

## Bullying dan Dampaknya Bagi Remaja

Greity Indah Tonggengbio, Yuriske Fillia Salindeho  
Institut Agama Kristen Negeri Manado  
Program Studi Pendidikan Agama Kristen

[greityindah@gmail.com](mailto:greityindah@gmail.com) , [salindehoyuriske@gmail.com](mailto:salindehoyuriske@gmail.com)

### Abstrak:

*Tulisan ini membahas tentang bullying sehingga bertujuan untuk mengetahui dan menjelaskan bagaimana dampak bullying bagi remaja dilihat dari fenomena yang maraknya terjadi dalam kehidupan remaja. Di dalamnya pun juga menjelaskan bagaimana peran orang tua dan gereja dalam menanggapi kasus ini yang terjadi pada remaja, adapun tulisan ini menggunakan metode studi literatur yang berpusat pada pengumpulan data melalui buku-buku, artikel dan sumber-sumber yang relevan. Hasil dari tulisan yang dibuat ini didapati bagaimana penyebab dan dampak bullying yang terjadi serta apa peran orangtua dan gereja dalam menyikapi kasus ini. Sebagai kesimpulan dari tulisan ini Dalam konteks ini, peran orang tua dan gereja sangatlah penting dalam menanggapi kasus bullying yang terjadi pada remaja. Dengan demikian, melalui kesadaran akan penyebab dan dampak bullying serta peran penting orang tua dan gereja dalam menanggapi kasus ini, diharapkan kita dapat menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi remaja.*

**Kata Kunci:** *Bullying, Dampak, Remaja*

## PENDAHULUAN

Remaja menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah mudah atau belum dewasa<sup>1</sup>. Masa remaja pun adalah masa yang penuh dengan kegoncangan jia, masa berada dalam peralihan atas diatas jembatan goyang, yang menghubungkan masa kanak-kanak yang penuh ketergantungan dengan masa dewasa yang matang dan berdiri sendiri.<sup>2</sup>

Bullying telah menjadi fenomena sosial yang semakin mendapat perhatian luas di kalangan masyarakat, terutama dalam konteks perkembangan remaja. Bullying merupakan tindakan agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang oleh individu atau kelompok yang memiliki kekuatan lebih terhadap seseorang yang dianggap lebih lemah. Fenomena ini mencakup berbagai bentuk, mulai dari bullying fisik, verbal, sosial, hingga cyberbullying. Pada masa remaja, individu berada dalam fase perkembangan yang krusial, di mana mereka mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Sayangnya, periode ini juga sering kali menjadi masa rentan bagi banyak remaja yang menjadi korban bullying. Dampak dari bullying bagi remaja tidak bisa dianggap remeh, karena dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka. Secara emosional, remaja yang menjadi korban bullying sering kali mengalami perasaan takut, cemas, depresi, dan rendah diri. Dari sisi sosial, korban bullying mungkin akan mengalami kesulitan dalam membangun hubungan yang sehat dengan teman sebaya, yang dapat mengarah pada isolasi sosial. Selain itu, dampak fisik juga mungkin terjadi, terutama dalam kasus bullying fisik, yang bisa menyebabkan cedera dan masalah kesehatan jangka panjang. Secara

---

<sup>1</sup> Kamus besar bahasa indonesia

<sup>2</sup> Zakiyah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Bulan Bintang), 2010, 72

akademis, bullying dapat mempengaruhi kinerja dan prestasi belajar remaja, karena perasaan tidak aman dan stres yang mereka alami di lingkungan sekolah. Fenomena bullying juga dapat menyebabkan dampak psikologis jangka panjang, seperti trauma dan gangguan stres pasca-trauma. Oleh karena itu, penting untuk memahami dan mengatasi bullying secara komprehensif, dengan melibatkan peran aktif dari keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi perkembangan remaja. Upaya pencegahan dan intervensi yang efektif dapat membantu meminimalisir dampak negatif bullying dan mendukung remaja dalam menjalani masa pertumbuhan mereka dengan lebih sehat dan bahagia.

Karakter remaja yang cenderung mencoba-coba dalam hal bullying sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis dan sosial yang kompleks. Pada usia remaja, keinginan untuk mencari jati diri dan mendapatkan pengakuan dari teman sebaya sangatlah kuat. Dalam proses ini, beberapa remaja mungkin tergoda untuk terlibat dalam perilaku bullying sebagai cara untuk menunjukkan kekuasaan, dominasi, atau untuk diterima dalam kelompok tertentu. Remaja dengan karakteristik ini sering kali memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan keberanian untuk mencoba hal-hal baru, meskipun terkadang tanpa mempertimbangkan konsekuensi negatifnya. Mereka mungkin melihat bullying sebagai cara untuk mengekspresikan diri atau mengatasi perasaan tidak aman yang mereka rasakan. Selain itu, pengaruh lingkungan, seperti teman sebaya yang mendukung atau bahkan mendorong perilaku bullying, serta kurangnya pengawasan atau intervensi dari orang dewasa, dapat memperkuat kecenderungan ini. Remaja yang ingin mencoba-coba bullying sering kali tidak sepenuhnya menyadari dampak emosional dan psikologis yang dapat ditimbulkan pada korban. Mereka mungkin melihat bullying sebagai sesuatu yang 'keren' atau sebagai lelucon, tanpa menyadari bahwa tindakan mereka dapat menyebabkan kerugian jangka panjang bagi orang lain. Untuk itu, penting bagi orang tua, pendidik, dan komunitas untuk memberikan pendidikan tentang empati, konsekuensi dari bullying, serta pentingnya perilaku positif dan mendukung satu sama lain. Dengan demikian, remaja dapat diarahkan untuk menyalurkan rasa ingin tahu dan energi mereka ke aktivitas yang lebih konstruktif dan bermanfaat.

## **METODE PENELITIAN**

Dalam tulisan ini, kami menggunakan metode studi literatur atau penelitian kepustakaan untuk menyelidiki dampak bullying bagi Remaja. Kami mengumpulkan data dari berbagai sumber literatur, seperti jurnal ilmiah, artikel, dan buku yang membahas tentang dampak bullying bagi kehidupan remaja. Melalui analisis literatur ini, kami dapat memahami lebih dalam tentang bagaimana dampak bullying bagi remaja. Temuan dari literatur ini atau penelitian kepustakaan ini akan menjadi landasan bagi rekomendasi kebijakan dan intervensi yang lebih efektif dalam mengelola.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Definisi Bullying**

Dalam Bahasa Indonesia kata *Bullying* dapat di artikan sebagai suatu perilaku yang mengintimidasi seseorang sehingga melibatkan suatu sifat yang begitu agraseif sehingga mengakibatkan seseorang terluka dan merasa tidak ada kenyamanan. Orang-orang yang sering melakukan hal itu atau di sebut dengan bullying dan diulangi secara berulang kali dengan menggunakan kata-kata yang kasar sampai bisa menyinggung perasaan orang yang di bullying dan tidak bisa di pungkiri juga mereka

melakukannya dengan cara fisik bisa memukul atau dengan cara mereka sendiri agar mencapai tujuan yang mereka inginkan terhadap seseorang yang mereka bullying. Seperti yang di jelaskan yaitu bullying merupakan suatu tindakan yang cukup agresif yang di lakukan oleh individu atau pun kelompok orang yang memiliki wewenang terhadap orang yang lemah dengan tujuan mereka untuk menyakiti orang tersebut. *Bullying* ini memiliki beberapa kategori yaitu:

1. **Bullying Fisik:** Melibatkan tindakan kekerasan fisik seperti memukul, menendang, atau mendorong.
2. **Bullying Verbal:** Menggunakan kata-kata untuk menyakiti, seperti mengejek, memaki, atau mengancam.
3. **Bullying Sosial/Relasional\*:** Bertujuan merusak reputasi atau hubungan seseorang, misalnya menyebarkan rumor, mengucilkan, atau memanipulasi hubungan sosial.
4. **Cyberbullying:** Bullying yang dilakukan melalui media elektronik seperti pesan teks, media sosial, email, atau platform online lainnya.
5. **Bullying Seksual:** Melibatkan tindakan atau komentar yang bersifat seksual yang tidak diinginkan, seperti pelecehan seksual atau komentar cabul.
6. **Bullying Rasial/Etnis:** Berdasarkan ras atau etnisitas korban, termasuk penghinaan rasial atau diskriminasi berbasis ras.<sup>3</sup>

### **Faktor Terjadinya Bullying**

Ada berbagai hal yang sangat mendukung untuk seseorang bisa melakukan bullying terhadap orang di sekitar mereka, yaitu:

- Terdapat rasa ingin berkuasa berkuasa: Seseorang yang biasa melakukan suatu tindakan bullying biasanya mereka memiliki sikap yang ingin berkuasa sepenuhnya di sekitar lingkungannya sehingga mereka tega menindas orang-orang di sekitarnya untuk menunjukkan mereka adalah orang yang kuat.
- Pelaku pernah menjadi korban kekerasan: Mereka yang sudah pernah menjadi salah satu korban atas pembulian maka mereka memiliki keinginan yang besar untuk membalas semua *bullying* yang pernah terjadi, sehingga mereka juga menjadi membullying orang yang mungkin lebih lemah dari mereka.
- Meniru perbuatan kekerasan melalui Game atau Film: Film yang menyiarkan hal-hal tentang kekerasan yang di tonton oleh anak-anak dan untuk memuaskan rasa ingin tahu mereka, maka mereka mampu mencoba tindakan yang mereka lihat di film.

### **Dampak Negatif Bullying Bagi Remaja**

Sangat disayangkan jika hal *bullying* ini terjadi di kalangan anak-anak serta remaja karena tindakan ini sangat berpengaruh terhadap psikis remaja juga dapat menimbulkan trauma bagi korban *bullying*.

Dampak tindak *bullying* yang begitu besar bagi remaja yaitu akan terbawa hingga dewasa. Disana akan muncul berbagai masalah mental seperti depresi, kegelisahan, dan masalah tidur juga merupakan salah satu dampak dari *bullying*. Keluhan Kesehatan juga ternyata menjadi suatu masalah dalam segi fisik seperti sakit

---

<sup>3</sup> Wibowo P.S Antonius. 2019. *Penerapan Hukum Pidana Dalam Bullying Di Sekolah*. Unika Atma Jaya Jakarta.

kepala, sakit perut, dan ketegangan otot, hingga rasa tidak aman saat berada di lingkungan sekolah atau lingkungan perkumpulan.

Dampak-dampak *bullying* ini ternyata sangat berpengaruh serta mengancam beberapa pihak yang terlibat dalam *bullying* itu yaitu, anak-anak yang di bully, anak-anak yang mem-bully, serta juga yang menyaksikan Tindakan kekerasan tersebut. Resiko terbesar yang di sebabkan *bullying* adalah memiliki masalah Kesehatan dalam segi fisik maupun mental serta berpengaruh bagi anak sehingga minat belajarnya menurun, cenderung menjadi anak yang pendiam dan takut untuk bergaul dengan orang karena memiliki trauma. Dampak *bullying* ini biasanya di rasakan dalam jangka waktu yang panjang oleh korban, walaupun sudah terjadi dalam rentan waktu bertahun-tahun namun jika insiden yang di alami sangat menyakiti korban maka akan di ingat sepanjang hidupnya dan akan berpengaruh pada mental seorang korban, sehingga mengundang ketakutan serta kecemasan yang berulang dalam hidupnya dan bisa saja akan mengakibatkan korban menjadi depresi.<sup>4</sup>

### **Peran Orang Tua Dalam Menanggapi Bullying**

Bullying atau bisa di sebut dengan pengganggu di sekolah dan ini menjadi salah satu alasan terjadinya stress pada anak remaja dan juga menimbulkan rasa minder , ketakutan takut, dan tidak terbuka kepada orang tua juga guru-guru.

Orang tua memiliki peran penting dalam menyikapi kasus *bullying* yang terjadi pada anak-anak. Keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak untuk selalu mendampingi anak dalam proses belajar mereka serta adanya komunikasi yang baik dari orang tua dan anak sehingga anak akan keterbukaan kepada orang tua.

Secara psikologis anak akan merasa di sayang, percaya diri, di perhatikan dan ia tidak merasa sendiri maka di situlah ia akan merasa ada kenyamanan dan bisa membangun dan memberi motivasi sehingga memiliki minat belajar yang baik serta motivasi ingin tahu dan adanya keterbukaan kepada orang tua dengan napa yang telah dia alami dari situlah maka Kesehatan mental dari anak akan baik dan terlepas dari ancaman *bullying*. Berbedah halnya dengan anak yang kurang mendapatkan perhatian dari orang tua secara psikologi ia akan merasa minder, dan merasa tidak ada kenyamanan dari lingkungan sekitarnya.

Peran orang tua yang di maksud merupakan bagaimana orang tua dapat mendukung serta dapat menerima dan bisa menjalani Pendidikan atau kehidupannya. Orang tua tentu saja tidak tahu apa yang terjadi pada anak di waktu anak berada dalam lingkungan sekolah maka sebaiknya pada waktu anak-anak pulang sekolah orang tua dapat menanyakan kegiatan apa saja yang di lakukan oleh mereka sehingga anak bisa ada keterbukaan dengan orang tua, maka jalinlah komunikasi yang baik dengan anak.

### **Peran Guru Dalam Menanggapi Bullying**

Sekolah merupakan lingkungan pendidikan ke dua untuk siswa setelah pendidikan pertama yang di dapat dari keluarga yaitu orang tua. Di sekolah yang bertanggung jawab atas anak-anak adalah seorang guru bagaimana guru

---

<sup>4</sup> Siswa SMP Islam Al Azhal 13 Surabaya Angkatan 16. 2020. *Parade Karya Ilmiah Antropologi Artikel Ilmiah*. Caramedia Communication.

membimbing anak dalam proses belajar dan pertumbuhan mereka pada lingkungan sekolah.

Peran seorang guru sangat penting dalam kasus *bullying* ini, Dimana guru dapat meminimalisir terjadinya *bullying* di sekolah bisa di lakukan dengan mengadakan edukasi siswa tentang perbuatan yang termasuk dalam kelompok *bullying* agar siswa mengenal sika papa saja yang tidak bolh di lakukan dalam lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Sebagai pendidik, tugas dari seorang guru bukan hanya tentang penyampaian materi tetapi juga guru juga harus berperan sebagai orang tua di sekolah untuk mejaga anak-anak dalam perkembangan mereka dalam lingkungan sekolah sehingga siswa tidak melakukan perilaku yang tidak baik terhadap sesame mereka. Guru bisa saja menjadi penyemangat bagi siswa yang merasa Lelah ataupun jenuh dan berbagai alas an lainnya, di situlah peran seorang guru sangat di butuhkan dan bisa bersikap terbuka kepada siswa, artinya siap memberi motivasi bagi siswa di saat siswa sangat membutuhkan seseorang untuk bercerita.<sup>5</sup>

### **Peran Gereja Menanggapi Bullying**

Gereja juga memiliki peran penting bagi mengatasi kasus *bullying* maka peran gereja sebagai manifestasi agama dibutuhkan dalam penanganan kasus *bullying*. Penanaman nilai-nilai kristiani kepada anak itu sangat penting dan gereja memerlukan 2 perangkat untuk mengatasi kasus *bullying* yaitu psikolog dan pendeta pastoral. Pendeta memiliki tugas yang cukup besar merupakan yaitu melakukan pendampingan pastoral spiritual kepada anak, jadi tak cukup hanya mendoakan namun pendampingan seorang pendeta juga penting. Pendeta memiliki wewenang dalam perawatan iman dari keluarga terlebih khusus kepada anak yang terlibat kasus tersebut, terkadang anak yang sudah memiliki banyak trauma yang ia alami sehingga ia harus memerlukan bantuan psikiater dalam upaya pengobatan terhadap anak-anak yang memerlukan pengobatan.

Seorang pendeta dapat melakukan perawatan iman kepada keluarga atau terlebih khsus dengan anak yang bermasalah dengan melakukan, *Pendampingan Anak* car aini dapat di lakukan seorang pendeta untuk anak padda saat anak masih usia dini agar anak dapat mengerti bahwa perbuatan-perbuatan yang tergolong *bullying* itu sangt tidak baik dan bertentangan dengan iman kristiani, dan cara yang selanjutnya yaitu *Penanganan Kasus Bullying* jika sudah terjadinya kasus *bullying* ini sebaiknya di cegah dengan cepat agar tidak merembet dan menimbulkan masalah dan korban yang lebih banyak dalam hal ini psikolog dan pendeta dapat bekerja sama untuk mencari akar dari masalah-masalah yang ada dan harus memiliki kesabaran untuk menangani kasus *bullying* ini, dan jika sudah mendapatkan akar masalah maka bisa di pertemukanlah pelaku pembullyaan dan korban bullyan dan mengklarifikasi masalah dan pendeta bisa memberi arahan kepada anak-anak untuk tidak melakukan hal tersebut.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Bustama SE. 2021. *Guru Sang Penyemangat*. Muklis Puna.Hal 1-2

<sup>6</sup> Sujati Dwi Endang. *Peran Gereja Dan Sekolah Terhadap Penanganan Kasus Bullying*, Vol 3, *Dwijoloka Jurnal Pendidikan Dasar & Menengah*, 2022, Hal 285-286

## **KESIMPULAN**

Menekankan bahwa bullying merupakan masalah serius yang dapat menimbulkan berbagai dampak negatif bagi remaja. Bullying, yang dapat berbentuk fisik, verbal, sosial, maupun melalui media elektronik, sering kali menyebabkan efek yang merugikan secara emosional, sosial, akademis, dan fisik bagi korbannya. Secara emosional, remaja yang menjadi korban bullying dapat mengalami perasaan takut, cemas, depresi, dan rendah diri. Dampak ini sering kali mengarah pada masalah kesehatan mental yang serius seperti gangguan kecemasan dan depresi. Secara sosial, korban bullying mungkin mengalami isolasi sosial, kesulitan membangun hubungan yang sehat, dan merasa tidak diterima dalam lingkungan mereka. Dampak akademis juga signifikan, dengan korban bullying sering kali menunjukkan penurunan prestasi belajar, absensi yang meningkat, dan kehilangan minat terhadap kegiatan sekolah. Secara keseluruhan, bullying memiliki dampak yang mendalam dan jangka panjang terhadap kesejahteraan dan perkembangan remaja. Oleh karena itu, penting untuk melakukan langkah-langkah pencegahan dan intervensi yang efektif melalui peran aktif dari keluarga, sekolah, dan komunitas. Meningkatkan kesadaran, memberikan pendidikan tentang dampak bullying, serta menciptakan lingkungan yang suportif dan inklusif adalah langkah-langkah krusial untuk mengatasi dan mencegah bullying di kalangan remaja. Dengan upaya kolektif, kita dapat membantu remaja mengatasi tantangan ini dan mendukung perkembangan mereka menjadi individu yang sehat, kuat, dan berdaya.

Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang oleh seseorang atau sekelompok orang yang memiliki kekuasaan terhadap orang lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut. Bullying dapat berupa perilaku fisik, verbal, non-verbal langsung maupun tidak langsung, dan bahkan pelecehan seksual. Artikel ini juga mengidentifikasi beberapa faktor penyebab terjadinya bullying, antara lain dorongan untuk berkuasa, pengalaman menjadi korban kekerasan, dan peniruan perilaku kekerasan dari media. Dampak negatif dari bullying bagi remaja sangat besar, termasuk masalah psikologis, emosional, dan fisik. Remaja yang menjadi korban bullying cenderung mengalami stres, kecemasan, depresi, serta keluhan kesehatan fisik seperti sakit kepala dan sakit perut. Dampak ini dapat berlangsung hingga dewasa dan mengganggu kesejahteraan secara keseluruhan.

Orang tua, guru, dan gereja memiliki peran penting dalam menanggapi kasus bullying. Orang tua perlu terlibat aktif dalam pendidikan anak, membangun komunikasi yang baik, dan memberikan dukungan serta perhatian kepada anak. Guru juga memiliki tanggung jawab untuk mengedukasi siswa tentang perilaku yang tidak diterima dan memberikan motivasi serta dukungan kepada siswa. Gereja, sebagai wadah spiritual, dapat memberikan pendampingan pastoral dan bantuan psikologis kepada anak-anak yang terlibat dalam kasus bullying.

## **REFERENSI**

Iqbal Hasan. 2008. *Analisa Data Penelitian Dengan Statistik*. Jakarta. Bumi Aksara.

Kartini Kartono. 1998. *Pengantar Metodologi Research*. Bandung. ALUMNI.

Wibowo P.S Antonius. 2019. *Penerapan Hukum Pidana Dalam Bullying Di Sekolah*. Unika Atma Jaya Jakarta.

Siswa SMP Islam Al Azhal 13 Surabaya Angkatan 16. 2020. *Parade Karya Ilmiah Antropologi Artikel Ilmiah*. Caramedia Communication.

Sujati, Dwi Endang, 2022, *Peran Gereja Dan Sekolah Terhadap Penanganan Kasus Bullying*, *Dwijoloka Jurnal Pendidikan Dasar & Menengah*, Vol 3 No 2, Hal 285-286