

## DETEKSI DINI PERILAKU BULLYING PADA REMAJA DI SEKOLAH

Muthiah Anis Atsilah<sup>1</sup>, Juniarti<sup>2</sup>, Selly Moza Abtasari<sup>3</sup>, Risma Anita Puriani<sup>4</sup>, Rizki Novirson<sup>5</sup>

[mutiaanis05@gmail.com](mailto:mutiaanis05@gmail.com)<sup>1</sup>, [juniartitya@gmail.com](mailto:juniartitya@gmail.com)<sup>2</sup>, [sellymozaa@gmail.com](mailto:sellymozaa@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[rismary@fkip.unsri.ac.id](mailto:rismary@fkip.unsri.ac.id)<sup>4</sup>, [rizkinovirson@fkip.unsri.ac.id](mailto:rizkinovirson@fkip.unsri.ac.id)<sup>5</sup>

Universitas Sriwijaya

### ABSTRAK

Masa remaja merupakan fase transisi yang penuh tantangan, di mana individu mulai mencari jati diri, mengalami perubahan fisik dan emosional, serta membangun relasi sosial yang lebih kompleks. Di balik semangat eksplorasi dan pertumbuhan tersebut, banyak remaja justru menghadapi berbagai permasalahan yang dapat menghambat perkembangan mereka. Salah satu permasalahan yang cukup krusial adalah bullying, baik secara fisik, verbal, maupun digital. Bullying pada remaja bukan hanya berdampak pada korban, tetapi juga pada pelaku dan lingkungan sekitarnya. Dampak psikologis seperti kecemasan, depresi, hingga keinginan untuk menyakiti diri sendiri bisa muncul jika tindakan ini tidak segera ditangani. Sayangnya, masih banyak kasus bullying yang luput dari perhatian karena kurangnya deteksi dini terhadap perilaku bermasalah di lingkungan sekolah maupun keluarga. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (library research), yaitu dengan mengkaji berbagai hasil penelitian terdahulu yang relevan melalui buku, jurnal, serta sumber informasi lainnya. Menurut hasil penelitian dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan signifikan kasus bullying pada remaja di Indonesia. Data menunjukkan peningkatan kasus dari 119 kasus (2020) menjadi 241 kasus (2023) serta di tingkat jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebanyak 50 % sampai 13,5 % tingkat SMA dan SMK (Karisma et al. 2023). Oleh karena itu, penting bagi orang tua, pendidik, dan masyarakat untuk memiliki kepekaan dalam mengenali tanda-tanda awal perilaku bullying. Deteksi dini memungkinkan intervensi yang tepat, baik melalui pendekatan emosional, konseling, maupun edukasi karakter, sehingga remaja dapat tumbuh dalam lingkungan yang aman dan mendukung. Melalui upaya kolaboratif, permasalahan remaja seperti bullying dapat diminimalisir, menciptakan generasi muda yang lebih sehat secara mental dan sosial.

**Kata Kunci:** Bullying, Remaja, Pendidikan, Bimbingan Dan Konseling.

### ABSTRACT

*Adolescence is a challenging transition phase, where individuals begin to find their identity, experience physical and emotional changes, and build more complex social relationships. Behind the spirit of exploration and growth, many teenagers actually face various problems that can hinder their development. One of the most crucial problems is bullying, whether physical, verbal, or digital. Bullying in teenagers not only affects the victim, but also the perpetrator and the surrounding environment. Psychological impacts such as anxiety, depression, and the desire to harm oneself can arise if this action is not handled immediately. Unfortunately, there are still many cases of bullying that go unnoticed due to the lack of early detection of problematic behavior in the school and family environment. This study uses a literature study method (library research), namely by reviewing various relevant previous research results through books, journals, and other sources of information. According to the research results, it can be seen that there has been a significant increase in bullying cases in teenagers in Indonesia. Data shows an increase in cases from 119 cases (2020) to 241 cases (2023) and at the Junior High School (SMP) level of education by 50% to 13.5% of SMA and SMK levels (Karisma et al. 2023). Therefore, it is important for parents, educators, and the community to be sensitive in recognizing the early signs of bullying behavior. Early detection allows for appropriate intervention, either through an emotional approach, counseling, or character education, so that adolescents can grow in a safe and supportive environment. Through collaborative efforts, adolescent problems such as bullying can be minimized, creating a younger generation that is healthier mentally and socially.*

**Keywords :** *Bullying, Adolescent, Education, Counseling And Guidance.*

## **PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan fase transisi yang penuh tantangan, di mana individu mulai mencari jati diri, mengalami perubahan fisik dan emosional, serta membangun relasi sosial yang lebih kompleks. Di balik semangat eksplorasi dan pertumbuhan tersebut, banyak remaja justru menghadapi berbagai permasalahan yang dapat menghambat perkembangan mereka. Salah satu permasalahan yang cukup krusial adalah bullying, baik secara fisik, verbal, maupun digital. Bullying pada remaja tidak hanya berdampak pada korban, tetapi juga pada pelaku dan lingkungan sekitarnya. Dampak psikologis seperti kecemasan, depresi, hingga keinginan untuk menyakiti diri sendiri bisa muncul jika tindakan ini tidak segera ditangani. Sayangnya, masih banyak kasus bullying yang luput dari perhatian karena kurangnya deteksi dini terhadap perilaku bermasalah di lingkungan sekolah maupun keluarga.

Menurut World Health Organization (WHO), remaja merupakan seseorang yang ada dalam rentang usia 10 sampai dengan 19 tahun. Sedangkan menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 25 Tahun 2014 menyebutkan bahwa remaja yaitu penduduk yang usianya 10 hingga 18 tahun. Selain itu, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), remaja merupakan seseorang yang berusia 10 hingga 24 tahun dan belum menikah. Masa remaja adalah periode transisi atau peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa, yang dapat dilihat dengan percepatan pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik maupun mental.

Setiap anak muda atau remaja memiliki kemampuan atau potensi yang dapat digunakan untuk menuju kematangan dalam kepribadian yang membuat mereka mampu menghadapi segala tantangan hidup secara normal dalam lingkungannya. Akan tetapi, potensi itu tidak akan berkembang secara baik jika tidak didukung dengan keadaan fisik yang sehat dan lingkungan yang mendukung (Yuliani, 2019). Pada proses pembentukan kepribadian remaja, ada beberapa faktor yang memengaruhi, yakni faktor risiko dan faktor protektif. Faktor risiko bisa berasal dari dalam diri individu, dari lingkungan sekitar (kontekstual), maupun dari interaksi antara keduanya. Ketika faktor risiko ini disertai dengan kerentanan psikososial dan lemahnya kemampuan bertahan (resiliensi), hal tersebut dapat memicu munculnya gangguan emosional dan perilaku khas pada remaja. Sebaliknya, faktor protektif adalah elemen yang menjelaskan bahwa tidak semua remaja yang menghadapi risiko akan mengalami masalah perilaku, emosional, atau gangguan tertentu. Rutter (1985) menyebutkan bahwa faktor protektif mampu mengubah, menyesuaikan, atau memperkuat respons individu dalam menghadapi tantangan dari lingkungan sekitar. Interaksi antara faktor risiko dan protektif inilah yang kemudian menentukan apakah seorang remaja akan mengalami masalah perilaku, gangguan emosional, atau gangguan mental di masa mendatang.

Indonesia darurat bullying menjadi analogi getir terkait posisi pemerintah menempatkan masyarakat pada banyak kasus kekerasan yang termasuk dalam masalah perilaku. Skema kekerasan menurut Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) 41 % murid di Indonesia pernah mengalami bullying. Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), berbicara jumlah kasus pendidikan di Indonesia per tanggal 30 Mei 2018 adalah 161 kasus. Mayoritas pelaku bullying melakukan tindakan kekerasan tanpa sadar dan tanpa alasan. Tindakan bullying yang sering dilakukan berupa tindakan verbal maupun fisik yang dapat mengganggu mental korban. Bahkan digitalisasi zaman membuat banyak orang yang melakukan bullying melalui media sosial maupun secara langsung.

Lemahnya emosi seorang individu dapat berdampak pada timbulnya perilaku

bermasalah di kalangan remaja, misalnya bullying yang saat ini kembali mencuat di media maupun dunia nyata. Kekerasan dalam dunia pendidikan diibaratkan sebagai fenomena gunung es yang timbul ke permukaan hanya sebagian kecilnya saja. Hal tersebut akan terus terjadi secara berulang, apabila tidak ditangani secara tepat, cepat, dan berkesinambungan dari akar permasalahannya. Berdasarkan hasil penelitian, analisis chi-square dan uji regresi logistik yang dilakukan untuk menentukan tingkat signifikansi setiap variabel pada penelitian terkait bullying. Hasilnya : Total 19.9 % siswa di sekolah di Indonesia menjadi korban bullying. Faktor-faktor yang berhubungan dengan bullying adalah  $\leq 14$  tahun (AOR 1,30, 95% CI 1,17-1,45), laki-laki (AOR 1,43, 95% CI 1,28-1,59), merokok (AOR 1,46, 95% CI 1,23-1,73), konsumsi alkohol (AOR 2.07, 95% CI 1.64-2.62), dan tidak memiliki teman dekat (AOR 1.27, 95% CI 0.95-1.70). Perasaan kesepian adalah faktor yang paling dominan pada para korban bullying pada remaja di Indonesia (AOR 2.29, 95% CI 2.05-2.55). Hal ini berarti bahwa bullying banyak terjadi di sekolah di Indonesia, dengan korban atau pelaku yaitu remaja, serta di dasari oleh berbagai faktor.

Bullying merupakan sebuah istilah yang akrab didengar pada kehidupan sehari-hari. Istilah tersebut mengarah pada perilaku menyakiti seseorang atau kelompok, baik melalui perkataan, tindakan fisik, ataupun tekanan psikologis, yang berdampak pada korban merasa tertekan, trauma, bahkan kehilangan rasa percaya diri. Orang yang melakukan tindakan ini dikenal dengan sebutan bully, dan tindakan tersebut dapat dilakukan oleh siapa saja, tanpa melihat jenis kelamin atau usia (Nur, Yasriuddin, dan Azijah, 2022). Menurut hasil penelitian dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan signifikan kasus bullying pada remaja di Indonesia. Data menunjukkan peningkatan kasus dari 119 kasus (2020) menjadi 241 kasus (2023) serta di tingkat jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebanyak 50 % sampai 13,5 % tingkat SMA dan SMK (Karisma et al. 2023). Oleh karena itu, penting bagi orang tua, pendidik, dan masyarakat untuk memiliki kepekaan dalam mengenali tanda-tanda awal perilaku bullying. Deteksi dini memungkinkan intervensi yang tepat, baik melalui pendekatan emosional, konseling, maupun edukasi karakter, sehingga remaja dapat tumbuh dalam lingkungan yang aman dan mendukung. Melalui upaya kolaboratif, permasalahan remaja seperti bullying dapat diminimalisir, menciptakan generasi muda yang lebih sehat secara mental dan sosial.

## **METODOLOGI**

Kajian dalam tulisan ini ditempuh melalui pendekatan telaah literatur atau penelusuran pustaka yang mendalam. di mana metode ini mengkaji hasil-hasil penelitian sebelumnya yang mempunyai kesamaan dengan topik yang sedang diteliti. Menurut Zed (2004) studi pustaka merupakan upaya untuk memahami rangkaian proses penggalan ini menitik beratkan pada penapakan jejak intelektual yang telah ditorehkan oleh penelitian-penelitian sebelumnya, dengan cara mengakrabi wacana-wacana yang tertuang dalam buku, jurnal ilmiah, dan berbagai dokumen relevan lainnya. Dengan melakukan metode studi literature secara mendalam, peneliti dapat memperoleh landasan teoritis yang kuat, dengan memahami perkembangan terkini tentang topik yang diteliti dan dapat juga mengidentifikasi celah atau kekurangan dalam penelitian-penelitian sebelumnya yang dapat dijadikan pijakan untuk mengembangkan penelitian ini lebih lanjut. Selain itu, metode ini juga membantu peneliti dalam merumuskan permasalahan, menentukan pendekatan yang tepat, serta menyusun kerangka konseptual yang mendukung kejelasan dan arah dari penelitian yang dilakukan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Deteksi dini potensi negatif siswa dapat dilakukan melalui berbagai metode, seperti observasi

perilaku, penilaian psikologis, atau wawancara dengan siswa dan orangtua. Guru dan konselor sekolah memainkan peran penting dalam mengidentifikasi tanda-tanda peringatan awal, seperti penurunan prestasi akademik, perubahan perilaku, atau masalah interaksi sosial. Dengan mengenali potensi negatif pada tahap awal, intervensi dan dukungan yang tepat dapat diberikan sebelum masalah menjadi lebih parah (Widowati et al. 2022).

Salah satu manfaat utama mengidentifikasi potensi dampak negatif sejak dini adalah kemampuan untuk mencegah masalah yang lebih besar di masa mendatang. Dengan mengidentifikasi dan menangani masalah sejak dini, sekolah dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan memecahkan masalah, mengatur emosi, dan membangun hubungan positif dengan teman sebayanya. Hal ini dapat mencegah berkembangnya perilaku buruk yang lebih serius, seperti kenakalan remaja, penyalahgunaan narkoba, atau kekerasan.

Dalam pendidikan, mengidentifikasi potensi negatif sejak dini juga dapat membantu mendorong lingkungan belajar yang positif dan inklusif. Dengan mengidentifikasi siswa yang membutuhkan dukungan tambahan, sekolah dapat menyediakan sumber daya dan layanan yang diperlukan, seperti konseling, program intervensi perilaku, atau akomodasi akademis. Hal ini dapat meningkatkan rasa aman, penerimaan, dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran, yang pada akhirnya mengarah pada kinerja akademik dan pengembangan pribadi yang lebih baik. Penting juga untuk mempertimbangkan kebutuhan individu setiap siswa dan menghindari stigma atau label yang tidak pantas. Pendekatan yang sensitif, holistik, dan berbasis bukti diperlukan untuk memastikan bahwa intervensi dan dukungan yang diberikan memenuhi kebutuhan unik setiap siswa. Oleh karena itu, identifikasi dini potensi negatif dapat menjadi alat yang efektif untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman dan inklusif yang mendukung perkembangan positif siswa secara keseluruhan.

Dalam konteks pendidikan, lingkungan sosial siswa meliputi teman sebaya, guru, dan orang tua, yang masing-masing dapat memengaruhi perkembangan perilaku mereka secara signifikan. Menurut Bandura, siswa cenderung mengamati dan meniru perilaku yang dimodelkan oleh orang-orang di sekitar mereka, terutama jika perilaku tersebut dianggap sebagai norma atau mendapat penguatan positif. Jika lingkungan sosial memberikan contoh positif, seperti sikap menghargai, kerjasama, dan disiplin diri, maka siswa cenderung mengembangkan perilaku yang lebih adaptif (Siswati, Hartati, and Jalinus 2019).

Perundungan verbal dapat terwujud dalam bentuk remaja yang dipanggil dengan nama yang tidak mereka sukai, diejek oleh teman sebaya, dicaci maki, dan diberi informasi yang tidak akurat. Penindasan yang berkelanjutan terhadap remaja juga dapat memengaruhi harga diri mereka. Harga diri adalah penilaian terhadap diri sendiri dan orang lain. Evaluasi atau penilaian terhadap berbagai aspek kehidupan remaja dapat memunculkan perasaan positif atau negatif tentang harga diri mereka. Hasil penelitian kualitatif yang dilakukan oleh (Ekayamti & Lukitaningtyas, 2022). Seseorang yang memiliki harga diri negatif cenderung merasa rendah diri, selalu memandang dirinya sendiri secara negatif, menganggap dirinya tidak penting, memiliki rasa rendah diri, dan kurang percaya diri; sementara orang dengan harga diri positif cenderung lebih percaya diri, dapat mudah beradaptasi dengan lingkungan, dan selalu berpikir positif. Perilaku bullying dapat memengaruhi penerimaan diri seorang remaja, yang akhirnya dapat memengaruhi harga diri mereka. Jenis perundungan yang paling umum adalah perundungan verbal. (Rizqi, 2019). Bullying yang merupakan perbuatan tidak terpuji dan berdampak buruk bagi korban kerap terjadi di lingkungan sekolah. Oleh karena itu semua pihak yang terlibat dalam kegiatan pendidikan perlu menangani masalah ini secara serius. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan memberi edukasi (Naomi et al., 2023).

Berdasarkan teori pembelajaran sosial, deteksi dini potensi negatif siswa tidak hanya berfokus pada individu siswa, tetapi juga pada lingkungan sosial di mana mereka berada. Dengan mengidentifikasi faktor-faktor lingkungan yang dapat memicu perilaku negatif, seperti konflik antar teman sebaya, kurangnya pengawasan orang tua, atau praktik disiplin yang tidak tepat, sekolah dapat mengambil langkah-langkah untuk memperbaiki situasi tersebut. Melalui upaya kolaboratif dengan orang tua dan masyarakat, sekolah dapat menciptakan lingkungan sosial yang lebih positif dan mendukung perkembangan perilaku yang sehat bagi siswa (Batubara, Alifya, and Harahap 2022).

Barbara Coloroso (2003:44) : “Bullying adalah perilaku bermusuhan yang disengaja dan direncanakan sebelumnya yang dimaksudkan untuk menyakiti orang lain, seperti mengintimidasi orang lain melalui ancaman agresi dan teror. Penindasan juga mencakup perilaku yang direncanakan

atau spontan yang nyata atau hampir tidak terlihat, terjadi di depan atau di belakang seseorang, mudah dikenali atau disembunyikan di balik persahabatan, dan dilakukan oleh satu anak atau sekelompok anak."

Perilaku bullying anak-anak disebabkan oleh banyak faktor, dan McDougall percaya bahwa setiap orang memiliki naluri untuk menyerang dan melawan. Dorongan naluriah ini adalah perasaan marah karena alasan tertentu, terutama ketika seseorang merasa terancam atau kebutuhannya tidak terpenuhi. Jadi dia melampiaskan emosinya yang terpendam melalui perundungan. Teori pembelajaran sosial, yang dikemukakan oleh Bandura, menekankan bahwa kondisi lingkungan dapat menyediakan dan mempertahankan respons kekerasan seseorang. Asumsi dasar teori ini adalah bahwa sebagian besar perilaku individu dipelajari oleh anak-anak melalui pengamatan perilaku yang ditunjukkan oleh individu lain yang berperan sebagai panutan, biasanya orang-orang terdekat di lingkungan mereka, seperti orang tua. Remaja yang terpapar secara berulang terhadap model perilaku agresif dari figur dewasa menunjukkan peningkatan kecenderungan untuk meniru tindakan kekerasan secara signifikan dibandingkan dengan kelompok yang tidak terpapar model tersebut. Hal ini mengindikasikan bahwa lingkungan sosial, terutama paparan terhadap figur otoritas yang melakukan kekerasan, berperan krusial dalam membentuk pola perilaku agresif pada remaja melalui mekanisme *observational learning* (pembelajaran observasional).

Di sisi lain, intervensi berbasis terapi seni (*art therapy*) dapat menjadi sarana efektif bagi korban bullying untuk mengekspresikan emosi secara nonverbal, mengaktualisasikan pengalaman traumatis melalui medium kreatif, serta membangun kapasitas regulasi emosi. Proses ini memungkinkan remaja untuk mengartikulasikan konflik internal, mengurangi tekanan psikologis, dan memperkuat kemampuan resolusi masalah. Efektivitas terapi seni didukung oleh kemampuannya dalam memfasilitasi transformasi emosi negatif menjadi bentuk ekspresi yang konstruktif, sehingga berkontribusi pada pemulihan psikososial. *Art therapy* memiliki berbagai macam jenis salah satunya dengan menggambar. Menggambar dalam terapi ini merupakan salah satu kesempatan individu untuk mengkomunikasikan pikiran, mengungkapkan perasaan dan masalahnya. *Art therapy* merupakan kegiatan yang memberikan kebebasan bagi individu dalam mengembangkan kreativitas yang dapat membantu mengungkapkan emosinya sehingga dapat mengurangi bahkan menyelesaikan masalahnya. *Art therapy* memiliki banyak bentuk salah satunya ialah dengan menggambar. Menggambar dalam terapi ini merupakan salah satu kesempatan individu untuk mengkomunikasikan pikiran, mengungkapkan perasaan dan masalahnya. Seni menggambar dapat membantu siswa yang menjadi korban bullying dalam mengungkapkan perasaan terpendam dan mengurangi kegelisahan yang selama ini dirasakan. (Amalia Yunia Rahmawati 2020; Giovani, Satiadarma, and Subroto 2021; Nurhayati 2022; Purwandari 2009).

Perilaku bullying di sekolah merupakan fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor. Berdasarkan penelitian Afiyani et al. (2019), pelaku bullying umumnya menunjukkan ciri khas seperti kurang memperhatikan pelajaran, sulit berkonsentrasi, bersikap tidak sopan terhadap guru, menggunakan bahasa kasar, dan cenderung mendominasi teman sebaya. Mereka juga kerap menghindari tanggung jawab, meninggalkan kelas tanpa alasan, atau mengenakan seragam tidak lengkap. Karakteristik ini mencerminkan ketidakmampuan pelaku dalam mengelola emosi dan berinteraksi secara sehat.

Faktor individu turut berperan signifikan. Siswa dengan kepribadian introvert dan kepercayaan diri rendah rentan menjadi korban (Satalina, 2014), sementara rendahnya *self-esteem* memicu perilaku menyimpang seperti ketakutan berlebihan atau perasaan tidak berharga (Fauzi, 2018). Di sisi lain, pelaku bullying seringkali minim motivasi untuk berubah dan kesulitan mengenali emosi diri, sehingga gagal mengembangkan perilaku prososial.

Lingkungan keluarga juga menjadi pemicu. Pola asuh otoriter atau permisif, perceraian orang tua, serta defisit kasih sayang berkontribusi membentuk karakter agresif dan empati rendah (Sufriani & Sari, 2017; Maria, 2016). Minimnya figur panutan dalam keluarga menyebabkan anak mengadopsi kekerasan sebagai cara beradaptasi di lingkungan sosial.

Faktor sekolah tidak kalah krusial. Rahmawati (2016) menyoroti lemahnya upaya sistematis sekolah dalam menciptakan lingkungan aman, ketidakpekaan guru mendeteksi dinamika sosial, serta kebijakan anti-bullying yang tidak tegas. Diskriminasi sosioekonomi dan stigmatisasi fisik turut memperparah normalisasi kekerasan.

Pengaruh teman sebaya juga signifikan. Konformitas kelompok dan peer pressure mendorong siswa meniru perilaku agresif untuk diterima secara sosial (Kusuma, 2016; Sari, 2017). Ironisnya, korban sering enggan melapor karena takut ancaman atau merasa masalah tidak akan terselesaikan.

Media massa turut memberi dampak melalui paparan konten kekerasan dalam kartun atau game. Fridiana (2017) menegaskan, frekuensi menonton adegan kekerasan berbanding lurus dengan kecenderungan melakukan bullying. Minimnya pengawasan orang tua memperburuk situasi, memengaruhi perkembangan psikologis anak.

Dari perspektif multidimensi ini, penanganan bullying memerlukan pendekatan holistik, melibatkan peran aktif individu, keluarga, sekolah, dan kontrol terhadap lingkungan sosial-media. Tanpa sinergi ini, upaya pencegahan hanya akan bersifat parsial dan tidak berkelanjutan.

Korban bullying seringkali menunjukkan ciri-ciri khusus yang dapat dikenali melalui perubahan perilaku dan kondisi psikologis. Berdasarkan penelitian Kasenda et al. (2023), korban verbal bullying umumnya mengalami penurunan kepercayaan diri yang signifikan, ditandai dengan sikap pendiam, minder, dan enggan berinteraksi sosial, terutama saat bermain atau berada di lingkungan sekolah. Temuan ini diperkuat oleh studi Widya Utami Lubis (2023) yang merujuk pada Novianti (2008), menyatakan bahwa korban bullying cenderung merupakan anak-anak dengan kepribadian pemalu, introvert, dan memiliki lingkaran pertemanan terbatas. Mereka rentan menjadi sasaran pelecehan karena dianggap lemah atau berbeda, baik secara fisik seperti postur tubuh (terlalu kurus atau gemuk), warna kulit, tinggi badan, maupun latar belakang budaya, agama, atau nama yang dianggap tidak lazim. Perbedaan ini sering kali dimanfaatkan pelaku untuk mengisolasi korban secara sistematis, memperparah perasaan rendah diri dan keterasingan.

Korban bullying seringkali menunjukkan ciri-ciri khusus yang dapat dikenali melalui perubahan perilaku dan kondisi psikologis. Berdasarkan penelitian Kasenda et al. (2023), korban verbal bullying umumnya mengalami penurunan kepercayaan diri yang signifikan, ditandai dengan sikap pendiam, minder, dan enggan berinteraksi sosial, terutama saat bermain atau berada di lingkungan sekolah. Temuan ini diperkuat oleh studi Widya Utami Lubis (2023) yang merujuk pada Novianti (2008), menyatakan bahwa korban bullying cenderung merupakan anak-anak dengan kepribadian pemalu, introvert, dan memiliki lingkaran pertemanan terbatas. Mereka rentan menjadi sasaran pelecehan karena dianggap lemah atau berbeda, baik secara fisik seperti postur tubuh (terlalu kurus atau gemuk), warna kulit, tinggi badan, maupun latar belakang budaya, agama, atau nama yang dianggap tidak lazim. Perbedaan ini sering kali dimanfaatkan pelaku untuk mengisolasi korban secara sistematis, memperparah perasaan rendah diri dan keterasingan.

Secara umum, bullying terklasifikasi menjadi tiga tipe utama. Pertama, overt bullying atau intimidasi terbuka yang melibatkan kekerasan fisik atau verbal langsung, seperti mengejek, mendorong, atau mengancam dengan senjata. Kedua, indirect bullying berupa agresi relasional melalui fitnah, gosip, atau manipulasi sosial untuk mengisolasi korban, sering kali bertujuan memperoleh pengakuan dominasi dalam kelompok. Ketiga, cyberbullying yang memanfaatkan platform digital seperti media sosial untuk menyebarkan ujaran kebencian, di mana jejak digitalnya memperparah trauma psikologis korban (Bauman, dikutip dalam Fitriani Saifullah). Ketiga bentuk ini menunjukkan bahwa bullying tidak hanya terjadi secara fisik, tetapi juga melalui mekanisme psikologis dan digital yang sulit dilacak.

Dalam menangani fenomena ini, peran guru dan sekolah menjadi kunci utama. Langkah pertama adalah menetapkan aturan tegas disertai sanksi jelas untuk mencegah normalisasi kekerasan. Sistem pelaporan rahasia, seperti kotak aduan digital atau fisik, perlu diintegrasikan dengan protokol respons cepat agar korban merasa aman melaporkan insiden tanpa takut diintimidasi. Sosialisasi nilai anti-kekerasan melalui kampanye edukatif, seperti workshop atau diskusi kelas, juga penting untuk membangun kesadaran kolektif. Selain itu, integrasi pendidikan hak asasi manusia (HAM) dan tanggung jawab sosial ke dalam kurikulum dapat memperkuat empati siswa. Pemantauan perilaku siswa secara prospektif membantu guru mendeteksi gejala bullying sejak dini, sementara kolaborasi tripartit antara guru, orang tua, dan sekolah melalui pendekatan restoratif bertujuan memulihkan hubungan pelaku-korban dan mencegah pengulangan tindakan.

Dalam menangani fenomena ini, peran guru dan sekolah menjadi kunci utama. Langkah pertama adalah menetapkan aturan tegas disertai sanksi jelas untuk mencegah normalisasi kekerasan. Sistem pelaporan rahasia, seperti kotak aduan digital atau fisik, perlu diintegrasikan

dengan protokol respons cepat agar korban merasa aman melaporkan insiden tanpa takut diintimidasi. Sosialisasi nilai anti-kekerasan melalui kampanye edukatif, seperti workshop atau diskusi kelas, juga penting untuk membangun kesadaran kolektif. Selain itu, integrasi pendidikan hak asasi manusia (HAM) dan tanggung jawab sosial ke dalam kurikulum dapat memperkuat empati siswa. Pemantauan perilaku siswa secara prospektif membantu guru mendeteksi gejala bullying sejak dini, sementara kolaborasi tripartit antara guru, orang tua, dan sekolah melalui pendekatan restoratif bertujuan memulihkan hubungan pelaku-korban dan mencegah pengulangan tindakan.

Upaya holistik ini tidak hanya bertujuan mengurangi kasus bullying, tetapi juga menciptakan lingkungan sekolah yang inklusif dan mendukung. Sinergi antara kebijakan tegas, pendidikan karakter, serta keterlibatan aktif seluruh pemangku kepentingan menjadi pondasi utama untuk memutus mata rantai kekerasan dan membangun generasi yang lebih respek terhadap keberagaman. Upaya pencegahan dan penanganan bullying di lingkungan sekolah memerlukan pendekatan holistik yang menggabungkan pemeliharaan ekosistem pendidikan inklusif pasca-resolusi kasus (Muis & Mufidah, 2018) dengan implementasi dukungan psikososial berbasis empati dan trauma-informed care (Riani, 2021). Strategi ini mencakup pemberian perhatian individual, pendampingan konseling, serta edukasi komunitas sekolah untuk menghindari stigmatisasi korban, sekaligus membangun solidaritas melalui sikap peduli (*caregiving*) dan kolaborasi antarpemangku kepentingan. Dalam perspektif ekologi sosial Bronfenbrenner, keberlanjutan lingkungan bebas bullying bergantung pada integrasi komitmen multisektoral, mulai dari penguatan regulasi emosi individu, restrukturisasi norma kelompok teman sebaya, hingga internalisasi kebijakan sekolah yang responsif terhadap dinamika kekerasan struktural.

## **KESIMPULAN**

Deteksi dini perilaku bullying merupakan tantangan yang dihadapi oleh banyak sekolah di era modern. Melalui pendekatan yang holistik dan proaktif, sekolah berupaya untuk membangun sistem pendukung yang efektif dalam mendeteksi dan mencegah perilaku negatif sejak dini. Dalam prosesnya, mereka telah merujuk pada berbagai teori pendidikan yang mendukung pentingnya intervensi preventif dan pembangunan lingkungan pendidikan yang mendukung.

Teori Bandura memberikan dasar yang kuat untuk memahami kompleksitas perkembangan siswa dan faktor-faktor yang memengaruhi perilaku mereka. Menerapkan strategi identifikasi potensi negatif yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan dasar siswa, pembentukan lingkungan yang positif, dan pengembangan identitas remaja yang sehat.

Dalam konteks pendidikan dasar, upaya untuk memperkuat pendidikan dasar telah menjadi fokus utama. Kutipan-kutipan dari tokoh-tokoh pendidikan seperti John Dewey menegaskan pentingnya pendidikan yang mencakup seluruh aspek kehidupan siswa, bukan hanya aspek akademis. Dengan demikian, pendekatan deteksi potensi negatif yang diadopsi tidak hanya berfokus pada kinerja akademis siswa, tetapi juga pada kesejahteraan emosional dan sosial. Meskipun demikian, implementasi sistem deteksi potensi negatif tidaklah tanpa hambatan. Kendala-kendala seperti keterbatasan sumber daya dan stigma terkait dengan masalah perilaku dapat menghambat efektivitas sistem. Namun, dengan kesadaran akan tantangan ini, akan terus meningkatkan dan mendukung perkembangan positif siswa, sambil terus mengatasi hambatan dan kendala yang muncul.

Faktor penyebab terjadinya tindakan bullying dapat berasal dari keluarga, sekolah, teman sebaya, media massa, dan individu. Bentuk dari perilaku bullying itu dapat berupa overt bullying atau intimidasi baik secara fisik maupun verbal. Kemudian indirect bullying atau intimidasi langsung meliputi agresi relasional seperti pengucilan. Dan yang terakhir adalah cyber bullying atau intimidasi dunia maya melalui social media. Adapun beberapa upaya yang bisa dilakukan oleh guru dalam mencegah dan menangani sanksi bagi pelaku perundungan, dengan menyediakan ranah perlindungan bagi para penyintas melalui pembentukan pranala pelaporan perundungan, mengadakan gerakan penanggulangan

perundungan baik dalam lingkup kelas maupun masyarakat sekolah, menyampaikan pemahaman hak serta kewajiban agar peserta didik lebih menaruh respek terhadap teman sebaya, serta mengawasi peserta didik secara saksama di lingkungan satuan pendidikan.

Bullying merupakan tindakan negatif yang dapat dilakukan secara berulang kali dimana hal tersebut sengaja dilakukan yang bertujuan untuk melukai dan membuat individu merasa tidak nyaman. Moral adalah dimana pemahaman individu yang menekankan kepada alasan mengapa tindakan tersebut dilakukan dan bagaimana individu berfikir sampai pada keputusan bahwa hal tersebut baik atau buruk. Pemahaman moral juga bukan tentang apa yang baik atau buruk, namun bagaimana individu berpikir hingga keputusan sesuatu itu adalah baik atau buruk. Peserta didik dengan pemahaman moral yang tinggi akan otomatis memikirkan dahulu perbuatan yang akan mereka lakukan sehingga tidak akan menyakiti atau melakukan bullying kepada lingkungannya. Selain itu, remaja yang berhasil dalam proses pembentukan kepribadian yang wajar dan pembentukan kematangan diri membuat mereka mampu menghadapi berbagai hal-hal dalam kehidupannya mereka sekarang juga di masa yang akan datang pendidikan yang menunjang untuk perkembangannya mereka.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afiyani, I. A., Wiarsih, C., & Bramasta, D. (2019). Identifikasi Ciri-Ciri Perilaku Bullying Dan Solusi Untuk Mengatasinya Di Sekolah. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 5(3), 21–25.
- Batubara, D. R., Alifya, A., & Harahap, T. H. (2022). Analisis faktor yang mempengaruhi berpikir kritis matematika siswa dalam proses pembelajaran daring selama pandemi. *Journal Mathematics Education Sigma (JMES)*, 3(1). <https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/jmes/article/view/9466>
- Faiza, I. N., Najid, F. A., Masrihah, R., & Muntamah, U. (tanpa tahun). Desain dan analisis pilot studi: Early Detection Bullying Victim (Edbuvi) Application. *Jurnal Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*. Tersedia di: <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/ijnr>
- Giovani, Sella, Monty P. Satiadarma, and Untung Subroto. 2021. “Efektivitas Art Therapy Metode Ganim Dalam Menurunkan Tingkat Disregulasi Art Therapy Metode Ganim Dalam Menurunkan Tingkat Disregulasi Emosi Pada Siswa Sma Yang Menjadi Korban Bullying.” *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 5(1): 47. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i3.5400>
- Karisma, N., Rofiah, A., Afifah, S. N., & Manik, Y. M. (2023). Kesehatan mental remaja dan tren bunuh diri: Peran masyarakat mengatasi kasus bullying di Indonesia. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(3), 560–567. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i03.3439>
- Kasenda, R., Supit, E., Tonapa, N., Kojoh, A., Lini, S., & Asare, S. (2023). Analisis Perilaku Bullying Antar Siswa Yang Mengakibatkan Terjadinya Perubahan Tingkah Laku. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 7(1), 468–472. <https://doi.org/10.58258/jisip.v7i1.4312>
- Mulianingsih, R., & Dewi, K. D. (2022). Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Koran Bullying di Universitas X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(5), 25–38. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/47178>
- Nayla, F. I., Najid, F. A., Masrihah, R., & Muntamah, U. (2024). Desain dan analisis pilot studi: Early Detection Bullying Victim (Edbuvi) Application. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*. Diterima pada 17 September 2024. Tersedia secara daring di <http://jurnal.unw.ac.id/ijnr>
- Nur, M., Yasriuddin, & Azijah, N. (2022). Identifikasi perilaku bullying di sekolah (sebuah upaya preventif). *Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 6(3), 685–691. <https://doi.org/10.35931/am.v6i3.1054>
- Nurhayati, Alfi. 2022. “Art Therapy Dalam Mengatasi Trauma Pada Anak Korban Kekerasan Fisik, Psikologis, Dan Seksual Pada Film Hope Karya Lee Joon-Ik.” *Skripsi*: 1–92.
- Oktaviany, D., & Ramadan, Z. H. (2023). Analisis Dampak Bullying Terhadap Psikologi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(3), 1245– 1251.

- Purwandari, Haryatiningsih. 2009. Pengaruh Terapi Seni Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia Sekolah Yang Menjalani Hospitalisasi Di Wilayah Kabupaten Banyumas.
- Putri, L. N. N., Suryaningsih, Y., & Komarudin. (2025). Hubungan verbal bullying dengan harga diri rendah siswa/siswi di SMA Muhammadiyah 3 Jember. *Feelings: Journal of Counseling and Psychology*, 2(1), 67–82. <https://doi.org/10.61166/feelings.v1i1.20>  
repository.uinsaizu.ac.id.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147(6), 598–611. <https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>
- Santorine, D. (2025). Strategi Identifikasi Potensi Negatif Siswa di SMPN 24 Kota Malang: Membangun Sistem Pendukung yang Efektif. *Holistik Analisis Nexus*.
- Sari, U. A. F. (2022). Efektivitas art therapy guna menurunkan anxiety dan meningkatkan quality of life narapidana wanita pidana seumur hidup di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II-A Malang (Skripsi Sarjana). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. <http://etheses.uin-malang.ac.id/34053/>
- Siswati, Sri, Yulia Hartati, and Nizwardi Jalinus. 2019. “Tantangan Analisis Kebijakan Pencegahan Kekerasan Seksual Terhadap Anak Dengan Mengembangkan Media Teknologi Informasi.” *International Journal of Natural Science and Engineering* 2(2):59.
- Widowati, H., Hanum, S. M. F., Fahmawati, Z. N., & Anggraini, S. N. (2022). Pemberdayaan keluarga dalam pengasuhan anak dengan parenting education dan optimalisasi peran guru dalam deteksi dini perkembangan anak di TK Aisyiyah Sukodono Sidoarjo. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 6(3), 709–715. <https://doi.org/10.29407/ja.v6i3.17776>
- Widya Utami Lubis, S. F. Z. (2023). Pengaruh Bullying Verbal Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Di SMP Negeri 1 Perbaungan Tahun Ajaran 2021/2022. *ALACRITY : Journal of Education*, 3(1), 69–78. <https://doi.org/10.52121/alacrity.v3i1.113>
- Yuliani, N. (2019). Fenomena kasus bullying di sekolah. SDN Kebon Sirih 01 Pagi Jakarta.
- Zed, M. (2004). *Literatur: Studi Kepustakaan untuk Penulisan Karya Ilmiah*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.