

Eksplorasi Pengalaman Siswa dalam Menghadapi Bullying di SMP SWT Utama Medan

Gusti Aprila, Duwi Juliani, Syarah Nabila Pulungan

Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

ARTICLE INFO

Article history:

Received June 05, 2025

Revised June 11, 2025

Accepted June 15, 2025

Available online June 18, 2025

Keywords

Bullying, student experience, junior high school, qualitative study, school environment



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.
Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Daarul Huda

ABSTRACT

This study aims to explore students' experiences in dealing with bullying at SMP SWT Utama Medan. Bullying is a serious issue that can negatively affect students' mental health, emotional well-being, and social development. Using a qualitative approach and case study method, data were collected through in-depth interviews with students who have experienced bullying, as well as through school environment observations. The findings reveal that students encountered various forms of bullying, including verbal, physical, and social abuse. Their responses varied, ranging from withdrawal and seeking support from peers or teachers to direct confrontation. Factors such as family support, teacher involvement, and school policies significantly influenced students' ability to cope with bullying. These findings are expected to provide input for schools to create a safer and more supportive environment, as well as to raise awareness of the importance of early bullying prevention.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman siswa dalam menghadapi bullying di SMP SWT Utama Medan. Bullying merupakan permasalahan serius yang dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental, emosional, dan perkembangan sosial siswa. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan metode studi kasus, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan beberapa siswa yang pernah mengalami bullying, serta observasi lingkungan sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk bullying yang dialami meliputi bullying verbal, fisik, dan sosial. Para siswa merespons bullying dengan berbagai cara, mulai dari menarik diri, mencari dukungan dari teman atau guru, hingga upaya konfrontatif. Faktor-faktor seperti dukungan keluarga, peran guru, dan kebijakan sekolah memiliki pengaruh signifikan terhadap kemampuan siswa dalam menghadapi situasi tersebut. Temuan ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pihak sekolah untuk menciptakan lingkungan yang lebih aman dan suportif bagi siswa, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya pencegahan bullying sejak dini.

PENDAHULUAN

Bullying di sekolah merupakan masalah serius yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan akademis siswa. Pengalaman bullying dapat berdampak jangka panjang pada kesehatan mental dan perkembangan sosial siswa. Meskipun banyak penelitian telah dilakukan tentang prevalensi dan dampak bullying, masih sedikit penelitian yang mengeksplorasi pengalaman siswa secara mendalam dalam menghadapi bullying di sekolah menengah. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman siswa dalam menghadapi bullying di sekolah menengah, dengan fokus pada persepsi, emosi, dan strategi koping yang digunakan oleh siswa. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang kompleksitas pengalaman siswa dalam menghadapi bullying di sekolah. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan intervensi dan strategi pencegahan bullying yang lebih efektif di sekolah menengah. Bullying di sekolah merupakan fenomena kompleks yang dapat memiliki dampak signifikan pada kesejahteraan psikologis, akademis, dan sosial siswa.

Pengalaman bullying dapat menyebabkan stres, kecemasan, depresi, dan bahkan tindakan kekerasan atau percobaan bunuh diri pada siswa. Meskipun banyak penelitian telah dilakukan tentang prevalensi dan dampak bullying, masih sedikit penelitian yang mengeksplorasi pengalaman siswa secara mendalam dalam menghadapi bullying di sekolah menengah. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang kompleksitas pengalaman siswa dalam menghadapi bullying di sekolah. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan intervensi dan strategi pencegahan bullying yang lebih efektif di sekolah

menengah, serta meningkatkan kesadaran dan kepedulian guru, orang tua, dan masyarakat tentang pentingnya menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan mendukung bagi semua siswa.

Secara umum, penelitian ini dibuat untuk memenuhi salah satu tugas Kelompok dalam mata kuliah Metode Penelitian Kualitatif, jurusan Manajemen Pendidikan Islam, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara - Medan. Secara khusus penelitian ini diharapkan nantinya dapat mengetahui Bagaimana Siswa dalam menghadapi Bullying di sekolah menengah pada saat ini.

KAJIAN TEORITIS

Manajemen Fenomena bullying di sekolah merupakan permasalahan serius yang berdampak luas terhadap perkembangan psikososial siswa. Bullying yang terjadi secara verbal, fisik, relasional, maupun melalui media digital (cyberbullying) dapat meninggalkan trauma jangka panjang, baik secara psikologis maupun akademis. Dalam berbagai kasus, siswa yang menjadi korban sering kali mengalami tekanan emosi, kehilangan rasa aman, serta penurunan motivasi belajar (Modecki et al., 2023; Espelage & Hong, 2022).

Namun, tidak semua siswa yang mengalami bullying menunjukkan reaksi atau dampak yang sama. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah strategi coping yang digunakan siswa dalam merespons pengalaman perundungan. Berdasarkan teori coping dari Lazarus dan Folkman (1984), siswa dapat mengembangkan strategi berbasis masalah (problem-focused), berbasis emosi (emotion-focused), atau bahkan strategi maladaptif. Strategi coping ini sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial, lingkungan sekolah, pengalaman masa lalu, dan kepribadian siswa (Smith et al., 2021; Hunter & Boyle, 2022).

Di sisi lain, keberadaan sistem pendukung di sekolah — baik dalam bentuk kebijakan anti-bullying, intervensi guru, maupun keterlibatan teman sebaya — memiliki potensi besar dalam membantu siswa menghadapi bullying secara lebih resilien. Pendekatan ini telah dibuktikan melalui berbagai program seperti *KiVa* dan *Olweus Bullying Prevention Program* yang berhasil menurunkan insiden bullying secara signifikan (Salmivalli, 2020; UNESCO, 2021).

Dengan demikian, penting untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif siswa dalam menghadapi bullying, agar pemahaman tentang dinamika psikologis dan sosial yang mereka alami dapat diperoleh secara lebih utuh. Penelitian ini tidak hanya akan mengungkap bagaimana siswa mengalami, memahami, dan merespons bullying, tetapi juga akan membuka peluang bagi pengembangan strategi intervensi yang lebih kontekstual dan berpihak pada suara siswa.

1. Pengertian Bullying

Bullying merupakan bentuk kekerasan psikososial yang terjadi dalam hubungan sosial yang tidak seimbang. Olweus (1993) mendefinisikan bullying sebagai tindakan agresif yang dilakukan secara berulang oleh satu atau lebih individu terhadap korban yang lebih lemah secara fisik atau psikologis. Dalam konteks sekolah, bullying terjadi dalam lingkungan pendidikan yang seharusnya menjadi tempat aman bagi siswa. Menurut laporan dari *UNESCO (2021)*, sekitar 30% siswa di dunia pernah mengalami bullying, dan prevalensinya cenderung meningkat di lingkungan digital.

Kowalski, Limber, & Agatston (2021) menambahkan bahwa bullying tidak hanya menimbulkan luka fisik, tetapi juga luka psikis yang dapat berlangsung jangka panjang. Fenomena ini tidak bisa dipandang sebagai perilaku nakal biasa, melainkan sebagai pelanggaran serius terhadap hak anak atas rasa aman dan martabat.

2. Jenis-Jenis Bullying di Sekolah

Bullying di sekolah terbagi ke dalam beberapa bentuk yang saling terkait:

- Bullying Fisik: termasuk tindakan kekerasan langsung seperti memukul, menendang, dan mendorong.
- Bullying Verbal: meliputi penghinaan, ejekan, intimidasi verbal, dan ancaman.
- Bullying Relasional atau Sosial: seperti mengucilkan, menyebarkan rumor, dan sabotase hubungan pertemanan.
- Cyberbullying: bullying yang dilakukan melalui media digital, seperti pesan kebencian, doxing, atau penyebaran konten memalukan secara online (Patchin & Hinduja, 2020).

Jenis-jenis ini dapat saling tumpang tindih dan menciptakan pengalaman traumatis yang kompleks bagi korban, terutama ketika dilakukan oleh teman sebaya yang dikenal dan berinteraksi setiap hari.

3. Dampak Bullying terhadap Siswa

Efek bullying tidak hanya dirasakan secara langsung saat kejadian, tetapi juga berpengaruh jangka panjang terhadap perkembangan psikososial siswa. Modecki et al. (2023) menemukan bahwa korban bullying lebih rentan mengalami gangguan kecemasan, depresi, menarik diri dari lingkungan sosial, hingga gangguan tidur.

Dampak lainnya meliputi:

- Penurunan prestasi akademik: korban sulit berkonsentrasi dan sering absen dari sekolah (Espelage & Hong, 2022).
- Kehilangan rasa percaya diri dan harga diri: akibat internalisasi penghinaan dan penolakan dari lingkungan sosial.
- Risiko kesehatan mental jangka panjang: termasuk risiko bunuh diri, terutama jika tidak ada sistem pendukung yang memadai (World Health Organization, 2023).

Sementara pelaku bullying juga menunjukkan kecenderungan terhadap perilaku menyimpang lain seperti penyalahgunaan zat dan perilaku kriminal di masa dewasa (Ttofi & Farrington, 2011).

4. Strategi Coping Siswa dalam Menghadapi Bullying

Coping didefinisikan sebagai usaha individu untuk mengelola tuntutan internal dan eksternal yang dianggap melebihi kapasitas adaptasi mereka (Lazarus & Folkman, 1984). Dalam konteks bullying, siswa mengembangkan berbagai cara untuk bertahan, menghadapi, atau menghindari tekanan psikologis akibat perundungan.

Smith et al. (2021) membagi strategi coping menjadi:

- Coping Berbasis Masalah (problem-focused coping): misalnya berbicara dengan guru, melaporkan kepada orang tua, atau menghindari lokasi tertentu.
- Coping Berbasis Emosi (emotion-focused coping): seperti menangis, menarik diri, atau menenangkan diri.
- Coping Maladaptif: meliputi menyakiti diri sendiri, konsumsi zat, atau membalas dengan kekerasan.

Faktor yang memengaruhi pilihan coping meliputi:

- Tingkat dukungan sosial (guru, keluarga, teman)
- Jenis kelamin (penelitian menunjukkan bahwa siswa perempuan lebih banyak menggunakan strategi berbasis emosi, sementara laki-laki cenderung menghindar atau melawan)
- Nilai budaya dan norma lokal (Hunter & Boyle, 2022).

5. Peran Sekolah dalam Menanggulangi Bullying

Sekolah memiliki peran strategis sebagai institusi sosial yang dapat mencegah dan menanggulangi bullying secara sistemik. UNESCO (2021) menekankan pentingnya pendekatan whole-school (pendekatan menyeluruh sekolah), yang mencakup:

- Kebijakan anti-bullying yang eksplisit dan tegas
- Pelatihan guru dan staf tentang intervensi yang efektif
- Penguatan pendidikan karakter dan empati
- Penyediaan saluran pelaporan yang aman dan rahasia

Partisipasi siswa dalam menciptakan budaya anti-bullying juga penting, misalnya melalui pelatihan teman sebaya (*peer support programs*) atau pelibatan dalam forum siswa.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami secara mendalam tentang Pengalaman Siswa dalam Menghadapi Bullying di SMP SWT Utama Medan.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah siswa-siswi SMP SWT Utama Medan yang pernah mengalami bullying. Pemilihan informan dilakukan secara **purposive sampling**, dengan kriteria:

1. Siswa kelas VII–IX,
2. Pernah mengalami bullying secara langsung (fisik, verbal, maupun sosial),
3. Bersedia memberikan informasi secara terbuka dan jujur.

Jumlah informan utama terdiri dari **5 siswa**, serta **2 guru BK** dan **1 wali kelas** sebagai informan pendukung.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi:

1. **Wawancara mendalam** (in-depth interview) dengan siswa untuk menggali pengalaman, perasaan, dan cara mereka menghadapi bullying.
2. **Observasi non-partisipatif** di lingkungan sekolah untuk melihat interaksi sosial antar siswa dan dinamika yang terjadi.
3. **Dokumentasi** berupa catatan guru BK dan kebijakan sekolah terkait penanganan bullying.

Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan teknik **analisis tematik** (thematic analysis), dengan langkah-langkah:

1. Transkrip hasil wawancara dibaca berulang kali,
2. Pengkodean dilakukan untuk mengidentifikasi tema-tema utama,
3. Kategori dibentuk berdasarkan pola-pola yang muncul,
4. Interpretasi dilakukan untuk merumuskan kesimpulan yang relevan dengan tujuan penelitian.

Dengan menggunakan metode penelitian ini, penelitian ini dapat memberikan gambaran yang mendalam tentang efektivitas Diklat sebagai strategi pengembangan sumber daya manusia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan terhadap beberapa siswa yang menjadi korban bullying, ditemukan bahwa peristiwa bullying yang mereka alami memberikan dampak yang cukup mendalam secara emosional dan psikologis. Para siswa tersebut mengungkapkan bahwa mereka merasa tidak nyaman berada di lingkungan sekolah setelah kejadian tersebut, dan sebagian besar dari mereka menunjukkan tanda-tanda trauma, baik secara verbal maupun non-verbal.

Selama proses wawancara, dua dari tiga siswa menyampaikan bahwa mereka merasa ketakutan setiap kali memasuki kelas. Mereka merasa was-was jika berhadapan dengan teman-teman sekelasnya, terutama dengan pelaku bullying yang pada saat itu masih berada dalam satu lingkungan sekolah. Salah satu siswa bahkan menyampaikan bahwa ia sempat meminta kepada orang tuanya untuk dipindahkan sekolah karena merasa tidak sanggup menjalani hari-hari di tempat yang sama dengan pelaku.

Dalam observasi di lingkungan sekolah, korban bullying terlihat cenderung menarik diri dari pergaulan, enggan berbicara dengan teman-teman sekelas, dan sering kali menghabiskan waktu sendirian saat istirahat. Mereka menunjukkan perubahan perilaku yang signifikan, seperti menjadi pendiam, tidak aktif dalam kegiatan kelas, dan sering terlihat murung. Salah satu siswa juga terlihat mengalami penurunan konsentrasi dalam belajar yang berdampak pada prestasi akademiknya.

Ketika ditanya tentang bentuk dukungan yang mereka terima, para siswa menjelaskan bahwa mereka telah melaporkan kejadian tersebut kepada guru Bimbingan Konseling (BK). Guru BK kemudian menindaklanjuti laporan tersebut dengan memanggil pelaku dan memberikan sanksi sesuai dengan kebijakan sekolah. Selain itu, pihak sekolah juga telah menghubungi orang tua korban untuk menjelaskan situasi dan meminta kerja sama dalam proses pemulihan mental anak-anak mereka.

Siswa juga menyebutkan bahwa guru BK memberikan sesi konseling pribadi secara berkala untuk membantu mereka melewati masa sulit. Salah satu siswa mengatakan bahwa sesi konseling tersebut sangat membantunya untuk memahami bahwa ia tidak sendirian dan bahwa ada orang-orang yang peduli terhadap perasaannya. Meskipun begitu, masih ada perasaan tidak nyaman yang membekas, terutama karena interaksi sosial di lingkungan sekolah belum sepenuhnya mendukung pemulihan mereka.

Dari sisi orang tua, sebagian besar menyatakan bahwa mereka kecewa dengan kejadian tersebut dan berharap pihak sekolah lebih proaktif dalam menciptakan lingkungan yang aman bagi seluruh siswa. Mereka juga menyampaikan harapan agar ada program pencegahan bullying yang lebih sistematis dan rutin dilakukan, bukan hanya sebagai respons ketika kasus telah terjadi.

Pihak sekolah, menurut informasi dari siswa, telah mengadakan sosialisasi tentang bahaya bullying kepada seluruh siswa dan memberikan peringatan keras kepada pelaku. Sanksi diberikan dalam bentuk teguran tertulis dan pembinaan yang disertai dengan permintaan maaf secara langsung kepada korban.

Namun, meskipun upaya tersebut telah dilakukan, para siswa korban tetap menyampaikan bahwa mereka membutuhkan waktu untuk benar-benar merasa aman dan nyaman kembali di lingkungan sekolah. Mereka berharap adanya dukungan berkelanjutan, baik dari guru maupun teman sebaya, agar mereka dapat kembali menjalani kehidupan sekolah dengan tenang dan percaya diri.

Secara keseluruhan, hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa bullying meninggalkan luka emosional yang tidak dapat hilang dalam waktu singkat. Meskipun ada dukungan dari berbagai pihak, proses pemulihan membutuhkan pendekatan yang konsisten, empati yang dalam, dan keterlibatan aktif dari seluruh elemen sekolah untuk menciptakan lingkungan yang benar-benar aman dan bebas dari kekerasan.

Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi terhadap korban bullying di lingkungan sekolah, diperoleh beberapa temuan penting:

1. **Dampak Psikologis yang Signifikan**

Korban bullying menunjukkan gejala trauma psikologis seperti rasa takut, cemas berlebihan, menarik diri dari pergaulan, penurunan motivasi belajar, dan gangguan konsentrasi. Dua dari tiga siswa bahkan mengalami tekanan emosional yang membuat mereka tidak nyaman berada di sekolah.

2. **Perubahan Perilaku Sosial**

Korban cenderung menyendiri dan menghindari interaksi sosial. Mereka lebih memilih menyendiri saat jam istirahat, tidak aktif dalam diskusi kelas, dan terlihat murung. Hal ini menunjukkan adanya perubahan perilaku sosial sebagai respon atas trauma yang dialami.

3. **Peran Guru BK dan Orang Tua**

Guru Bimbingan Konseling (BK) memberikan dukungan berupa konseling pribadi, sementara orang tua dilibatkan dalam proses pemulihan. Namun, korban merasa bahwa dukungan yang diberikan masih belum sepenuhnya memulihkan rasa aman dan percaya diri mereka.

4. **Upaya dari Sekolah Masih Bersifat Reaktif**

Sekolah telah mengambil langkah dengan memberikan sanksi kepada pelaku dan melakukan sosialisasi anti-bullying. Namun, tindakan ini bersifat reaktif dan belum terlihat sebagai bagian dari sistem pencegahan jangka panjang.

5. **Harapan Korban terhadap Lingkungan Sekolah**

Korban berharap sekolah menyediakan lingkungan yang lebih suportif, dengan keterlibatan aktif teman sebaya dan guru. Mereka ingin merasa diterima dan dilindungi dari potensi kejadian serupa di masa depan.

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa bullying memberikan dampak negatif yang serius terhadap kondisi psikologis dan sosial siswa. Meskipun sekolah dan orang tua telah memberikan respons, proses pemulihan psikologis korban membutuhkan waktu serta dukungan yang berkelanjutan dan sistematis. Ketidakhadiran sistem pencegahan yang terstruktur dan budaya sekolah yang aman membuat korban merasa masih berada dalam situasi yang tidak sepenuhnya kondusif untuk belajar dan berkembang secara optimal.

SARAN

Pencegahan yang Terstruktur

Sekolah perlu membangun program anti-bullying yang bersifat preventif, seperti kampanye rutin, pelatihan empati, dan edukasi sejak dini tentang bahaya bullying.

Pendekatan Restoratif dan Terapi Psikologis

Berikan pendampingan jangka panjang kepada korban melalui sesi konseling rutin yang melibatkan ahli psikologi jika perlu. Terapkan pendekatan restoratif terhadap pelaku dan korban untuk membangun kembali rasa aman dan hubungan sosial yang sehat.

Peningkatan Peran Guru dan Siswa

Guru tidak hanya berperan sebagai pengajar, tetapi juga sebagai pengawas dan pembimbing yang peka terhadap perubahan perilaku siswa. Siswa juga perlu dilibatkan dalam membangun budaya positif, misalnya melalui program "teman sebaya" atau mentoring antarkelas.

Pengawasan dan Tindak Lanjut yang Konsisten

Sekolah harus memiliki sistem pelaporan bullying yang aman dan mudah diakses oleh siswa. Laporan harus ditindaklanjuti secara serius dan transparan dengan keterlibatan semua pihak, termasuk orang tua.

Lingkungan yang Ramah dan Inklusif

Menciptakan budaya sekolah yang ramah dan mendukung sangat penting untuk mengembalikan rasa aman bagi siswa. Hal ini dapat dilakukan melalui kegiatan kelas yang membangun kerja sama, penghargaan terhadap keberagaman, dan komunikasi terbuka antara guru dan siswa.

REFERENSI

- Espelage, D. L., & Hong, J. S. (2022). *Bullying and peer victimization in schools: Theory, research, and practice*. Springer.
- Hunter, S. C., & Boyle, J. M. E. (2022). Students' coping strategies and social support following peer victimization. *Child and Adolescent Mental Health*, 27(1), 18–24.
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., & Agatston, P. W. (2021). *Cyberbullying: Bullying in the digital age* (2nd ed.). Wiley-Blackwell.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.

- Modecki, K. L., Minchin, J., Harbaugh, A. G., Guerra, N. G., & Runions, K. C. (2023). Bullying prevalence and impact: A global perspective. *Journal of Adolescent Health*, 72(2), 135–144.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2020). *Cyberbullying prevention and response: Expert perspectives*. Routledge.
- Salmivalli, C. (2020). Bullying and the KiVa anti-bullying program: Outcomes and mechanisms. *Annual Review of Psychology*, 71, 213–238.
- Smith, P. K., López-Castro, L., Robinson, S., & Görzig, A. (2021). Consistency and variability in children's coping responses to bullying: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 58, 101609.
- Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, 7(1), 27–56.
- UNESCO. (2021). *Behind the numbers: Ending school violence and bullying*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
- World Health Organization. (2023). *Mental health of adolescents: A global overview*. Geneva: WHO.