

STUDI KASUS KECERDASAN EMOSIONAL SISWA KORBAN *BULLYING*

MONIKA SUSANTI JEMPRU dan MARIA CLAUDIA WAHYU TRIHASTUTI *

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pendidikan dan Bahasa,
Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

Abstrak

Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam memahami dan mengelola emosi dalam proses interaksi intrapersonal maupun interpersonal. Kecerdasan emosional ditunjukkan dari kemampuan individu dalam mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, dan mengenali emosi orang lain serta membina hubungan dengan orang lain. Penelitian studi kasus ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran yang mendalam mengenai kecerdasan emosional siswa sebagai korban perundungan. Subjek penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Kelas V yang berinisial SN, JN, dan NT. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik wawancara dan observasi. Wawancara dilakukan terhadap partisipan, kepala sekolah, dan pengasuh panti asuhan sebagai pengasuh partisipan di Panti Asuhan VP. Observasi dilakukan untuk mendapatkan data mengenai perilaku partisipan dalam berinteraksi di lingkungan sekolah. Teknik analisis dilakukan melalui tahap menguji kebenaran data, mengkategorikan data sesuai dengan komponen dari kecerdasan emosional, dan menginterpretasikan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komponen kecerdasan emosional yang telah berkembang dengan baik di dalam diri siswa sebagai korban perundungan yakni komponen mengenali emosi diri dan komponen membina hubungan dengan orang lain. Adapun komponen mengelola emosi diri, memotivasi diri, dan mengenali emosi orang lain adalah komponen yang belum berkembang optimal pada siswa korban perundungan. Peneliti memberikan saran kepada kepala sekolah, wali kelas, dan guru BK dalam merancang kebijakan dalam usaha pencegahan dan penanganan perilaku perundungan untuk menurunkan frekuensi perilaku perundungan di lingkungan sekolah.

Kata-kata kunci: kecerdasan emosional, siswa sekolah dasar, korban *bullying*

Abstract

Emotional intelligence is an individual's ability to understand and manage emotions in the process of intrapersonal and interpersonal interactions. Emotional intelligence is shown from an individual's ability to recognize their own emotions, manage emotions, motivate themselves, and recognize the emotions of others and build relationships with others. This case study research aims to get an in-depth picture of the emotional intelligence of students as victims of bullying. The subjects of this study were fifth grade elementary school students with the initials SN, JN, and NT. Data collection techniques used interviews and observation techniques. Interviews were conducted with the participants, the principal, and the orphanage caregiver as the participant's caregiver at VP Orphanage. Observations were made to obtain data on participants' behavior in interacting in the school environment. The analysis technique was carried out through the stages of testing the truth of the data, categorizing the data according to the components of emotional intelligence, and interpreting the data. The results showed that the components of emotional intelligence that had developed well in students as victims of bullying were the component of recognizing one's own emotions and the component of building relationships with others. The components of managing self-emotions, motivating oneself, and recognizing the emotions of others have not been optimally developed in students as victims of bullying. Researchers provide advice to school principals, homerooms, and counseling teachers in designing policies in an effort to prevent and handle bullying behavior to reduce the frequency of bullying behavior in the school environment.

Key words: emotional intelligence, elementary school students, victims of bullying

*Penulis Korespondensi.

Email: monikasusanti656@gmail.com; maria.claudia@atmajaya.ac.id*

PENDAHULUAN

Maraknya kasus *bullying* (perundungan) di sekolah perlu menjadi perhatian semua pihak, mulai dari keluarga, guru, dan masyarakat. Permasalahan perundungan di lingkungan sekolah merupakan permasalahan tertinggi dari total pengaduan masyarakat ke Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada sektor pendidikan (Sulistrudatin, 2015). Perundungan adalah perilaku merendahkan dan mengendalikan orang lain melalui ucapan atau perbuatan untuk menjatuhkan martabat orang (Coloroso, 2007). Kekerasan di institusi pendidikan dapat dilakukan oleh siapa saja, baik oleh teman sebaya, kakak kelas, bahkan oleh guru (Cowie & Jennifer, 2009).

Perundungan dapat dibedakan menjadi tiga bentuk, yaitu verbal, fisik dan relasional. Tiap bentuk perundungan menimbulkan dampak yang berbeda-beda. Bentuk-bentuk perundungan seringkali menghasilkan kombinasi tertentu untuk menciptakan serangan yang lebih kuat bagi korban. Perundungan verbal dapat berupa julukan nama, celaan, fitnah, kritik kejam, dan penghinaan. Perundungan fisik dapat berupa pukulan, menendang, menggigit, dan meludahi anak yang ditindas, sedangkan perundungan relasional berupa pengabaian, pengucilan, dan penghindaran (Coloroso, 2007; Jelita, Purnamasari & Basyar, 2021).

Setiap bentuk perundungan membawa pengaruh negatif bagi semua pihak, baik bagi korban, pelaku, maupun bagi pengamat. Dampak perundungan bagi korban antara lain penurunan rasa percaya diri (Jelita, Purnamasari & Basyar, 2021), kesulitan dalam menjalin hubungan dengan teman sebaya (Sulistrudatin, 2018), merasa tidak berarti dan mudah depresi (Munawarah & Diana, 2022). Bagi pelaku, perundungan berdampak terhadap kesulitan pelaku dalam penyesuaian diri dan sosial saat memasuki masa dewasa karena penolakan orang lain terhadap pelaku (Sulistrudatin, 2018). Adapun dampak perundungan terhadap pengamat yakni beresiko untuk melakukan perundungan.

Perilaku perundungan merupakan fenomena permasalahan siswa yang sulit dikendalikan oleh para guru di SD SJ. Sebagian besar siswa SD SJ memiliki latar belakang keluarga yang bermasalah baik dalam hal keutuhan keluarga, kekerasan dalam rumah tangga, maupun perekonomian. Permasalahan di dalam keluarga berdampak buruk bagi perkembangan mental emosi anak. Anak-anak yang memiliki latar belakang keluarga bermasalah cenderung menjadi pelaku perundungan terhadap teman atau menjadi korban perundungan (Goleman, 2005).

Beberapa anak yang menjadi korban perundungan di SD SJ memiliki masalah perilaku misalnya, menjadi kurang konsentrasi dalam belajar, sulit menyesuaikan diri, tidak memiliki teman atau sahabat, dan cenderung cuek atau tidak mempedulikan orang lain. Hasil pengamatan awal melalui wawancara terhadap guru, diketahui bahwa masalah perundungan banyak terjadi di SD SJ namun sekolah dan panti asuhan belum dapat menangani permasalahan tersebut.

Permasalahan perundungan di antara siswa terutama siswa sekolah dasar merupakan permasalahan yang perlu ditangani dengan tuntas. Tindakan kekerasan yang dialami anak berdampak buruk bagi perkembangan kecerdasan emosional, kesulitan mengontrol emosi, mengenali emosi diri, kesulitan membina hubungan dengan teman sebaya, dan tidak memiliki motivasi dalam diri (Goleman, 2004; Munawarah & Diana, 2022). Hal inilah yang membuat korban mengalami kemurungan, kecemasan, harga diri rendah, kurang percaya diri, rasa kesal dan marah yang tidak terselesaikan, dan kesulitan untuk memiliki teman. Ketidakstabilan psikologis yang dialami korban perundungan dapat menghambat perkembangan optimal anak sehingga beresiko mengalami hambatan dalam mencapai tugas perkembangan pada tahap perkembangan selanjutnya.

Perilaku perundungan terkait dengan ketidakmampuan individu mengendalikan rasa marah dan keinginan menyakiti orang lain. Hal ini menunjukkan ketidakmampuan individu untuk memahami dan mengendalikan emosi kurang positif yang sedang dialami serta ketidakmampuan memahami pengalaman emosi yang dirasakan orang lain. Goleman (2005), dalam bukunya yang berjudul “Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi”, menuliskan bahwa kecerdasan emosional yakni kemampuan individu dalam memahami dan mengelola emosi ketika proses interaksi intrapersonal maupun interpersonal dengan orang lain. Goleman (2005) menjabarkan kecerdasan emosional dalam dua bagian utama yaitu kecerdasan emosional interpersonal dan kecerdasan emosional intrapersonal. Kecerdasan emosional interpersonal adalah suatu kemampuan untuk membedakan dan menanggapi dengan tepat suasana hati, temperamen, motivasi dan hasrat orang lain. Sementara kecerdasan emosional intrapersonal adalah kemampuan untuk memahami diri sendiri dan orang lain, merencanakan, dan memecahkan masalah.

Keluarga dan sekolah memegang peran penting dalam usaha mengembangkan kecerdasan emosional anak melalui pendampingan bagi anak dalam membina hubungan dan komunikasi yang baik dengan

orang lain sehingga anak terhindar dari perilaku perundungan dan mampu mencegah orang lain melakukan perundungan.

Maraknya tindakan perundungan di SD SJ serta dampak negatif perundungan terhadap kecerdasan emosional pelaku, korban, maupun pengamat, mendorong peneliti untuk melakukan penelitian mengenai gambaran kecerdasan emosional tiga siswa SD korban perundungan di SD SJ dalam rangka merancang program intervensi untuk menurunkan frekuensi perilaku perundungan di lingkungan sekolah. Perumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana kecerdasan emosional siswa SD SJ sebagai korban perundungan?

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui kecerdasan emosional siswa korban perundungan di SD SJ. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi kepala sekolah dalam penyusunan program pencegahan dan penanganan perilaku perundungan siswa di SD SJ. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat pula bagi wali kelas dalam melakukan strategi pencegahan tindakan perundungan melalui pengamatan terhadap pola relasi sosial diantara para siswa. Selain itu, penelitian ini diharapkan bermanfaat pula bagi Guru Bimbingan dan Konseling dalam menangani dampak negatif perundungan bagi korban dan dalam

merancang program intervensi terhadap pelaku perundungan.

Emosi

Definisi emosi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (1994) mengarah pada (1) luapan perasaan yang berkembang dan surut dalam waktu singkat dan (2) keadaan dan reaksi psikologis dan fisiologis. Definisi ini sejalan dengan akar kata emosi yaitu *movere*, kata kerja Bahasa Latin yang berarti menggerakkan atau bergerak. Salah satu faktor pendukung kematangan emosi adalah pengetahuan kita yang mendalam mengenai “emosi” itu sendiri.

Banyak orang kurang memahami emosi sehingga bersikap negatif terhadap pengalaman emosi yang dirasakan karena kurangnya pengetahuan akan aspek emosi diri. Martin (2003) menegaskan bahwa setiap individu dapat merasakan emosi senang, sedih atau benci, namun cara pandang terhadap emosi tersebut dapat sangat berbeda. Penyebutan yang berbeda mengenai pengalaman emosi antara lain “perasaan batin”, ‘ekspresi jiwa’, ‘ungkapan perasaan’, ‘reaksi batin terhadap suatu stimulus’ dan lain-lain.

Salah satu definisi emosi diungkapkan oleh J.P. Du Preez, seorang *EQ organizational consultant* dan pengajar senior di Potchefstroom University Afrika Selatan. Du Preez (Martin, 2003) menegaskan bahwa

emosi adalah suatu reaksi tubuh menghadapi situasi tertentu. Intensitas emosi terkait erat dengan aktivitas kognitif (berpikir) manusia sebagai hasil persepsi terhadap situasi. Emosi adalah hasil reaksi kognitif terhadap situasi spesifik. Dengan demikian emosi terbentuk dari cara kita memandang atau mempersepsikan sesuatu. Berdasarkan definisi emosi dari Du Preez, emosi manusia terkait dengan tiga aspek yakni: pengalaman, proses berpikir, dan persepsi.

Klineberg (Sarwono, 2009) mengatakan beberapa karakteristik emosi yang berbeda yaitu takut, cemburu, gembira, dan marah. Takut adalah salah satu bentuk emosi yang mendorong individu untuk menjauhi sesuatu dan sedapat mungkin menghindari kontak dengan sesuatu hal. Cemburu adalah bentuk khusus dari kekhawatiran yang didasari kurang adanya keyakinan terhadap diri sendiri dan ketakutan akan kehilangan kasih sayang dari seseorang. Seorang yang cemburu selalu mempunyai sikap benci terhadap saingannya. Gembira adalah ekspresi dari kelegaan, yaitu perasaan bebas dari ketegangan. Sedangkan rasa marah bersumber dari hal-hal yang mengganggu aktivitas untuk mencapai tujuan.

Faktor-faktor yang memengaruhi emosi yaitu kesehatan mental, pola asuh orang tua, sistem pendidikan dan budaya, dan faktor pengalaman dan keadaan lingkungan (Nuryanti, 2008). Kesehatan mental anak

biasanya mengacu pada kesehatan emosional. Anak yang sehat mental tidak mengalami kesulitan pada aspek emosi atau perilaku. Gunarsa (1990) mengungkapkan faktor pola asuh orang tua yang dapat menyebabkan anak mengalami masalah emosi antara lain sikap orang tua yang terlalu banyak memberikan kritik terhadap tingkah laku anak. Ginott (Gotman & DeClaire, 1997) menekankan bahwa komunikasi mengenai emosi dapat berfungsi sebagai sebuah sarana bagi orang tua untuk mengajarkan nilai-nilai kepada anak. Sistem pendidikan yang baik dapat meningkatkan perkembangan anak-anak. Misalnya, sistem pendidikan yang menekankan pada tanggung jawab anak, pilihan pendidikan oleh orang tua, dan pengendalian atau keluwesan yang lebih besar oleh pemerintah daerah atau sekolah tertentu. Perbedaan budaya berpengaruh pada pencapaian prestasi di sekolah. Misalnya, masyarakat yang memiliki budaya menjunjung tinggi ilmu pengetahuan akan cenderung menghasilkan banyak anak yang berprestasi tinggi di sekolah.

Hurlock (1980) mengungkapkan bahwa keadaan lingkungan yang menyebabkan meningginya emosi juga beragam dan serius. Penyesuaian diri pada setiap situasi baru selalu menyusahkan anak. Setiap perubahan yang menonjol dalam pola kehidupan anak, seperti keretakan keluarga akibat kematian

dan perceraian akan selalu mengakibatkan emosi meninggi. Martin (2003) mengungkapkan kekeliruan anggapan bahwa emosi sepenuhnya tergantung pada faktor lingkungan dan pengalaman belajar seseorang. Kenyataannya banyak bukti hasil eksperimen psikologis pada bayi yang baru lahir hingga beberapa hari setelah kelahiran, menunjukkan bahwa emosi juga merupakan suatu bawaan. Seperti diungkapkan oleh Atkinson (dalam Hurlock 1980), sejak lahir, seseorang membawa tiga emosi dasar: takut, marah dan senang. Meskipun muncul kontroversi tentang hal ini, seorang tokoh psikologi perkembangan, Elizabeth Hurlock, membenarkan adanya perkembangan emosi yang tampak nyata pada bayi sejak dilahirkan. Bukti-bukti psikologis menunjukkan bahwa kondisi mental dan emosi seorang ibu hamil akan sangat besar pengaruhnya terhadap perkembangan emosi bayi yang dikandungnya. Ibu yang berkarakter mudah tersinggung, marah-marah, dan mudah meluapkan kejengkelannya cenderung membentuk anak yang mudah marah, begitu pula sebaliknya.

Kecerdasan emosional

Martin (2005) menyatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mengetahui apa yang dirasakan individu dan orang lain, termasuk cara tepat menangani masalah. Gardner &

Salovey (Goleman, 2005) menuliskan kecerdasan emosional sebagai kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain.

Richard Herrnstein dan Charles Murray (Goleman, 2004) mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, dan bertahan menghadapi frustrasi; mengendalikan dorongan hati, dan tidak melebih-lebihkan kesenangan; mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir dan berempati.

Kecerdasan emosional berkembang melalui proses belajar sepanjang rentang kehidupan (Goleman, 2005). Hasil studi sebelumnya mengenai tingkat kecerdasan emosi menunjukkan bahwa semakin banyak pengalaman belajar yang dimiliki individu, semakin seseorang terampil dalam menangani emosi dan impuls, memotivasi diri, mengasah empati, dan kecakapan sosial.

Kecerdasan emosional yang diteliti dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati), dan kemampuan membina hubungan (kerjasama) dengan orang

lain (Goleman, 2005). Berdasarkan uraian Goleman (2005), karakteristik kecerdasan emosi diklasifikasikan ke dalam kecerdasan emosional intrapersonal dan interpersonal. Karakteristik kecerdasan intrapersonal yaitu: (1) Mengenali emosi diri. Mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Merupakan dasar kecerdasan emosional. Kemampuan untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu merupakan hal penting bagi wawasan psikologi dan pemahaman diri. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya membuat kita berada dalam kekuasaan perasaan. Kesadaran diri adalah waspada terhadap suasana hati maupun pikiran tentang suasana hati, bila kurang waspada maka individu menjadi mudah larut dalam aliran emosi dan dikuasai oleh emosi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional, para ahli psikologi menyebutkan kesadaran diri sebagai *metamood*, yakni kesadaran seseorang akan emosinya sendiri; (2) Mengelola emosi. Menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas adalah kecakapan yang bergantung pada kesadaran diri. Meninjau kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan, atau ketersinggungan dan akibat – akibat yang timbul karena gagalnya ketrampilan emosional dasar ini. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci

menuju kesejahteraan emosi. Emosi berlebihan, yang meningkat dengan intensitas terlampau lama akan mengoyak kestabilan kita. Orang – orang yang buruk kemampuannya dalam ketrampilan ini akan terus menerus bertarrung melawan perasaan murung, sementara mereka yang pintar dapat bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan; (3) Memotivasi diri sendiri. Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, untuk memotivasi diri sendiri dan menguasai diri sendiri, dan untuk berkreasi. Kendali diri emosional, menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati. Dorongan hati adalah landasan keberhasilan dalam berbagai bidang. Dan, mampu menyesuaikan diri dalam “*flow*” memungkinkan terwujudnya kinerja yang tinggi dalam segala bidang. Orang-orang yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apapun.

Adapun kecerdasan emosional interpersonal ditunjukkan oleh karakteristik: (1) Mengenali emosi orang lain. Empati, kemampuan yang juga bergantung pada kesadaran diri emosional, merupakan “keterampilan bergaul” dasar. Merasakan yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan

macam – macam orang. Orang yang empatik lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain. Orang-orang seperti ini cocok untuk pekerjaan-pekerjaan keperawatan, mengajar, penjualan, dan manajemen; (2) Membina hubungan. Seni membina hubungan, sebagian besar, merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain. Meninjau keterampilan dan ketidakterampilan sosial, dan keterampilan-keterampilan tertentu yang berkaitan. Ini merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi. Individu yang hebat dalam keterampilan ini akan sukses dalam bidang apapun yang mengandalkan pergaulan yang mulus dengan orang lain.

Penelitian ini fokus pada kecerdasan emosional dari siswa yang mengalami perundungan. Arismantoro, dkk (2008), mengungkapkan bahwa *bullying* (perundungan) berasal dari kata *bully*, yaitu suatu kata yang mengacu pada pengertian adanya “ancaman” yang dilakukan seseorang terhadap orang lain (yang umumnya lebih lemah atau “rendah” dari pelaku), yang menimbulkan gangguan psikis bagi korbannya (korban disebut *bully boy* atau *bully girl*) berupa stress (yang muncul dalam bentuk gangguan fisik atau psikis, atau keduanya; misalnya susah makan, sakit fisik,

ketakutan, rendah diri, depresi, cemas, dan lainnya). Perundungan biasanya berlangsung dalam waktu yang lama (tahunan) sehingga mengancam kondisi psikis korban.

Menurut Coloroso (2007) *bullying* adalah aktivitas sadar, disengaja, dan keji yang dimaksudkan untuk melukai, menanamkan ketakutan melalui ancaman agresi lebih lanjut. Apakah penindasan ini direncanakan lebih dulu atau terjadi tiba-tiba saja, nyata atau tersembunyi, dihadapan kita atau di belakang kita, mudah diidentifikasi atau terselubung dibalik pertemanan yang tampak, dilakukan oleh seorang anak atau sekelompok anak. Perundungan dapat dilakukan oleh orang yang lebih tua, lebih mahir secara verbal, atau tidak berjenis kelamin sama. Bentuk perundungan dapat berupa tindakan langsung dan tidak langsung. Perundungan langsung antara lain menyakiti, mengancam, atau menjelekkkan anak lain. Perundungan tidak langsung antara lain menghasut, mendiamkan, atau mengucilkan anak lain.

Individu yang beresiko sebagai korban perundungan memiliki karakteristik tidak mampu melawan atau mempertahankan dirinya dari tindakan perundungan. Sedangkan pelaku perundungan cenderung memiliki karakteristik pemberani dan memiliki motif dasar tertentu berupa dorongan agresivitas, rasa rendah diri, dan

kecemasan. Tindakan perundungan dijadikan salah satu bentuk pertahanan diri (*defence mechanism*) yang digunakan pelaku untuk menutupi perasaan rendah diri dan kecemasannya tersebut. Korban *bullying* jauh lebih terpuruk kondisinya, baik secara fisik maupun mental. Mereka akan mengalami masalah kejiwaan hingga depresi. Beberapa dampak buruk perundungan bagi korban yaitu enggan untuk pergi sekolah, mengalami penurunan prestasi, kepercayaan diri rendah, merasa terisolasi dalam pergaulan, depresi dan munculnya keluhan atau perubahan perilaku. Pelaku biasanya mendapat kepuasan setelah "menekan" korbannya yang dalam kondisi takut serta gelisah.

Menurut Coloroso (2007) ada tiga jenis perundungan yakni verbal, fisik, dan relasional. Perundungan verbal adalah bentuk penindasan yang paling umum digunakan, baik oleh anak perempuan maupun anak laki-laki. Perundungan verbal merupakan tindakan kekerasan secara verbal, seperti ejekan, olokan, dan sebagainya kepada orang lain. Perundungan verbal dapat pula berupa julukan nama, celaan, fitnah, kritik kejam, penghinaan baik yang bersifat pribadi maupun rasial. Perundungan verbal adalah salah satu jenis penindasan yang paling mudah dilakukan yang merupakan pintu masuk menuju pada bentuk perundungan lainnya.

Perundungan fisik merupakan jenis perundungan yang paling mudah diidentifikasi. Perundungan fisik tergolong jenis perundungan yang frekuensi kejadiannya kurang dari sepertiga dari total kejadian yang dilaporkan oleh anak-anak. Perundungan fisik dapat berupa memukul, mencekik, menyuruh, memaksa, menghancurkan pakaian serta barang-barang milik orang lain.

Perundungan relasional adalah suatu tindakan merendahkan harga diri korban melalui tindakan penindasan secara sistematis dengan cara melakukan pengabaian, pengucilan, pengecualian atau penghindaran. Penindasan relasional dapat digunakan untuk mengasingkan atau menolak seorang teman atau secara sengaja ditujukan untuk merusak persahabatan.

Faktor yang memengaruhi perundungan antara lain faktor perorangan, antar pribadi, konteks komunitas, dan konteks masyarakat yang lebih luas (Cowie & Jennifer, 2009): (1) Perorangan. Sifat impulsif dan gaya konsentrasi terbatas, terasing dari arus utama dan kurangnya komitmen sosial; (2) Antar pribadi. Pengawasan dan disiplin orang tua yang keras dan berubah-ubah dan sikap orang tua yang dingin, atau menolak, pelecehan fisik, konflik keluarga, dan perpisahan orang tua. Selain itu kehilangan hak sosial dan ekonomi, keluarga berpenghasilan rendah dan

teman-teman yang terlibat dalam perilaku bermasalah; (3) Komunitas. Kurang menentunya organisasi sekolah dan lemahnya kepemimpinan dari para guru, kepala sekolah, dan pengurus sekolah, kehadiran geng dan kurangnya modal sosial; dan (4) Masyarakat yang lebih luas. Ketidaksetaraan ekonomi dan sosial antara kelompok berbeda. Pengaruh cultural seperti kekerasan yang didukung sebagai metode normal untuk memecahkan konflik serta diajarkannya norma dan nilai-nilai yang mendukung perilaku kasar.

METODE PENELITIAN

Subjek penelitian ini adalah tiga siswa kelas V SD SJ. Ketiga subjek berjenis kelamin laki-laki yang berusia 12 tahun dengan inisial naka SN, JN, dan NT. Penelitian ini dilakukan di SD SJ. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kualitatif eksploratif dengan jenis penelitian studi kasus yakni suatu model penelitian kualitatif yang terperinci tentang individu atau suatu unit sosial selama kurun waktu tertentu (Creswell, 2012; Creswell, 2018). Teknik pengumpulan data menggunakan teknik observasi dan wawancara. Observasi dilakukan terhadap ketiga subjek penelitian. Peneliti mengamati perilaku kecerdasan emosional dari ketiga subjek sebagai korban perundungan selama

berada di kelas maupun di luar kelas, kemudian membuat catatan anekdot yang digunakan untuk menganalisis data penelitian. Peneliti melakukan observasi pada setiap subjek sebanyak tiga kali pengamatan. Peneliti berkolaborasi dengan para guru, orang tua, dan pengasuh panti untuk melakukan observasi kepada ketiga subjek ketika berada di sekolah dan di panti agar data observasi yang dikumpulkan lebih akurat dan objektif.

Teknik lain yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian studi kasus adalah teknik wawancara. Menurut Gorden (Herdiansyah, 2012) wawancara adalah percakapan antara dua orang yang salah satunya bertujuan untuk menggali dan mendapatkan informasi untuk suatu tujuan tertentu. Wawancara dilakukan terhadap Kepala Sekolah, Guru BK, dan para pengasuh di panti asuhan.

Tahapan analisis data dalam penelitian ini terdiri dari: (1) Menguji kebenaran data. Kebenaran data penelitian dicapai dengan cara pengumpulan data penelitian dengan beberapa teknik dan menggali data dari sumber informasi yang beragam; (2) Mengkategorikan data. Data penelitian yang terkumpul dikategorisasikan berdasarkan komponen variabel kecerdasan emosional yang tertuang dalam pedoman wawancara; dan (3) Menganalisis dan menginterpretasikan

data. Tahap terakhir dalam proses analisis data penelitian ini adalah menginterpretasikan data penelitian untuk menarik kesimpulan penelitian dan menindaklanjuti hasil penelitian berupa saran rekomendasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek SN

SN adalah anak ketiga dari tiga bersaudara, SN memiliki dua orang kakak perempuan. Salah satu kakak perempuan SN tinggal di panti puteri dan satunya lagi sudah bekerja. Orang tua SN bercerai saat SN berusia dua tahun. Perceraian kedua orang tua membuat SN dan ibunya terpisah, SN dan kakak perempuannya tinggal bersama ayah dan ibu tirinya di Sumatera. SN sangat sedih dan juga memiliki perasaan takut dan cemas karena harus tinggal bersama ibu tirinya. Selama tinggal bersama ibu tirinya SN dan kakak perempuannya sering diberikan pekerjaan yang berat padahal, saat itu SN masih berusia 3 tahun. Ibu tiri SN memberikan pekerjaan rumah kepada SN dan kakak perempuannya, seperti mencuci piring, membersihkan rumah, mencari kayu dan menimbah air di sumur. Ibu tiri SN juga menerapkan hukuman jika SN atau kakaknya tidak melakukan pekerjaan rumah dengan baik. Relasi di keluarga bersama ibu tiri

menyebabkan SN tumbuh dan berkembang di lingkungan yang menakutkan bagi SN.

Kehidupan keluarga merupakan sekolah pertama bagi seorang anak dalam mempelajari pengalaman emosi (Goleman, 1995). Karakteristik kecerdasan emosional SN sebagai anak yang mengalami tindakan perundunan di keluarga berdampak terhadap perilaku SN di lingkungan sosial yang lebih luas. SN mengalami kesulitan menyesuaikan diri di lingkungan sekolah formal ketika berumur enam tahun masuk pendidikan dasar. SN mengalami kesulitan dalam membangun hubungan yang baik dengan teman-teman di sekolah maupun di panti, sering menyendiri karena cemas dan takut dengan lingkungan yang baru dan sering melawan pengasuh dengan melanggar aturan-aturan yang ada di panti, SN pun mudah mengespresikan rasa marah bahkan memukul teman yang mengganggu atau mengejeknya.

Sikap dan perilaku teman sebaya SN yang seringkali mengejek SN menyebabkan SN lebih menyukai berinteraksi dengan siswa atau penghuni panti yang berjenis kelamin perempuan atau yang berusia lebih muda darinya. Dampak ejekan teman terhadap SN yakni ketidakmampuan SN dalam mengendalikan emosi, SN seringkali melawan perintah orang dewasa, kesulitan menerima nasihat, dan kesulitan berkonsentrasi di kelas. Hal ini berdampak terhadap prestasi akademik

SN yang tidak memuaskan. SN pernah tinggal kelas sebanyak dua kali.

SN mengakui bahwa ia tidak menyukai kenyataan harus tinggal di panti karena perasaan takut dan kebutuhannya untuk dekat dengan ibunya. Sekalipun demikian, SN tidak berdaya untuk keluar dari panti karena keterbatasan ekonomi keluarga. Selama tinggal di panti SN sering mengalami masalah hubungan sosial dengan teman-temannya. SN sering menjadi korban perundungan baik oleh teman maupun oleh pengasuh panti berupa hukuman karena perilaku SN yang sulit menjalin hubungan yang baik dengan teman-temannya yang ada di panti. Sekalipun demikian, lambat laun SN dapat menyesuaikan diri, SN memilih bergaul dengan anak-anak puteri dan adik-adik kelasnya ketimbang bergaul dengan anak-anak putera dan teman sebaya.

SN mengatakan bahwa dirinya cukup aktif dalam berbagai kegiatan di sekolah, seperti olahraga (bola), drama, dokter kecil, pramuka dan seni tari. SN memang banyak mengikuti kegiatan yang ada di sekolah maupun di panti, tetapi SN masih sulit membangun hubungan yang baik dengan teman-teman di kelasnya.

Subjek JN

JN adalah anak tunggal. JN tinggal di panti asuhan sejak berumur dua tahun karena memiliki orang tua yang mengalami masalah

hukum atau tindakan pidana. Ibu JN meninggal saat JN masih berusia dua tahun dan sejak saat itu JN dititipkan di panti asuhan oleh keluarganya, sedangkan ayah JN masuk penjara karena menjual dan bandar narkoba atau obat-obat terlarang. JN tidak pernah melihat bahkan merasakan kasih sayang yang tulus dari ibu kandungnya. Sejak bayi JN diurus oleh omanya dan saat JN berusia dua tahun omanya menitipkan JN dipanti asuhan karena keterbatasan ekonomi. Sebelum tinggal di Panti Asuhan VP, JN pernah tinggal di Panti Asuhan X, namun karena perilaku bermasalah JN, akhirnya JN dipindahkan ke Panti Asuhan VP.

JN mengatakan bahwa dirinya tidak merasa nyaman tinggal di panti asuhan karena sering mengalami perundungan dari teman-temannya. JN mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan dengan teman-temannya. Teman-teman JN mengatakan bahwa JN anak yang suka mencari perhatian dengan perilakunya yang munafik. Teman-teman di kelas banyak yang tidak ingin berteman bahkan menjauhi JN. Richard Herrnstein & Charles Murray (Goleman, 2004) mengungkapkan bahwa perkembangan kecerdasan emosional didukung oleh adanya perhatian secara emosional kepada individu yang berdampak terhadap terbentuknya ketrampilan sosial yang baik pada diri individu.

JN mengalami kesedihan yang mendalam ketika menjadi korban perundungan. JN sering menangis diam-diam, kadang-kadang JN menangis saat sedang tidur, JN mengatakan bahwa saat menangis JN sangat merindukan ibunya. JN akan menjadi sangat cuek dan tidak peduli jika sedang marah atau kesal dengan orang yang memarahinya dan akan menolak jika diberi nasehat saat JN sedang marah.

Subjek NT

NT adalah salah satu anak yang mengalami tindakan kekerasan dari orang tua yaitu ayah tirinya. NT adalah anak tunggal yang hidup dengan penuh tekanan sejak berada di dalam kandungan. NT tidak diakui dan diterima oleh keluarga dari ibunya karena NT anak yang dihasilkan dari hubungan gelap. Permasalahan tersebut membuat pihak keluarga tidak ada yang mau menerima NT sebagai bagian dari keluarga. NT sering dihina dan dibenci oleh ayah tirinya. Sejak NT masih kecil, NT sering dipukuli oleh ayah tirinya jika NT melakukan kesalahan, karena sering dipukuli oleh ayah tiri, ibu NT menitipkan NT pada tetangganya ketika ibu NT bekerja.

NT sangat disayang oleh ibunya. Demi melindungi NT, sang ibu berani melawan keluarga besarnya. NT sering mendapatkan ejekan dan hinaan dari keluarga, ayah tiri dan teman-teman NT di sekolah. Akibat

perundungan yang dialami NT, di lingkungan sosial ia mudah merasa takut dan tidak berani mengemukakan pendapatnya. NT menjadi anak yang sangat pendiam dan tidak aktif mengikuti berbagai kegiatan di sekolahnya. Di kelas NT adalah anak yang sangat pendiam dan tidak berani menjawab pertanyaan dari guru akibatnya NT mengalami penurunan pada nilai akademiknya.

Pembahasan

Mengacu pada komponen kecerdasan emosional yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan kemampuan membangun relasi yang baik dengan orang lain (Goleman, 2005), ditemukan bahwa ketiga subjek sebagai korban perundungan memiliki kecerdasan emosional yang tergolong rendah terutama ketika menghadapi tekanan perundungan dari teman-teman. Secara umum dampak perundungan terhadap korban yakni menurunnya tingkat kepercayaan diri. Dampak buruk perundungan terhadap kepercayaan diri korban tidak hanya dialami subjek penelitian ini, tetapi ditemukan pula pada partisipan pada penelitian sebelumnya (Jelita, Purnamasari, & Basyar, 2021; Tobing & Lestari, 2021).

Ketiga subjek memiliki relasi yang kurang dekat dengan orang tua. Kekerasan yang dialami SN, JN, dan NT dari orang tua selama tahap perkembangan kanak-kanak

awal menyebabkan ketiga subjek beresiko lebih besar menjadi korban perundungan. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyimpulkan bahwa kelekatan dengan ayah memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecenderungan anak menjadi korban bullying (Arif & Wahyuni, 2017).

Berdasarkan komponen mengenali emosi diri, ketiga subjek menunjukkan kesadaran mengenai emosi yang sedang dialami yakni perasaan marah, kesal, dan tidak menyukai ketika mendapatkan ejekan dari teman atau orang dewasa. Ketiga subjek mampu mendeskripsikan perasaan positif yang pernah dialami seperti perasaan dihargai ketika mendapatkan pujian dari teman atau sebaliknya merasa sedih ketika mendapatkan ejekan dari teman. sehingga terkadang membuat subjek merasa tidak nyaman. Perasaan senang ketika teman menyukai sesuatu yang dilakukan subjek telah mampu dipahami oleh subjek. Selain kemampuan mendeskripsikan perasaan positif, ketiga subjek memiliki kemampuan pula dalam memahami emosi kurang positif seperti perasaan sedih karena tidak memiliki teman atau perasaan sakit hati ketika mendapat ejekan dari teman.

Gambaran komponen mengelola emosi yang dialami subjek tampak kurang memadai. Subjek mengabaikan emosi negatif yang

dialami dan larut dalam kondisi emosi yang tidak menyenangkan. Misalnya, perasaan sedih yang dialami SN karena mendapatkan ejekan dari teman atau kakak kelas tidak diatasi secara efektif oleh SN. Demikian pula dalam mengatasi perasaan takut akan ejekan kakak kelas, SN cenderung menghindari dari sumber rasa takut tetapi tidak berusaha menumbuhkan keberaniannya ketika berinteraksi dengan kakak kelas. Ketidakmampuan mengelola emosi juga dialami oleh JN. Ia pun cenderung menghindari dari sumber rasa takut akan ejekan teman dengan cara mengurangi interaksi dengan teman yang sering mengejeknya. Selain itu, perasaan negatif yang dirasakan JN diatasi dengan mengekspresikan rasa marahnya dan membalas ejekan teman dengan kasar. Tobing dan Lestari (2021) menyimpulkan bahwa korban perundungan cenderung mengalami emosi marah yang meningkat sehingga mengembangkan dorongan untuk melakukan apa yang mereka alami kepada orang lain. Pengelolaan emosi negatif yang kurang efektif dilakukan pula oleh NT. Ketakutan NT akan ejekan teman diatasi dengan cara menolak terlibat dalam berbagai kegiatan di sekolah maupun di panti. Ketidakpedulian NT terhadap aktivitas di sekitarnya seingkali menyebabkan terjadinya konflik antara NT dan teman-teman yang menuntutnya ikut

berpartisipasi dalam kegiatan bersama di panti. Senada dengan hasil penelitian ini, Munawarah dan Diana (2022) menemukan bahwa dampak perilaku perundungan terhadap korban antara lain perilaku anak yang lebih sering menyendiri dan tidak suka bergaul dan merasa takut/ketakutan ketika berinteraksi dengan orang lain.

Gambaran komponen memotivasi diri sendiri ketiga subjek penelitian menunjukkan bahwa sekalipun ketiga subjek memiliki kesadaran mengenai harapan dan cita-cita untuk membahagiaan keluarga khususnya keluarga yang telah mengasuh, namun harapan yang disadari tersebut belum diwujudkan ke dalam usaha yang kuat untuk mencapainya. Usaha yang telah dilakukan subjek untuk mencapai harapan dan cita-cita berupa belajar dengan tekun dan berdoa. Sekalipun demikian, subjek belum mampu mengendalikan dorongan yang besar untuk bermain atau melakukan aktivitas yang menyenangkan pada saat harus belajar. Ketidakmampuan mengendalikan dorongan untuk melakukan aktivitas bermain menyebabkan subjek cenderung mengalami kesulitan menyesuaikan diri di lingkungan yang menuntut tanggung jawabnya sebagai pelajar dan penghuni panti.

Kemampuan subjek penelitian terkait komponen mengenali emosi orang lain tampaknya belum berkembang dengan

optimal. Ketiga subjek belum memiliki pemahaman mengenai emosi yang dialami orang lain. Ketika teman mengejek subjek, ketiga subjek memberikan respon dengan membalas ejekan teman. Subjek kurang berusaha memahami alasan teman memberikan teguran atau ejekan kepadanya. Sekalipun demikian, baik SN, JN, dan NT, memiliki rasa empati dan dapat memberikan bantuan kepada teman bahkan kepada teman yang pernah mengejeknya. Keterampilan mengelola emosi orang lain ditunjukkan pula oleh subjek penelitian ketika subjek memberikan penghiburan bagi teman yang sedang mengalami kesedihan, misalnya dengan mengajak teman bermain, bercanda, atau mengajak teman berkomunikasi tentang topik tertentu.

Berdasarkan komponen membina hubungan dengan orang lain, ketiga subjek memiliki kemampuan dalam memahami kebutuhan orang lain. Kemampuan ini mendorong ketiga subjek untuk menawarkan bantuan setelah menyadari perilaku teman yang membutuhkan bantuan. Selain itu pula, kemampuan subjek dalam memelihara hubungan dekat dengan orang lain terutama dengan teman di panti ditampilkan melalui kebiasaan menjenguk teman yang sedang sakit. Dorongan untuk memberikan atau menawarkan bantuan dan memberikan perhatian kepada teman yang sedang sakit

dikarenakan subjek pernah mengalami pengalaman yang sama. Kebiasaan tinggal di panti yang dihuni oleh teman-teman berlatar belakang budaya yang berbeda-beda mendorong subjek untuk berusaha memahami berbagai kebiasaan dari budaya yang beraneka ragam. Pemahaman subjek mengenai latar belakang budaya dari teman berdampak positif terhadap kemampuan memelihara relasi pertemanan. Sekalipun demikian, pemahaman mengenai adanya perbedaan sifat, karakter, dan prinsip hidup antara subjek dan teman-teman di panti menimbulkan kecemasan di dalam diri subjek ketika berinteraksi dengan teman yang berbeda latar belakang budaya. Respon teman yang kurang sesuai dengan cara pandang subjek seringkali menjadi penyebab berkembangnya penilaian negatif terhadap diri sendiri dan orang lain.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan komponen kecerdasan emosional yakni komponen mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Sebagian komponen telah berkembang sesuai dengan usia perkembangan siswa namun sebagian komponen belum berkembang dengan baik di dalam diri siswa. Komponen kecerdasan

emosional yang telah berkembang dengan baik di dalam diri siswa sebagai korban perundungan yakni komponen mengenali emosi diri dan komponen membina hubungan dengan orang lain. Adapun komponen mengelola emosi diri, memotivasi diri, dan mengenali emosi orang lain belum optimal berkembang pada siswa sebagai korban perundungan.

Peneliti memberikan beberapa saran kepada kepala sekolah, wali kelas, dan guru BK SD SJ sebagai berikut.

1. Kepala sekolah SD SJ hendaknya menerbitkan kebijakan yang standar mengenai penanganan tindakan perundungan di lingkungan sekolah. Penanganan perilaku perundungan hendaknya melibatkan tiga pihak yakni pihak sekolah, keluarga, dan siswa yang terlibat perundungan. Adanya kebijakan yang standar dalam menangani perilaku perundungan diharapkan dapat menurunkan frekuensi perundungan di sekolah.
2. Wali kelas diharapkan berperan dalam usaha pencegahan terjadinya tindakan perundungan. Strategi pencegahan yang dapat dilakukan wali kelas adalah dengan mengamati pola interaksi interpersonal yang ditampilkan siswa di kelas. Perilaku perundungan pada intensitas yang ringan dapat berupa pola interaksi saling

menggoda dan bercanda tanpa terkesan menyakiti satu sama lain. Sekalipun demikian, Wali Kelas hendaknya dapat mengamati bahasa tubuh siswa yang digoda untuk memastikan dampak godaan teman terhadap diri siswa.

Guru BK dapat memberikan layanan konseling individual terhadap siswa sebagai korban perundungan. Subjek penelitian ini membutuhkan pendampingan dari Guru BK untuk meningkatkan kemampuan korban dalam mengelola emosi, memotivasi diri, dan memahami emosi orang lain. Tujuan konseling hendaknya diarahkan pada pengentasan perasaan rendah diri, kurang percaya diri, dan kecemasan sosial ketika berada di lingkungan sosial. Selain itu, tindakan kuratif dapat pula dilakukan Guru BK melalui layanan konseling kelompok terhadap pelaku perundungan di sekolah. Guru BK dapat menangani perilaku perundungan dari pelaku melalui pendekatan behavioristik dengan teknik *positive reinforcement* dan kontrak perilaku dengan melibatkan pihak keluarga dan sekolah sebagai agen pengubah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arif, F., & Wahyuni, S. (2017). Hubungan kelekatan pada ibu, ayah, dan teman sebaya dengan kecenderungan anak menjadi pelaku dan korban bullying. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 4(2), 122-140.
- Coloroso, Barbara. (terj). (2007). *Stop Bullying: memutuskan rantai kekerasan anak dari prasekolah hingga SMU*. Jakarta: Ikrar Mandiriaba.
- Cowie & Jennifer. (2009). *Penanganan kekerasan di sekolah: pendekatan lingkup sekolah untuk mencapai praktik terbaik*. Jakarta: Gramedia.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research (Fourth)*. Boston: Pearson Education, Inc.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. (Fifth Edition). Los Angeles: Sage Publication.
- Goleman, D. (2005). *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta: Gramedia.

- Gottman & DeClaire. (1997). *Kiat – kiat membesarkan anak yang memiliki kecerdasan emosional*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gunarsa, S. (1990). *Psikologi remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hurlock. (1980). *Psikologi perkembangan anak*. Jakarta : PT Erlangga.
- Jelita, N. S. D., Purnamasari, I., & Basyar, M.A.K. (2021). Dampak bullying terhadap kepercayaan diri anak. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 11(2), 232-240.
- Kamus besar bahasa Indonesia. (1994). *Pengertian Emosi*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Martin, D, Anthony. (2003). *Emotional quality management*. Jakarta: HR Excellency.
- Munawarah & Diana, R. R. (2022). Dampak bullying terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini (studi kasus) di Raudhatul Athfal Mawar Gayo. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, 8(2), 15-32.
- Nuryanti, L. (2008). *Psikologi anak*. Jakarta: Gramedia.
- Sarwono, W Sarlito (2009). *Pengantar psikologi umum*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Sulisrudatin, N. (2018). Kasus *bullying* dalam kalangan pelajar (Suatu tinjauan kriminologi). *Jurnal Ilmiah Hukum Dirgantara*, 5(2).
- Tobing, J. A. D. E., & Lestari, T. (2021). Pengaruh mental anak terhadap terjadinya peristiwa bullying. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1882-1889.