

## Faktor Protektif Dan Risiko Pada Siswa Korban *Bullying* di SMA Negeri 2 Semarang

Ainun Ayu Lestari<sup>1\*</sup>), Heri Saptadi Ismanto<sup>2</sup>, Ajeng Dianasari<sup>3</sup>  
Universitas PGRI Semarang

<sup>\*</sup>)Alamat korespondensi: Jl. Raya Tengah Bogares Kidul Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal, 52471, Indonesia;  
E-mail: ayu.ainun1999@gmail.com

### Article History:

Received: 19/04/2024;  
Revised: 27/05/2024;  
Accepted: 02/06/2024;  
Published: 30/06/2024.

### How to cite:

Ainun Ayu Lestari 1, Heri Saptadi Ismanto 2 & Ajeng Dianasari 3. (2024). Faktor Protektif Dan Risiko Pada Siswa Korban *Bullying* di SMA Negeri 2 Semarang. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), pp. 33–41. DOI: 10.26539/terapeutik.812758



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2024, Ainun Ayu Lestari, Heri Saptadi Ismanto & Ajeng Dianasari (s).

**Abstract:** Bullying is a common occurrence in the field of education, particularly among students in schools. Bullying will cause a decline in the well-being of the students who are the targets of it. Finding the protective and risk factors for bullying victims at SMA Negeri 2 Semarang is the goal of this study. This study uses a qualitative, phenomenological approach to its research methodology. Interviews, documentation, and observation were the methods used to acquire data. The results of this study found that protective factors in victims of bullying include (1) a happy and supportive home, (2) The positive values that the survivor absorbed from his friends, parents, instructor, and the karmic principles he adhered to while being bullied, (3) sense of identity, which is exemplified by the development of need awareness in order to finish school, (4) A fresh, encouraging setting, (5) prior encounters, (6) The victim's interests. Conditions that are risk factors for victims in achieving resilience from bullying experiences include personal and social environmental factors.

**Keywords:** Protective and risk factors, Bullying Victims

**Abstrak:** *Bullying* merupakan hal yang sering terjadi dalam bidang pendidikan, khususnya di kalangan siswa di sekolah. *Bullying* akan menyebabkan menurunnya kesejahteraan siswa yang menjadi sasarannya. Menemukan variabel protektif dan risiko pada siswa SMA Negeri 2 Semarang yang menjadi korban *bullying* menjadi tujuan penelitian ini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis dalam metodologi penelitiannya. Wawancara, dokumentasi, dan observasi merupakan metode yang digunakan untuk memperoleh data. Hasil penelitian ini menemukan faktor protektif pada korban *bullying* meliputi (1) rumah tangga yang bahagia dan suportif, (2) Nilai-nilai positif yang diserap oleh *survivor* dari teman, orang tua, pengajar, dan prinsip karma yang dianutnya selama menjadi korban perundungan, (3) rasa identitas, yang dicontohkan oleh pengembangan kesadaran akan kebutuhan untuk menyelesaikan sekolah, (4) Lingkungan yang segar dan memberi semangat, (5) pertemuan sebelumnya, (6) Minat korban. Kondisi yang menjadi faktor risiko bagi korban dalam mencapai resiliensi dari pengalaman *bullying* meliputi faktor personal dan lingkungan sosial.

**Kata Kunci:** Faktor Protektif dan resiko, Korban *Bullying*

## Pendahuluan

*Bullying* bukanlah permasalahan yang baru di lingkungan sekolah. *Bullying* dapat terjadi pada rentang usia berapa pun dan dilakukan oleh individu atau kelompok, meskipun biasanya terjadi pada masa remaja. Terlibat dalam aktivitas yang mereka anggap tidak menyenangkan berulang kali dan melukai orang lain (korban) secara fisik atau menyakiti secara emosional dengan kata-kata, perbuatan, atau pengucilan sosial, *bullying* merupakan salah satu jenis kebencian yang ditujukan kepada korban yang rentan. Namun hingga saat ini, *bullying* belum mendapat banyak perhatian atau mendapat perhatian yang besar. Insiden tersebut melibatkan seorang anak sekolah dasar Ohio yang disiksa oleh teman-temannya dan mengakhiri hidupnya dengan gantung diri menggunakan dasi. Bocah delapan tahun ini menjadi sasaran *bullying* fisik. Teman-teman sekolahnya sering memukulinya. Texas memberikan ilustrasi lain. Seorang gadis remaja yang mengira dia menerima kritik keras secara *online* menembak dirinya sendiri di dada dan meninggal sebagai akibatnya (Zakiah,2017).

Awal September 2023, terungkap kasus seorang anak SMP di Cilacap yang sering di-*bully* oleh kakak kelasnya. Korban dianiaya dengan kejam di bagian utama seperti kepala, perut, dan dada oleh pelaku. Saat korban sedang berbaring, penyerang menendang kepalanya, menendangnya ke tanah, dan memukulnya dengan lutut. Sebelum ucapannya tersebut, video dirinya yang dilecehkan menjadi viral. Dalam video tersebut, pelajar tersebut terlihat dilecehkan oleh rekannya yang memakai topi. Beberapa siswa lain yang berada di lokasi melihat pemandangan tersebut. Para pelaku *bullying* benar-benar mengancam beberapa siswa yang mencoba turun tangan (Tribunnews.com, 2023).

Beberapa contoh di atas berpusat pada tindakan yang menyebabkan cedera psikologis dan/atau fisik pada korbannya. *Bullying* dapat terjadi dalam berbagai bentuk, termasuk penindasan relasional, fisik, verbal, dan *cyberbullying*. Menggunakan bahasa yang kasar, seperti menghina, menghina, memfitnah, mengkritik dengan keras, dan melontarkan kata-kata yang melibatkan pendekatan atau pelecehan seksual, dikenal sebagai *bullying* verbal. Salah satu dari banyak hal yang mungkin mengarah pada perilaku *bullying* verbal adalah ciri-ciri fisik seseorang, seperti tinggi, langsing, gemuk, dan lain-lain Coloroso (dalam Zakiah, Huamed, & Santoso, 2017). Akibatnya, Korban *Bullying* di usia Remaja lebih rentan terhadap berbagai masalah kesehatan fisik dan mental. Tekanan psikologis akan menimbulkan trauma yang berdampak pada kesejahteraan fisik dan mental korban, antara lain kegelisahan, ketakutan, kecemasan, kesedihan, dan gangguan tidur; Selain itu, korban juga akan benci sekolah dan mengalami ketegangan setiap pagi ketika harus melapor untuk bertugas. Dalam hal kesehatan fisik, anak-anak sering kali melaporkan mengalami ketidaknyamanan di bagian tertentu termasuk kepala, lutut, kaki, bahu, sakit perut, demam, muntah, merasa tidak nyaman di kelas, dan kurang termotivasi untuk berkonsentrasi dan berprestasi secara akademis (Zakiah, 2017).

Menurut teori Puspitaningrum (2011), korban *bullying* mungkin mempunyai dampak perilaku jangka pendek dan jangka panjang. Mereka akan mengalami depresi jangka pendek, kehilangan minat bersekolah karena berbagai alasan, dan mungkin menghindarinya sama sekali. Di sisi lain, Seiring waktu, ada kecenderungan untuk berpikir negatif tentang diri sendiri. Akibatnya, korban *bullying* berjuang untuk menghindari keadaan yang tidak nyaman ini; mereka bahkan mungkin menunjukkan emosi negatif, mudah gelisah, dan merasa minder. Oleh karena itu, mereka kurang mampu menghadapi *bullying* yang sering terjadi di sekolah, khususnya di sekolah menengah atas dan masa awal pubertas.

Kumpfer (dalam Glantz & Johnson, 2002) mengatakan bahwa untuk melihat hasil yang positif, ketahanan memerlukan interaksi antara kualitas internal seseorang dan lingkungan sosialnya. Oleh karena itu, Ada yang berpendapat bahwa mereka yang menjadi sasaran *bullying* verbal mempunyai kapasitas untuk menyesuaikan diri secara positif jika mereka mampu mengembangkan sifat-sifat batin ini. Selain itu, lingkungan sosial seseorang, terkadang disebut sebagai faktor pelindung, sangat penting dalam memberikan dukungan. Faktor perlindungan yang berasal dari lingkungan dapat membantu individu dalam mengatasi kesulitan yang disebabkan oleh penindasan, sehingga memungkinkan mereka mencapai hasil yang diinginkan.

Benar, setiap remaja mempunyai kapasitas untuk mengembangkan kepribadian yang matang sehingga mampu menghadapi kesulitan hidup di habitat aslinya, namun kapasitas ini pasti tidak akan berkembang secara maksimal jika kondisi lingkungan dan fisik yang memadai tidak tersedia. Akan selalu ada berbagai elemen yang membentuk kepribadian remaja, termasuk faktor risiko dan faktor pelindung. Tidak adanya faktor risiko terjadinya masalah perilaku atau emosional atau gangguan tertentu pada remaja dikenal sebagai faktor protektif. Namun, faktor-faktor risiko ini mungkin timbul dari interaksi antara manusia dan lingkungannya atau dari dampak individu, kontekstual, atau lingkungan. Masalah emosi dan perilaku khusus remaja disebabkan oleh faktor risiko yang dikombinasikan dengan kondisi psikososial dan ketahanan. Menurut Rutter (1985), faktor protektif adalah faktor yang mengubah, meningkatkan, atau memperkuat respon individu terhadap berbagai situasi lingkungan. Mungkin timbul masalah perilaku emosional atau gangguan mental di masa depan atau tidak, akan bergantung pada bagaimana variabel pelindung ini dikombinasikan dengan faktor risiko.

*Bullying* antar siswa di SMA Negeri 2 Semarang terjadi baik secara verbal maupun nonverbal. Karena *bullying* sangat merugikan orang lain dan berdampak pada pembelajaran, maka sekolah khususnya guru BK telah memberikan bimbingan atau konseling secara visual

maupun audio visual tentang *bullying* guna mengurangi angka tindakan *bullying* di sekolah. Mereka juga memberikan perlakuan responsif kepada para korban dan pelaku *bullying*. Namun ternyata masih Banyak anak yang sering menjadi sasaran *bullying* di sekolah, berdasarkan temuan observasi peneliti di SMA Negeri 2 Semarang. Beberapa dari mereka mengalami depresi psikologis, yang bermanifestasi sebagai kegelisahan, kecemasan, ketenangan mendadak, melankolis, rasa takut, stres, dan kurangnya keinginan untuk berinteraksi dengan orang lain. Korban *bullying* sering kali tidak memiliki keberanian untuk menghadapi pelaku *bullying*, melapor kepada guru, atau bahkan memberi tahu teman terdekat dan orang tua mereka. Akibatnya, penderitanya mengalami depresi, dan masalah psikologisnya semakin parah setiap harinya. Aspek yang paling memprihatinkan adalah kemungkinan besar bahwa individu yang pernah ditindas di masa lalu pada akhirnya akan berubah menjadi pelaku *bullying*.

Terlepas dari kenyataan bahwa korban penindasan dapat mengalami berbagai dampak buruk, penelitian mengenai faktor-faktor perlindungan dan bahaya bagi korban penindasan masih sangat langka dan sulit untuk ditemukan, mengingat meningkatnya jumlah kasus penindasan di Indonesia. Oleh karena itu, peneliti sangat prihatin. Berdasarkan informasi sebelumnya, maka kerangka masalah dalam Studi ini menyelidiki “Apa saja faktor protektif dan risiko bagi siswa yang menjadi korban *bullying* di sekolah?” Dengan demikian, Tujuan penelitian ini adalah untuk menemukan faktor risiko dan proteksi pada individu yang ditindas.

## Metode

Menemukan faktor risiko dan perlindungan pada individu yang ditindas adalah tujuan penelitian ini. Peneliti menggunakan metodologi penelitian kualitatif yang disebut fenomenologi untuk mengidentifikasi dan mengkarakterisasi sifat pengalaman manusia terhadap suatu peristiwa tertentu. Metodologi studi yang dikenal sebagai fenomenologi didasarkan pada pemahaman pengalaman hidup yang unik. Peneliti perlu melihat berbagai topik untuk mengembangkan pola dan keterkaitan yang bermakna (Creswell, 2009). Peneliti menggunakan strategi *purposive sampling* dalam penelitian ini. *Purposive sampling* menurut Sugiyono (2013) adalah metode pemilihan sampel yang mempertimbangkan faktor-faktor tertentu. CPA, EAB, dan PAA, tiga peserta penelitian, setuju untuk berpartisipasi dalam wawancara dan berusia antara 18 hingga 20 tahun. Masing-masing dari mereka pernah mengalami *bullying*.

Dalam penelitian ini wawancara semi-terstruktur digunakan sebagai metode pengumpulan data. Informan ditanyai mengenai gagasan dan sudut pandangnya untuk mengidentifikasi masalah secara jujur dalam wawancara semi terstruktur (Sugiyono, 2013). Untuk memastikan informan memahami tujuannya dan melaksanakannya, wawancara ini dilakukan secara terbuka. Metode ini digunakan untuk memvalidasi data dengan sumber data guna memastikan keakuratan data. Data penelitian akan diperiksa melalui metode reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Sugiyono, 2014).

## Hasil dan Diskusi

Pemaparan data penelitian yang telah dikumpulkan dapat dilihat pada bagian hasil penelitian di bawah ini. Tiga orang yang *bullying* berpartisipasi dalam penelitian ini sebagai peserta.

Tabel 1. Pengalaman, respon, perasaan subjek korban *bullying*

SUBJEK	ANALISIS
<b>Pengalaman korban <i>bullying</i></b>	
CPA	Informan diejek atau diejek karena berbagai alasan, antara lain karena bobotnya yang sebesar gajah, bingkai kacamatanya yang berbentuk kuda, dan fakta bahwa ia sengaja menyembunyikan sepatunya untuk bercanda dengan teman-temannya.

<b>EAB</b>	Informan merasa malu karena rambutnya yang tidak rapi, matanya yang sipit, dan kulitnya yang gelap, sehingga dia tidak bisa berteman.
<b>PAA</b>	Informan mengalami ejekan mengenai kemiripan kacamata tersebut dengan kacamata kuda, bobotnya yang mirip gajah, serta cubitan, penolakan, dan pengucilannya.
<b>Respon subjek</b>	
<b>CPA</b>	Saat <i>bullying</i> terjadi, informan memilih menerima saja dan diam.
<b>EAB</b>	Ketika informan mengalami <i>bullying</i> , yang bisa ia lakukan hanyalah diam dan terlalu analitis.
<b>PAA</b>	Ketika informan <i>bullying</i> , dia tetap diam, menerima pelecehan tersebut, dan tidak pernah berbicara menentang pelaku.
<b>Perasaan subjek</b>	
<b>CPA</b>	Sumbernya mengalami rasa sakit hati, kesedihan, rasa malu, dan kemarahan.
<b>EAB</b>	Informan menolak keluar rumah untuk bersosialisasi dengan orang lain karena merasa terluka, malu, geram, dan depresi.
<b>PAA</b>	Informan merasa tersinggung, jengkel, tidak puas, dan iri dengan penampilan temannya yang semakin membaik.

Para informan mengalami *body shaming*, ancaman, pengucilan, dan lelucon yang menyinggung sebagai *bullying* verbal. Informan mengalami *bullying* dari teman dan kerabatnya. Setelah menjadi sasaran *Bullying*, seseorang harus tetap diam, menerima perilakunya, dan memilih untuk tidak menghadapi pelaku *bullying*. Para informan mengalami rasa sakit hati, malu, marah, cemburu, sedih, dan kecewa ketika menjadi sasaran *bullying* karena penampilan mereka

Tabel 2. Usaha subjek mengelola perasaan, Dampak *Bullying* & Usaha Subjek

SUBJEK	ANALISIS
<b>Usaha subjek mengelola perasaan</b>	
<b>CPA</b>	Informasi berusaha untuk menentukan identitasnya.
<b>EAB</b>	Untuk mengelola emosinya informan hanya diam, dan tidak mau berkomunikasi dengan si pelaku <i>bullying</i>
<b>PAA</b>	Untuk mengelola emosinya, informan berusaha untuk menerima dan mencoba untuk membela diri
<b>Dampak <i>bullying</i></b>	
<b>CPA</b>	Informan mengalami perasaan tidak aman.
<b>EAB</b>	Informan mulai berpikir terlalu banyak dan malas keluar rumah, bahkan ingin menggunduli rambutnya.
<b>PAA</b>	Informan merasa tidak aman, takut, dan enggan berinteraksi dengan orang lain.
<b>Usaha Subjek</b>	
<b>CPA</b>	Informan berusaha untuk berolahraga dengan mengonsumsi makanan yang sehat, memiliki hobi

	yang disukai, dan tidak mempertimbangkan pendapat orang lain.
<b>EAB</b>	Untuk mengatasi hal ini, informan melakukan perawatan wajah, rambut, dan olahraga, serta berpartisipasi dalam aktivitas positif.
<b>PAA</b>	Informan memilih orang-orang yang menurutnya akan memberikan pengaruh yang menguntungkan bagi perkembangannya dan melakukan kegiatan konstruktif untuk mengatasi dampak ini.

Usai diejek soal penampilannya, para informan mencoba berbagai strategi untuk mengatasi emosinya. Hal ini mencakup analisis diri dan penerimaan yang teguh terhadap siapa diri mereka, olahraga teratur dan kebiasaan kesehatan yang lebih baik, menghindari interaksi sosial, dan tetap sibuk dengan pekerjaan atau hobi. Informan yang terkena bullying biasanya merasa tidak aman, tidak percaya diri, berpikir terlalu banyak, enggan keluar rumah, dan enggan berkomunikasi dengan orang lain.

Para informan mencoba berbagai strategi untuk mengatasi permasalahan yang ditimbulkan oleh ejekan yang mereka terima mengenai penampilan mereka. Praktik perawatan diri meliputi mengurangi jumlah makanan, berolahraga, merawat wajah, belajar merias wajah, dan memilih teman yang mereka yakini akan memberikan pengaruh positif bagi mereka. Orang lain memilih untuk menerima penampilan fisik mereka. Beberapa orang tetap aktif dan memberikan afirmasi yang positif.

Tabel 3. Faktor Protektif dan Risiko korban

Faktor Protektif	Faktor Risiko
Lingkungan keluarga yang positif	Faktor risiko personal
Value positif yang dijunjung tinggi oleh penyintas datang dari bimbingan gurunya, pelajaran yang ia peroleh dari bullying, dan cita-cita karma yang dianutnya.	Faktor risiko lingkungan sosial
Kesadaran identitas, ditandai dengan kesadaran bahwa menyelesaikan sekolah itu perlu.	
Lingkungan baru yang positif	
Hobi yang dimiliki penyintas	

Ketahanan korban penindasan dipengaruhi oleh variabel risiko dan protektif. Unsur-unsur ini mempunyai kekuatan untuk membangkitkan dan membentuk korban penindasan saat ini.

Faktor Protektif dan Faktor Risiko Korban *Bullying* antara lain:

#### 1. Faktor Protektif

Hendriani (2018) Faktor protektif adalah faktor yang berpotensi membantu masyarakat menemukan solusi efektif terhadap permasalahan. Sejumlah elemen, termasuk pengalaman masa lalu, hobi, keyakinan agama, cita-cita positif, kesadaran diri, lingkungan pendukung baru, dan lingkungan yang mendukung, membantu peserta penelitian dalam melakukan adaptasi positif yang berlanjut hingga mereka mengembangkan ketahanan. 6 tema untuk variabel protektif dan dua tema untuk faktor risiko diidentifikasi berdasarkan temuan wawancara yang dilakukan untuk mengetahui bahaya dan aspek protektif dari *bullying*. Hal ini diungkapkan oleh partisipan sebagai berikut:

##### a. Lingkungan Keluarga yang Positif

Korban dibesarkan dalam rumah tangga yang bahagia. Keluarga korban baik hati, ramah, dan percaya pada mereka. Hubungan positif antara masyarakat dan keluarganya dapat menjadi faktor kunci efektivitas proses adaptasi, menurut Garmezy (dalam Hendriani,

2018). Dengan memberikan perhatian kepadanya, orang tua korban dapat memberikan dukungan yang dibutuhkannya agar merasa diperhatikan. Dalam peristiwa *bullying* tersebut, interaksi korban dengan orang tua dan neneknya mendominasi situasi. Dalam setiap kejadian *bullying*, sosok orang tua selalu digambarkan sebagai sosok yang mampu memberikan bimbingan dan nasehat kepada korbannya. Menurut Borualogo dkk. (2020), partisipasi orang tua dalam kontakannya dengan anak dapat membantu anak terhindar dari masa-masa sulit dalam hidup. Menurut peneliti Sapouna dan Wolke (2013), Tobias dan Chapanar (2016), Yuliani dkk. (2018), McChubbin dan Patterson (dalam VanBreda, 2001), dan perlindungan, keluarga yang ramah dapat mengurangi efek negatif dari berbagai pemicu stres. Hal ini sejalan dengan pernyataan partisipan.

Hal ini sejalan dengan pernyataan partisipan. serupa dengan deklarasi berikut:

R1 : *“awal-awalnya gak berani bilang ke orang tua, tapi saya sudah tidak tahan ka, jadi akhirnya saya bilang ke ibu saya, dan untungnya respon ibu saya baik dan selalu memberikan dukungan.”*

R2 : *“kalo saya lebih dekat ke nenek saya ka, karena dari kecil saya udah tinggal bersama nenek saya, orang tua kerja diluar kota, nenek saya selalu memberikan nasehat dan beliau selalu memperlakukan orang lain dengan baik.”*

R3 : *“saya lebih dekat ke ayah saya dari pada ke ibu, ayah saya yang selalu memberikan arahan dan saran ketika saya ada masalah.”*

#### b. Value Positif

Saat menghadapi *bullying*, korban menjaga nilai-nilai baik dalam dirinya. Di antara cita-cita tersebut adalah ajaran moral dan agama. Menurut Grotberg (dalam Hendriani, 2018), memiliki nilai-nilai tertentu dapat membantu orang menjadi lebih tahan terhadap stres. Dalam kasus penindasan, keyakinan agama korban adalah nilai karma. Korban mengira pelaku pada akhirnya akan mendapatkan sesuatu yang setimpal dengan perbuatannya karena nilai karma tersebut. Karena nilai karma tersebut, korban juga menganggap bahwa bereaksi negatif terhadap pelaku akan berdampak negatif pada dirinya. Prinsip keagamaan menurut Putri dan Uyun (2017) dapat mendukung seseorang dalam mengatasi stres.

Korban penindasan mendapatkan pelajaran hidup yang berharga. Nilai-nilai tersebut antara lain menjauhkan diri dari suasana *bullying*, tidak menekan lingkungan sekitar untuk mengakui kehadirannya, dan berkonsentrasi pada diri sendiri. Ide-ide ini mendukung korban dalam mengembangkan mekanisme penanggulangan penghindaran, seperti pindah ke lokasi baru. Selain mendapat pelajaran hidup, korban mengikuti nasehat gurunya untuk bersabar menghadapi tantangan yang dihadapinya. Germezy (dalam Hendriani, 2018) menyatakan bahwa kepribadian seseorang dan unsur lingkungan eksternal sama-sama dapat berperan dalam faktor protektif. Sifat-sifat yang dimiliki korban inilah yang mengarah pada terbentuknya prinsip-prinsip hidup, dan kemampuan korban dalam memanfaatkan sumber daya di luar keluarga ditunjukkan melalui nasehat yang diberikan oleh guru.

Hal ini sejalan dengan pernyataan partisipan. serupa dengan deklarasi berikut:

R1 : *“Saya diam saja. Saya merenung dan lebih memperhatikan diriku sendiri. Biarkan situasi membalasnya....”*

R2 : *“ada rasa ingin membalas dan membela diri, tapi saya tidak berani kak, jadi saya diem aja, saya harap mereka mendapat balasannya suatu saat nanti....”*

R3 : *“saya sudah terlanjut sakit hati kak, jadi saya lebih baik menghindar dan tidak mau berurusan lagi dengan mereka....”*

#### c. Kesadaran dan identitas diri

Hendriani (2018) menegaskan bahwa memiliki rasa identitas membantu seseorang mengenali kewajiban yang menyertainya. Karena informan penelitian sadar akan kewajibannya sebagai mahasiswa, maka mereka dihibau untuk menyelesaikan studinya dengan berbagai cara. Korban mungkin memutuskan untuk mencari lingkungan baru. Faktor lain dalam mendidik korban mengenai kewajibannya adalah keluarga. Akuntabilitas ini memotivasi target *bullying* untuk berhenti. Bagi para korban, kondisi ini menjadi faktor pendorong dalam mencapai ketahanan. Individu termotivasi untuk mengatasi kesulitan karena rasa tanggung jawab (Hendriani, 2018). Lingkungan pergaulannya terpengaruh oleh pengalamannya menjadi korban *bullying* sehingga membuatnya takut.

Hal ini sejalan dengan pernyataan partisipan. serupa dengan deklarasi berikut:

R1 : *“saya pernah gak mau masuk sekolah sampai beralasan sakit untuk bebearapa kali ka, gara-gara takut dibully sama mereka, saya sadar ka, jika saya selalu izin tidak berangkat maka saya akan tertinggal pelajaran, jadi saya memutuskan untuk berangkat sekolah....”*

d. Lingkungan baru yang suportif

Orang-orang tertarik pada lingkungan yang memungkinkan mereka merasa nyaman dengan diri mereka sendiri (Akbar, 2013). Selain itu, korban dalam penelitian ini menganggap lingkungan barunya cocok untuknya dan menyambutnya dengan tangan terbuka. Selain itu, korban merasa lebih diperhatikan dan diterima di lingkungan baru. Sejumlah ahli, antara lain Ward (2001), McChubbin dan Patterson (dalam VanBreda, 2001), dan Yuliani et al. (2018), menegaskan bahwa masyarakat dapat mengembangkan ketahanan dengan hidup di lingkungan yang lebih positif. Setelah menjadi sasaran *bullying*, korban menceritakan pengalamannya kepada teman-teman dekatnya di sekolah. Awalnya korban mengira teman-temannya akan memberikan reaksi negatif, namun ternyata teman-temannya memberikan respon yang baik sehingga membantu korban merasa lebih nyaman untuk berbagi cerita dan memperlambat ikatan mereka.

Hal ini sesuai dengan komentar peserta berikut ini:

R2 : *“Ketika saya memberi tahu mereka tanggapannya, mereka seperti, “Ya, lain kali kita akan bersama saja, tidak perlu dekat-dekat dengan mereka.” Awalnya mbak, aku nggak berani, karena aku takut itu jadi lelucon”*

e. Pengalaman masa lalu

Gadis itu mengalami perundungan saat berada di kursi kelas dasar dan menengah. Mereka bisa mengatasinya *bullying* di sekolah dasar karena mereka memiliki minat baru dengan teman. Dengan merangkul dan memaafkan pelaku, korban *bullying* di bangku SMP mampu melupakan kejadian tersebut. Garner dan Boulton (2016) menyatakan bahwa memiliki pengalaman ini dapat membuat orang menjadi lebih tangguh.

f. Hobi

Olah raga, merawat hewan peliharaan, berkebun, menyanyi, dan melakukan aktivitas konstruktif adalah hobi mereka yang harus menyesuaikan diri dengan *bullying*. Para responden mungkin menemukan penghilang stres dalam hobi ini. Menurut Juliadilla dan Hastuti H. (2019), melakukan aktivitas konstruktif seperti merawat hewan peliharaan dan berolahraga dapat membantu karyawan tetap mengurangi stres. Nugrahaeni (2016) menegaskan bahwa memiliki Hewan peliharaan dapat meningkatkan kualitas hidup, mengurangi kecemasan, depresi, dan kesepian, dan memberikan jaringan dukungan sosial kepada pemiliknya.

2. Faktor risiko dalam kasus *bullying* ini adalah faktor personal dan faktor lingkungan penyintas.

a. Faktor Risiko Personal

Ada dua elemen utama yang menyebabkan terjadinya *bullying* dalam penelitian ini: lingkungan sosial korban dan masalah pribadi. Korban sebelumnya pernah menjadi sasaran *bullying*. Saat korban Saat di sekolah dasar, ia berkembang menjadi sasaran kejadian *bullying* pertamanya. Rasa sakit yang dialami korban akibat penghinaan terhadap citra tubuh dan kebutuhan akan kacamata sebagai alat bantu penglihatan menjadi katalisator terjadinya *bullying*. Cowie & Jennifer (2008) menegaskan bahwa rasa malu yang disertai dengan kegelisahan dapat menarik perhatian pelaku *bullying* dan menyebabkan korbannya ditindas. Ketika seseorang memperlakukan korbannya dengan buruk, kegelisahan dan rasa malu ini menjadi peringatan bagi orang lain bahwa korban tidak akan melawan (Cowie & Jennifer, 2008). Kondisi pribadi korban yang berkembang menimbulkan bahaya bagi para korbannya. Selain merasa tidak nyaman dan malu. Selain itu, korban menunjukkan harga diri dan evaluasi diri yang rendah. Korban selalu merasa kurang aman dan menganggap dirinya bodoh, tidak sempurna seperti teman-temannya yang berwajah bagus, bertubuh bagus, dan berkulit putih. Menurut Cowie & Jennifer (2008), penyakit ini dapat membuat seseorang merasa rendah diri sehingga meningkatkan risiko menjadi korban *bullying*. Ketahanan dapat terhambat oleh faktor-faktor risiko seperti perasaan rendah diri yang mungkin dialami oleh korban penindasan di masa lalu.

#### b. Faktor Risiko Lingkungan Sosial

Salah satu faktor risiko penyintas SMP adalah lingkungan sosial korban. Korban berada di lingkungan di mana kejahatan yang melibatkan kekerasan sering terjadi. Sesuai Cowie & Jennifer (2008), *bullying* lebih mungkin terjadi di lingkungan di mana premanisme atau faktor-faktor lain yang tidak diinginkan, seperti penggunaan kekerasan dalam kehidupan sehari-hari, adalah hal biasa. *Bullying* bisa saja terjadi di lingkungan sekitar korban sehingga menyebabkan korban dilecehkan oleh anggota kelompok premanisme. Individu yang mengalami *bullying* dapat berkembang menjadi pribadi yang tertutup, memiliki sedikit rasa tidak percaya diri dan tidak percaya diri, dan rentan terhadap kecemasan (Kabadayi & Sari, 2018). Lingkungan pergaulan korban di sekolah dan lingkungan keluarganya menjadi sumber faktor risikonya. Karena korban yakin ada anggota keluarganya yang juga melecehkannya, ia tidak pernah memberi tahu orang tuanya tentang masalah tersebut. Selain variabel risiko dari keluarga, terdapat faktor risiko dari teman sebaya yang mempersulit pengurangan dampak buruk *bullying*. Korban menceritakan kepada beberapa teman sekolahnya bahwa ia ingin meringankan beban kesedihannya akibat *bullying* yang dialaminya, namun mereka justru mencemooh episode *bullying* yang dialami korban.

Hal ini sesuai dengan komentar peserta berikut ini:

R3 : *“saya pernah menceritakan ke salah satu teman saya tentang pengalaman bullying yang saya alami kak, saya gak tahu apakah mereka tahu atau gak tapi mereka suka bercanda da terkadang juga suka bully ‘ hahaha soalnya kamu item sih’ walaupun itu bercanda tapi saya merasa sakit hati kak dan tersinggung ....”*

Pengalaman *bullying* berdampak negatif pada persepsi korban terhadap dirinya sendiri. Karakteristik ini meningkatkan kemungkinan korban menjadi sasaran *bullying*.

### Simpulan

---

Kesimpulan mengenai variabel risiko dan faktor protektif pada korban *bullying* di SMA Negeri 2 Semarang dapat ditarik berdasarkan temuan penelitian. Faktor protektif yang didapatkan dari informan ialah (1) rumah tangga yang bahagia dan suportif, (2) Nilai-nilai positif yang diserap oleh *survivor* dari teman, orang tua, pengajar, dan prinsip karma yang dianutnya selama menjadi korban perundungan, (3) rasa identitas, yang dicontohkan oleh pengembangan kesadaran akan kebutuhan. untuk menyelesaikan sekolah, (4) Lingkungan yang segar dan memberi semangat, (5) pertemuan sebelumnya, (6) Minat korban. Sementara itu, karakteristik lingkungan sosial dan pribadi menjadi faktor risiko yang disampaikan informan. Elemen-elemen yang mungkin mempengaruhi ketahanan individu Remaja yang menjadi korban penindasan mungkin dipengaruhi oleh masalah internal serta dukungan eksternal dari teman, keluarga, dan pasangan. Dukungan-dukungan tersebut dapat membantu informan mengatasi dampak negatif *bullying*.

### Ucapan Terima Kasih

---

Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada Dr. Heri Saptadi, I.M.Pd, dosen pembimbing lapangan di Universitas PGRI Semarang, Ajeng Dianasari, S.Psi, guru pamong di SMA Negeri 2 Semarang, dan siswa kelas X SMA Negeri 2 Semarang yang membantu sebagai responden dalam penelitian ini.

### Daftar Rujukan

---

- Akbar, G. (2013). Mental Imagery Mengenai Lingkungan Sosial yang Baru pada Korban *Bullying*. *EJournal Psikologi*, 1(1), 23–37.
- Borualogo, I. S., Wahyudi, H., & Kusdiyati, S. (2020). Prediktor *bullying* siswa sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(1), 26–42.
- Cowie, H., & Jennifer, D. (2008). *New Perspectives on Bullying*. New York: Open University Press.



- Darmaja, I.M.S.N. & Wilani, N.M.A.W. (2021). Gambaran Resiliensi Mahasiswa Psikologi Penyintas Bullying Kelompok Sebaya Sebuah Studi Kasus Tunggal I. *J. Psikologi Udayana*, 8(2), 1-8.
- Darwin, D. Mubin, M.F., Hidayati, F. (2018). Pengalaman Siswa Yang Mendapatkan Bullying Di SMA N 15 Semarang. *Jurnal Keperawatan Kounitas*, 2(1), 1-6
- Garner, I. W., & Boulton, M. J. (2016). Adolescent's unambiguous knowledge of overcoming bullying and developing resilience. *Journal of Occupational Therapy, Schools, and Early Intervention*, 9(2), 199–207.
- Hendriani, W. (2017). Adaptasi positif pada resiliensi akademik mahasiswa doktoral. *Humanitas*, 14(2), 139–149.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*. Pranadamedia Group.
- Juliadilla, R., & Hastuti H., S. C. (2019). Peran pet (hewan peliharaan) pada tingkat stres pegawai purnatugas. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 153–175.
- Kabadayi, F., & Sari, S. V. (2018). What is the role of resilience in predicting cyber bullying perpetrators and their victims? *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 28(1), 102–117.
- Nugrahaeni, H. S. (2016). *Hubungan Antara Pet Attachment Dengan Kualitas Hidup Pada Pemilik Hewan Peliharaan*. Universitas Negeri Semarang.
- Poerwoto, Y. L (2023, September 27). <https://www.tribunnews.com/regional/2023/09/27/pelaku-bullying-siswa-smp-di-cilacap-ditangkap-motif-karena-korban-gabung-geng-lain>
- Putri, A. S., & Uyun, Q. (2017). Hubungan tawakal dan resiliensi pada santri remaja penghafal al quran di yogyakarta. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(1), 77–87.
- Sapouna, M., & Wolke, D. (2013). Resilience to bullying victimization: The role of individual, family and peer characteristics. *Child Abuse and Neglect*, 37(11), 997-1006.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2014). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Tobias, S., & Chapanar, T. (2016). Predicting resilience after cyberbully victimization among high school students. *Journal of Psychological and Educational Research*, 24(1), 7–25.
- VanBreda, A. D. (2001). *Resilience Theory: A Literature Review* (p. 333). South African Military Health Service, Military Psychological Institute, Social Work Research & Development.
- Yuliani, S., Widiarti, E., & Sari, S. P. (2018). Resiliensi remaja dalam menghadapi perilaku bullying. *Jurnal Keperawatan BSI*, 6(1), 77–86.
- Yuliani, N. (2013). Fenomena Kasus Bullying di Sekolah. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(1), 158-173.
- Yunisca, C.A. & Wibawa, D. S. (2019). Proses Resiliensi Pada Remaja Akhir Perempuan Yang Pernah Mengalami Bullying Verbal Karena Obesitas. *Manasa*, 8(2), 1-22.

---

#### Competing interests:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

---