

PERAN PSIKOLOG DALAM MEMINIMALISIR PERILAKU *SCHOOL BULLYING* DENGAN PENDEKATAN *SELF ESTEEM* SISWA

Dewi Sartika Akbar¹⁾, Siti Qodariah²⁾ dan Devina Fidelia
Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung

- 1) dsartk@yahoo.com
2) siti.godariah@yahoo.co.id

ABSTRAK

Bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang/sekelompok siswa terhadap siswa/siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut. Penulisan ini dilatarbelakangi dari penelitian perilaku *bullying* yang dilakukan oleh senior terhadap juniornya di suatu SMU "X" di kota Bandung. Perilaku *bullying* yang terjadi berulang-ulang pada korban memberikan dampak fisik maupun psikologis.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa semakin tinggi perlakuan *bullying* maka semakin rendah *self esteem* remaja wanita yang menjadi korban *bullying*. *Bullying* dimensi perilaku non verbal langsung merupakan dimensi *bullying* yang paling banyak dialami. *Bullying* memiliki hubungan pada segala dimensi *self esteem* dengan tingkat korelasi yang paling besar adalah dimensi *power*, kemudian *virtue*, *competence* baru *significance*. Perlakuan *bullying*, dalam bentuk apapun akan mengembangkan perasaan tidak berharga dan tidak dihormati oleh lingkungannya.

Peran Psikolog diperlukan terutama untuk menghilangkan dampak psikologis, juga untuk memutuskan rantai perilaku *bullying* dari senior pada junior, dengan mengubah pola pikir yang sebelumnya bersifat irrasional, dengan *belief* yang cenderung negatif dan merugikan, menuju pola pikir yang semakin rasional, menjadi positif dalam menilai diri. Sejalan dengan keberhasilan dalam mengubah pola pikirnya, maka *self esteem* pada subyek penelitian ini semakin meningkat.

Kata kunci : *Bullying, Self Esteem, belief*

PENDAHULUAN

Siswa sebagai pelajar hendaknya saling memberikan dukungan bagi sesama siswa satu angkatan dan bagi adik kelasnya dengan memberikan informasi mengenai pelajaran, pengajar, maupun membimbing bersosialisasi agar para adik kelas—terutama siswa-siswa baru masuk

sekolah—dapat merasa nyaman berada di lingkungan barunya.

Dukungan-dukungan seperti ini diperlukan karena masa transisi dari Sekolah Menengah Pertama (SMP) ke SMA dimaknai sebagai masa yang dapat menimbulkan stress, yang menyebabkan mereka menjadi merasa kurang nyaman dengan keadaannya (Santrock, 2002). Oleh

karena itu pada masa ini remaja sangat butuh merasakan diterima keberadaannya oleh orang-orang disekitarnya terutama oleh kakak kelasnya sebagai bagian dari lingkungan sekolah yang sama, namun sangat disayangkan seringkali hal ini tidak dapat terealisasi dengan baik. Beberapa kakak kelas merasa enggan 'merangkul' adik kelasnya dikarenakan adanya keinginan agar mereka disegani dan ditakuti oleh adik kelas.

Sebagai seorang murid baru di sekolah, biasanya diwajibkan mengikuti kegiatan *inisiasi* seperti Ospek dengan tujuan memperkenalkan sekolah yang akan menjadi tempat mereka menuntut ilmu, memupuk rasa keeratan sesama siswa, namun seringkali setelah kegiatan inisiasi formal yang ditetapkan oleh pihak sekolah, masih ada segelintir kakak kelas yang melakukan kegiatan inisiasi sendiri secara informal yang tujuannya melenceng dari tujuan sekolah. Inisiasi ini seringkali meluas menjadi sebuah penggojlokkan yang merendahkan dan mengintimidasi adik kelasnya dengan cara menyakiti fisik ataupun mental adik kelasnya yang menjadi korban. Tindakan semacam ini disebut sebagai **School Bullying (Coloroso dalam Astuti, 2008)**.

Kegiatan intimidasi ini semakin lama semakin jelas keberadaannya terutama di SMU di kota-kota besar. Fenomena *bullying* yang paling menarik perhatian sehingga akhirnya kata-kata *bullying* menjadi kerap dibicarakan terjadi di Sekolah Menengah Atas 34 Pondok Labu, Jakarta Selatan. Penyiksaan senior terhadap juniornya ini dilakukan oleh geng "Gesper" yang anggotanya adalah ratusan siswa kelas 1, 2, dan 3 serta para alumni

SMA 34 ini memaksakan keanggotaan baru pada siswa-siswa juniornya. Selain dalam bentuk fisik, para korban juga mengalami teror mental seperti diancam dan ditakut-takuti (**Harian Kompas, 11 November 2007**).

Di Bandung sendiri rata-rata di setiap sekolah terutama SMA, *bullying* kerap kali terjadi terutama pada saat tahun ajaran baru. Kebanyakan yang menjadi korban *bullying* adalah siswa-siswa yang baru masuk SMA. Salah satunya adalah SMU 'X' yaitu sebuah SMA Negeri yang terletak di pusat kota Bandung.

Sebenarnya para guru di SMU 'X' telah menetapkan sanksi tegas terhadap para siswa yang kedapatan melakukan *bullying* kepada juniornya, namun pelaku seringkali melakukan *bullying* di saat-saat maupun di tempat yang luput dari pengawasan guru-guru sehingga para guru tidak mengetahui ada siswanya yang melakukan *bullying* terhadap siswa juniornya. Perilaku *bullying* ini tentunya memberikan berbagai macam dampak terhadap korbannya—seringkali dampak yang dihasilkan adalah dampak yang negatif.

Hasil wawancara yang dilakukan dengan Wakil Kepala Sekolah Bagian Kesiswaan SMU "X" menyebutkan bahwa akibat-akibat psikis yang ditimbulkan *bullying* yang dirasakan oleh para korbannya adalah korban ingin pindah sekolah, timbul perasaan ingin balas dendam bila mereka telah menjadi senior dan merasa tidak diterima keberadaannya di sekolah karena dinilai berbeda dengan teman-temannya yang lain, walaupun tidak terlihat terlalu signifikan tapi terjadi penurunan prestasi

belajar dikarenakan korban menjadi jarang masuk sekolah.

Saat mereka mendapatkan perlakuan *bullying* mereka memilih menghindari situasi yang tidak menyenangkan tersebut dengan memilih tidak masuk sekolah serta tidak bersosialisasi dengan lingkungan sekolahnya. Kondisi ini menunjukkan evaluasi yang negative korban *bullying* terhadap dirinya yang ditampilkan dalam sikap-sikapnya.

Bagaimanapun *bullying* dapat menimbulkan penilaian atau evaluasi yang negative terhadap dirinya sendiri, merasa dirinya tidak berarti bagi orang lain, tidak dapat sukses dan merasa tidak berharga.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, korban mengaku mengalami perubahan pola dan cara pikir seperti menjadi merasa takut dan malas sekolah karena dicap sebagai 'siswa yang berbeda dengan siswa lainnya' merasa tidak diterima keberadaannya, sedih karena menjadi korban *bullying*, takut untuk bersosialisasi di lingkungan sekolah, merasa disisihkan dan tidak dihargai, merasa apapun yang mereka lakukan selalu salah dan tidak sesuai dengan harapan lingkungannya, serta malas masuk sekolah sehingga prestasi belajar pun ikut menurun dan tidak dapat berkonsentrasi dengan baik pada saat belajar di kelas karena perasaan takut pada saat jam istirahat akan menjadi korban *bullying* lagi. Adanya perasaan tidak berharga, merasa disisihkan, merasa dirinya tidak berarti, dan tidak bernilai yang dialami oleh para siswi SMU tersebut diatas disebut sebagai *self esteem* (Coopersmith, 1967).

Dari hasil penelitian yang dilakukan didapat hubungan yang signifikan antara perlakuan *bullying* dengan *self esteem* remaja wanita yang menjadi korban *bullying* di SMU 'X' Bandung. Hal ini berarti bahwa perlakuan *bullying* berkaitan dalam pembentukan *self esteem* remaja wanita yang menjadi korban *bullying* di SMU 'X' Bandung. Dengan kata lain, semakin sering perlakuan *bullying* diterima, maka semakin rendah *self esteem* pada remaja wanita korban *bullying* di SMU 'X' Bandung.

Bullying memiliki hubungan pada segala dimensi dalam *self esteem* dengan tingkat korelasi yang paling besar ditempati oleh korelasi *bullying* dengan *self esteem* dimensi *power*.

KAJIAN MASALAH

Masa remaja adalah masa dimana terjadi perubahan-perubahan aspek fisik, emosi, dan kognitif individu yang mempengaruhi kematangan individu. Perubahan-perubahan ini selain dipengaruhi oleh proses belajar juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan sosialnya (Santrock J.W. 1999).

Di masa ini perubahan kognitif remaja yang sedang berkembang akan membentuk penilaian terhadap "diri" menjadi lebih terorganisir, dan konsisten, yang berhubungan erat dengan pembentukan identitas remaja tersebut. Dalam usaha membentuk identitasnya, pandangan-pandangan sosial—dalam permasalahan ini adalah lingkungan sekolah—menjadi hal yang sangat berperan besar karena penghargaan atau pengakuan dari individu lain yang berada

di lingkungan sekolah akan menentukan cara seorang remaja berperilaku di lingkungan sosialnya.

Oleh karena itu remaja sangat membutuhkan perasaan diterima keberadaannya oleh orang-orang disekitarnya terutama oleh senior di sekolah, namun sebaliknya seringkali senior melakukan intimidasi terhadap adik kelasnya dengan berbagai macam alasan seperti yang terjadi di SMU 'X' Bandung dimana banyak siswi kelas 1 (satu) yang diintimidasi dengan cara disakiti fisik maupun mentalnya berulang kali oleh siswi senior dengan berbagai macam alasan. Perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang/sekelompok siswi senior yang memiliki kekuasaan secara sengaja terhadap siswi junior yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti (baik fisik maupun psikis) dan mendapatkan kekuasaan atas korbannya disebut juga sebagai **School Bullying (Coloroso dalam Astuti, 2008)**.

Siswi yang menjadi korban *bullying* seringkali mempersepsikan dirinya sebagai pihak yang lemah, tidak berdaya dan merasa diri mereka tidak diterima keberadaannya oleh senior. Ketakutan akan terulangnya kegiatan intimidasi terhadap diri mereka membuat mereka menjadi malas untuk pergi ke sekolah dan akibatnya prestasi belajarpun ikut menurun namun ada juga yang merasa dirinya diperhatikan sehingga mereka berupaya untuk memperbaiki diri, memaknai hidup menjadi lebih berarti dan menjalani kehidupan sekolahnya dengan baik. Hal tersebut dapat dikarenakan adanya pemaknaan yang berbeda dimana penerimaan perlakuan *bullying* ini akan

sangat dipengaruhi oleh bagaimana siswi kelas 1 korban *bullying* memaknai perlakuan *bullying* yang terjadi pada dirinya. Pemaknaan perlakuan *bullying* yang dilakukan oleh kakak kelas terhadap mereka bersifat subjektif dan individual.

Dalam memaknai perlakuan *bullying* yang dilakukan oleh kakak kelas pada korbannya dikelompokkan ke dalam lima kategori, yaitu : (1) Kontak fisik langsung, (2) Kontak verbal langsung, (3) Perilaku non-verbal langsung, (4) Perilaku non-verbal tidak langsung

Menurut **Coloroso (2003:67)**, *bullying* akan mempengaruhi cara pandang diri mereka terhadap dirinya sendiri. Seringkali *bullying* yang berkepanjangan membuat mereka merasa rendah diri dan merasa dirinya tidak berharga dibandingkan dengan orang lain yang tidak mengalami perlakuan *bullying*.

Kesemua pemaknaan korban terhadap dirinya diatas dihayati korban melalui suatu proses, yaitu proses evaluasi diri (*self evaluation*) yang mencakup (1) Perbandingan *Self Image* dan *Self Ideal*, hal ini berkaitan dengan penghayatan siswi junior yang menjadi korban *bullying* mengenai keadaan yang dirasakan, apakah sesuai atau tidak dengan gambaran yang diinginkan oleh mereka, (2) Internalisasi dari *society judgement*, berkaitan dengan keyakinan siswi junior yang menjadi korban *bullying* mengenai bagaimana orang-orang menilai mereka bahwa ada orang yang tidak menerima keberadaan mereka, (3) Evaluasi terhadap kesuksesan dan kegagalan dalam melakukan sesuatu, hal ini berkaitan dengan korban melakukan sesuatu yang membuat dirinya

merasa tidak berarti dan dapat membuat rasa penghargaan terhadap diri sendiri menjadi rendah.

Perilaku *bullying* yang dilakukan senior terhadap juniornya berkaitan dengan proses *self evaluation* sehingga membentuk suatu penilaian mengenai bagaimana siswi junior yang menjadi korban *bullying* menjadi percaya bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan, adanya perasaan tidak diakui, merasa tidak diterima keberadaannya oleh orang lain, atau lebih dikenal dengan istilah *self esteem*.

Menurut **Coopersmith (1967:5)** *self esteem* merupakan evaluasi atau penilaian yang mengindikasikan besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan, dan keberhargaan dirinya sendiri. **Coopersmith** merangkum 4 faktor utama yang memberi kontribusi pada perkembangan *self esteem* yaitu banyaknya jumlah penghargaan seperti diterima menjadi suatu bagian dari lingkungan sekolah yang sama oleh para senior, perhatian yang diterima siswi junior dari *significant others* dalam kehidupannya, sejarah kesuksesan dan kegagalan, nilai-nilai aspirasi, serta sikap-sikap individual dalam merespon evaluasi terhadap dirinya.

Mereka yang memiliki *self esteem* rendah seringkali mengkritik diri sendiri dan juga merendahkan orang lain. Mereka tidak bahagia dengan apa yang mereka miliki, kurang percaya diri, dan mudah cemas karena mereka tidak mampu mengatasi masalah-masalah personal seperti perlakuan *bullying* yang dialaminya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Korelasi Perilaku *Bullying* dengan *Self-Esteem*

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh $r_s = -0.422$ sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan negative antara perilaku *bullying* dengan *self esteem* remaja wanita yang menjadi korban *bullying* di SMU 'X' Bandung. Artinya, semakin sering perlakuan *bullying* dilakukan maka semakin rendah *self esteem* remaja wanita yang menjadi korban *bullying* di SMU 'X' Bandung.

Korelasi Dimensi-Dimensi *Bullying* dengan *Self Esteem*

Tabel 1

Dimensi *bullying* dengan *self esteem*

<i>Bullying</i>	<i>Self Estem</i>	
	r	t _{hit}
Kontak Fisik Langsung	-0.348	-2.603
Kontak Verbal Langsung	-0.398	-2.227
Perilaku Non Verbal Langsung	-0.457	-2.264
Perilaku Non Verbal Tidak Langsung	-0.376	-2.435

Berdasarkan perhitungan pada tabel 1, diperoleh bahwa keseluruhan dimensi *bullying* memiliki korelasi negative dengan

self esteem. Dimensi *bullying* yang memiliki korelasi paling tinggi dengan *self esteem* adalah *bullying* dimensi perilaku non verbal langsung, artinya semakin sering perlakuan *bullying* dimensi perilaku non verbal langsung diterima maka semakin rendah *self esteem* remaja wanita yang menjadi korban *bullying* di SMU 'X' Bandung.

Korelasi Bullying dengan Dimensi-dimensi Self Esteem

Tabel 2

Bullying dengan dimensi *self esteem*

Self Esteem	Bullying	
	r	t_{hit}
<i>Power</i>	-0.597	-4.465
<i>Significance</i>	-0.313	-1.977
<i>Virtue</i>	-0.556	-4.014
<i>Competence</i>	-0.392	-2.557

Berdasarkan perhitungan dalam tabel 2, diperoleh bahwa *bullying* memiliki korelasi yang paling tinggi dengan *self esteem* dimensi *power*, artinya semakin sering perlakuan *bullying* diterima maka semakin rendah *self esteem* dimensi *power* remaja wanita yang menjadi korban *bullying* di SMU 'X' Bandung.

Korelasi Dimensi-Dimensi Bullying dengan Dimensi-Dimensi Self Esteem

Tabel 3

Dimensi *bullying* dengan dimensi *self esteem*

Dimensi	<i>Power</i>	<i>Significance</i>	<i>Virtue</i>	<i>Competence</i>
	r	r	r	R
Kontak fisik langsung	-0,346	-0,322	-0,418	-0,390
Kontak verbal langsung	-0,403	-0,637	-0,350	-0,436
Perilaku non verbal langsung	-0,648	-0,623	-0,437	-0,529
Perilaku non verbal tidak langsung	-0,512	-0,390	-0,509	-0,410

Dilihat dari hasil perhitungan diperoleh bahwa sebagian besar dimensi-dimensi *bullying* memiliki korelasi yang cukup berarti dalam pembentukan *self esteem* remaja wanita korban *bullying*. Dimensi-dimensi yang memiliki korelasi yang paling tinggi adalah *bullying* dimensi perilaku non verbal langsung terhadap *self esteem* variable *power*, *bullying* dimensi perilaku verbal langsung terhadap *self esteem* variable *significance*, *bullying* dimensi perilaku non verbal tidak langsung terhadap *self esteem* variable *virtue*, dan yang terakhir adalah *bullying* dimensi perilaku non verbal langsung terhadap *self esteem* variable *competence*.

Perhitungan Median antara variable bullying dengan self esteem

Tabel 4

Perhitungan median variabel *bullying* dengan *self esteem*

Self Esteem (Y)	Perlakuan <i>Bullying</i> (X)						Total	
	Jarang		Sering		Sering Sekali			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Tinggi	12	31.5	7	18.4	2	5.27	21	55.2
Rendah	3	7.89	8	21.0	6	15.8	17	44.7
Total	15	39.4	15	39.4	8	21.07	38	100

Berdasarkan tabel diatas, terdapat 15.80% yang mengalami perlakuan *bullying* dengan frekuensi sering sekali dengan *self esteem* rendah serta 21.05% yang mengalami perlakuan *bullying* dengan frekuensi sering yang memiliki *self esteem* rendah yang artinya terdapat hubungan yang negatif antara pengalaman perlakuan *bullying* dengan *self esteem*, serta 7.89% subjek penelitian yang mengalami perlakuan *bullying* dengan frekuensi yang tinggi yang memiliki *self esteem* tinggi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari pengolahan data dan pembahasan terdapat hubungan atau korelasi yang signifikan (berarti) antara perlakuan *bullying* dengan *self esteem* remaja wanita

yang menjadi korban *bullying* di SMU 'X' Bandung. Hal ini berarti bahwa perlakuan *bullying* berkaitan dalam pembentukan *self esteem* remaja wanita yang menjadi korban *bullying* di SMU 'X' Bandung. Dengan kata lain, semakin sering perlakuan *bullying* diterima, maka semakin rendah *self esteem* pada remaja wanita korban *bullying* di SMU 'X' Bandung.

Bullying dimensi perilaku non verbal langsung merupakan dimensi *bullying* yang paling banyak dialami sebagai suatu bentuk *bullying* yang berkaitan dengan penurunan *self esteem* remaja wanita korban *bullying*.

Bullying memiliki hubungan pada segala dimensi dalam *self esteem* dengan tingkat korelasi yang paling besar ditempati oleh korelasi *bullying* dengan *self esteem* dimensi *power*. Dimana perlakuan *bullying* yang diterima oleh korbannya dalam bentuk apapun akan mengembangkan perasaan tidak berharga dan tidak dihormati oleh lingkungannya. Hal ini menunjukkan bahwa perlakuan *bullying* dalam bentuk apapun akan memiliki dampak yang negative terutama bagi pembentukan *self esteem* korbannya.

Perilaku non verbal langsung adalah dimensi *bullying* yang paling besar nilai korelasinya dengan *self esteem* dimensi *power*. dimana semakin tinggi frekuensi perilaku non verbal langsung seperti ditatap dengan sinis, menampilkan ekspresi muka yang merendahkan yang diterima korban akan membuat *self esteem* korbannya semakin rendah dengan dimensi *self esteem* yang paling terpengaruh adalah dimensi *power*.

Korban akan merasa tidak berharga dan tidak dihormati di lingkungan sekolahnya.

Memperhatikan hasil penelitian di atas, berikut ini langkah-langkah yang dapat dilakukan oleh Psikolog antara lain :

1. Mengadakan kerjasama dengan seluruh pihak terkait seperti para guru khususnya guru Bimbingan Konseling untuk membuat program yang dapat menghilangkan perlakuan *bullying* terutama *bullying* perilaku non verbal langsung
2. Menyarankan pada pihak sekolah hendaknya dapat memberikan perhatian dan penanganan khusus pada para korban *bullying* untuk meningkatkan *self esteem* mereka dengan cara membuat sebuah program untuk meningkatkan *self esteem* korban terutama dimensi *power* dan *virtuenya* seperti mengadakan kerjasama dengan lembaga kesenian dan olahraga dalam membuat program aktivitas-aktivitas yang dapat meningkatkan aspek-aspek *self esteem* dimensi *power* dan *virtue*.
3. Menyarankan pada OSIS agar *bullying* tidak lagi terjadi dengan membuat program kegiatan yang dapat menghilangkan *gap* antar angkatan
4. Bekerjasama dengan orang tua dengan merangkul anak-anaknya yang telah menjadi korban *bullying* agar mereka merasa bahwa masih ada lingkungan sosial yang bersedia memberikan dukungan sehingga mereka tetap merasa dihargai, dihormati, serta diakui keberadaannya walaupun

pernah mendapatkan perlakuan *bullying*.

DAFTAR PUSTAKA

- Coloroso, Barbara 2007. *The Bully, The Bullied and The Bystander : from preschool to high School-How parent and Teachers can help Break the Cycle of Violence*. Diterjemahkan oleh Santi Indra Astuti dengan Judul Stop Bullying, memutus rantai kekerasan anak dari Prasekolah hingga SMU, Jakarta : PT. Serambi Ilmu Semesta.
- Handerson, Natalie rocke dan Shelly Hymel 2002. *Peer contribution to bullying in scholl: examining student response strategies* : University of british Columbia
- Olweus, Dan, 1993. *Bullying at school : what we know and what can we do Understanding children's worlds*. USA : Blackwell Publishing Ltd. 2009.
- Coopersmith, Stanley. 1967. *The Antecedents Of Self Esteem*. San Francisco: Freeman.
- Branden.Nathaniel. 1995. *The six Pillars of Self Esteem*. Publisher: Bantam