyampaikan pendapat dalam pembelajaran dan jangan takut bila salah karena salah tidak akan di ejek, sedangkan untuk pelaku guru bisa mengingatkan untuk berjanji tidak akan mengulangi dan meminta maaf kepada korban. Siswa tidak takut namun lebih ke perasaan tidak nyaman terutama jika tidak ada guru dan lingkungan itu dekat dengan pelaku. Sedangkan di lingkungan baru siswa akan memperhatikan terlebih dahulu. Dalam hal ini siswa tidak takut untuk bercerita karena tidak ada pengancaman untuk jangan mengadu kepada

Siapa pun. Selain itu siswa tidak mau berdekatan dengan pelaku bullying atau lebih memilih menjaga jarak kepada pelaku meskipun telah memaafkan pelaku. Bullying mempengaruhi kemampuan korban untuk membangun hubungan sosial yang sehat (Setyowati et al, 2017). Korban dapat merasa sulit untuk percaya pada orang lain, mengalami isolasi sosial, dan menghindari interaksi sosial yang berpotensi membuat mereka rentan terhadap perlakuan yang tidak menyenangkan. Dalam hal ini siswa trauma untuk berteman dengan pelaku. Trauma yang dihadapi korban adalah trauma ringan lebih kerasa takut untuk berteman dekat kembali. Trauma menurut Wright (2017) tidak seperti fobia yang dapat dihindari, karena orang yang mengalami trauma selalu hidup dengan pengalaman masa lalunya.

Kemudian siswa masih menolong temannya yang mengalami perundungan seperti memberitahu guru, sering diam dalam berteman, dalam berbicara dengan suara pelan seperti khawatir, dan terkadang dalam berbicara menghindari kontak mata. Namun pada korban inisial AA berbicara dengan suara pelan itu tidak berlaku. Hal ini berarti siswa malu dengan teman yang lainnya. Malu menurut Kusumasari & Hidayati (2014) adalah keadaan orang yang mengalami suatu hambatan dalam melakukan presentasi dirinya secara langsung untuk melakukan suatu hubungan sosial. Selain itu siswa jika diganggu lebih banyak menghindar namun siswa dapat sakit hati, menangis bahkan membalas dengan mendorong temannya. Dalam hal ini siswa seperti sedang mengeluarkan rasa marah yang siswa tahan. Rasa marah ini menurut Davidoff (dalam Falentina dan Yulianti, 2012) marah sebagai suatu emosi yang memiliki ciri ciri aktivitas system syaraf simpatetik yang tinggi dan adanya perasaan tidak suka yang sangat kuat yang disebabkan oleh adanya kesalahan yang nyata. Maka dapat disimpulkan dampak secara psikologis dari korban bullying yang terlihat adalah kurangnya rasa percaya diri siswa, takut dengan lingkungan sekitar jika tidak ada guru atau orang yang lebih dituakan, trauma tidak mau berteman dekat dengan pelaku bullying, malu, dan marah tidak dikendalikan bila sudah tidak tahan diperlakukan tidak baik.

Penelitian ini sejalan yang penelitian Hopeman et al (2020) yang menyatakan bahwa paling sering terjadi setelah mereka melihat atau mengalami bullying adalah rasa trauma, minder, takut, prestasi belajar menurun, dan juga menutup diri terhadap orang yang mereka anggap sebagai suatu ancaman bagi mereka. Penelitian ini juga sejalan Jelita et al (2021) yang menyatakan dampak bullying terhadap kepercayaan diri anak berbedabeda pada subjek I dan RA bullying mengakibatkan percaya diri yang kurang, sedangkan pada subjek LA bullying mengakibatkan meningkatnya rasa percaya diri karena menjadi motivasi. Maka dari itu perilaku bullying tidak baik untuk kehidupan sosial siapapun dan akan berdampak besar kepada kehidupan selanjutnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Perilaku bullying yang masih sering terjadi sesuai dengan aspek yang telah diamati. Adapun perilaku bullying yang terjadi yaitu seperti perilaku bullying verbal dan bullying fisik. Dampak bullying secara psikologis terlihat bahwa siswa menjadi tidak percaya diri, khawatir dengan lingkungan sekitar, trauma untuk berteman kembali, malu dengan berbicara pelan dan menghindari kontak mata, dan marah jika sudah tidak bisa dibisa menerima perlakuan buruk terus menerus. Berbicara tentang bullying selalu berkaitan dengan suatu tindakan atau perilaku seseorang atau kelompok kepada orang serta kelompok lainnya. Biasanya bullying muncul dalam berbagai macam bentuk yakni, bullying secara verbal, fisik dan cyber. Bullying pada hakikatnya bersifat merusak dan menghancurkan.

Bullying adalah tindakan penyalahgunaan kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok. Pihak yang melakukan bullying ini tidak hanya berarti kuat dalam ukuran fisik tetapi kuat juga dalam ukuran mental. Dalam hal ini korban bullying tidak mampu membela diri karena memiliki fisik dan mental yang rendah. Bullying sering terjadi di lingkungan sekolah dan dalam berbagai bentuk baik itu kekerasan fisik seperti, memukul, menendang, meludahi dan lain sebagainya. Ada pula kekerasan verbal seperti, menghina dan mengeluarkan kata-kata yang dapat menyinggung hati seseorang yang dibully. Dan ada pula bullying dalam ranah media massa atau sering disebut cyberbully seperti mempermalukan seseorang melalui media internet (mengunggah foto atau video dengan caption yang memalukan). Tindakan bullying ini dapat berpengaruh buruk dan bahkan merusak psikologi dan perasaan seseorang.

DAFTAR PUSTAKA

- Khairunisa, K., Neviyarni, N., Marjohan, M., Ifdil, I., & Afdal, A. (2022). Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Eklektik Untuk Menurunkan Tingkat Stress Pada Peserta Didik Korban Bullying. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 8(2), 104-111.
- Rahayu B. A., P. I. (2019). Bullying di Sekolah: Kurangnya Empati Pelaku Bullying Dan Lack Of Bullies Empathy And Prevention At School. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(3), 237–246.
- Saifullah, F. (2015). Hubungan antara konsep diri dengan bullying. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(3).
- Setyowati, W. E., Heppy, D., & Setiani, A. R. (2017). Hubungan Antara Perilaku Bullying (Korban Bullying) Dengan Kemampuan Interaksi Sosial Pada Remaja SMA. In *Proceeding Unissula Nursing Conference*, no. Nurse Roles in Providing Spiritual Care in Hospital, Academic and Community (pp. 174-79).
- Sukawati, A., Lidinillah, D. A. M., & Ganda, N. Fenomena Bullying Berkelompok di Sekolah Dasar. *Pedadidaktika: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 8(2), 354-363.
- Sukmawati, I., Fenyara, A. H., Fadhilah, A. F., & Herbawani, C. K. (2021). Dampak Bullying Pada Anak Dan Remaja Terhadap Kesehatan Mental. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat 2022* (Vol. 2, No. 1, pp. 126-144).
- Hopeman, T. A., Suarni, K., & Lasmawan, W. (2020). Dampak Bullying Terhadap Sikap Sosial Anak Sekolah Dasar (Studi Kasus Di Sekolah Tunas Bangsa Kodya Denpasar). *PENDASI: Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 4 (1), 52–63.
- Jelita, N. S. D., Iin, P., & Aniq, K. (2021). Dampak bullying terhadap kepercayaan diri anak. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 11(2), 232-40.
- Falentina, F. O., & Yulianti, A. (2012). Asertivitas terhadap pengungkapan emosi marah pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 8(1), 9-14.
- Wright, T. (2017). Supporting Students Who Have Experienced Trauma. *NAMTA Journal*, 42(2), 141-152.
- Kusumasari, H., & Hidayati, D. S. (2014). Rasa malu dan presentasi diri remaja di media sosial. *Jurnal psikologi teori dan terapan*, 4(2), 91-105.
- U.S. Department of Education. (1998). *Preventing Bullying: A Manual for Schools and Communities*. Washington, D.C.: U.S. Department of Education. Available by order at <http://www.ed.gov/pubs>
- Wati, P. (2012). Hubungan keterampilan sosial dengan kecenderungan menjadi korban bullying. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Wijayanti, D. (2012). Hubungan kemampuan empati dengan perilaku bullying. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Woods, S., & Wolke, D. (2003). Direct and relational bullying among primary school children and academic achievement. *Journal of School Psychology*. 42. 135-155