

***Interpretative Phenomenological Analysis* tentang Pengalaman Mantan Korban Bullying dalam Menjalini Relasi Sosial**

Anselmus Agung Pramudito

Program Studi Psikologi, Fakultas Humaniora dan Ilmu Pendidikan, Universitas Katolik Musi Charitas
Jl. Bangau No. 60, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia 30114
anselmodito@gmail.com

Constantius Kristianto

Program Studi Psikologi, Fakultas Humaniora dan Ilmu Pendidikan, Universitas Katolik Musi Charitas
Jl. Bangau No. 60, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia 30114
kristianto@ukmc.ac.id

Aurelia Ferdinan

Program Studi Psikologi, Fakultas Humaniora dan Ilmu Pendidikan, Universitas Katolik Musi Charitas
Jl. Bangau No. 60, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia 30114
aurelia.ferdinan@gmail.com

Informasi Artikel

Tanggal masuk	30-10-2022
Tanggal revisi	22-12-2022
Tanggal diterima	27-12-2022

Kata Kunci:

bullying;
pengalaman;
relasi sosial.

Keywords:

bullying;
experience;
social relations.

Abstrak

Bullying merupakan problematika yang dapat menghambat perkembangan individu dalam berbagai aspek, salah satunya dalam menjalin relasi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi gambaran pengalaman mantan korban *bullying* menggunakan metode penelitian kualitatif dengan analisis fenomenologi interpretatif (AFI). Metode pengambilan data yang digunakan adalah metode wawancara mendalam dalam bentuk semi-terstruktur. Hasil penelitian menemukan bahwa pengalaman *bullying* membawa dampak negatif bagi individu secara psikologis. Namun demikian, penerimaan sosial yang diperoleh dapat membantu menumbuhkan kepercayaan diri pada diri individu mantan korban *bullying* sehingga akan membantu mereka dalam melakukan upaya untuk menjalin relasi sosial secara lebih baik dari waktu ke waktu.

Abstract

Bullying is a problem that can inhibit individual development in various aspects, one of which is in establishing social relations. This study aims to explore the description of the experiences of former victims of bullying using qualitative research methods with interpretive phenomenological analysis (IPA). The data collection method used is in-depth interview method in semi-structured form. The results of the study found that the experience of bullying has a negative impact on individuals psychologically. However, the social acceptance obtained can help foster self-confidence in former victims of bullying so that it will help them in making efforts to establish better social relations from time to time.



PENDAHULUAN

Bullying merupakan problematika yang dapat berdampak negatif bagi individu dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam aspek perkembangan sosial individu. Hingga saat ini, kasus *bullying* di Indonesia masih saja terus terjadi dan patut dicermati. Menurut data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2020), dalam kurun tahun 2011 hingga 2019, terdapat 37.381 pengaduan kekerasan

terhadap anak. Kasus *bullying*, khususnya di dalam sekolah maupun media sosial, angkanya mencapai 2.473 laporan. Angka tersebut tergolong memprihatinkan dan perlu mendapatkan perhatian yang serius. Berita mengenai *bullying* juga tak jarang dapat ditemukan dalam berbagai media. Salah satunya dalam Tribun-medan.com yang memberitakan tentang tindakan *bullying* terhadap mahasiswa yang berkebutuhan khusus di salah satu universitas negeri ternama. Dalam berita tersebut, disebutkan bahwa tas korban ditarik hingga korban terhuyung-huyung, sedangkan teman-teman lainnya tidak membantu, melainkan justru ikut menonton (Damanik, 2017).

Secara umum, alasan yang paling dominan dari munculnya perilaku *bullying* adalah karena kondisi fisik calon korban yang tampak lemah sehingga tindakan *bullying* dilakukan secara fisik maupun verbal (Wardani et al., 2020). Sebagai akibatnya, tindakan *bullying* secara fisik maupun verbal, terlebih yang dilakukan tanpa ada alasan yang jelas, dapat menimbulkan dampak negatif pada diri korban, seperti perasaan tertekan, cemas, sedih, serta kehilangan motivasi (Yani et al., 2016). Selain itu, tindakan *bullying* juga dapat berdampak pada penurunan prestasi maupun harga diri korban. Dari sisi pelaku, Masruroh et al. (2016) menemukan bahwa pelaku *bullying* umumnya memiliki prestasi akademis yang rendah serta berasal dari keluarga dengan kehidupan perekonomian yang memprihatinkan, dan biasanya merupakan senior yang mencari korban junior.

Perlakuan yang dialami oleh korban tentunya akan membekas dalam diri korban yang mungkin bahkan adanya dampak jangka pendek ataupun jangka panjang. Terlebih jika perlakuan yang diterimanya tergolong sangat tidak manusiawi. Hal tersebut sangat dimungkinkan akan menjadi trauma yang mendalam bagi korban. Perilaku *bullying* sendiri tentunya akan berdampak secara fisik maupun psikis seseorang. Individu mantan korban *bullying* yang telah dewasa dapat dimungkinkan berperilaku berbeda dari individu dewasa pada umumnya dikarenakan trauma yang dimilikinya, seperti halnya mahasiswa yang dimungkinkan memiliki kecemasan tersendiri dalam menjalin relasi dengan orang lain akibat pengalamannya di-*bully* di masa lalu. Terlebih pada transisi perkembangan siswa SMA menjadi mahasiswa di perguruan tinggi merupakan masa transisi perkembangan yang kompleks sebagai mahasiswa yang baru saja memasuki dunia perkuliahan. Mahasiswa tentunya memiliki kebutuhan terkait kepercayaan diri untuk berinteraksi maupun berprestasi di kampus (Rachman & Permatasari, 2019).

Pada umumnya, seorang remaja memiliki kebutuhan untuk memiliki dan rasa kebersamaan dalam jaringan sosialnya, serta ingin meningkatkan hubungan interpersonal agar bisa mengaktualisasikan diri melalui kemampuan interpersonalnya (Buntaran & Helmi, 2015). Ketika menjalin suatu hubungan dengan orang lain, diperlukan keterbukaan diri dari diri sendiri, di mana keterbukaan diri hadir ketika adanya rasa kepercayaan antar pribadi sehingga kita dapat membagi informasi mengenai diri kita (Tazkia & Nawangsih, 2021). Keterbukaan diri juga dipengaruhi oleh tingkat kedekatan dengan orang lain. Individu dapat mengekspresikan dirinya kepada orang yang dianggap dekat atau dapat mengerti dirinya (Rahmawati, 2014). Diperlukan kemampuan untuk dapat menjalin relasi sosial dalam kehidupan individu, khususnya pada diri mantan korban *bullying*, di mana kepercayaan menjadi pondasi dalam menjalin relasi sosial (Faturachman et al., 2015). Dalam hal ini, menarik untuk melihat lebih jauh tentang bagaimana individu mantan korban *bullying* dapat bangkit dari memori traumatiknya pasca-*bullying* dan mampu untuk mengembangkan kemampuannya dalam menjalin relasi sosial sehingga dapat berkontribusi bagi perkembangan diri seutuhnya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi lebih dalam tentang gambaran pengalaman pada mantan korban *bullying*, khususnya dalam membangun relasi sosial.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan analisis fenomenologi interpretatif (AFI). Menurut Smith (La Kahija, 2017), fenomenologi merupakan penelitian yang berusaha menggali kesadaran dan pengalaman dari sudut pandang orang pertama. Secara umum, penelitian ini berusaha menggali pengalaman *bullying* dan upaya membangun kembali kepercayaan dalam menjalin relasi sosial dari sudut pandang orang yang mengalaminya, yaitu korban *bullying* itu sendiri sehingga dapat diperoleh pemahaman dan pemaknaan yang mendalam tentang fenomena yang diteliti.

Adapun partisipan yang terlibat dalam penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria tertentu menggunakan pendekatan purposif sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Poerwandari (2011) bahwa partisipan dalam pendekatan purposif dipilih berdasarkan kriteria atau karakteristik tertentu. Adapun kriteria partisipan yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah: (1) berusia pada rentang perkembangan remaja akhir hingga dewasa awal, yaitu 17–39 tahun; (2) memiliki pengalaman sebagai korban *bullying* di masa lalu yang dapat berupa *bullying* fisik, verbal, atau relasional; (3) *bullying* yang dialami menimbulkan dampak psikologis yang negatif pada diri partisipan, seperti kecemasan dan rendahnya harga diri (Rejeki, 2016), rasa tidak aman (Zakiyah et al., 2017), perasaan ingin balas dendam (Björkqvist, 2018), dan sebagainya; (4) telah mengalami pemulihan, baik secara fisik dan psikologis, dari dampak *bullying* yang dialami (dapat dilihat dari pengakuan calon partisipan dan observasi sebelum penelitian dilakukan); dan (5) menyatakan kesediaan secara sadar, sukarela, dan tanpa paksaan untuk terlibat dalam penelitian ini.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara mendalam (*in-depth interview*) dalam bentuk semi-terstruktur dengan menggunakan pedoman wawancara (*guideline interview*), serta *member-checking*, yaitu dengan mengonfirmasi kebenaran dan kelengkapan data yang sudah diperoleh dari hasil wawancara sebelumnya.

Seluruh rangkaian proses wawancara direkam menggunakan alat perekam suara agar dapat diperoleh dokumentasi yang baik dan akurat dari keseluruhan isi wawancara. Setelah itu, rekaman wawancara akan ditranskripsikan ke dalam verbatim wawancara untuk dilakukan tahap pengkodean (*coding*) dan kategorisasi data-data penting. Data-data penting yang memiliki kedekatan makna dikategorisasikan dan dikonseptualisasikan ke dalam tema-tema utama, dan dari tema-tema utama tersebut dapat dilakukan analisis secara interpretatif.

HASIL

Penelitian ini melibatkan tiga orang partisipan yang memenuhi kriteria pemilihan partisipan penelitian. Adapun profil singkat untuk masing-masing partisipan penelitian adalah sebagai berikut.

Tabel 1.

Profil Partisipan Penelitian

Identitas Subjek	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3
Nama Inisial	F	N	C
Usia	21 tahun	22 tahun	20 tahun
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan	Perempuan
Domisili	Palembang	Palembang	Palembang
Pendidikan terakhir	SMA	SMA	SMA
Pekerjaan	Mahasiswa	Mahasiswa	Mahasiswa

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa ketiga partisipan penelitian memiliki kesamaan karakteristik dari usia, jenis kelamin, domisili, pendidikan terakhir, dan pekerjaan sehingga memenuhi

kriteria umum dari pendekatan fenomenologi, yaitu homogenitas partisipan. Adapun temuan untuk masing-masing partisipan adalah sebagai berikut:

Partisipan 1 (F)

Gambaran Pengalaman Bullying

Partisipan 1 (F) mengalami *bullying* pada saat duduk di bangku SD. Perilaku *bullying* tersebut dilakukan oleh sekelompok teman sekelas F yang berjumlah lima orang dalam bentuk *bullying* non-verbal, seperti dikunci di dalam kamar mandi sekolah, penghapus baru miliknya dipotong-potong, kursinya didorong-dorong, dan dipaksa untuk memberikan jawaban saat ujian dengan disertai ancaman. F memandang bahwa *bullying* yang diterimanya dikarenakan teman-temannya mengetahui bahwa dirinya berasal dari keluarga miskin, di mana seorang teman dari kelompok yang mem-*bully*-nya tersebut pernah melewati jalan depan rumahnya yang relatif tampak sangat sederhana. Hal tersebut membuat dirinya merasa menjadi anak yang terpinggirkan di sekolah.

“Jadi e, salah satu dari mereka keknya, lewat depan rumah aku tuh, liat rumah aku tu sederhana banget jadi kek mereka kan apa ya, ngebully aku karena aku miskin kek itu, intinya kek itu ahah.. Iya jadi mereka ngobrol ya itu kalo aku tuh rumahnya jelek gini gini lah, miskin lah. Jadi keknya gara-gara itu sih” (S1.W1.81-85).

“Jadinya ngerasa kan kalo gimana jadi anak sekolah yang terpinggir kan gitu rasanya” (S1.W2.122-123).

Meskipun mengalami *bullying*, F tidak memiliki keberanian untuk membalas atau melakukan perlawanan terhadap pelaku karena menyadari bahwa dirinya hanya sendirian dan ada keinginan untuk menaati peraturan yang melarang para siswa untuk bertengkar. Selain itu, F juga tidak memiliki keberanian melaporkan tindakan *bullying* yang dialaminya kepada guru dan orang tua karena mendapat ancaman dari para pelaku. F memang memilih untuk diam daripada mengaku bahwa dirinya telah di-*bully* karena takut disalahkan akibat dirinya tidak melawan saat di-*bully*. Meskipun memilih diam dan tidak melawan, F justru mengekspresikan kesedihan akibat perlakuan *bullying* tersebut ketika berada di dalam kamar tidurnya, di mana dirinya sering menangis dan merasa bingung mengapa dirinya diperlakukan seperti demikian.

“Belom lagi kan kalo yang membully tu kan beberapa orang sedangkan kitanya cuma sendiri kan, ya gimana mau ngelawan itu” (S1.W2.195-196).

“Ada sih nangis gitu kan, terus pas pulang ke rumah diem diem gitu, tidur sendiri, tidur tidurnya kan gak langsung tidur kan, guling-guling kek gitu liat-liat, eh bukan liat sih tapi bengong sambil mikir kok dikek ituin sih, terus tadi tu aku di kek ini kek ini kek gitu nah, ngingetin lagi peristiwa dio ngapo-ngapoin aku kek itu na” (S1.W1.218-222).

Pascalulus SMA, F kemudian menceritakan peristiwa *bullying* yang dialaminya pada saat duduk di bangku SD kepada ibunya. Ibunya pun merasa marah dan kecewa karena F tidak menceritakannya pada saat kejadian tersebut dialami. Saat ini F merasa menyesal karena dahulu pada saat kejadian, F tidak melawan dan bahkan tidak menceritakannya kepada siapapun, baik kepada guru maupun orang tua.

“Kalo sekarang sih sudah tahu ya kan, kalo itu perbuatan gak bener, emang dari dulu sih udah tau sih gak bener kan, cuman masih takut kan, kalo sekarang nggak gitu lagi lah, sekarang mau ngelawan kan, iya.. dulu kan aku aku gak salah kan kenapa mereka e.. berbuat jahat kek itu kan sama aku yang gak ada masalah gitu, iya, cuman itu sih cuman nyesel aja kenapa aku

dulu diem penurut banget gitu sampe sampe berbekas sampe sekarang gitu kan” (S1.W1.329-334).

Di sisi lain, F memperoleh dukungan sosial dari teman-teman yang mengetahui tindakan *bullying* tersebut. Ada yang turut bersedih dan prihatin atas *bullying* yang dialami oleh F, dan ada yang heran dan mempertanyakan penyebab F tidak membalas perlakuan tersebut, tetapi ada pula yang mendukung secara moral.

“Ada yang bilang sedih banget sih gitu tapi ya ada yang turut perihatin” (S1.W2.183-184).

“Ada juga yang kek mempertanyain kok kok mau banget di apa, mau banget nurutin mereka kek ini kek ini” (S1.W2.184-185).

“Ada yang mendukung, mensupport kan” (S1.W2.187).

Dampak Psikologis Bullying

F mengalami dampak negatif secara psikologis dari perlakuan *bullying* yang diterimanya, bahkan hingga saat ini. F merasakan adanya kesedihan ketika dirinya mengingat kembali peristiwa *bullying* tersebut karena merasa dirinya lemah dan tidak mampu melawan. Pada pertengahan wawancara kedua, percakapan bahkan harus dihentikan selama beberapa saat dikarenakan F tidak dapat menahan tangisnya. F juga merasa dunia tidak adil karena dampak pengalaman *bullying* masih dirasakannya secara emosional hingga saat ini.

“Misalnya kan aku ni aku ni kan sefollow’an sama beberapa dari mereka akun instagram, aku liat kek story mereka gitu kupikir mereka nih kira-kira masih inget ga sih perlakuan mereka sama aku kek gitu, aku sekarang tuh masih masih... terkena dampaknya gitu kan, tapi mereka sudah seneng-senang gitu” (S1.W1.313-317).

Di sisi lain, sebagai dampak *bullying* yang dialaminya, F menilai bahwa dirinya saat ini menjadi pribadi yang cenderung pendiam dan canggung ketika bertemu dengan orang baru. Dengan kata lain, F menjadi pribadi yang kurang berani mengambil inisiatif dalam menjalin relasi sosial.

“Kalau kesulitan sih ya sekarang masih pendiem soalnya kan, jadi kalau misalnya sama orang baru tuh e suka kurang berani juga sih kalau mulai percakapan duluan” (S1.W2.361-363).

F merasa dirinya telah mampu *survive* dan mengatasi kesedihan karena sejak SMP hingga saat ini, dirinya sudah tidak lagi mengalami *bullying*. Namun demikian, F masih dapat menjalin relasi dengan teman-temannya yang adalah pelaku *bullying* melalui media sosial. Dalam relasi di media sosial tersebut, F cenderung menghindari berhubungan dengan para pelaku tersebut. F juga tidak ingin mengungkit kembali kejadian *bullying* yang dialaminya kepada pelaku.

“Ya sudahlah kan sudah apa sudah sudah lewat gitu, yang penting ya aku juga sudah survive sudah enggak merasa sedih lagi, sudah enggak di-bully lagi gitu, ya sudahlah kek gitu” (S1.W2.232-234).

“Jadi, udah lebih baik sih kek menghindar aja sih, aku gak mau juga berhubungan dengan mereka kek gitu” (S1.W1.353-354).

“Orang sudah berlalu kan terus kita bawa-bawa lagi terus jadi ga enak buat kita sendiri gitu kan jadi tambah masalah gitu” (S1.W1.413-414).

Di sisi lain, F yang saat ini sudah berada pada tahap perkembangan remaja akhir menyatakan sikapnya untuk menentang dan melawan perilaku *bullying*. F berandai-andai jika dirinya saat ini

kembali mengalami *bullying*, maka dirinya akan melawan dan mengingatkan pelaku agar dapat menjaga lisan dan perilakunya.

“Kalo misalnya sudah kebangetan banget dibilangin sih maksudnya kamu apa gitu, a ya... Bilangin lah kalo dia tuh gak baik loh kalo bilang kek gitu sama orang lain, itu juga bisa nyakitin orang gitu, ya bukan cuman mulut dia aja yang harus ceplos ceplos karna harus ngertiin orang lain juga, perasaan orang lain gimana, terjaga lah, jaga lisan” (S1.W2.142-146).

Penerimaan Sosial

F dapat merasa aman dalam menjalin relasi sosial jika dapat memilih teman yang tepat di mana dirinya dapat saling mengerti dan saling menolong dengan teman yang dianggapnya sebagai teman dekat.

“Ya saling bisa ngerti kan, terus bisa saling tolong menolong, engga engga cuman memanfaatkan di satu pihak lain kek gitu kan, yang lain dirugikan kan engga gitu, terus apa lagi ya ahahah yaa.. ya itu lah ga ada yang dirugikan terus ya jadinya semuanya saling merasa aman juga, saling.. saling berperilaku baik gitu” (S1.W2.394-398).

Di sisi lain, dalam menjalin relasi sosial, dirinya selalu berusaha menyesuaikan diri dalam interaksi dengan orang yang dihadapinya. Dikarenakan adanya adaptasi sosial yang baik saat ini, maka F memperoleh penerimaan sosial yang positif dari lingkungan pergaulan saat ini.

“Kalo menurut aku sih mereka ya baik – baik semua sih gak memandang dari ee apa namanya dari derajat kita kek gitu kan, kek mungkin dulu yang suka ngebully aku kan liatnya aku tu orang gak mampu, orang miskin makanya di-bully, kalo sekarang kan enggak ngeliat lah nggak memandang dari mana pun jadi tetep berkawan, ya terserah mau berkawan gimana kan kek gitu” (S1.W2.269-274).

Kepercayaan Diri

F mengalami perubahan beberapa lama setelah mengalami *bullying* di mana dirinya sudah berkembang menjadi pribadi yang lebih percaya diri saat ini.

“Kalo pendiem sih dari dulu ya. Pendiemnya jadi setelah di-bully pun masih pendiem, ee.. setelah itu jadi ya cuman mau menghindarin temen–temen yang ngebully itu aja sih, orang orang yang ngebully itu, jadi kalo ada dia aku coba gak mau deketin gitu, kalo misalnya sama orang lain ya, tetep sih tetep.. ngobrol, enggak menutup diri, cuman ya agak pendiem aja dulu tuh, lama – lama juga pendiemnya agak ilang kan sudah hahah jadi jadi... ee.. sudah berkembang jadi lebih percaya diri, kek gitu.” (S1.W2.286-293)

Upaya Membangun Relasi Sosial

Sebagai upaya untuk menjalin relasi baru, F selalu bersikap ramah dan melakukan manajemen kesan yang baik untuk dapat memperoleh kepercayaan, khususnya dari orang yang baru ditemui.

“Jadi, bakal ketemu banyak orang baru kan, pekerja di sana yang baru kek itu, jadi ya kalo dari aku sih usahainnya tuh ee apa namanya, berusaha gak ngecewain mereka gitu, bersikap ramah, biar mereka tuh dapat kesan baik sama aku gitu, biar mereka nggak kecewa sama aku kan, kan baru baru kenal tuh jadi harus menciptakan rasa percaya juga sama apa dari mereka kek itu biar kita sama sama bener bener baik kek itu” (S1.W2.438-443).

Dalam hubungan dekat, F juga telah mampu bersikap asertif. Selain itu, F juga berpikir positif dan percaya bahwa orang-orang di sekitarnya tidak akan mem-*bully* dirinya lagi.

“Jadi, untuk sementara ya percaya orang-orang di dekat aku ga akan melakukan pembullying kek gitu” (S1.W2.492-494).

“Ya udah sih biarin aja, hahah... walaupun mereka kayak memanfaatkan aku gitu atau suka nyuruh-nyuruh, ya kalo misalnya kita gak bisa, bilang gak bisa” (S1.W2.348-350).

Sebagai dampaknya, F memiliki relasi sosial yang positif di mana dirinya dapat berteman akrab dan merasa nyaman dalam relasi pertemanan tersebut

“Iya jadi kalo hubungan sekarang sih makin baik ya, enggak ada.. apa tinas menindas kek gitu kan, berteman akrab, ya gitu ga ada, jadi sama sama nyaman lah, berteman sekarang tuh” (S1.W2.307-309).

Partisipan 2 (N)

Gambaran Pengalaman Bullying

Partisipan 2 (N) mengalami *bullying* secara fisik dan verbal oleh sekelompok temannya pada saat duduk di bangku SD. Perilaku *bullying* fisik yang diterimanya, antara lain rambut ditarik dan dicubit, sedangkan perilaku *bullying* verbal berupa ejekan karena tidak menguasai bahasa daerah setempat.

“Terus 2 orang ini tiba-tiba datengin aku, gak tahu kenapa dia kayak nakalin aku gitu narik-narik rambut aku tanpa alasan, nyubit nyubit aku tanpa alasan, anehlah” (S2.W1.220-222).

“Kayak mereka tuh ngejek kayak ngomong pake bahasa Indonesia tapi ekspresi sama nadanya tuh nyinyir gitu loh” (S2.W1.59-60).

N juga mendapat paksaan dan tekanan dari para pelaku untuk mengerjakan tugas mereka dengan disertai ancaman.

“Ya aku akhirnya nurut si ahahaha eee bukan.. bukan nurut banget gitu loh. Aku lupa persisnya gimana, tapi yang jelas aku gak langsung kerjain waktu itu, aku juga sempet bimbang mau nurutin mereka atau gak. Tapi setelah aku pikir-pikir, ya udahlah mending aku ngerjain aja. Karena kalo aku gak ngerjain, aku bakal dapet 2 masalah tuh, yang pertama gak dapet nilai, yang kedua bakal jadi masalah antara aku sama geng ini, dan takutnya malah jadi panjang kan masalahnya” (S2.W1.77-82).

Bullying yang dialaminya membuat N menjadi merasa sedih dan malas untuk berangkat ke sekolah. Teman-teman lainnya bahkan tidak mempedulikan masalah *bullying* yang dialaminya.

“Kalo dulu kan aku kan jadi mengalami perasaan sedih, nggak suka sekolah gara-gara males takut di-bully gitu kan” (S2.W2.9-10).

“Keknya biasa aja sih ahahha biasa aja ga terlalu perduliin aku mau gimana juga” (S2.W1.210-211).

Di sisi lain, N memiliki sifat pendiam dan tertutup sehingga dirinya terlihat lemah dan sulit untuk bergaul. Menurut N, hal tersebut menjadi penyebab *bullying*:

“Kalo dulu sih ya aku merasa lemah banget ya.. Kenapa waktu itu aku nurut nurut aja, kenapa mereka bisa bisanya jadiin aku target bully, apakah ketika waktu itu aku bener bener terlihat lemah kah, ya jadi kalo dulu sih, keknya aku lemah banget, terlalu lugu juga terus juga penurut terus juga pendiem si, makanya sampe digangguin” (S2.W2.96-100).

“Oiya mungkin juga karena aku emang pendiem, susah bergaul gitu” (S2.W1.93).

Meskipun mengalami *bullying*, N tidak menceritakan kejadian tersebut kepada orang tuanya karena tidak ingin membuat orang tuanya bersedih.

“Gimana ya ahahahaha kayaknya berusaha mendem aja sih.. Berusaha ga mikirin atau berusaha ga sedih lah depan mama, ya walaupun kadang-kadang kepikiran juga sih.. Pokoknya ya berusaha menutupi lah jangan sampe mama tahu aku di sekolah atau di gereja kenapa, aku cuman ceritain hal-hal yang menarik aja ke mama” (S2.W1.252-256).

Bullying membawa dampak negatif secara emosional, di mana N merasa marah dan kesal terhadap pelaku *bullying*, tetapi merasa tidak dapat berbuat apa-apa dan bersikap pasrah.

“Keknya yang paling utama ya marah ya, kesal, risih, kenapa sih ganggu orang padahal kita gak ganggu mereka.. Pengen marah banget sih ke mereka, pengen ngelawan.. Terus mau bilang ke guru juga pengen, tapi ... ya gimana yaa, walau semua itu aku sebenarnya pengen tapi apa lah.. kek ga bisa apa apa akunya” (S2.W1.284-288).

“Kita bisa apa ehehe ya cuma bisa terima aja sih pas kondisi hari itu” (S2.W2.24-25).

Meskipun di-*bully*, N tetap memiliki keyakinan bahwa masa depannya akan menjadi lebih baik.

“Tapi ya walau secape-capenya ngalamin hal ini, dengan berusaha terus bertahan dan positive thinking aja si akhirnya sekarang udah bisa ngelewatin masa-masa itu kan” (S2.W2.25-27).

“Aku mikirlah harus ditahanin masa masa gini, nanti waktu SMP SMA pasti kondisi semua berubah, aku temen bakal dapet temen yang baik, terus juga ee aku mikirnya suatu saat aku pasti bisa berubah, ga bakal sependiem ini biar ga di-*bully* gitu” (S2.W2.16-19).

Dampak Psikologis Bullying

N memilih untuk menjauhi dan mengacuhkan keberadaan para pelaku karena tidak ingin lagi menjalin hubungan dengan mereka.

“Ketemu ya pasti pernah, cuman kayak lewat aja gitu.. ee kek misalnya gak sengaja saling natap ya aku langsung buang muka aja gitu, soalnya liat mukanya aja sampe sekarang masih kesal banget loh” (S2.W1.324-326).

“Kalo kontekan sih engga.. jelas pasti engga dan aku ga mau sih, ehehe... cuman ya sekedar saling ada di 1 grup gitu” (S2.W1.316-317).

Merasa sedih dan kesal terhadap diri sendiri dan pelaku *bullying* ketika mengingat peristiwa *bullying* yang dialaminya.

“Iya bener bener banget, apalagi kalo penghinaannya udah jauh banget dari kondisi aku, sumpah aku jelas bakal eee apa namanya.. bakal tandain tuh orang ya, awas aja kalo ketemu lagi” (S2.W1.412-414).

“Sedih dan kesal lah ya ahahha tapi lebih dominan ke kesal sih, ahahah... bahkan sampe sekarang kesalnya ahaha lebih kesal lagi kalo inget dulu aku lugu banget lah” (S2.W1.200-202).

Penerimaan Sosial

N sudah tidak mengalami *bullying*, bahkan telah memperoleh penerimaan sosial yang baik dari teman-temannya saat ini sehingga N dapat memandang interaksi sosial secara lebih positif. N juga merasakan adanya penerimaan sosial setelah dirinya mampu menguasai bahasa daerah ketika berkomunikasi dengan teman-temannya.

“Tapi kalo sekarang yaa karna udah ga ada bully bully lagi, terus juga aku punya banyak temen yang support aku juga, ya aku sih berfikir kalau mereka memandang positif aja terhadap aku, tapi ya pasti ada ajalah kekurangan yang aku miliki, tapi sejauh ini mereka semua terima aku dengan baik kok” (S2.W2.127-131).

“Nah itu setelah aku coba bahasa Palembang, mereka kayak terima aku dengan senang gitu, maksudnya senangnya tuh tulus gitu ahaha.. Makanya semenjak dapet reaksi penerimaan dari temen, aku mulai mau banget pake bahasa Palembang, sampe sekarang” (S2.W1.121-124).

Sebagai dampak dari penerimaan sosial yang diperolehnya, N merasa aman dan nyaman dalam hubungan dengan orang lain saat ini, khususnya dengan teman yang sudah lama kenal. Selain itu, ada upaya pada diri F untuk berteman dengan tulus dan tidak memanfaatkan teman.

“Sejauh ini nyaman dan aman aja... Berhubung aku juga udah cukup lama disitu jadi udah kenal lama sama mereka kan, terlebih orangnya juga sedikit, jadi untuk mempererat hubungan sama mereka juga jadi lebih mudah... Ada kerjaan apa-apa ya bareng sama mereka kan” (S2.W2.315-318).

Kepercayaan Diri

Saat ini, N lambat laun berusaha mulai tampil lebih percaya diri meski merasa diri masih pendiam di mana dirinya mulai berani berinisiatif dalam berinteraksi.

“Kalo sekarang sih, ya aku kan udah berusaha biar ga begitu pendiem banget lah, terus juga berusaha lebih pede kalo ngomong sama orang.. Jadi menurut aku ya kalo sekarang udah cukup berkembang lah walau sebenarnya masih pendiem” (S2.W2.100-103).

“Kalo sekarang ya mulai berani sih, misalnya ketika IUMC gitu kan bingung bahan keperluan waktu itu. Nah aku mulai SKSD aja sih sok kenal gitu sama siapapun buat nanyain bahan keperluan IUMC. Ya harus berani dikit lah daripada terlalu nolep nolep gitu atau malah nanti salah salah pas IUMC kan” (S2.W2.113-117).

Upaya Menjalin Relasi Sosial

Ada keinginan pada diri N untuk menjalin pertemanan seperti orang-orang pada umumnya.

“Ya itu sih, biar punya temen aja kek orang-orang pada umumnya eheh.. Orang orang kan pada punya geng sendiri gitu, punya temen ngobrol temen kantinnya sendiri, ya aku juga kan ingin merasakan hal itu dong” (S2.W2.166-168).

Dalam menjalin relasi sosial, N memiliki strategi untuk memberanikan diri menjalin relasi dengan banyak teman sejak awal duduk di bangku SMA. Namun demikian, N tetap memilih-milih teman yang cocok dengannya.

“Kalo SMA, ya sama aja sih, aku masih mencoba untuk lebih memberanikan diri terus juga sebisa mungkin untuk ngikutin alur gaya dan bicara mereka juga, apalagi SMA kan lingkupnya luas gitu ya terus juga setiap naik kelas itu dirombak semua temen sekelasnya tu, jadi ya sebisa mungkin sejak awal udah punya banyak kenalan sih, biar nanti pas naik kelas ga sendirian, udah ada temen yang dikenal lah” (S2.W2.181-186).

“Tapi balik lagi dari kitanya, selalu memulai niat awal menjalin relasi dengan tulus dan baik sama orang. Sisanya tinggal gimana nyesuain diri aja, mana yang perlu dijauhin mana yang pas sama kita atau cocok sama kita gitu” (S2.W2.378-381).

Strategi lainnya yang dilakukan oleh N untuk menjalin relasi sosial adalah dengan melakukan penyesuaian diri dengan orang lain dan lambat laun berusaha untuk memberanikan diri berkomunikasi dengan baik dengan orang baru meskipun disertai dengan ketakutan pada awalnya. Upaya tersebut membuat N dapat menjalin relasi sosial yang baik dan nyaman.

“Selain itu kan ya, aku kalo kenal sama orang baru liat liat dulu tipenya gimana, apakah bicara pake bahasa daerah, atau bahasa gaul, terus terus nadanya gimana... Aku nyesuain aja biar nanti nyaman ngobrolnya terus kalo mantep, ya mungkin bisa lebih dekat lagi sama orang itu kan” (S2.W2.330-334).

“Paling ya itu sih, awalnya kek mikir dulu nada bicara, gaya bicara yang akan kupake biasanya kupakai ke orang yang akan aku ajak bicara kek ini, biar bisa sama dan nyambung gitu kan. Terus juga pas masih usaha juga si aku, awalnya masih ada keraguan dan ketakutan, maksudnya takut ga diterima atau dikacangin orang kan. Tapi ya setelah terus memberanikan diri mencoba itu akhirnya bisa berkomunikasi baik dengan orang baru (S2.W2.221-227).

“Memberanikan diri, lebih memberanikan diri, terus mau gimana pun kita coba dulu kan. Setelah aku coba perlahan, ya hasilnya aku bisa dapet temen dekat lebih banyak dan orang-orang juga baik dan nyaman sama aku” (S2.W2.158-161).

Sebagai hasil dari strategi yang dimilikinya dalam menjalin relasi sosial, N saat ini memiliki banyak teman dan merasa nyaman dalam berkomunikasi dengan teman-temannya.

“Sejauh saat ini saat ini ya aku melihat temen-temen aku baik-baik aja sih semuanya, ya walau tadi ada sedikit cerita hal pertemanan yang kurang nyaman, tapi ga ngaruh apa-apa si ke akunya karna sekarang aku udah punya banyak temen. Terus juga ga begitu ngerugiin dari akunya sendiri” (S2.W2.370-373).

“Terus juga e sekarang kan lingkup temen – temen aku baik, ga ada bully membully... Ketika ada tugas ya sekarang enak aja sih, banyak yang saling support dan saling bantu juga, terus ketika ada hal apa-apa mau kontek ke siapa aja juga nyaman karna secara komunikasi juga nyaman sama temen-temen kuliah gitu” (S2.W2.308-312).

Partisipan 3 (C)

Gambaran Pengalaman Bullying

Partisipan 3 (C) mengalami *bullying* secara verbal oleh teman-teman sekelasnya pada saat SMP. Kondisi fisik C menjadi target dari perilaku *bullying* verbal tersebut. Selain itu, teman-temannya tampak menjauhi dirinya karena tidak ada yang mau duduk sebangku dengannya. Hal tersebut mengakibatkan C tidak memiliki banyak teman dan merasa tidak disukai oleh teman-temannya selama SMP. Namun demikian, C sendiri tidak pernah mengetahui secara pasti penyebab dirinya di-*bully* pada saat itu.

“Kayak verbal sih, kayak apa ya, ngatain fisik gitu, ih C gini gini gini ya kalo ni aku lagi duduk di bangku lagi belajar tuh, ih terus tiba tiba ada temen cowo aku nyamperin depan depan meja terus ledekin aku gitu gitu, nah apa apa diledekin apa apa diledekin gitu, terus bahkan kalo misalnya saya sebangku tuh dia ga mau enggan sebangku sama aku, aku duduk sini, ini kan mejanya panjang kan, meja sekolahan” (S3.W1.111-116).

“Pas SMP sebenarnya saya ga punya banyak temen pas SMP tuh saya bener bener ga ada temen gitu karna semua orang kek membully saya ga suka sama saya” (S3.W1.100-102).

“Nah, jadi saya baru sadar di-bully tuh pas emang kelas 7 itu saya di-bully entah kenapa alasannya saya gak pernah tau kenapa saya di-bully tuh” (S3.W1.95-97).

C merasa diabaikan, diremehkan, dan tidak dihargai keberadaannya oleh teman-temannya. Teman-temannya sendiri tampak enggan untuk berbincang dengan dirinya. Sebaliknya, mereka justru sering mengganggu C sehingga C merasakan suasana kelas yang tidak nyaman bagi dirinya. C bahkan menganggap bahwa teman-temannya memandang dengan jijik terhadap dirinya.

“Padahal itu ga ada hubungan sama aku ce, jadi kek emang gak pernah dihargain si ga pernah dianggep beneran kek angin ce, kek tau C ada, selesai” (S3.W1.471-472).

“Emang temen temen saya disitu kayak enggan gitu enggan ngomong sama saya terus ganggu saya terus ya pokoknya ganggu gitu kan, usilin saya, nah makanya lama – lama kok saya merasa kok kayak ga enak gitu suasana kelasnya apa mungkin saya masih baru disitu kan, suasana baru mungkin emang beda dari SD gitu” (S3.W1.91-95).

“Jadi apo yo, jadi kalo misal kan istirahat tuh, aku kalo misal gak diajak sama mereka aku gak bakal kemana mana itu, jadi pas sm SMA tuh kek diem doang, ga ada temen, diem doang” (S3.W1.507-509).

“Kayak dipandang kek eh jijik banget C ini kek binatang gitu, saya selalu merasa gitu kalo e ke mereka tuh kayak ngerasa mereka tuh pasti nganggepnya kayak gitu ke aku, he eh, diremehkan padahal saya paling ga suka diremehkan sih tapi emang gak salah sih” (S3.W2.174-177).

Meskipun mendapatkan perlakuan yang tidak menyenangkan dari teman-temannya, C merasa tidak mampu melawan orang yang membully dirinya.

“Ga pernah sih, aku orangnya ga pernah bisa ngelawan gitu kan” (S3.W1.142).

“Karena aku bukan tipe orang yang bisa ngelawan ini, aku takut membela diri aku sendiri, kalo misalkan terjadi lagi aku takut bakal terjadi yang sama aja gitu” (S3.W1.1015-1017).

Di sisi lain, meskipun C sudah melapor kepada guru, tetapi tidak ada pembelaan atau tindakan yang diberikan dari gurunya untuk menangani *bullying* yang dialaminya. Ketika menceritakannya kepada keluarganya, dalam hal ini adalah tante yang mengasuhnya di Palembang, tidak ada kepedulian yang ditunjukkan dari keluarganya perihal *bullying* yang dialaminya di sekolah.

“Selama pas saya SMP tuh ga ada tindakan ini tindakan yang berarti dari gurunya gitu” (S3.W1.298-299).

“Jadi tante aku juga kek ga peduli ce, karena emang tante aku orangnya apa ya.. Ga pernah ngehargain aku, nah sekali dia tuh pengen dihargain pengen dihormatin tapi dia gak pernah sama sekali gak pernah, ini... Mencoba memahami perasaan aku gak pernah, gak pernah ada satu pun, sejujurnya” (S3.W1.357-360).

Meskipun minim dukungan dari guru dan keluarga, C tampak masih dapat menanggung dampak negatif saat mengalami *bullying* karena masih memiliki teman dekat.

“Nah, kalo yang dulu itu emang aku parahnya di-bully cuman kayak masih punya pegangan gitu lo masi kayak masih bisa tanggung gitu kan” (S3.W2.24-25).

Dampak Psikologis Bullying

Sebagai dampak dari *bullying* verbal yang diterimanya, C merasa terganggu dan sakit hati. C juga merasa bahwa dirinya menjadi pribadi yang lemah dan inferior, serta cenderung menyalahkan dirinya sendiri karena tidak melakukan perlawanan pada saat di-*bully*.

“Mereka tuh sebenarnya bully yang bukan kayak sampe kekerasan enggak sih, cuman emosi mengganggu karena itu nyakitin banget gitu kan, apalagi diskriminasi tuh sakit banget kan” (S3.W1.299-301).

“Gara-gara banyak kejadian SMP ini aku berubah ce, jadi kayak gak pernah gak bisa nyari temen, terus gak bisa, berbaur juga kan, susah beradaptasi, pendiem, cuek, bodo amat, ya kayak bener bener inferior banget aku kan gitu, jadi pas aku awal masuk SMA pun itu kayak gak ada temen sama sekali dan gak ada bener bener sama kayak SMP” (S3.W1.427-432).

“Saya mungkin lebih menyalahkan diri saya kenapa saya tidak mampu melawan kalian waktu itu” (S3.W2.441-442).

Karena merasa tidak mampu menjalin pertemanan yang baik, C akhirnya menjalin pertemanan dengan seorang anak yang nakal sehingga dirinya menjadi anak yang bermasalah di sekolah. Selain itu, C juga menjadi pribadi yang seringkali memiliki ketakutan untuk melakukan hal baru dan keluar dari zona nyaman.

“Saya pas SMP saya bermasalah saya di-bully tapi saya nakal, nakalnya karna saya bergaul sama orang itu, temen saya yang itu, temen saya itu apa ya” (S3.W1.145-146).

“Sebenarnya tante saya sih maunya begitu gitu kan karena tante saya mikirnya ah kalo misal saya tidak ada C gimana setidaknya C ada pegangan, cuma dari diri saya tu takut banget untuk melakukan hal yang baru, jadi sebenarnya masalahnya tu dari saya karna saya masih takut di dalam gitu, kayak masih nyangkut” (S3.W2.73-76).

Hambatan dalam Menjalिन Relasi Sosial

C mengalami berbagai hambatan dalam menjalin relasi sosial sebagai akibat dari peristiwa *bullying* yang dialaminya. Adanya perasaan tidak aman dan kurang percaya diri ketika berhubungan dengan orang lain menjadi hambatan yang dominan dalam diri C. Hal tersebut membuat dirinya cenderung pasif dalam situasi sosial dan kurang mampu bersosialisasi dengan baik. Adanya sifat tertutup dan pendiam di dalam diri C juga semakin menghambat dirinya untuk menjalin relasi sosial dengan baik.

“Itu kan berdampak sampai sekarang sekarang kan aku jadi gak bisa bersosialisasi gitu dan aku lebih kek tertutup, pendiem gitu dan bahkan aku tuh dulu orangnya ga pernah yang kayak merendahkan diri ce, dulu tuh aku kek percaya diri gitu, tapi karena setiap hari perlakuan yang aku dapetin kek merendahkan aku, kek mereka tuh di atas aku aku di bawah gitu, kan tertekan kan kek aku seburuk itu makanya aku mikir gitu makanya sekarang aku tuh insecure parah ce, insecure. Nah itu mungkin hal hal gitu kan, jadi makanya sekarang tuh kayak aku tuh ga bisa banget keluar dari zona nyaman gara gara yang itu juga, yang aku depresi segala macam juga gara gara itu kan. Kalo misalkan aku ga terjerumus ke dalam masalah itu mungkin aku ga bakal jadi yang kayak sekarang, gitu” (S3.W1.565-575).

“Jadi saya lebih menyimpan diri sendiri gitu, keep diri saya gitu, dibanding bersosialisasi dengan banyak orang” (S3.W2.97-99).

C juga sulit untuk percaya kepada orang lain, di mana dirinya kerap memiliki prasangka bahwa orang yang dikenalnya akan melakukan *bullying* dan memanfaatkan dirinya di waktu mendatang.

“Nah, dari kejadian yang itu aku mulai kayak gak mau percaya lagi sama orang gitu loh. Padahal padahal kan mungkin mungkin dia tuh sengaja deketin aku buat ngambil benefit itu, karena dia liat aku kan apa di bully kan, mungkin bisa dimanfaatin gitu, diajak rusak gitu kan, cuman ya goblok gobloknya aku juga walaupun aku tau dia orang yang gimana aku masih temenan, masih mau temenan setelah kejadian aku, tololnya aku kan, ya sudahlah bodo amat gapapa lah, ikhlas saya” (S3.W1.287-293).

Berdamai dengan Pengalaman Bullying

Saat ini C telah mengikhlaskan peristiwa *bullying* yang dialaminya, serta tidak menyimpan marah dan dendam kepada orang yang pernah mem-bully-nya. C bahkan memaklumi orang yang mem-bully bahwa mereka tidak tahu apa yang mereka lakukan.

“Saya gak punya gak pernah nyimpen dendam yang penting apa ya, saya kalo misalnya dendam pun saya gak bisa ngapa-ngapain juga, yang namanya karma di tangan Tuhan gitu, biarlah apa yang pernah kamu lakuin itu ada ganjarannya gitu. Saya gak pernah berharap buruk sama kalian yang penting kalian happy aja itu. Kalo misalkan kalian mau berteman dengan saya sekarang tidak papa, saya tidak pernah dendam, saya tidak pernah marah” (S3.W2.436-441).

“Ya mereka tuh gak tau posisi orang yang di-bully gitu ya gitu mungkin mereka gimana mungkin, apa ya, sebenarnya gak kepikiran apa apa sih sebenarnya, begitu” (S3.W1. 1039-1040).

Secara berdamai secara relasional, C juga memiliki kesadaran untuk melakukan introspeksi diri bahwa dirinya juga memiliki kekurangan secara personal, yaitu kurang mau mendengarkan orang lain.

“Dan aku sebenarnya emang ada salah saya sendiri sih emang yang selalu dikatakan eh C ni kalo diomongin selalu ngebantah ga pernah mau denger emang bener ce” (S3.W2.286-288).

Upaya Menjalini Relasi Sosial

Untuk mendapatkan rasa aman, C selalu berusaha memiliki teman dekat, serta memiliki keinginan untuk menjalin hubungan yang sehat dan menjauhi hubungan yang negatif. Meskipun demikian, C cenderung memilih-milih teman karena dirinya hanya bisa dekat dengan orang-orang tertentu yang cocok dengan dirinya.

“Jadi apo tuh kayak aku tuh gak tenang nian ce, jadi aku ni, emang setau sendiri ya ni makanya aku tu selalu berusaha untuk ada temen gitu loh, nah keb, karena kebetulan aku sama N ni sudah deket gitu” (S3.W1.922-925).

“Kalaupun misalnya sih kawan, cuma aku orangnya harus yang kayak ya harus setidaknya harus cocoklah ada ada cocok sama aku aku pasti biso deket” (S3.W2.187-188).

“Nah jadi saya usahakan saya tidak mau lagi masuk ke hubungan toxic gitu, temen sih, temen, cuman saya gak mau terlalu terusin” (S3.W2.309-310).

“Saya mau hubungan yang sehat ce, ya kali saya tiap kali berteman dapet yang jelek-jelek, saya sakit hati juga” (S3.W2.312-131).

Demi mendapatkan rasa amannya secara sosial, C cenderung bergantung hanya pada orang-orang tertentu yang benar-benar cocok dan dekat dengan dirinya. Karena terlalu bergantung, C bahkan merasa sulit untuk meninggalkan hubungan yang sudah lama dijalin sekalipun dalam perjalanannya, hubungan tersebut menimbulkan sakit hati bagi dirinya.

“Ditambah aku ni gak ini ce, apo.. Gak bisa nyari teman, tu kan aku sudah apo yo sudah terlanjur bergantung samo ini, sejujurnyo.. Sejujurnyo pun kayak kayak parasit ce, parasit tapi demi demi aku tu ngeraso aman gitu” (S3.W1.918-920).

“Kalo misal gak ada mereka aku takutnya aku tu gak bisa gini, aku takut gak bisa gitu, aku gak aku tu takut banget berjalan diatas kaki aku sendiri ce, aku bener bener takut ce” (S3.W1.940-942).

“Jadi aku ni, emang setau sendiri ya ni makanya aku tu selalu berusaha untuk ada temen gitu loh. Nah, karena kebetulan aku sama N ni sudah deket gitu walaupun ya walaupun aku menerima banyak rasa sakit aku tuh apa ya, masih rela gitu berpegangan samo silet, N samo temen temennyo bagaikan pisau dan aku mencoba untuk menggenggam keras keras, la tau sakit tapi aku masih berusaha mempertahankan, bodohnya aku kan bodoh banget ce aku” (S3.W1.923-928).

C berusaha untuk bisa berbaur dengan orang lain ketika memasuki lingkungan baru dan berusaha melupakan pengalaman masa lalunya untuk terus berusaha berbenah diri untuk memudahkan dirinya dalam bekerja di masa mendatang.

“Ya sih katanya kalo kerja harus punya relasi kan gitu kan mampu mudah juga. Ya jadi apa ya saya karna kan juga lingkungan baru kan ga ada kaitan dengan lama. Saya pasti lebih bisa ini sih lebih bisa berbaur harusnya karena mereka tuh sudah berbeda dengan yang dulu. Jadi saya harus berusaha untuk melupakan yang dulu gitu dan saya harus berusaha untuk membenah, kan mau gak mau gitu lho, mungkin kalo dulu memang punya kesulitan tapi kan sekarang sudah kerja gitu. Nah dan kondisinya sudah beda. Jadi sendiri diri sendiri sudah harus mau berubah gitu, harus sudah bisa setidaknya menjalin hubungan deket sama beberapa orang yang punya apa ya posisi pekerjaan yang sama gitu” (S3.W2.296-304).

PEMBAHASAN

Gambaran Pengalaman *Bullying*

Bullying merupakan bentuk perilaku kekerasan yang di dalamnya terjadi pemaksaan secara psikologis atau fisik pada individu atau kelompok yang dianggap lemah (Zakiyah et al., 2017). Menurut Coloraso (Zakiyah et al., 2017), *bullying* dapat dibedakan menjadi *bullying* verbal, fisik, dan relasional. Dari hasil penelitian ini, ditemukan bahwa ketiga partisipan penelitian pernah memiliki riwayat kasus *bullying* secara verbal berupa ejekan dan ancaman, dan secara relasional berupa pengabaian, diskriminasi, dan dimanfaatkan untuk mengerjakan tugas sekolah. Dari ketiga partisipan, hanya Partisipan 2 yang juga mengalami *bullying* secara fisik di samping dua bentuk *bullying* lainnya. Pelaku pada kasus *bullying* yang dialami oleh ketiga partisipan merupakan sekelompok teman sekelas masing-masing partisipan. Artinya, *bullying* selalu dilakukan lebih dari satu orang. Hal ini mengindikasikan adanya kekuatan kelompok yang mendorong munculnya superioritas pada diri para pelaku untuk melakukan *bullying* kepada individu yang tampak inferior di lingkungan sosial mereka.

Faktor penyebab *bullying* yang ditemukan pada ketiga partisipan berbeda satu sama lain. *Bullying* pada Partisipan 1 disebabkan oleh pandangan dari teman-temannya yang melihat dirinya berasal dari keluarga miskin. Hal tersebut sejalan dengan temuan Yu & Zhao (2021) bahwa korban *bullying*

biasanya berasal dari keluarga dengan status sosial ekonomi yang rendah. *Bullying* dialami oleh Partisipan 2 karena ketidakmampuannya menguasai bahasa daerah dalam pergaulan sehari-hari sehingga kurang dapat beradaptasi dan diterima dengan baik secara sosial, sedangkan *bullying* pada Partisipan 3 terjadi akibat kondisi fisiknya yang terlihat relatif lemah dan kurang menarik. Di sisi lain, ada satu kesamaan penyebab *bullying* di antara ketiga partisipan, yaitu karakter mereka yang pendiam dan pasif dalam situasi sosial sehingga tidak memiliki banyak teman dan terlihat inferior secara sosial.

Pada saat *bullying* terjadi, ketiga partisipan tidak benar-benar memahami penyebab mengapa mereka di-*bully*. Mereka juga tidak berani melakukan perlawanan atau pembalasan kepada para pelaku dikarenakan posisi mereka hanya seorang diri, sedangkan *bullying* dilakukan secara berkelompok. Ketika menghadapi perlakuan *bullying* dari para pelaku, secara afektif ketiga partisipan sebenarnya merasa tidak dihargai, diabaikan, sedih, sakit hati, dan marah kepada para pelaku, tetapi di sisi lain mereka merasa tidak dapat melakukan apapun untuk dapat mencegah atau menghentikan perlakuan *bullying* tersebut. Dalam hal ini, tampak adanya indikasi bahwa ketiga partisipan merasa tidak berdaya dan cenderung bersikap pasrah dalam situasi sosial yang menekan. Di sisi lain, karakter pribadi mereka yang pasif dan pendiam turut menjadi penghambat bagi mereka untuk bersikap asertif dalam mengekspresikan pikiran dan perasaan mereka ketika berhadapan dengan para pelaku sehingga menghambat mereka untuk mengubah pola relasi negatif menjadi lebih sehat.

Dukungan sosial yang diperoleh ketiga partisipan juga tampak tergolong minim. Pada temuan untuk Partisipan 1, dukungan sosial diterima dalam bentuk dukungan tidak langsung. Partisipan 1 memperoleh dukungan secara moral dari teman-teman lainnya di kelas yang juga mengetahui kasus *bullying* yang dialaminya. Artinya, dukungan tersebut bukanlah dukungan konkret dari teman-temannya untuk melawan *bullying* sehingga *bullying* dapat dihentikan, tetapi sekadar dukungan semangat agar Partisipan 1 tetap tegar dalam menghadapi *bullying* tersebut. Sebaliknya, pada Partisipan 2, meskipun sempat menerima *bullying* secara fisik, dirinya sama sekali tidak menceritakannya kepada siapapun, termasuk kepada orang tuanya. Hal itu dilakukannya karena tidak ingin membuat orang tuanya bersedih. Partisipan 2 kemudian baru menceritakan peristiwa *bullying* tersebut pada saat lulus sekolah. Berbeda dengan kedua partisipan lainnya, Partisipan 3 sekalipun telah menceritakan *bullying* yang dialaminya kepada pihak guru dan keluarganya, tetapi ternyata tidak ada dukungan yang berarti untuk menangani kasus *bullying* yang dialaminya tersebut. Minimnya dukungan sosial dan pendampingan dari pihak ketiga untuk menangani *bullying* mengakibatkan *bullying* terus berulang selama mereka berada satu kelas dengan para pelaku. Padahal, orang tua dan sekolah memegang peranan yang sangat penting untuk dapat mencegah terjadinya *bullying* (Budhi, 2020).

Satu kesamaan di antara ketiga partisipan dalam pengalaman *bullying* adalah adanya penyesalan karena pada saat kejadian, mereka tidak membalas atau melawan para pelaku demi menghentikan atau mencegah berulangnya *bullying* yang mereka alami tersebut. Mereka menyadari bahwa pada saat kejadian, mereka tidak berdaya dan tidak mendapatkan dukungan sosial yang memadai untuk dapat melakukan perlawanan dan langkah konkret yang signifikan untuk menghentikan perlakuan *bullying* yang mereka terima. Secara khusus, Partisipan 2 juga tampak sangat menyesali dirinya yang telah menutup-nutupi kasus *bullying* tersebut dari orang tuanya. Partisipan 2 berandai-andai jika pada saat kejadian dirinya segera melaporkannya kepada orang tuanya, maka orang tuanya akan dapat segera bertindak untuk dapat menangani kasus *bullying* tersebut.

Dampak Psikologis *Bullying*

Pengalaman di-*bully* semasa sekolah membawa dampak negatif bagi ketiga partisipan secara psikologis. Ketiga partisipan saat ini masih merasakan kesedihan ketika mengingat kembali perlakuan *bullying* yang mereka terima dari para pelaku di masa lalu. Artinya, meskipun kejadian tersebut telah

berlalu selama bertahun-tahun, memori akan pengalaman *bullying* tersebut merupakan memori traumatis yang masih membekas secara emosional hingga saat ini. Partisipan 2 bahkan masih menyimpan kemarahan kepada para pelaku ketika mengingat pengalaman tersebut, serta memilih untuk menjauhi dan mengacuhkan keberadaan pelaku, baik ketika bertemu secara tatap muka maupun berkontak secara virtual di media sosial.

Pengalaman menjadi individu korban *bullying* tampak menghambat perkembangan diri para partisipan. Partisipan 1 dan 3 tumbuh sebagai pribadi yang kurang percaya diri, pendiam, dan cenderung pasif dalam situasi sosial. Perkembangan kemampuan mereka untuk bersosialisasi dengan orang lain, khususnya dengan orang yang baru ditemui, tampak mengalami hambatan. Terkait dengan hal tersebut, penelitian Moon & Mello (2021) menunjukkan bahwa mantan korban *bullying* cenderung memiliki harga diri yang lebih rendah ketika mereka lebih banyak memikirkan masa lalunya. Partisipan 3 bahkan menjadi pribadi yang *insecure* dan memiliki sifat tertutup dalam kehidupan sehari-hari, serta memiliki kecenderungan ketergantungan secara sosial yang cukup besar dengan orang-orang terdekatnya. Hal ini sesuai dengan penelitian Zakiyah et al. (2017) yang menemukan bahwa salah satu dampak *bullying* bagi korban adalah adanya rasa tidak aman. Di sisi lain, Partisipan 3 juga merasa sulit untuk dapat memercayai orang lain dalam sebuah relasi sosial karena menganggap bahwa orang lain melakukan pendekatan kepada dirinya hanya sekadar untuk memanfaatkan dirinya atau untuk mengambil keuntungan semata, meskipun pada kenyataannya belum tentu demikian. Dengan kata lain, pengalaman *bullying* di masa lalu dapat mengakibatkan adanya hambatan untuk mengembangkan kepercayaan kepada orang lain dalam menjalin relasi sosial, khususnya ketika akan membangun hubungan dekat.

Ketiga partisipan saat ini sama-sama mengalami perubahan pandangan terhadap perilaku *bullying*. Jika pada saat ini mereka kembali mengalami *bullying*, maka ketiga partisipan sama-sama akan merespon *bullying* tersebut dengan melakukan perlawanan kepada para pelaku sehingga perlakuan *bullying* yang berulang dapat dicegah dan dihentikan. Hal ini dilakukan mengingat mereka telah mendekati tahap perkembangan dewasa awal, di mana pada saat pengambilan data dilakukan, Partisipan 1 berusia 21 tahun, Partisipan 2 berusia 22 tahun, dan Partisipan 3 berusia 20 tahun. Tahap perkembangan ketiga partisipan saat ini membuat pemikiran mereka cenderung kritis dan logis. Selain itu, konsep diri dan perkembangan kepribadian mereka juga telah menjadi lebih matang dibandingkan tahap perkembangan pada saat mereka mengalami *bullying*.

Penerimaan Sosial

Tema ini secara khusus ditemukan pada Partisipan 1 dan 2. Hasil penelitian menemukan bahwa Partisipan 1 belajar untuk melakukan adaptasi sosial ketika berinteraksi dengan orang lain, di mana dirinya akan merespon orang lain sesuai dengan karakter orang yang dihadapinya sehingga sikap dan perilaku yang ditunjukkannya akan dapat lebih diterima oleh orang tersebut. Hal itu membuat dirinya dapat memperoleh penerimaan sosial yang baik dari lingkungan pergaulannya saat ini. Seperti halnya Partisipan 1, Partisipan 2 saat ini juga memperoleh penerimaan sosial yang baik dari lingkungannya. Dalam perkembangan dirinya pasca-*bullying*, Partisipan 2 memiliki optimisme akan masa depan yang lebih baik serta keyakinan bahwa dirinya dapat diterima dengan baik oleh orang-orang di sekitarnya. Hal ini sesuai dengan temuan Moon & Mello (2021) yang menyatakan bahwa korban *bullying* yang memikirkan masa depan mereka dengan emosi yang lebih positif dapat memiliki harga diri yang lebih tinggi. Selain memperoleh penerimaan sosial, kedua partisipan juga sudah tidak menerima tindakan *bullying* dari teman-teman yang mereka miliki saat ini sehingga kedua partisipan dapat memperoleh rasa aman dalam menjalin relasi sosial.

Kepercayaan Diri

Seperti halnya penerimaan diri, tema ini juga secara khusus muncul pada Partisipan 1 dan 2. Menurut Rejeki (2016), korban *bullying* berisiko memiliki harga diri yang rendah serta kualitas hidup yang lebih rendah. Meskipun demikian, Partisipan 1 dan 2 dalam kenyataannya dapat membangun kembali kepercayaan diri mereka. Hal ini tidak lepas dari penerimaan sosial yang mereka dapatkan dari lingkungan pergaulan mereka. Penerimaan sosial dari lingkungan pergaulan mendorong kedua partisipan untuk belajar merespon interaksi sosial dengan melatih sikap yang lebih aktif dan inisiatif dalam bergaul. Meskipun mereka menilai bahwa diri mereka saat ini masih tergolong pendiam, tetapi respon yang lebih baik dalam interaksi sosial secara perlahan dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka dari waktu ke waktu hingga saat ini.

Upaya Menjalin Relasi Sosial

Dengan adanya penerimaan sosial dan kepercayaan diri yang terbangun, ketiga partisipan menunjukkan keinginan dan upaya untuk menjalin relasi sosial yang lebih baik. Secara spesifik, Partisipan 1 memiliki strategi untuk melakukan manajemen kesan untuk membangun kepercayaan dari orang-orang yang baru dikenalnya. Hal tersebut dilakukannya agar dapat semakin diterima dengan baik di lingkungan sosialnya. Partisipan 2 dan 3 juga memiliki dorongan yang kuat untuk dapat menjalin relasi sosial, khususnya dalam membangun hubungan dekat yang sehat. Kedua partisipan tersebut memiliki strategi untuk membangun hubungan tersebut, yaitu dengan memilih-milih teman yang dianggap dekat sehingga tidak lagi terjebak dalam hubungan yang bersifat negatif. Sebagai dampak dari strategi yang dilakukan oleh ketiga partisipan, saat ini mereka dapat memiliki hubungan dekat yang lebih nyaman dan sehat.

KESIMPULAN

Dari hasil temuan yang diperoleh di lapangan, dapat ditarik kesimpulan bahwa pengalaman *bullying* membawa dampak negatif bagi individu secara psikologis. Namun demikian, dalam perkembangan pasca-*bullying*, penerimaan yang diperoleh dari lingkungan sosial individu dapat menumbuhkan kepercayaan diri pada individu mantan korban *bullying* sehingga mereka terdorong untuk dapat melakukan upaya untuk menjalin relasi sosial yang lebih sehat. Secara umum, penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu dua dari tiga partisipan mengalami *bullying* pada saat SD, sedangkan saat pengambilan data dilakukan, mereka sudah menjalani pendidikan di perguruan tinggi sehingga dimungkinkan adanya distorsi memori pada saat pengambilan data dilakukan. Dalam hal ini, durasi pasca mengalami *bullying* juga perlu dipertimbangkan karena pengalaman yang sudah relatif lama berlalu dapat mengakibatkan distorsi memori atau adanya faktor kelupaan. Oleh karena itu, dalam kriteria pemilihan partisipan penelitian, perlu ditetapkan kriteria partisipan yang mengalami *bullying* dalam rentang waktu yang relatif tidak begitu lama, seperti misalnya, dalam kurun waktu kurang dari lima tahun sebelum pengambilan data dilakukan. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan pendekatan studi kasus dengan menggunakan beragam sumber data yang dapat diperoleh dari guru, orang tua, mantan pelaku, atau teman sekelas yang menjadi saksi mata dari peristiwa *bullying* yang dialami oleh masing-masing partisipan.

DAFTAR RUJUKAN

- Björkqvist, K. (2018). Gender Differences in Aggression. *Current Opinion in Psychology*, 19, 39–42. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.03.030>
- Budhi, S. (2020). *Kill Bullying: Hentikan Kekerasan di Sekolah*. Banjarmasin: CV Penerbit Artikata.

- Buntaran, F. A. A., & Helmi, A. F. (2015). Peran Kepercayaan Interpersonal Remaja yang Kesepian dalam Memoderasi Pengungkapan Diri pada Media Jejaring Sosial Online. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.22146/gamajop.7348>
- Damanik, L. (2017, July 17). *Miris, Sekelompok Mahasiswa Bully Teman Sekampus yang Berkebutuhan Khusus*. *Tribun-medan.com*. <https://medan.tribunnews.com/2017/07/17/miris-sekelompok-mahasiswa-bully-rekannya-yang-berkebutuhan-khusus>
- Faturochman, Kurnianingsih, S., Kurniastuti, I., & Fathoni, N. S. (2015). The Role of Inter Ethnic Marriage on Trustworthy and Caution. *Jurnal Psikologi*, 38(1), Article 1. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7666>
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (2020, February 10). *Sejumlah Kasus Bullying Sudah Warnai Catatan Masalah Anak di Awal 2020, Begini Kata Komisioner KPAI*. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). <https://www.kpai.go.id/publikasi/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai>
- La Kahija, Y. F. (2017). *Penelitian Fenomenologis: Jalan Memahami Pengalaman Hidup* (G. Sudibyo, Ed.). Yogyakarta: PT Kanisius.
- Masruroh, N., Mufidah, C., & Rizky, I. (2016). Pengalaman Bullying Berdasarkan Perspektif Pelaku, Korban dan Saksi Mata Pelajar SMP “X” Kota Batu. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), Article 2. <https://doi.org/10.22219/jk.v7i2.3937>
- Moon, J., & Mello, Z. R. (2021). Time Among the Taunted: The Moderating Effect of Time Perspective on Bullying Victimization and Self-Esteem in Adolescents. *Journal of Adolescence*, 89(1), 170–182. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.05.002>
- Poerwandari, K. (2011). *Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian Psikologi*. Jakarta: LPSP3 UI.
- Rachman, A., & Permatasari, N. (2019). Pengaruh Teman Sebaya dan Kepercayaan Diri terhadap Aktualisasi Diri Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 5(1), Article 1. <https://doi.org/10.26858/jppk.v5i1.7876>
- Rahmawati, P. A. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan dan Keterbukaan Diri terhadap Orangtua dengan Perilaku Memaafkan pada Remaja yang Mengalami Keluarga Broken Home di SMKN 3 & SMKN 5 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(3), Article 3. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i3.3654>
- Rejeki, S. (2016). Pendidikan Psikologi Anak “Anti Bullying” pada Guru-Guru PAUD. *Dimas: Jurnal Pemikiran Agama untuk Pemberdayaan*, 16(2), Article 2. <https://doi.org/10.21580/dms.2016.162.1091>
- Tazkia, N. S., & Nawangsih, E. (2021). Hubungan Interpersonal Trust dengan Self Disclosure pada Mahasiswa Pengguna Aplikasi Tinder. *Prosiding Psikologi*, 7(1), Article 1. <https://doi.org/10.29313/v7i1.25527>
- Wardani, D. K., Mariyati, M., & Tamrin, T. (2020). Eksplorasi Pengalaman Remaja yang Menjadi Korban Bullying di Sekolah. *Jurnal Ners Widya Husada*, 6(1), Article 1. <https://doi.org/10.33666/jners.v6i1.343>

- Yani, A. L., Winarni, I., & Lestari, R. (2016). Eksplorasi Fenomena Korban Bullying pada Kesehatan Jiwa Remaja di Pesantren. *Journal of Nursing Science Update (JNSU)*, 4(2), Article 2.
- Yu, S., & Zhao, X. (2021). The Negative Impact of Bullying Victimization on Academic Literacy and Social Integration: Evidence From 51 Countries in PISA. *Social Sciences & Humanities Open*, 4(1), 100151. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2021.100151>
- Zakiah, E. Z., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2), Article 2. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14352>