

GAMBARAN PENYEBAB PERILAKU *BULLYING* PADA SISWA KELAS X SMA MJ JAKARTA

SIMPLISIUS KORA* & YOHANES¹

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

Abstrak

Perilaku *bullying* merupakan suatu tindakan yang menyakiti atau melukai orang lain secara sengaja dan direncanakan. Perilaku *bullying* dapat dibagi menjadi beberapa bentuk, *bullying* secara fisik, verbal, relasional dan *cyber*. Perilaku *bullying* disebabkan oleh beberapa faktor antara lain kurangnya empati, pengaruh teman sebaya, kebutuhan untuk mengontrol, keluarga dan pengalaman pribadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis lima faktor yang mempengaruhi kecenderungan perilaku *bullying* pada siswa kelas X di SMA MJ di Jakarta . Utara. Kelima faktor yang diteliti meliputi: pengalaman pribadi, kebutuhan untuk mengontrol, pengaruh lingkungan keluarga, tekanan dari teman sebaya, dan kurangnya empati. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif. Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner sejumlah 54 item kepada peserta didik dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif berupa skor total dan rata-rata tiap indikator. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor "keinginan untuk membalas dendam" dari aspek pengalaman pribadi menempati skor tertinggi yaitu sebesar 539 dari total 1035, mengindikasikan adanya dorongan emosional kuat sebagai respons terhadap pengalaman menjadi korban *bullying*. Selain itu, keinginan untuk mengontrol orang lain juga memiliki skor tinggi kedua, mencerminkan adanya kecenderungan untuk mendominasi dalam hubungan sosial. Di sisi lain, pengaruh keluarga melalui perilaku yang ditiru dan pola asuh memberikan kontribusi signifikan terhadap pembentukan karakter siswa. Faktor teman sebaya juga mempengaruhi, terutama dalam hal kebutuhan untuk diterima dalam lingkungan sosial. Terakhir, rendahnya empati turut menjadi pemicu perilaku *bullying*, terutama karena siswa kurang mampu memahami dampak tindakannya terhadap orang lain. Temuan ini menegaskan bahwa perilaku *bullying* tidak hanya berasal dari satu aspek, melainkan merupakan hasil interaksi kompleks dari berbagai faktor psikologis dan sosial. Oleh karena itu, dibutuhkan upaya kolaboratif antara pihak sekolah, orang tua, dan guru bimbingan dan konseling untuk menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan bebas dari kekerasan antar siswa.

Kata-kata kunci: perilaku *bullying*, pengalaman pribadi, empati, lingkungan keluarga, pengaruh teman sebaya

Abstract

Bullying behavior is an act that is intentionally and planned to hurt or injure others. Bullying behavior can be divided into several forms, physical, verbal, relational, and cyber bullying. Bullying behavior is caused by several factors including lack of empathy, peer influence, the need for control, family, and personal experiences. This study aims to identify and analyze five factors that influence the tendency of bullying behavior in grade X students at MJ High School in North Jakarta. The five factors studied include: personal experience, the need for control, the influence of the family environment, peer pressure, and lack of empathy. The method used in this study is a quantitative approach with a descriptive design. Data were collected through the distribution of 54-item questionnaires to students and analyzed using descriptive statistics in the form of total and average scores for each indicator. The results showed that the "desire for revenge" factor from the aspect of personal experience occupied the highest score of 539 out of a total of 1035, indicating a strong emotional drive in response to the experience of being a victim of bullying. In addition, the desire to control others also had a high score, reflecting a tendency to dominate in social relationships. On the other hand, family influence through imitated behavior and parenting styles contributes significantly to the formation of students' character. Peer factors also play a role, particularly in terms of the need for social acceptance. Finally, low empathy

*Penulis Korespondensi.

Email: simplisiuskora99@gmail.com*; yohanes.papu@atmajaya.ac.id¹

contributes to bullying behavior, primarily because students are less able to understand the impact of their actions on others. These findings confirm that bullying behavior does not originate from a single aspect, but rather is the result of a complex interaction of various psychological and social factors. Therefore, collaborative efforts between schools, parents, and school counselors are needed to create a healthy learning environment free from violence between students.

Key words: bullying behavior, personal experience, empathy, family environment, peer influence

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan formal yang memiliki peran strategis dalam mempersiapkan putra-putri bangsa menuju masa depan yang lebih baik. Melalui proses pendidikan yang terstruktur dan berkesinambungan, sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat transfer ilmu pengetahuan, tetapi juga sebagai wahana pembentukan karakter, sikap, dan nilai-nilai sosial peserta didik. Bagi sebagian besar siswa, sekolah bahkan menjadi rumah kedua tempat mereka berinteraksi, bersosialisasi, serta belajar memahami norma dan aturan yang berlaku dalam kehidupan bermasyarakat. Dengan demikian, sekolah diharapkan mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan kondusif bagi perkembangan peserta didik secara optimal.

Namun, di balik peran ideal tersebut, realitas di lapangan menunjukkan bahwa sekolah tidak sepenuhnya terbebas dari berbagai permasalahan sosial. Salah satu persoalan yang cukup serius dan masih sering

terjadi di lingkungan sekolah adalah perilaku perundungan atau *bullying*. *Bullying* merupakan bentuk penyimpangan perilaku yang dapat menimbulkan dampak negatif, baik bagi korban, pelaku, maupun iklim sosial di sekolah secara keseluruhan. Menurut Barbara Coloroso (dalam Yuliani, 2019), *bullying* adalah tindakan kekerasan yang dilakukan secara sengaja untuk menyakiti dan menakut-nakuti orang lain, baik secara fisik maupun psikologis, yang bersifat kasar dan tidak berperikemanusiaan. Fenomena ini menunjukkan bahwa sekolah, yang seharusnya menjadi tempat aman bagi siswa, justru dapat menjadi ruang terjadinya kekerasan antar individu.

Fenomena *bullying* di sekolah kerap diibaratkan sebagai fenomena gunung es, sebagaimana diungkapkan oleh Yuliani (2019) dalam penelitiannya yang berjudul “Fenomena Kasus *Bullying* di Sekolah”. Artinya, kasus yang terlihat dan dilaporkan ke publik hanyalah sebagian kecil dari kenyataan yang terjadi di lapangan. Banyak kasus perundungan yang tidak terungkap karena

korban memilih diam akibat rasa takut, malu, atau menganggap perilaku tersebut sebagai hal yang wajar. Kondisi ini semakin memperparah situasi karena perilaku *bullying* terus berulang dan berkembang tanpa penanganan yang tepat.

Data empiris menunjukkan bahwa angka kasus *bullying* di Indonesia tergolong tinggi. Hasil riset Programme for International Student Assessment (PISA) tahun 2019 mencatat bahwa sebanyak 41,1% peserta didik di Indonesia pernah mengalami perundungan (Jayani, 2019). Angka ini jauh melampaui rata-rata negara anggota OECD yang berada pada kisaran 22,7%, sehingga menempatkan Indonesia pada urutan kelima dari 78 negara dengan kasus *bullying* tertinggi. Selain itu, berbagai bentuk kekerasan lain juga dialami oleh peserta didik, seperti intimidasi, pengucilan, penghinaan, pencurian barang, ancaman, kekerasan fisik, hingga penyebaran kabar buruk melalui media sosial (Jayani, 2019).

Data dari Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) tahun 2023 juga menunjukkan bahwa sejak Januari hingga September terdapat 23 kasus *bullying* yang tercatat secara resmi. Sebagian besar kasus tersebut terjadi di jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), diikuti oleh Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Atas (SMA), dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Selain itu, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat sebanyak 3.800

kasus *bullying* sepanjang tahun 2023, sementara pada tahun 2024 tercatat 293 kasus kekerasan di sekolah yang diberitakan oleh media massa (Mashabi & Prastiwi, 2024). Temuan ini menegaskan bahwa *bullying* merupakan persoalan serius yang masih memerlukan perhatian khusus dari berbagai pihak.

Bullying di lingkungan sekolah berdampak signifikan terhadap penyesuaian psikososial peserta didik. Korban *bullying* berpotensi mengalami gangguan emosional, penurunan kepercayaan diri, kecemasan, hingga prestasi belajar yang menurun. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanganan *bullying* membutuhkan keterlibatan aktif dari pendidik, konselor, orang tua, serta pihak sekolah secara menyeluruh untuk menciptakan lingkungan sosial yang aman dan suportif.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perilaku *bullying* tidak muncul tanpa sebab. Faktor-faktor tersebut meliputi faktor individu, keluarga, pengaruh media massa, teman sebaya, dan lingkungan sekitar. Faktor teman sebaya dan lingkungan sosial memiliki pengaruh yang cukup besar, di mana perilaku saling mengejek dan menormalisasi kekerasan menjadi pemicu utama. Hal ini sejalan dengan penelitian Noya et al. (2024) yang menemukan bahwa faktor teman sebaya menjadi penyebab utama perilaku *bullying*, diikuti oleh pengaruh media sosial dan faktor keluarga.

Sebagai kota pelajar, Yogyakarta juga tidak luput dari permasalahan *bullying*. Penelitian Puspita & Yan (2023) menunjukkan adanya berbagai bentuk perundungan di sekolah menengah, baik secara fisik, verbal, maupun melalui media sosial. Temuan ini diperkuat oleh hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di beberapa sekolah menengah pertama di Yogyakarta, yang menunjukkan bahwa perilaku *bullying* masih kerap terjadi.

Fenomena *bullying* juga ditemukan secara nyata di Sekolah Menengah Atas MJ di Jakarta, khususnya pada siswa kelas X. Berdasarkan pengamatan peneliti selama kurang lebih tiga bulan, perilaku *bullying* terjadi hampir setiap minggu dengan berbagai bentuk, seperti ejekan, penyudutan, kekerasan verbal, hingga perundungan melalui media digital. Penanganan yang dilakukan oleh pihak sekolah belum sepenuhnya konsisten, sehingga menimbulkan kebingungan bagi siswa serta memicu perdebatan di kalangan guru dan peserta didik.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk mendalami lebih jauh penyebab terjadinya perilaku *bullying* yang terjadi secara berulang dan cepat di lingkungan sekolah, khususnya di dalam kelas. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengkaji secara mendalam apakah faktor keluarga, terutama kondisi

keluarga yang tidak utuh, benar-benar menjadi faktor dominan dalam munculnya perilaku *bullying* pada siswa.

Kajian Teori

Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang oleh individu atau kelompok yang memiliki kekuatan lebih besar terhadap individu lain yang lebih lemah, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Mellor mendefinisikan *bullying* sebagai pengalaman ketika seseorang merasa teraniaya oleh tindakan orang lain, disertai rasa takut bahwa tindakan tersebut akan terulang, serta adanya ketidakberdayaan korban untuk menghentikannya akibat ketimpangan kekuasaan (Lestari, 2016). Sejalan dengan itu, Smith dan Thompson menyatakan bahwa *bullying* mencakup serangkaian perilaku yang menimbulkan cedera fisik dan psikologis, seperti mengejek, menyisihkan secara sosial, dan kekerasan fisik. Olweus (1993) menegaskan bahwa *bullying* adalah perilaku agresif proaktif yang ditandai dengan niat menguasai, pola perilaku berulang, serta ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban. Dengan demikian, *bullying* tidak dapat dipahami sebagai konflik biasa, melainkan sebagai bentuk penyalahgunaan kekuasaan yang berdampak serius pada korban.

Bentuk-bentuk perilaku *bullying* sangat beragam dan dapat muncul dalam berbagai konteks interaksi sosial. SEJIWA (2008) mengklasifikasikan *bullying* ke dalam tiga bentuk utama, yaitu *bullying* fisik, verbal, dan mental/psikologis.

Di lingkungan sekolah, lemahnya pengawasan, ketidakkonsistenan sanksi, serta minimnya perhatian terhadap kasus *bullying* turut memperkuat normalisasi perilaku tersebut (Usman, 2013). Selain itu, pengaruh teman sebaya dan media digital juga berperan besar dalam membentuk perilaku agresif remaja, terutama ketika *bullying* dianggap sebagai sarana memperoleh status sosial dan penerimaan kelompok (Coloroso, 2005). Oleh karena itu, *bullying* perlu dipahami sebagai masalah sosial yang kompleks dan memerlukan pendekatan penanganan yang komprehensif.

Barbara Coloroso (2005), dalam bukunya yang berjudul "*The Bully, the Bullied, and the Bystander*," mengidentifikasi beberapa komponen faktor penyebab pelaku *bullying*. Berikut adalah beberapa faktor tersebut:

1. Kurangnya Empati

Pelaku *bullying* seringkali menunjukkan kurangnya kemampuan untuk merasakan atau memahami perasaan orang lain. Mereka mungkin tidak menyadari dampak dari tindakan mereka terhadap korban.

2. Lingkungan Keluarga

Keluarga yang tidak mendukung atau yang menerapkan pola asuh yang keras dapat berkontribusi pada perilaku *bullying*. Anak-anak yang mengalami kekerasan atau pengabaian di rumah cenderung meniru perilaku tersebut di sekolah.

3. Pengaruh Teman Sebaya

Dinamika kelompok sebaya dapat mempengaruhi perilaku *bullying*. Siswa mungkin terlibat dalam *bullying* untuk mendapatkan penerimaan dari teman-teman mereka atau untuk meningkatkan status sosial mereka.

4. Kebutuhan untuk Mengontrol

Beberapa pelaku *bullying* memiliki kebutuhan untuk mengontrol atau mendominasi orang lain. Mereka mungkin merasa lebih kuat atau lebih berkuasa ketika mereka menindas orang lain.

5. Pengalaman Pribadi

Pelaku *bullying* sering kali adalah individu yang pernah menjadi korban *bullying* atau mengalami trauma. Mereka mungkin menggunakan *bullying* sebagai cara untuk membalas atau mengatasi rasa sakit yang mereka alami.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yang menekankan pada

pengukuran objektif terhadap fenomena sosial melalui pengumpulan data berbentuk angka dan analisis statistik. Pendekatan ini dipilih untuk mengidentifikasi dan menggambarkan faktor-faktor penyebab perilaku *bullying* secara terukur dan sistematis. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA MJ yang berjumlah 65 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2019). Berdasarkan teknik tersebut, diperoleh sampel sebanyak 35 siswa yang dinilai mampu memberikan informasi sesuai dengan fokus penelitian.

Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang disusun dalam bentuk angket daring melalui *Google Forms*. Instrumen penelitian berisi pernyataan-pernyataan mengenai faktor penyebab perilaku *bullying* dengan menggunakan skala Likert satu sampai dengan lima, mulai dari “tidak pernah (1)” hingga “selalu (5)” (Sugiyono, 2019). Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson*, sedangkan uji reliabilitas menggunakan koefisien *Alpha Cronbach* melalui bantuan program SPSS versi 30. Analisis empiris dalam uji validitas dilakukan sebanyak dua putaran sehingga menghasilkan 54 item yang valid dari total 59 item yang diuji. Hasil uji reliabilitas alpha

cronbach menghasilkan score 0,962. Hasil uji menunjukkan bahwa instrumen penelitian memenuhi kriteria valid dan reliabel, sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpulan data. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis secara statistik deskriptif untuk menggambarkan faktor-faktor penyebab perilaku *bullying* pada siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dianalisis menunjukkan gambaran komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *bullying* pada siswa kelas X SMA MJ. Pada tahap awal, peneliti menduga bahwa faktor lingkungan keluarga akan menjadi faktor dominan penyebab *bullying*. Dugaan ini didasarkan pada fenomena empiris di sekolah, di mana sebagian besar siswa berasal dari latar belakang keluarga *broken home*.

Namun demikian, hasil penelitian ini justru menunjukkan temuan yang berbeda dari dugaan awal tersebut. Faktor lingkungan keluarga tidak menempati posisi teratas, melainkan berada pada peringkat ketiga. Faktor yang paling dominan justru berasal dari pengalaman pribadi siswa. Berdasarkan hasil analisis, faktor penyebab perilaku *bullying* dalam penelitian ini secara berurutan berdasarkan peringkat 1-5 adalah pengalaman pribadi (skor 1035), kebutuhan untuk

mengontrol (skor 911), lingkungan keluarga (skor 886), pengaruh teman sebaya (skor 835), dan kurangnya empati (skor 473). Urutan ini menunjukkan bahwa faktor internal dan pengalaman psikologis siswa memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan faktor eksternal seperti keluarga dan teman sebaya.

Faktor pengalaman pribadi menjadi faktor utama penyebab perilaku *bullying* pada siswa kelas X SMA MJ. Faktor ini terdiri atas dua indikator, yaitu pengalaman sebagai korban *bullying* dan dorongan untuk membalas dendam atau melampiaskan rasa sakit. Hasil analisis menunjukkan bahwa indikator keinginan untuk membalas dendam atau mengekspresikan rasa sakit emosional memperoleh skor tertinggi, sedangkan indikator pernah menjadi korban *bullying* berada di posisi kedua. Temuan ini mengindikasikan bahwa pengalaman negatif yang dialami siswa di masa lalu meninggalkan dampak emosional yang kuat dan belum terselesaikan, sehingga mendorong munculnya perilaku agresif sebagai bentuk respons defensif.

Pengalaman tersebut berpotensi membentuk siklus kekerasan, di mana korban bertransformasi menjadi pelaku. Penelitian lain juga menegaskan bahwa faktor internal individu, termasuk pengalaman masa lalu, merupakan pemicu utama terjadinya *bullying* (Permata et al., 2021). Anak yang mengalami

kesulitan psikologis sejak dini cenderung memiliki perkembangan emosi yang tidak sehat, sehingga lebih rentan melakukan perilaku agresif saat remaja (Reisen et al., 2019).

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa dorongan emosional untuk membalas dendam lebih dominan dibandingkan pengalaman menjadi korban itu sendiri. Artinya, bukan hanya pengalaman *bullying* yang berpengaruh, tetapi juga cara siswa mengelola emosi negatif yang muncul akibat pengalaman tersebut. Pengalaman *bullying* dapat memunculkan motivasi balas dendam sebagai reaksi terhadap ketidakadilan yang dirasakan. Berkowitz (1993) menjelaskan bahwa emosi negatif yang tidak terkelola dengan baik dapat memicu agresi balasan.

Dalam konteks ini, baik pelaku maupun korban sama-sama berpotensi mengalami penderitaan psikologis. Korban *bullying* dapat mengalami kecemasan, isolasi sosial, dan trauma jangka panjang (Olweus, 1993). Di sisi lain, pelaku *bullying* juga dapat mengalami tekanan sosial, pengucilan, dan ketakutan ketika perilakunya mulai dilawan. Jika tidak mendapatkan pendampingan yang tepat, kedua pihak berisiko terjebak dalam siklus kekerasan yang berulang. Santrock (2011) menegaskan bahwa remaja yang tidak memperoleh dukungan emosional cenderung

mengembangkan perilaku agresif sebagai mekanisme pertahanan diri.

Meningkatnya peran pengalaman pribadi dalam penelitian ini juga tidak terlepas dari pengaruh teknologi dan media sosial. Hampir seluruh siswa menggunakan telepon genggam selama berada di sekolah, sehingga paparan terhadap *bullying* virtual semakin meningkat. Bentuk *bullying* digital, seperti penggunaan stiker *WhatsApp* dari hasil memotret wajah teman atau guru, menjadi praktik yang dianggap lumrah oleh siswa. Fenomena ini memperkaya pengalaman negatif siswa dan memperkuat akumulasi emosi yang berpotensi memicu perilaku *bullying*. Oleh karena itu, sekolah perlu memberikan perhatian serius terhadap dimensi *bullying* digital sebagai bagian dari pengalaman pribadi siswa.

Berdasarkan temuan tersebut, penting bagi pihak sekolah untuk menyediakan layanan konseling yang komprehensif, khususnya dalam membantu siswa mengelola emosi negatif dan memulihkan trauma psikologis. Program intervensi seperti konseling kelompok, pelatihan regulasi emosi, dan penguatan empati sosial menjadi langkah strategis untuk mencegah munculnya perilaku agresif berbasis balas dendam (Corey & Corey, 2016).

Faktor kedua yang berpengaruh terhadap perilaku *bullying* adalah kebutuhan untuk mengontrol. Faktor ini terdiri atas dua

indikator, yaitu keinginan untuk mengendalikan orang lain dan perasaan memiliki kekuasaan atau kekuatan. Hasil analisis menunjukkan bahwa keinginan untuk mengendalikan orang lain memperoleh skor lebih tinggi dibandingkan perasaan berkuasa. Temuan ini menunjukkan bahwa siswa memiliki dorongan kuat untuk mempengaruhi perilaku orang lain, meskipun belum sepenuhnya didukung oleh rasa percaya diri atau kekuatan internal yang stabil.

Dorongan untuk mengontrol sering kali muncul sebagai upaya memperoleh pengakuan sosial dan terlihat “keren” di mata teman sebaya. Dalam konteks ini, *bullying* menjadi sarana untuk menunjukkan dominasi dan membangun citra diri. Namun, perbedaan skor antara kedua indikator menunjukkan bahwa keinginan untuk mengontrol tidak selalu disertai dengan keyakinan diri yang matang. Kondisi ini berpotensi mendorong perilaku manipulatif dan agresif sebagai kompensasi atas rasa tidak aman.

Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya pendampingan sekolah dalam menyalurkan kebutuhan kontrol siswa secara positif. Kegiatan seperti pelatihan kepemimpinan, kerja kelompok, dan pengembangan keterampilan sosial dapat menjadi wadah untuk membangun rasa percaya diri yang sehat serta mencegah dominasi yang destruktif.

Faktor ketiga adalah lingkungan keluarga. Temuan penelitian menunjukkan bahwa indikator meniru perilaku anggota keluarga memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan pola asuh orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku yang ditampilkan anggota keluarga sehari-hari menjadi model utama bagi siswa dalam membentuk perilaku sosialnya. Temuan ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial Bandura (1977) yang menekankan bahwa individu belajar melalui observasi dan peniruan.

Meskipun pola asuh orang tua berada di urutan kedua, skor yang diperoleh tetap tergolong tinggi. Ini menunjukkan bahwa gaya pengasuhan—baik suportif, otoriter, maupun permisif—berkontribusi signifikan terhadap pembentukan perilaku siswa. Penelitian Palacios et al. (2022) menegaskan bahwa pola asuh yang hangat dan tegas berperan penting dalam menjaga kesehatan mental remaja. Dengan demikian, lingkungan keluarga tetap menjadi faktor penting, meskipun tidak dominan dalam penelitian ini.

Faktor keempat adalah pengaruh teman sebaya. Hasil analisis menunjukkan bahwa kebutuhan akan penerimaan teman sebaya lebih dominan dibandingkan keinginan memperoleh status sosial. Hal ini mencerminkan karakteristik perkembangan remaja yang sangat membutuhkan afiliasi

sosial. Laursen & Veenstra (2023) menyatakan bahwa norma kelompok memiliki pengaruh besar terhadap perilaku remaja, termasuk perilaku menyimpang seperti *bullying*.

Meskipun berada di peringkat keempat, pengaruh teman sebaya tetap memiliki peran signifikan dalam membentuk perilaku siswa. Oleh karena itu, sekolah perlu memfasilitasi interaksi positif antar siswa melalui kegiatan kolaboratif dan penguatan komunitas yang suportif.

Faktor terakhir adalah kurangnya empati. Temuan menunjukkan bahwa ketidakmampuan merasakan perasaan orang lain menjadi indikator utama, diikuti oleh kurangnya kesadaran terhadap dampak tindakan terhadap korban. Rendahnya empati berhubungan erat dengan meningkatnya perilaku agresif dan minimnya intervensi terhadap korban *bullying*. Penelitian menunjukkan bahwa *bullies* sering mengalami moral *disengagement*, yaitu mekanisme pembenaran yang menurunkan empati agar dapat bertindak tanpa rasa bersalah.

Hasil ini menegaskan pentingnya pendidikan sosial-emosional dalam mencegah *bullying*. Program pelatihan empati, *role-play*, dan diskusi reflektif dapat membantu siswa mengembangkan empati afektif dan kognitif secara seimbang. Dengan demikian, siswa tidak hanya memahami dampak tindakannya,

tetapi juga mampu merasakan penderitaan orang lain.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku *bullying* pada siswa kelas X SMA MJ lebih banyak dipengaruhi oleh faktor internal dan pengalaman pribadi dibandingkan faktor eksternal. Temuan ini menegaskan bahwa upaya pencegahan *bullying* perlu difokuskan pada pemulihan emosional, penguatan regulasi emosi, serta pengembangan empati dan keterampilan sosial siswa secara berkelanjutan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis terhadap lima komponen utama yang mempengaruhi kecenderungan perilaku *bullying* pada siswa kelas X SMA MJ, diperoleh gambaran bahwa faktor yang paling dominan berasal dari pengalaman pribadi, khususnya dorongan untuk membalas perlakuan menyakitkan yang pernah dialami. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa yang pernah menjadi korban cenderung mengalami akumulasi emosi negatif yang dapat memicu sikap agresif terhadap orang lain. Di sisi lain, aspek kebutuhan untuk mengontrol juga menempati posisi yang signifikan. Siswa menunjukkan keinginan yang kuat untuk mengatur atau mengendalikan teman sebayanya, meskipun

perasaan memiliki kekuatan atau otoritas tidak sepenuhnya sejalan. Hal ini dapat mencerminkan keinginan dominasi tanpa dasar yang cukup kuat dalam diri individu. Faktor lingkungan keluarga, terutama dalam bentuk model perilaku yang ditiru dari anggota keluarga, turut berkontribusi dalam membentuk sikap dan kecenderungan agresif. Selain itu, pengaruh teman sebaya juga terlihat jelas, khususnya dalam bentuk tekanan untuk mendapatkan pengakuan dan status sosial di lingkungan kelompok, yang seringkali mendorong siswa menampilkan perilaku menyimpang agar diterima. Terakhir, rendahnya empati menjadi aspek mendasar yang memperkuat munculnya perilaku *bullying*. Ketidakmampuan memahami perasaan orang lain dan kurangnya kesadaran akan dampak negatif tindakan mereka membuat sebagian siswa cenderung tidak merasa bersalah atas perbuatannya.

Berdasarkan hasil penelitian diatas penulis merekomendasikan agar pihak sekolah SMA MJ, khususnya guru Bimbingan dan Konseling, menyusun program intervensi yang menyentuh kelima aspek tersebut secara komprehensif. Program bimbingan dan konseling yang mencakup kegiatan pemulihan emosi untuk siswa yang pernah menjadi korban, serta pelatihan pengelolaan kemarahan dan kebutuhan dominasi agar tidak berujung pada tindakan yang merugikan orang lain.

Selain itu, sekolah perlu mengadakan pelatihan penguatan peran keluarga, agar pola asuh dan sikap orang tua dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan sikap positif anak. Kegiatan *parenting* dan edukasi mengenai pola perilaku yang sehat sangat direkomendasikan. Guru dan konselor perlu menggunakan pendekatan seperti simulasi peran, diskusi kasus nyata, dan refleksi kelompok untuk mengembangkan sensitivitas emosional siswa terhadap sesama. Secara umum, upaya pencegahan perilaku *bullying* tidak cukup hanya dengan hukuman atau teguran, melainkan harus melibatkan pembinaan psikososial dan pembentukan karakter secara menyeluruh yang berkelanjutan. Di sisi lain, penanaman nilai empati dan kesadaran moral harus menjadi bagian utama dari pendidikan karakter di sekolah maupun di rumah.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, P.R. (2008). *Meredam Bullying : 3 cara efektif menanggulangi kekerasan pada anak*. Jakarta: PT Grasindo.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Bariyyah, K., Andriyas, A. N. V., Hotimah, C., Ansorullah, E. F., Lathifa, F. R., Nisa, I. S., & Maizura, N. (2024). Validasi instrumen Illinois Bully Scale (IBS) untuk mendeteksi tingkat bullying di SMAN 3 Malang. *Education and Social Sciences Review*, 5(2), 176–182.
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences, and control*. McGraw-Hill Book Company.
- Coloroso, B. (2005). *The Bully, the Bullied and the Bystander: From Preschool to High School - how Parents and Teachers Can Help Break the Cycle of Violence*. Piccadilly.
- Corey, G., & Corey, M. S. (2016). Group psychotherapy. In J. C. Norcross, G. R. VandenBos, D. K. Freedheim, & R. Krishnamurthy (Eds.), *APA handbook of clinical psychology: Applications and methods* (pp. 289–306). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14861-015>

- Garandeau, C. F., Yanagida, T., Vermande, M. M., Strohmeier, D., & Salmivalli, C. (2019). Classroom size and the prevalence of bullying and victimization: Testing three explanations for the negative association. *Frontiers in Psychology, 10*, 2125. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02125>
- Hikmat, R., Suryani, S., Yosep, I., & Jeharsae, R. (2024). KiVa anti-bullying program: Preventing bullying and reducing bullying behavior among students—A scoping review. *BMC Public Health, 24*(1), 2923. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20086-8>
- Jayani, Dwi H. (2019). PISA: Murid Korban Bully di Indonesia Tertinggi Kelima di Dunia. Diunduh dari: <https://databoks.katadata.co.id/pendidikan/statistik/1f55ece17447f2b/pisa-murid-korban-bully-di-indonesia-tertinggi-kelima-di-dunia>
- Latifah, Fika. (2012). *Hubungan Karakteristik Anak Usia Sekolah dengan Kejadian Bullying di Sekolah Dasar di Bogor*. Depok: Fakultas Ilmu Keperawatan UI
- Laursen, B., & Veenstra, R. (2023). In defense of peer influence: The unheralded benefits of conformity. *Child Development Perspectives, 17*(1), 25–30.
- Lestari, W. Sartika. (2016). Analisis Faktor-faktor Penyebab Bullying di Kalangan Peserta Didik. *SOSIO DIDAKTIKA: Social Science Education Journal, 3*(2), 2016, 147-157. doi:10.15408/sd.v3i2.4385.
- Lusiana, S. N. E. L., & Arifin, S. (2022). Dampak bullying terhadap kepribadian dan pendidikan seorang anak. *Kariman: Jurnal Pendidikan Keislaman, 10*(2), 337–350. <https://doi.org/10.52185/kariman.v10i2.252>
- Mashabi, Sani, and Mahar Prastiwi. 2024. JPPI: Sepanjang Tahun 2024 Ada 293 Kasus Kekerasan di Sekolah. Oktober 2024. Diunduh dari <https://www.kompas.com/edu/read/2024/10/24/163509171/jppi-sepanjang-tahun-2024-ada-293-kasus-kekerasan-di-sekolah>
- Manafe, H. A., Kaluge, A. H., & Niha, S. S. (2023). Bentuk dan faktor penyebab bullying: Studi mengatasi bullying di madrasah aliyah. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti, 10*(3), 481–491.

- Maryono, B. G. R., Abubakar, A., & Waluyo, K. E. (2024). Manajemen bimbingan konseling dalam penanganan bullying di sekolah menengah atas Islam Terpadu Nurul Fajri. *Indonesian Research Journal on Education*, 4(2), 119–125.
- Moore, B., Woodcock, S., & Dudley, D. (2019). Developing wellbeing through a randomised controlled trial of a martial arts based intervention: An alternative to the anti-bullying approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, 81.
- Noya, A., Taihuttu, J., & Kiriwenno, E. (2024). Analisis faktor-faktor penyebab perilaku bullying pada remaja. *Journal of Psychology Humanlight*, 5(1), 1–16. <https://doi.org/10.51667/jph.v5i1.1741>
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Palacios, I., García, O. F., & Alcaide, M. (2022). Positive parenting style and positive health beyond the authoritative: Self, universalism values, and protection against emotional vulnerability from Spanish adolescents. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1066282>
- Permata, N., Purbasari, I., & Fajrie, N. (2021). Analisa penyebab bullying dalam kasus pertumbuhan mental dan emosional anak. *Jurnal Prasasti Ilmu*, 1(2), 21–26.
- Putri, D. H., & Kustanti, E. R. (2023). Hubungan antara konformitas teman sebaya dengan bullying terhadap guru. *Jurnal Empati*, 12(3), 207–214.
- Puspita, M., Octavia, D., & Yan, L. S. (2023). Peran teman sebaya terhadap perilaku bullying di sekolah. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 11(2), 245–251.
- Reisen, A., Viana, M. C., & Neto, Edson T. D.S. (2019). Adverse childhood experiences and bullying in late adolescence in a metropolitan region of Brazil. *Child Abuse Negl.* 2019 Jun; 92:146-156. DOI: 10.1016/j.chiabu.2019.04.003.

- Salmivalli, C., Laninga-Wijnen, L., Malamut, S. T., & Garandeau, C. F. (2021). Bullying prevention in adolescence: Solutions and new challenges from the past decade. *Journal of Research on Adolescence*, 31(4), 1023–1046. <https://doi.org/10.1111/jora.12688>
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development and Connect with Success*. McGraw-Hill Education
- Sejiwa. (2008). *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan*. Jakarta: PT. Grasindo
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta CV
- Usman, I. (2013). Perilaku bullying ditinjau dari peran kelompok teman sebaya dan iklim sekolah pada siswa SMA di Kota Gorontalo. *Jurnal Pendidikan*, 5(4), 1-8.
- Visty, S. A. (2021). Dampak bullying terhadap perilaku remaja masa kini. *Jurnal Intervensi Sosial dan Pembangunan*, 2(1), 50–58. <https://doi.org/10.30596/jisp.v2i1.3976>
- Yosep, I., Hikmat, R., Mardhiyah, A., Hazmi, H., & Hernawaty, T. (2022). Method of nursing interventions to reduce the incidence of bullying and its impact on students in school: A scoping review. *Healthcare*, 10(10), 1835. <https://doi.org/10.3390/healthcare10101835>
- Yuliani, N. (2019). *Fenomena kasus bullying di sekolah*.