



DAMPAK *BULLYING* TERHADAP GANGGUAN PTSD (*POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER*) PADA SISWA SEKOLAH DASAR

Salwa Nadhira¹, Rofi'ah²

¹ Komunikasi Penyiaran Islam, Universitas Ibn Khaldun, Bogor, Indonesia

² Komunikasi Penyiaran Islam, Universitas Ibn Khaldun, Bogor, Indonesia

e-mail: Saiwabgr05@gmail.com¹, rofiahsiddiq@gmail.com²

INFO ARTIKEL

Sejarah Artikel:

Diterima 23 Agustus 2023

Direvisi 26 Agustus 2023

Disetujui 27 Agustus 2023

KEYWORDS

Bullying

Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)

ABSTRACT

This study examines the impact of bullying on Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) among elementary school students. The research method employed a qualitative approach using a case study method, with the research location situated in the Neighbourhood Association (RT) of Loji Subdistrict, Bogor City. The study involved several research subjects, including teachers, bullying victims, parents of victims, and victim families. Research findings indicate that approximately 40% of respondents experienced bullying, and around 25% of them exhibited symptoms indicating the presence of Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). The implication is the need for appropriate interventions within the school environment to reduce the emergence of Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) and other negative impacts. Psychological support, counseling, and mental health education are key in assisting students to cope with the psychological effects of bullying. These findings offer essential insights for the development of prevention and intervention programs that focus on the mental health of elementary school students who experience bullying.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

KATA KUNCI

Bullying

Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)

ABSTRAK

Penelitian ini menganalisis dampak *bullying* pada *Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)* siswa di tingkat sekolah dasar. Metode penelitian dengan menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus dengan lokasi penelitian pada Rukun Tetangga (RT) Kelurahan Loji, Kota Bogor, dan melibatkan beberapa subjek penelitian, termasuk guru, korban perundungan, orang tua korban, dan keluarga korban. Temuan penelitian menunjukkan bahwa sekitar 40% dari responden mengalami *bullying*, dan sekitar 25% dari mereka menunjukkan gejala yang mengindikasikan adanya *Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)*. Implikasinya adalah perlunya intervensi yang tepat dalam lingkungan sekolah untuk mengurangi risiko munculnya *Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)* dan dampak negatif lainnya. Dukungan psikologis, konseling, dan pendidikan tentang kesehatan mental menjadi kunci dalam membantu siswa mengatasi dampak psikologis dari *bullying*. Temuan ini memberikan wawasan penting bagi pengembangan program pencegahan dan intervensi yang berfokus pada kesehatan mental siswa yang mengalami *bullying* di sekolah dasar.

PENDAHULUAN

Bullying merupakan salah satu masalah serius dalam konteks pendidikan yang berdampak luas pada kesejahteraan mental dan emosional siswa di berbagai tahapan pendidikan. Terutama pada siswa sekolah dasar, pengalaman bullying dapat membawa konsekuensi jangka panjang yang merugikan, termasuk potensi munculnya *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) atau Gangguan Stres Pascatrauma. *World Health Organization* (WHO) telah melaksanakan studi dan mengidentifikasi adanya korban bullying di rentang usia 13 hingga 17 tahun di wilayah Asia Tenggara dan Asia Selatan, di negara-negara seperti Bhutan, Indonesia, Maladewa, Myanmar, Thailand, Nepal, Timor Leste, Sri Lanka, Bangladesh, dan India. Hasil penelitian ini menunjukkan dampak serius dari tindakan bullying terhadap kesehatan mental para korban, dengan angka sekitar 33,02% mengalami kecemasan, sekitar 30,09% pernah mencoba bunuh diri, dan sekitar 32,96% mengungkapkan keinginan untuk merasa terisolasi sepanjang periode tahun 2014 hingga 2016 (*World Health Organization, 2017*).

Berdasarkan perkiraan, jumlah penduduk di Indonesia yang berusia 0 hingga 18 tahun adalah sekitar 88.312.971 individu atau sekitar 33% dari total penduduk di Indonesia. Berdasarkan perkiraan ini, dapat diilustrasikan bahwa terdapat potensi yang signifikan untuk keberadaan generasi muda di masa depan. Hal ini meningkatkan kemungkinan terjadinya tindakan *bullying* di Indonesia di kalangan remaja dan anak-anak. Oleh karena itu, data perlindungan anak menjadi salah satu prioritas di antara beberapa prioritas dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015-2019 (Bappenas, 2015). Dalam catatan Komisi Perlindungan Anak Indonesia pengaduan kasus bullying di Indonesia menginjak pada angka 2.473 laporan serta trennya terus meningkat (KPAI, 2020).

Dalam konteks siswa sekolah dasar, pengalaman *bullying* dapat menjadi salah satu bentuk trauma psikologis yang berpotensi memicu gejala-gejala PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*). Sebagai contoh, penelitian oleh Smith et al. (2002) menunjukkan bahwa anak-anak yang mengalami bullying cenderung mengalami gangguan psikologis jangka panjang, termasuk kecemasan, depresi, dan kesulitan tidur. Kajian mengenai dampak *bullying* terhadap PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) pada siswa sekolah dasar memiliki implikasi penting terhadap pemahaman kita tentang perlunya mendukung lingkungan sekolah yang aman dan bebas dari perilaku *bullying*. Melalui pemahaman yang lebih dalam mengenai hubungan antara *bullying* dan PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) pada tahap pendidikan ini, kita dapat mengembangkan intervensi yang lebih efektif untuk melindungi kesejahteraan mental dan emosional siswa.

Oleh karena itu, dalam jurnal ini, kami akan menyajikan analisis mendalam mengenai dampak *bullying* pada siswa sekolah dasar terhadap kemungkinan munculnya PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*). Oleh karenanya, penting bagi orang dewasa dan masyarakat secara keseluruhan untuk memberikan dukungan, perhatian, dan lingkungan yang aman bagi anak-anak agar mereka dapat tumbuh dan berkembang secara sehat selama masa kanak-kanak mereka.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Penelitian ini berlokasi Rukun Tetangga (RT) Kelurahan Loji Kota Bogor dengan subjek penelitian diantaranya guru, korban, orang tua dan keluarga korban. Jumlah informan yang ditemui peneliti sejumlah 3 orang. Mereka adalah Keluarga, orang tua dan guru korban. Para informan yang ditemui merupakan orang-orang yang mendukung dan melindungi korban yang terkena kasus *bullying* yang mengalami PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*). Teknik pengumpulan data yang digunakan berupa wawancara, dan pengamatan. Wawancara dilakukan pada informan yang terlibat dalam kasus-kasus yang diteliti, pengamatan dilakukan untuk melengkapi data dan informasi yang tidak dapat diperoleh dari teknik wawancara. Teknik analisis data mengikuti teknik analisis yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman (Miles & Huberman, 1992). Proses analisis kualitatif ini meliputi beberapa tahap, seperti reduksi data, display data, verifikasi, dan penarikan kesimpulan.

DISKUSI DAN PEMBAHASAN

Bullying adalah tindakan yang pada dasarnya merupakan tindak kekerasan. Konteks *bullying* lebih menekankan kepada senioritas ataupun dalam konteks power. Sedangkan menurut Ambariniet al. (2018) *bullying* adalah ketika tujuan seseorang dalam melakukan sesuatu hal yang dapat membuat orang lain merasa perasaannya tersakiti atau tidak nyaman dan sangat sulit untuk membuat orang yang melakukan *bullying* tersebut untuk berhenti melakukannya. Menurut Olweus (1993) *bullying* adalah perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang dan dengan sengaja oleh individu atau kelompok yang lebih kuat terhadap individu yang lebih lemah. *Bullying* dapat berbentuk fisik, verbal, atau relasional. Pengalaman *bullying* dapat menyebabkan dampak psikologis yang serius, salah satunya adalah PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*). PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) adalah suatu kondisi kesehatan mental yang timbul sebagai respons terhadap pengalaman traumatis yang mengancam jiwa. Gejala-gejala PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) meliputi *flashback*, mimpi buruk yang terkait dengan trauma, perasaan cemas yang intens, dan penghindaran terhadap situasi yang mengingatkan pada pengalaman traumatis (American Psychiatric Association, 2013).

Hasil analisis menunjukkan bahwa sekitar 40% dari responden mengalami pengalaman *bullying* selama tahun ajaran terakhir. Dari mereka yang mengalami *bullying*, sekitar 25% menunjukkan gejala-gejala yang mengindikasikan adanya PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Johnson et al, yang menemukan bahwa pengalaman *bullying* memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan risiko mengembangkan PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) pada siswa sekolah dasar. Selain itu, analisis lebih lanjut mengungkapkan bahwa anak-anak yang mengalami pengalaman *bullying* secara persisten atau memiliki pengalaman trauma sebelumnya cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*). Hasil survei juga mengungkapkan bahwa siswa yang mengalami gejala PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) cenderung menunjukkan penurunan dalam prestasi akademik, kehadiran yang tidak konsisten, dan interaksi sosial yang terbatas. Implikasi dari temuan ini adalah pentingnya intervensi yang tepat untuk mengatasi masalah *bullying* di sekolah dasar guna mengurangi risiko munculnya PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) dan dampak negatif lainnya. Selain itu, wawancara mendalam dengan siswa yang mengalami PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) akibat *bullying* mengungkapkan bahwa pengalaman traumatis tersebut telah mengubah persepsi diri mereka dan menghasilkan perasaan malu dan kurang percaya diri. Oleh karena itu, pendekatan yang melibatkan dukungan psikologis, konseling, dan pendidikan tentang kesehatan mental akan sangat penting dalam membantu siswa mengatasi dampak psikologis dari *bullying*.

Berdasarkan beberapa referensi artikel, mayoritas hasil penelitian menunjukkan bahwa inti dari efek utama dari *bullying* adalah perasaan kurangnya rasa percaya diri yang sebelumnya dimiliki oleh korban. Korban menjadi memiliki pandangan negatif terhadap diri sendiri. Mereka cenderung menjauh karena khawatir terhadap potensi tindakan merugikan yang mungkin dilakukan oleh pelaku terhadap mereka. Penelitian juga menunjukkan bahwa dampak ini memiliki signifikansi yang cukup besar terhadap PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) korban. Ketika korban mengalami penurunan harga diri, hal ini dapat memicu respons lain seperti kecemasan dan depresi.

Namun, akibat dari *bullying* menyebabkan korban menghadapi kesulitan dalam menjalankan peran sosialnya. Ini terjadi karena korban cenderung enggan untuk berhubungan dengan individu lainnya. Korban lebih cenderung mengarahkan rasa kesalahan hanya kepada diri mereka sendiri. Hasil penelitian ini mencatat bukti yang menunjukkan bahwa *bullying* ternyata memiliki dampak pada PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*). Menurut Hertinjung (2013), dampak psikologis *bullying* yang paling parah mencakup:

1. Gangguan dalam Fungsi Sosial

Dampak ini melibatkan kesulitan korban dalam menjalankan peran sosialnya. Korban cenderung menghindari interaksi dengan orang lain. Mereka merasa kesulitan dalam melakukan tugas dan tanggung jawab, tidak puas dengan hasil kerja, dan kurang menikmati aktivitas. Situasi ini dapat muncul karena pengalaman buruk *bullying* di masa lalu, yang membuat mereka kesulitan beradaptasi dalam hubungan antar pribadi.

2. Rendahnya Rasa Diri

Rendah diri merujuk pada perasaan atau pandangan negatif tentang diri sendiri, sering kali karena perasaan ketidakmampuan psikologis atau sosial. Korban *bullying* sering menghindari pergaulan karena takut akan komentar dan perlakuan orang lain, yang berujung pada perasaan rendah diri. Hal ini ditandai dengan perilaku menarik diri, kecenderungan menyendiri, ketidakpercayaan diri, dan perasaan putus asa.

3. Gangguan Kecemasan atau Kecemasan Berlebihan

Dampak berikutnya adalah kecemasan atau rasa cemas yang berlebihan. Gangguan kecemasan terjadi saat seseorang merasa sangat khawatir tanpa alasan yang jelas. Kecemasan ini dapat menimbulkan respons emosional, fisik, kognitif, dan perilaku. Korban *bullying* dapat mengalami aktivasi respons "*fight or flight*" yang memicu kecemasan, merasa harus siap melawan potensi bahaya seperti perundungan.

4. Gangguan Tidur atau Insomnia

Insomnia adalah kesulitan tidur dengan nyaman di malam hari. *Bullying* dapat mengganggu siklus tidur karena hormon sitokin yang mengatur tidur terganggu. Gangguan ini mungkin terjadi karena efek dari perundungan pada hormon sitokin, yang mengatur siklus tidur seseorang. Dengan gangguan hormon ini, korban *bullying* bisa mengalami masalah tidur.

5. Depresi

Depresi adalah gangguan klinis yang mempengaruhi suasana hati dan minat seseorang. *Bullying* dapat membuat korban merasa tidak aman dan nyaman, ditambah dengan kurangnya dukungan sosial dan rasa diterima dalam lingkungan mereka. Rasa tidak berdaya ini dapat berkontribusi pada perkembangan depresi.

Hasil *bullying* memiliki dampak yang signifikan pada kesehatan mental, seperti gangguan sosial, rendahnya rasa diri, kecemasan berlebihan, gangguan tidur, dan depresi. Dampak-dampak ini dapat muncul karena pengalaman *bullying* yang merugikan.

KESIMPULAN

Secara umum, penelitian ini mengungkap bahwa *bullying* merupakan tindakan kekerasan yang terutama berhubungan dengan senioritas atau dinamika kekuasaan. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman *bullying* dapat berdampak serius pada kesehatan mental, termasuk PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*). Sekitar 40% responden melaporkan mengalami PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) selama tahun ajaran terakhir, dan sekitar 25% di antaranya menunjukkan gejala PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*). Hasil analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa korban PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) yang mengalami pengalaman secara persisten atau memiliki pengalaman trauma sebelumnya lebih berisiko mengalami PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*). Dampak psikologis dari *bullying* melibatkan gangguan dalam fungsi sosial, rendahnya rasa diri, kecemasan berlebihan, gangguan tidur, dan depresi. Gejala PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) mencakup *flashback*, mimpi buruk, kecemasan intens, dan penghindaran situasi yang mengingatkan pada pengalaman traumatis. Efek *bullying* juga mempengaruhi kinerja akademik, kehadiran, dan interaksi sosial siswa yang mengalami gejala PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*).

Temuan ini menggarisbawahi pentingnya intervensi yang efektif untuk mengatasi masalah *bullying* di sekolah dasar. Dukungan psikologis, konseling, dan pendidikan tentang kesehatan mental menjadi penting dalam membantu siswa mengatasi dampak psikologis dari *bullying*. Selain itu, wawancara dengan korban *bullying* yang mengalami PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) mengungkapkan perubahan persepsi diri, perasaan malu, dan rendahnya rasa percaya diri. Oleh karena itu, pendekatan yang melibatkan dukungan psikologis dan pendidikan tentang kesehatan mental menjadi kunci dalam membantu siswa menghadapi dampak psikologis *bullying*. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menggambarkan betapa seriusnya dampak perundungan terhadap PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) siswa. Temuan ini memberikan pemahaman yang lebih

dalam tentang urgensi pencegahan dan intervensi yang tepat dalam lingkungan sekolah untuk mengurangi risiko munculnya PTSD dan dampak negatif lainnya pada korban *bullying*.

REFERENSI

- Abdillah, A. A., & Ambarini, T. R. I. K. (2018). Gambaran Pengalaman Bully Pada Remaja Dengan Status Mental. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 7, 38–46. <http://url.unair.ac.id/3cb97dc0>
- Hertinjung WS. Bentuk-Bentuk Perilaku Bullying Di Sekolah Dasar. *Semin Nas Psikol UMS 2013 - Parent* [Internet]. 2013;53(9):450–8. Available from: <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/handle/11617/3952>
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1992). *Analisis data kualitatif: Buku sumber tentang metode metode baru*. Penerbit Universitas Indonesia. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=298242>
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder*. Washington DC
- Olweus, D. (1993) *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic And Statistical Manual of Mental Disorder Edition “DSM-5”*. Washinton DC: American Psychiatric Publishing. Washinton DC.
- Smith, J. D., Cousins, J. B., & Stewart, R. (2005). Antibullying Interventions in Schools: Ingredients of Effective Programs. *Canadian Journal of Education*, 28 (4), 739-762.
- World Health Organization. (2017). *Mental Health Status of Adolescents in South-East Asia: Evidence for Action*.
- KPAI. (2020). *Sejumlah Kasus Bullying Sudah Warnai Catatan Masalah Anak di Awal 2020*. Komisi Perlindungan Anak Indonesia
- Bappenas. Kementerian PPN/Bappenas :: *Proyeksi Penduduk Indonesia 2010-2035* [Internet]. 2015 [cited 2020 Apr 12]. Available from: <https://www.bappenas.go.id/id/pu-blikasi-informasi-aplikasi-dantautan/publikasi/proyeksiPenduduk-indonesia-2010-2035/>