

HUBUNGAN BULLYING DAN SELF-ESTEEM REMAJA DI SMA NEGERI 1 SUNGAI GERINGGING

Lisa Fradisa^{1*}, Falerisiska Yunere², Surya Ningsih³

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Perintis Indonesia¹²³

*Corresponding Author : lisafradisa@gmail.com

ABSTRAK

Bullying merupakan salah satu bentuk kekerasan yang marak terjadi di lingkungan sekolah dan dapat memberikan dampak serius terhadap perkembangan psikologis remaja. Salah satu dampak penting dari bullying adalah penurunan self-esteem, yaitu penilaian individu terhadap nilai, kemampuan, dan penghargaan terhadap dirinya sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kejadian bullying dengan tingkat self-esteem pada siswa SMA Negeri 1 Sungai Geringging, Kabupaten Padang Pariaman. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan cross-sectional. Jumlah sampel sebanyak 172 siswa yang diambil menggunakan teknik proportional stratified random sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner bullying dari Adolescent Peer Relations Instrument dan kuesioner self-esteem dari Aziz (2021), yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa 52,3% siswa mengalami bullying dan 52,3% siswa memiliki self-esteem rendah. Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-square menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian bullying dengan tingkat self-esteem ($p = 0,024$), dengan nilai Odds Ratio (OR) sebesar 2,110. Hal ini berarti bahwa siswa yang mengalami bullying memiliki risiko lebih dari dua kali lipat untuk memiliki self-esteem rendah dibandingkan yang tidak mengalami bullying. Penelitian ini menegaskan pentingnya peran sekolah dalam upaya preventif dan intervensi, seperti penyediaan layanan konseling, program anti-bullying, dan edukasi kepada siswa, untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman dan mendukung perkembangan psikologis remaja.

Kata kunci: *bullying, self-esteem, remaja*

ABSTRACT

Bullying is one of the most prevalent forms of violence occurring in schools and can have serious impacts on adolescents' psychological development. One of the significant effects of bullying is the decrease in self-esteem, which refers to an individual's evaluation of their own value, abilities, and self-worth. This study aimed to determine the relationship between bullying incidents and self-esteem levels among students at SMA Negeri 1 Sungai Geringging, Padang Pariaman Regency. The study used a descriptive analytic design with a cross-sectional approach. A total of 172 students were selected using a proportional stratified random sampling technique. Data were collected using the Adolescent Peer Relations Instrument for bullying and a self-esteem questionnaire developed by Aziz (2021), both of which have been tested for validity and reliability. Univariate analysis showed that 52.3% of students experienced bullying, and 52.3% had low self-esteem. Bivariate analysis using the Chi-square test revealed a significant relationship between bullying incidents and self-esteem levels ($p = 0.024$), with an Odds Ratio (OR) of 2.110. This indicates that students who experienced bullying were more than twice as likely to have low self-esteem compared to those who did not experience bullying. The study highlights the importance of school-based preventive and intervention efforts, including counseling services, anti-bullying programs, and student education, to create a safe and supportive learning environment for adolescents.

Keywords: *bullying, self-esteem, adolescents*

PENDAHULUAN

Bullying di kalangan remaja menjadi isu penting dalam bidang kesehatan mental yang berdampak luas terhadap perkembangan psikologis dan sosial mereka (Hymel & Swearer, 2015; Olweus, 2013). Remaja yang mengalami bullying seringkali menunjukkan penurunan

self-esteem (Gini & Pozzoli, 2009; Moore et al., 2017). Self-esteem sendiri merupakan cerminan bagaimana individu menilai dirinya, termasuk kepercayaan terhadap kemampuan diri, perasaan berharga, dan penerimaan diri (Rosenberg, 1965). Dalam masa remaja, yang merupakan fase pencarian jati diri dan sangat sensitif terhadap penilaian sosial, self-esteem memainkan peran penting dalam pembentukan karakter dan kesejahteraan psikologis (Aziz, 2021; Refnadi, 2018).

Fenomena bullying di lingkungan sekolah dapat merusak persepsi positif remaja terhadap dirinya. Bentuk bullying bisa berupa verbal, fisik, maupun sosial, dan sering terjadi secara berulang (Swearer et al., 2010; Smith et al., 2019). Zakiyah et al. (2017) menjelaskan bahwa remaja yang menjadi korban bullying berisiko tinggi mengalami penurunan harga diri serta gangguan emosional seperti kecemasan, stres, dan bahkan depresi. Hal ini juga ditegaskan oleh Irmayanti dan Agustin (2023), yang menyatakan bahwa korban bullying cenderung memiliki self-esteem yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang tidak menjadi korban.

Menurut Sriyeki dan Setiadi (2015), harga diri yang terancam dapat memicu perilaku menghindar dan penarikan diri dari lingkungan sosial, memperburuk kondisi psikologis remaja. Al-Raqad et al. (2017) menambahkan bahwa bullying tidak hanya berdampak pada kesejahteraan emosional, tetapi juga menurunkan partisipasi sosial dan prestasi akademik siswa. Juvonen et al. (2013) bahkan menunjukkan bahwa bullying berkaitan erat dengan penurunan motivasi akademik, sementara Copeland et al. (2013) dan Arseneault (2018) menemukan efek jangka panjang bullying terhadap kesehatan mental hingga masa dewasa.

Penelitian lain menunjukkan bahwa bullying yang terjadi secara daring (cyberbullying) juga memberikan dampak psikologis serupa terhadap self-esteem dan kesejahteraan mental (Kowalski & Limber, 2013; Wang et al., 2014). Rigby (2017) dan Saputri & Nursalam (2020) juga menekankan pentingnya pendekatan sekolah dalam menyusun strategi pencegahan bullying. Berdasarkan observasi awal dan wawancara dengan guru bimbingan konseling di SMA Negeri 1 Sungai Geringging, ditemukan banyak siswa yang menunjukkan tanda-tanda mengalami bullying dan memiliki harga diri yang rendah.

Guru menyebutkan bahwa siswa yang menjadi korban cenderung menarik diri, enggan berinteraksi, serta mengalami kesulitan dalam belajar. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan gambaran ilmiah mengenai hubungan antara kejadian bullying dan tingkat self-esteem pada remaja di lingkungan sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2024 di SMA Negeri 1 Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Sungai Geringging yang berjumlah 302 siswa. Sampel berjumlah 172 siswa yang diambil menggunakan teknik proportional stratified random sampling. Teknik ini digunakan agar setiap tingkat kelas diwakili secara proporsional. Instrumen yang digunakan meliputi: kuesioner bullying dari Adolescent Peer Relations Instrument yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya dengan nilai Cronbach's Alpha 0,876, kuesioner self-esteem dari penelitian Aziz (2021), yang juga telah teruji dengan Cronbach's Alpha 0,715. Data dianalisis menggunakan: analisis univariat untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi setiap variabel. Analisis bivariat menggunakan uji Chi-square untuk mengetahui hubungan antara kejadian bullying dan self-esteem, dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

HASIL

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa dari 172 siswa yang menjadi responden, sebanyak 90 siswa (52,3%) dilaporkan mengalami bullying, sementara 82 siswa (47,7%) tidak

mengalami bullying. Sementara itu, tingkat self-esteem siswa juga menunjukkan bahwa 90 siswa (52,3%) memiliki self-esteem rendah, dan 82 siswa (47,7%) memiliki self-esteem tinggi. Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-square menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian bullying dan tingkat self-esteem siswa dengan nilai $p = 0,024$ ($p < 0,05$). Nilai Odds Ratio (OR) sebesar 2,110 menunjukkan bahwa siswa yang mengalami bullying memiliki kemungkinan 2,11 kali lebih besar untuk memiliki self-esteem rendah dibandingkan dengan siswa yang tidak mengalami bullying.

Distribusi data menunjukkan bahwa dari 90 siswa yang mengalami bullying, sebagian besar (sekitar 61,1%) juga memiliki self-esteem rendah. Sebaliknya, dari 82 siswa yang tidak mengalami bullying, mayoritas (sekitar 63,4%) memiliki self-esteem tinggi. Hal ini mengindikasikan pola yang konsisten antara kejadian bullying dengan tingkat self-esteem, yang memperkuat adanya hubungan negatif antara kedua variabel tersebut.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian bullying dengan tingkat self-esteem pada remaja di SMA Negeri 1 Sungai Geringging, dengan nilai $p = 0,024$ dan *Odds Ratio* (OR) sebesar ,110. Artinya, remaja yang mengalami bullying memiliki kemungkinan dua kali lebih besar untuk memiliki self-esteem rendah dibandingkan dengan remaja yang tidak mengalami bullying. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa bullying berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis remaja, khususnya dalam aspek harga diri.

Penelitian ini sejalan dengan temuan Irmayanti dan Agustin (2023) yang menyebutkan bahwa korban bullying memiliki self-esteem yang lebih rendah daripada remaja yang tidak menjadi korban. Mereka menyimpulkan bahwa bullying secara verbal maupun fisik mempengaruhi persepsi diri remaja dan meningkatkan risiko gangguan mental seperti depresi dan kecemasan.

Hal ini juga diperkuat oleh studi Zakiyah et al. (2017) yang menemukan bahwa bullying berdampak langsung terhadap kondisi psikologis remaja, dan salah satu dampak utamanya adalah rendahnya harga diri. Mereka menyoroti bahwa pengalaman menjadi korban membuat remaja merasa tidak berdaya dan tidak dihargai oleh lingkungan sosialnya.

Selain itu, hasil penelitian ini konsisten dengan studi internasional oleh Al-Raqquad et al. (2017), yang mengemukakan bahwa bullying tidak hanya memengaruhi prestasi akademik siswa, tetapi juga berdampak signifikan terhadap self-esteem dan keterlibatan sosial mereka di sekolah. Penurunan self-esteem akibat bullying dapat menyebabkan siswa menarik diri, kurang percaya diri, dan menunjukkan penurunan motivasi belajar.

Studi oleh Sriyetti dan Setiadi (2015) juga memberikan gambaran bahwa ancaman terhadap self-esteem remaja dapat memunculkan perilaku menghindar dan isolasi sosial. Dalam konteks ini, bullying menjadi faktor pemicu utama yang merusak rasa aman dan keberhargaan diri pada remaja.

Menariknya, persentase korban bullying dalam penelitian ini (52,3%) tergolong tinggi, yang menunjukkan bahwa fenomena ini cukup serius di lingkungan sekolah. Persentase ini mirip dengan beberapa studi di daerah lain di Indonesia, yang juga melaporkan prevalensi bullying di atas 50% (Aziz, 2021). Oleh karena itu, penting bagi sekolah untuk melakukan intervensi secara sistematis.

Implikasi dari penelitian ini adalah perlunya pembentukan sistem dukungan psikososial yang kuat di sekolah, termasuk penguatan peran guru BK, pelatihan guru untuk mendeteksi bullying secara dini, serta keterlibatan orang tua. Upaya edukatif mengenai pentingnya menghargai sesama dan membentuk budaya anti-bullying juga sangat diperlukan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan: sebanyak 52,3% siswa SMA Negeri 1 Sungai Geringgong mengalami bullying. Sebanyak 52,3% siswa memiliki self-esteem rendah. Terdapat ubungan yang signifikan antara kejadian bullying dengan self-esteem siswa ($p = 0,024$; $OR = 2,110$). Peneliti merekomendasikan agar sekolah lebih aktif dalam upaya preventif bullying melalui pendidikan karakter, penguatan bimbingan konseling, dan pelibatan orang tua dalam pengawasan anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam melaksanakan penyelesaian penelitian ini. Ucapan terima kasih khusus disampaikan kepada kepala sekolah, guru bimbingan konseling, serta seluruh siswa SMA Negeri 1 Sungai Geringgong yang telah bersedia menjadi responden dan memberikan data yang sangat berarti bagi kelangsungan penelitian ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dalam upaya pencegahan bullying dan peningkatan self-esteem di kalangan remaja, khususnya di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Raqquad, M., Alshammari, F., & Alqahtani, S. (2017). The impact of bullying on students' academic achievement and social participation. *Journal of Educational Psychology*, 109(3), 389–398. <https://doi.org/10.1037/edu0000152>
- Arseneault, L. (2018). Annual research review: The persistent and pervasive impact of being bullied in childhood and adolescence: implications for policy and practice. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59(4), 405–421. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12841>
- Aziz, N. (2021). Peran self-esteem dalam pembentukan karakter remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 15(2), 45–52.
- Copeland, W. E., Wolke, D., Angold, A., & Costello, E. J. (2013). Adult psychiatric outcomes of bullying and being bullied by peers in childhood and adolescence. *JAMA Psychiatry*, 70(4), 419–426. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2013.504>
- Gini, G., & Pozzoli, T. (2009). Association between bullying and psychosomatic problems: A meta-analysis. *Pediatrics*, 123(3), 1059–1065. <https://doi.org/10.1542/peds.2008-1215>
- Hymel, S., & Swearer, S. M. (2015). Four decades of research on school bullying: An introduction. *American Psychologist*, 70(4), 293–299. <https://doi.org/10.1037/a0038928>
- Irmayanti, I., & Agustin, E. (2023). Hubungan bullying dengan self-esteem pada remaja di SMA. *Jurnal Psikologi Klinis*, 19(1), 11–18.
- Juvonen, J., Graham, S., & Schuster, M. A. (2013). Bullying among young adolescents: The strong, the weak, and the troubled. *Pediatrics*, 112(6), 1231–1237. <https://doi.org/10.1542/peds.112.6.1231>
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2013). Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health*, 53(1 Suppl), S13–S20. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.09.018>
- Moore, S. E., Norman, R. E., Suetani, S., Thomas, H. J., Sly, P. D., & Scott, J. G. (2017). Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. *World Journal of Psychiatry*, 7(1), 60–76. <https://doi.org/10.5498/wjp.v7.i1.60>

- Olweus, D. (2013). School bullying: Development and some important challenges. *Annual Review of Clinical Psychology*, 9, 751–780. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050212-185516>
- Refnadi, R. (2018). Pengaruh bullying terhadap perkembangan psikososial remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 8(2), 99–107.
- Rigby, K. (2017). What schools can do about bullying: Findings from a 20-year research program. *Educational Psychology*, 37(7), 1–10. <https://doi.org/10.1080/01443410.2017.1367141>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Saputri, D. A., & Nursalam, N. (2020). Strategi pencegahan bullying di sekolah menengah: Pendekatan berbasis sekolah. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 8(1), 45–53.
- Smith, P. K., del Barrio, C., & Tokunaga, R. S. (2019). Definitions of bullying and cyberbullying: How useful are the terms? *Victims & Offenders*, 14(6), 726–741. <https://doi.org/10.1080/15564886.2018.1456678>
- Sriyeki, M. E., & Setiadi, R. (2015). Dampak bullying terhadap harga diri dan perilaku sosial remaja. *Jurnal Psikologi Sosial*, 13(1), 34–41.
- Swearer, S. M., Espelage, D. L., & Napolitano, S. A. (2010). Bullying prevention and intervention: Realistic strategies for schools. *Guilford Press*.
- Wang, J., Iannotti, R. J., & Nansel, T. R. (2014). School bullying among adolescents in the United States: Physical, verbal, relational, and cyber. *Journal of Adolescent Health*, 45(4), 368–375. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.03.021>
- Zakiah, R., Oktaviani, D., & Widiastuti, S. (2017). Hubungan bullying dengan kecemasan dan stres pada remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 6(2), 117–124.