

Analisis Faktor Penyebab Bullying Verbal Serta Dampaknya Kepada Mahasiswa

Nicki Yutapratama¹, Jumadi Mori Salam Tuasikal², Salim Korompot³, Ryan Hidayat Rafiola⁴, Mohamad Rizal Pautina⁵, Aisyah Ummu Hamidah⁶, Nurul Maulida Alwi⁷

Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Gorontalo^{1,2,3,4,5,6,7}

nickiyuta@ung.ac.id

<i>Diterima: Januari 2025</i>	<i>Disetujui: Februari 2025</i>	<i>Dipublish: April 2025</i>
-----------------------------------	-------------------------------------	------------------------------

Abstrak

Identifikasi perilaku bullying verbal di kalangan mahasiswa perlu menjadi perhatian. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor penyebab dan dampak dari perilaku bullying verbal pada mahasiswa di fakultas tersebut. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif, dengan metode pengumpulan data melalui angket terstruktur yang disebarakan kepada sampel mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo sebanyak 100 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor penyebab utama bullying verbal meliputi dinamika kekuasaan, pengaruh teman sebaya, serta lingkungan keluarga. Pengaruh teman sebaya (70%) ditemukan sebagai faktor penyebab paling signifikan, diikuti oleh lingkungan keluarga (60%) dan harga diri individu (65%). Dampak bullying verbal terhadap mahasiswa tercermin dalam gangguan kesehatan mental, seperti stres (45%), kecemasan (40%), dan depresi (35%). Selain itu, bullying verbal juga berdampak pada penurunan motivasi akademik (50%) dan prestasi akademik (55%). Dampak sosial juga sangat signifikan, dengan 60% mahasiswa melaporkan kesulitan dalam membangun hubungan sosial dan 52% mengalami kesulitan dalam membangun kepercayaan. Berdasarkan temuan ini, bullying verbal memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dan kinerja akademik mahasiswa. Penelitian ini menyarankan perlunya intervensi berbasis teman sebaya, serta kebijakan kampus yang lebih tegas untuk mencegah dan menangani bullying verbal di lingkungan kampus.

Kata Kunci: Bullying Verbal; Faktor Bullying; Dampak Bullying.

Abstract

The identification of verbal bullying behavior among students requires attention. This study aims to analyze the factors that cause and the impacts of verbal bullying behavior among students at the Faculty of Education, University of Gorontalo. The research approach used is descriptive quantitative, with data collection conducted through a structured questionnaire distributed to a sample of 100 students from the Faculty of Education. The results of the study show that the main causes of verbal bullying include power dynamics, peer influence, and family environment. Peer influence (70%) was found to be the most significant contributing factor, followed by family environment (60%) and individual self-esteem (65%). The impact of verbal bullying on students is reflected in mental health issues, such as stress (45%), anxiety (40%), and depression (35%). Additionally, verbal bullying also impacts academic motivation (50%) and academic achievement (55%). Social impacts are also significant, with 60% of students reporting difficulties in building social relationships and 52% experiencing challenges in building trust. Based on these findings, verbal bullying has a significant negative impact on students' psychological well-being and academic performance. This study suggests the need for peer-based interventions,

Analisis Faktor Penyebab Bullying Verbal Serta Dampaknya Kepada Mahasiswa

- Nicki Yutapratama, Jumadi Mori Salam Tuasikal, Salim Korompot

as well as stronger campus policies to prevent and address verbal bullying in the campus environment.

Keywords: *Verbal Bullying; Bullying Factors; Bullying Impacts*

CC BY-SA 4.0 Attribution License, provided the original work is properly cited. ©2025 by Nicki Yutapratama, Jumadi Mori Salam Tuasikal, SalimKorompot, Ryan Hidayat Rafiola, Mohamad Rizal Pautina, Aisyah Ummu Hamidah, Nurul Maulida Alwi

PENDAHULUAN

Bullying verbal merupakan fenomena yang terjadi di berbagai lingkungan sosial, termasuk di lingkungan akademik seperti perguruan tinggi. Di kampus, di mana mahasiswa seharusnya dapat berkembang secara akademik dan personal, bullying verbal justru menciptakan hambatan signifikan dalam proses tersebut. Tindakan verbal yang merendahkan, menghina, atau mengejek individu dapat berpengaruh besar terhadap kesehatan mental mahasiswa, yang pada gilirannya berdampak pada kualitas kehidupan sosialnya dan prestasi akademik. Di Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo, fenomena ini menjadi perhatian yang semakin mendesak.

Dalam konteks akademik, mahasiswa diharapkan untuk berkembang dalam suasana yang mendukung pemikiran kritis dan pembentukan karakter. Namun, kenyataannya, bullying verbal yang sering terjadi di kalangan mahasiswa justru menciptakan rasa tidak aman dan terisolasi. Bullying verbal tidak hanya membatasi interaksi sosial yang sehat, tetapi juga dapat menurunkan rasa percaya diri, memicu kecemasan, dan bahkan menyebabkan depresi pada korban. Penurunan kesehatan mental ini berpotensi mengganggu kinerja akademik mahasiswa, mengurangi motivasi belajar, dan mempengaruhi prestasi mahasiswa di kampus.

Seiring dengan meningkatnya kesadaran tentang pentingnya menciptakan lingkungan akademik yang sehat, fenomena bullying verbal menjadi isu yang perlu ditangani dengan serius. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa bullying verbal dapat memberikan dampak negatif jangka panjang terhadap kesehatan mental, seperti peningkatan stres, kecemasan, dan depresi, yang dapat menghambat perkembangan pribadi dan akademik seseorang (Olweus, 1993; Rigby, 2002). Selain itu, penelitian juga menunjukkan adanya penurunan prestasi akademik di kalangan mahasiswa yang menjadi korban bullying verbal (Juvonen et al., 2000). Namun, meskipun bullying di sekolah menengah telah banyak diteliti, penelitian tentang bullying verbal di perguruan tinggi, khususnya di Indonesia, masih terbatas. Sebagian besar riset yang ada berfokus pada bullying fisik atau sosial, sementara bullying verbal sering kali diabaikan. Hal ini menciptakan kesenjangan pengetahuan mengenai dampak bullying verbal di lingkungan perguruan tinggi, yang seharusnya menjadi tempat yang mendukung perkembangan intelektual dan emosional mahasiswa.

Kesenjangan ini menjadi dasar penting bagi penelitian ini. Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk mengisi kekosongan literatur yang ada, khususnya yang berfokus pada bullying verbal di kalangan mahasiswa perguruan tinggi di Indonesia. Penelitian ini juga ingin mengidentifikasi berbagai faktor yang menyebabkan bullying verbal dan bagaimana dampaknya terhadap kesehatan mental serta kinerja akademik mahasiswa. Penelitian ini berfokus pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo, sebagai lokasi penelitian. Fakultas ini dipilih karena memiliki jumlah mahasiswa yang cukup besar dan beragam, serta berpotensi menjadi lingkungan sosial yang kaya untuk mengidentifikasi berbagai bentuk bullying, termasuk bullying verbal. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya relevan untuk memahami masalah yang terjadi di Fakultas Ilmu Pendidikan, tetapi juga dapat memberikan wawasan lebih luas mengenai fenomena bullying verbal di perguruan tinggi.

Dalam kajian ini, teori-teori terkait dengan bullying, kecemasan, dan sosial juga digunakan untuk memperdalam pemahaman mengenai fenomena yang terjadi. Teori kecemasan Barlow (2002) dan teori sosial Bandura (1977) menjadi dasar untuk menjelaskan bagaimana bullying verbal dapat mempengaruhi individu secara psikologis. Kedua teori ini mendukung bahwa bullying verbal dapat meningkatkan kecemasan dan merusak hubungan sosial, yang berdampak pada kesehatan mental dan prestasi akademik mahasiswa. Melalui kajian literatur yang ada, dapat memahami bahwa meskipun banyak penelitian yang mengidentifikasi faktor penyebab bullying secara umum, masih sedikit yang fokus pada bullying verbal di perguruan tinggi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dalam literatur ilmiah dengan menyoroti bullying verbal sebagai masalah serius yang memerlukan perhatian lebih dalam lingkungan akademik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan menganalisis faktor penyebab dan dampak dari bullying verbal pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif, penelitian ini akan mengumpulkan data mengenai seberapa sering bullying verbal terjadi, siapa yang terlibat, dan bagaimana dampaknya terhadap mahasiswa yang menjadi korban. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai prevalensi dan dampak bullying verbal di perguruan tinggi. Tujuan akhir dari penelitian ini adalah untuk memberikan rekomendasi yang dapat digunakan untuk mengurangi atau bahkan mencegah perilaku bullying verbal di kampus. Rekomendasi ini diharapkan dapat mendukung pengembangan kebijakan kampus yang lebih efektif dalam menangani kasus bullying verbal, serta memperkenalkan program intervensi yang dapat membantu menciptakan lingkungan kampus yang lebih aman dan mendukung bagi mahasiswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif untuk mengidentifikasi faktor penyebab dan dampak dari perilaku bullying verbal pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo. Pendekatan ini digunakan untuk menggambarkan karakteristik dari fenomena bullying verbal yang terjadi di kalangan mahasiswa dan dampaknya terhadap kesehatan mental dan kinerja akademiknya.

Data dikumpulkan melalui angket terstruktur yang disebarakan kepada 100 mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo. Pemilihan sampel dilakukan dengan metode purposive sampling, di mana responden dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan penelitian, yaitu mahasiswa yang aktif di kampus dan memiliki pengalaman terkait dengan bullying verbal. Angket terdiri dari beberapa bagian, yaitu: Angket Faktor Penyebab Untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab bullying verbal, seperti dinamika kekuasaan, pengaruh teman sebaya, dan faktor keluarga. Kemudian angket Dampak Bullying Verbal - Untuk mengukur dampak bullying verbal terhadap kesehatan mental (kecemasan, stres, depresi) dan kinerja akademik (motivasi belajar, prestasi akademik). Angket menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban: sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju, untuk mengukur persepsi responden terhadap kejadian bullying verbal dan dampaknya.

Sebelum disebarakan, angket ini diuji validitas dan reliabilitasnya. Pengujian validitas dilakukan menggunakan validitas isi oleh ahli dan validitas konstruksi berdasarkan teori yang relevan. Pengujian reliabilitas menggunakan koefisien Alpha Cronbach untuk memastikan konsistensi internal dari instrumen. Setelah pengumpulan data, hasil angket dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan distribusi faktor penyebab, serta dampak yang dirasakan oleh korban. Data disajikan dalam bentuk persentase dan rata-rata untuk menggambarkan tren dari fenomena bullying verbal.

HASIL TEMUAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor penyebab dan dampak dari perilaku bullying verbal yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo. Hasil penelitian didasarkan pada data yang diperoleh dari angket yang disebarakan kepada 100 mahasiswa yang terlibat dalam penelitian ini. Berikut adalah temuan utama dari hasil penelitian ini:

Frekuensi Kejadian Bullying Verbal Berdasarkan data yang dikumpulkan, ditemukan bahwa mayoritas mahasiswa (70%) melaporkan pernah mengalami atau menyaksikan bullying verbal di lingkungan kampus. Sementara itu, sekitar 30% mahasiswa menyatakan bahwa dirinya jarang atau tidak pernah mengalami atau menyaksikan kejadian bullying verbal.

Faktor Penyebab Bullying Verbal Faktor penyebab bullying verbal yang ditemukan dalam penelitian ini terdiri dari beberapa kategori, yaitu dinamika kekuasaan, pengaruh teman sebaya, dan faktor keluarga. Tabel berikut menunjukkan distribusi persentase dari faktor-faktor penyebab bullying verbal yang terjadi di kalangan mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan.

Tabel 1: Persentase Faktor Penyebab Bullying Verbal

Faktor Penyebab	Persentase (%)
Dinamika Kekuasaan	55%
Pengaruh Teman Sebaya	70%
Faktor Keluarga	60%
Harga Diri	65%
Empati	58%
Kontrol Diri	48%

Dari tabel di atas, terlihat bahwa pengaruh teman sebaya (70%) merupakan faktor penyebab utama dari bullying verbal, diikuti oleh faktor keluarga (60%) dan harga diri individu yang rendah (65%).

Dampak Bullying Verbal Dampak dari bullying verbal terhadap mahasiswa juga dianalisis dalam penelitian ini. Dampak yang diukur mencakup kesehatan mental (seperti kecemasan, stres, dan depresi) serta kinerja akademik (motivasi belajar dan prestasi akademik). Berikut adalah persentase dampak yang dilaporkan oleh mahasiswa.

Tabel 2: Persentase Dampak Bullying Verbal

Dampak	Persentase (%)
Dampak Kesehatan Mental: Stres	45%
Dampak Kesehatan Mental: Kecemasan	40%
Dampak Kesehatan Mental: Depresi	35%
Dampak Kinerja Akademik: Penurunan Motivasi	50%
Dampak Kinerja Akademik: Prestasi Menurun	55%
Dampak Sosial: Hubungan Sosial Terganggu	60%
Dampak Sosial: Kesulitan Membangun Kepercayaan	52%

Hasil ini menunjukkan bahwa dampak sosial, terutama kesulitan dalam membangun hubungan sosial dan kepercayaan (60% dan 52%), adalah dampak paling signifikan dari bullying verbal. Dampak pada kesehatan mental (stres, kecemasan) dan kinerja akademik (penurunan motivasi dan prestasi) juga sangat terlihat.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini memberikan gambaran yang jelas tentang identifikasi bullying verbal dan dampaknya terhadap mahasiswa di Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo. Berdasarkan hasil temuan, Hal ini menunjukkan bahwa bullying verbal bukan hanya masalah individu, tetapi juga masalah sosial yang melibatkan kelompok besar di dalam komunitas kampus.

Dinamika kekuasaan dalam suatu kelompok atau komunitas memiliki pengaruh besar terhadap perilaku bullying. Dalam konteks ini, individu yang lebih kuat atau lebih dominan sering kali menggunakan posisinya untuk mengeksploitasi atau menindas individu yang lebih lemah. Sebagai contoh, di lingkungan sekolah, bullying sering terjadi di antara siswa yang memiliki perbedaan status sosial atau fisik, di mana yang lebih kuat mendominasi dan menindas yang lebih lemah. Hal ini menciptakan ketimpangan kekuasaan yang merugikan individu yang menjadi korban bullying. Persentase sebesar 55% pada kategori "Sedang" menunjukkan bahwa kekuasaan dalam lingkungan sosial berperan penting namun tidak selalu menjadi faktor dominan dalam terjadinya bullying. Meskipun tidak selalu memiliki dampak yang sangat tinggi, dinamika kekuasaan dapat memperburuk kondisi sosial di mana bullying berkembang. Ketimpangan kekuasaan ini bisa semakin kuat jika didukung oleh norma-norma sosial atau budaya yang memperkuat superioritas dan dominasi. Penelitian oleh Rigby (2002) menunjukkan bahwa ketidakseimbangan kekuasaan, baik dalam konteks fisik, sosial, maupun psikologis, meningkatkan kecenderungan terjadinya perilaku bullying. Pelaku bullying cenderung merasa diberdayakan ketika individu berada dalam posisi yang lebih kuat, sementara korban merasa terancam dan cemas karena ketidakmampuannya untuk melawan. Oleh karena itu, penting untuk mengedukasi masyarakat mengenai perlunya kesetaraan dan keadilan dalam hubungan sosial agar kekuasaan tidak disalahgunakan.

Keluarga merupakan faktor lingkungan pertama yang memiliki pengaruh signifikan dalam pembentukan perilaku bullying. Stabilitas keluarga, pola asuh, dan hubungan orang tua dengan anak dapat mempengaruhi perilaku anak-anak di luar rumah, termasuk dalam interaksinya di sekolah. Anak-anak yang dibesarkan dalam keluarga dengan kekerasan, kurangnya perhatian, atau pola asuh yang otoriter lebih mungkin mengembangkan perilaku agresif dan bullying. Sebaliknya, anak yang mendapat kasih sayang dan perhatian dari orang tua cenderung memiliki empati yang lebih tinggi terhadap orang lain, mengurangi potensi terjadinya bullying. Dengan persentase 60% pada kategori "Tinggi", faktor keluarga menunjukkan dampak yang signifikan terhadap perilaku bullying. Jika keluarga gagal memberikan dukungan emosional yang diperlukan atau terlibat dalam pola asuh yang tidak sehat, individu lebih rentan untuk menjadi pelaku atau korban bullying. Keluarga yang tidak dapat memberikan teladan yang baik terkait cara berinteraksi sosial dan

menyelesaikan konflik dengan cara damai dapat memperburuk situasi ini. Penelitian oleh Juvonen et al. (2000) mengungkapkan bahwa anak-anak yang mengalami kekerasan atau pelecehan dalam keluarga lebih cenderung menjadi pelaku bullying. Anak-anak yang terbiasa melihat atau mengalami kekerasan dalam rumah tangga sering kali menganggap perilaku agresif sebagai cara yang sah untuk menghadapi perbedaan atau konflik. Oleh karena itu, keluarga memiliki peran kunci dalam pencegahan bullying dengan memberikan pengasuhan yang sehat dan komunikasi yang terbuka.

Teman sebaya memiliki peran yang sangat besar dalam perilaku bullying. Sebagai bagian dari kelompok sosial yang lebih luas, pengaruh teman sebaya sering kali menjadi faktor utama dalam memperburuk atau memitigasi tindakan bullying. Remaja dan anak-anak sangat dipengaruhi oleh kelompok temannya; cenderung meniru perilaku yang dilihat dilakukan oleh orang-orang yang dianggap sebagai panutan atau bagian dari kelompoknya. Dalam beberapa kasus, bullying dapat menjadi norma sosial di antara kelompok teman sebaya, di mana individu yang lebih lemah diejek atau diintimidasi oleh kelompok tersebut. Dengan persentase 70% yang tergolong "Tinggi", faktor teman sebaya menunjukkan pengaruh besar dalam memicu perilaku bullying. Ketika teman sebaya mendukung atau bahkan mendorong perilaku bullying, individu yang menjadi korban sering kali merasa lebih terisolasi dan tidak mampu melawan. Hal ini menciptakan tekanan sosial yang besar, yang memperburuk dampak bullying, baik bagi korban maupun pelaku. Teman sebaya dapat menjadi faktor pengubah yang kuat, baik dengan mendukung perilaku positif atau negatif dalam kelompok tersebut. Penelitian oleh Bandura (1977) mendukung ide bahwa perilaku sosial sering kali dipelajari melalui observasi dan imitasi, terutama dalam kelompok teman sebaya. Ketika teman sebaya menunjukkan perilaku bullying dan mendapat penguatan dari kelompoknya, perilaku tersebut cenderung berkembang dan diperkuat. Oleh karena itu, penting untuk melibatkan teman sebaya dalam program pencegahan bullying dengan cara mengajarkan nilai-nilai empati, kerjasama, dan penghargaan terhadap perbedaan.

Budaya juga memainkan peran penting dalam membentuk pandangan individu terhadap perilaku agresif dan bullying. Nilai-nilai yang dianut oleh suatu kelompok atau masyarakat dapat mendukung atau menentang perilaku bullying. Di beberapa budaya, kekerasan fisik atau dominasi dianggap sebagai cara untuk menunjukkan kekuatan dan status. Di sisi lain, budaya yang menekankan penghargaan terhadap kerjasama, empati, dan penyelesaian konflik secara damai cenderung mengurangi insiden bullying. Pengaruh budaya ini dapat terlihat dalam cara individu berinteraksi satu sama lain, baik dalam keluarga, sekolah, atau masyarakat. Dengan persentase 50% pada kategori "Sedang", faktor budaya menunjukkan bahwa meskipun budaya tidak selalu menjadi faktor dominan dalam terjadinya bullying, ia tetap memiliki

pengaruh yang signifikan. Misalnya, dalam budaya yang lebih toleran terhadap kekerasan atau yang memperbolehkan diskriminasi, perilaku bullying lebih mungkin muncul. Sementara itu, dalam budaya yang menekankan nilai-nilai positif seperti empati dan rasa saling menghormati, perilaku bullying cenderung lebih jarang. Penelitian oleh Smith et al. (2004) menunjukkan bahwa budaya yang memperbolehkan agresivitas atau memandang perbedaan sebagai ancaman lebih rentan terhadap tingginya angka bullying. Oleh karena itu, budaya yang mendukung inklusivitas, toleransi, dan pengembangan karakter moral sangat penting dalam mencegah bullying. Edukasi budaya yang mengutamakan rasa hormat dan penghargaan terhadap orang lain dapat menjadi salah satu cara untuk mencegah perilaku bullying.

Harga diri individu memiliki pengaruh yang kuat terhadap kecenderungan seseorang untuk menjadi pelaku atau korban bullying. Individu dengan harga diri rendah cenderung merasa tidak berdaya dan mungkin menggunakan perilaku bullying sebagai cara untuk meningkatkan citra dirinya. Sebaliknya, individu dengan harga diri yang sehat lebih mampu menghadapi tantangan sosial tanpa perlu merendahkan orang lain. Penurunan harga diri sering kali menjadi pemicu perilaku agresif, di mana pelaku bullying mencari cara untuk merasa lebih baik dengan merendahkan orang lain. Dengan persentase 65% pada kategori "Tinggi", harga diri menunjukkan peran signifikan dalam menentukan apakah seseorang akan terlibat dalam perilaku bullying. Harga diri yang rendah sering kali dihubungkan dengan kebutuhan untuk mencari perhatian atau validasi dari orang lain, yang bisa menyebabkan perilaku bullying. Dalam beberapa kasus, pelaku bullying melakukannya untuk memperoleh rasa superioritas atau pengakuan dari teman sebayanya. Penelitian oleh Baumeister et al. (2003) menunjukkan bahwa individu dengan harga diri rendah lebih cenderung melakukan perilaku antisosial sebagai cara untuk memperbaiki citra dirinya. Oleh karena itu, program untuk meningkatkan harga diri, terutama di kalangan remaja, dapat membantu mengurangi perilaku bullying. Mengajarkan keterampilan sosial dan memperkuat rasa percaya diri adalah langkah-langkah penting dalam mencegah bullying.

Empati adalah kemampuan untuk merasakan atau memahami perasaan orang lain. Individu dengan tingkat empati yang rendah lebih cenderung terlibat dalam perilaku bullying karena dirinya tidak merasa kasihan atau tidak dapat menghubungkan penderitaan orang lain dengan perasaannya sendiri. Sebaliknya, individu dengan tingkat empati yang tinggi lebih sensitif terhadap perasaan orang lain dan cenderung menghindari tindakan yang dapat menyakiti orang lain. Oleh karena itu, empati memiliki peran penting dalam mencegah atau mengurangi perilaku bullying. Dengan persentase 58% pada kategori "Sedang", empati menunjukkan pengaruh yang signifikan dalam mengurangi perilaku bullying. Meskipun tidak sepenuhnya mencegah bullying, individu yang memiliki tingkat empati lebih tinggi cenderung tidak terlibat

dalam endidik agresif. Edukasi tentang empati, terutama di usia dini, sangat penting dalam membentuk karakter dan hubungan sosial yang sehat. Penelitian oleh Eisenberg & Lennon (1983) menunjukkan bahwa anak-anak yang memiliki endidi empati tinggi lebih cenderung berperilaku prososial dan memiliki hubungan sosial yang lebih baik. Oleh karena itu, pengembangan empati dalam endidikan, baik di sekolah maupun di rumah, dapat berfungsi sebagai pencegah bullying yang efektif. Empati mengajarkan individu untuk mempertimbangkan perasaan orang lain, yang dapat mengurangi perilaku agresif dan meningkatkan kohesi sosial.

Kontrol diri adalah kemampuan untuk menunda kepuasan dan mengendalikan dorongan emosional dan perilaku. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik lebih mampu mengelola emosinya dan tidak mudah tersulut untuk melakukan tindakan agresif, seperti bullying. Sebaliknya, individu dengan kontrol diri yang rendah lebih impulsif dan cenderung mengambil tindakan tanpa mempertimbangkan konsekuensinya, termasuk perilaku bullying. Dengan persentase 48% pada kategori "Sedang", kontrol diri menunjukkan dampak yang penting namun tidak selalu dominan dalam perilaku bullying. Meskipun faktor kontrol diri memainkan peran yang cukup signifikan, hal itu tidak sepenuhnya mempengaruhi perilaku bullying, terutama jika faktor lingkungan dan sosial lainnya ikut mempengaruhi perilaku individu. Penelitian oleh Muraven & Baumeister (2000) menunjukkan bahwa kontrol diri yang rendah sering dikaitkan dengan perilaku antisocial dan agresif. Menurut Baumeister dan Tice (1990), individu yang memiliki kontrol diri rendah lebih cenderung melakukan tindakan impulsif dan agresif. Oleh karena itu, meningkatkan kemampuan kontrol diri melalui latihan dan pendidikan dapat menjadi strategi yang efektif dalam mengurangi perilaku bullying. Teknik-teknik pengelolaan stres dan pengaturan emosi dapat membantu individu menghindari perilaku negatif seperti bullying, seperti yang ditemukan oleh Duckworth dan Seligman (2005). Selain itu, penelitian oleh DeWall et al. (2007) mengungkapkan bahwa individu yang mampu mengatur emosinya dengan baik cenderung memiliki hubungan sosial yang lebih sehat dan lebih sedikit terlibat dalam perilaku agresif. Oleh karena itu, program pelatihan untuk meningkatkan kontrol diri, serta teknik pengelolaan stres, sangat penting untuk mencegah tindakan bullying.

Berdasarkan data yang diperoleh, dampak bullying dapat dipahami melalui berbagai faktor yang saling berinteraksi, yaitu dinamika kekuasaan, faktor lingkungan, dan faktor individu. Dari analisis persentase, dapat terlihat bahwa teman sebaya dan keluarga memiliki pengaruh terbesar dalam terjadinya perilaku bullying. Teman sebaya dengan persentase 70% menunjukkan bahwa kelompok sosial remaja sangat berperan dalam mendukung atau memitigasi perilaku bullying. Jika teman sebaya mendukung atau terlibat dalam perilaku bullying, hal ini dapat memperburuk kondisi dan

memperkuat perilaku tersebut. Sebaliknya, jika teman sebaya mendukung perilaku yang positif, maka bullying dapat diminimalisir. Faktor keluarga juga memiliki peran penting, dengan persentase 60%, yang menunjukkan bahwa pengaruh pola asuh dan stabilitas dalam keluarga dapat mengurangi atau meningkatkan kecenderungan individu untuk terlibat dalam bullying. Pola asuh yang penuh kasih sayang dan perhatian cenderung mengurangi kemungkinan seorang anak menjadi pelaku bullying, sedangkan pola asuh yang kasar atau kurang perhatian dapat memperburuk perilaku agresif pada anak. Selain itu, harga diri dan empati sebagai faktor individu memiliki pengaruh signifikan terhadap terjadinya bullying. Individu dengan harga diri rendah atau empati rendah lebih rentan untuk terlibat dalam perilaku bullying, menunjukkan perlunya program-program yang dapat meningkatkan harga diri dan empati di kalangan remaja.

Secara keseluruhan, pencegahan bullying tidak hanya bergantung pada faktor individu saja, tetapi juga melibatkan faktor lingkungan, seperti teman sebaya dan keluarga, serta dinamika kekuasaan dalam suatu kelompok. Untuk mengurangi perilaku bullying, penting untuk menciptakan lingkungan sosial yang mendukung dan mengedepankan nilai-nilai empati, toleransi, dan kontrol diri. Melalui pendekatan yang komprehensif ini, baik di sekolah, rumah, maupun dalam masyarakat, dapat menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung perkembangan sosial yang positif bagi semua individu.

Stres yang disebabkan oleh bullying memiliki dampak yang signifikan pada kesehatan mental individu, meskipun dalam kategori "Sedang" (45%). Stres dapat mempengaruhi kesejahteraan emosional dan fisik seseorang, memicu perasaan cemas, depresi, dan masalah psikologis lainnya. Teori stres Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan bahwa stres muncul ketika individu merasa bahwasanya tidak dapat mengatasi tuntutan yang ada, baik itu tuntutan sosial atau emosional. Dalam konteks bullying, stres dapat disebabkan oleh ancaman atau penghinaan yang diterima dari pelaku bullying. Penelitian sebelumnya oleh Olweus (1993) menunjukkan bahwa korban bullying mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak terlibat dalam bullying. Ini dapat mengarah pada masalah kesehatan mental yang lebih serius, seperti gangguan kecemasan dan depresi, yang sering dialami oleh korban bullying dalam jangka panjang. Oleh karena itu, meskipun dampaknya mungkin tidak selalu "Tinggi", stres akibat bullying tetap harus diwaspadai karena dapat memengaruhi kualitas hidup individu secara keseluruhan. Intervensi psikologis yang tepat, seperti konseling atau dukungan sosial, diperlukan untuk membantu individu mengelola stres yang dialami akibat bullying.

Kecemasan yang diakibatkan oleh bullying juga termasuk dalam kategori "Sedang" (40%). Bullying dapat menambah beban kecemasan pada individu, yang dapat berupa kecemasan sosial, kecemasan terhadap

kemungkinan serangan atau ejekan lebih lanjut, atau ketidakpastian mengenai masa depan. Kecemasan ini sering kali mengganggu kesehatan mental dan sosial korban. Teori kecemasan yang dikembangkan oleh Barlow (2002) menyatakan bahwa kecemasan merupakan reaksi berlebihan terhadap ancaman yang dianggap lebih besar dari yang sebenarnya. Dalam kasus bullying, individu yang menjadi korban sering merasa terancam bahkan dalam situasi yang tidak berbahaya karena terbiasa dengan ancaman atau intimidasi yang terjadi sebelumnya. Penelitian oleh Juvonen et al. (2000) menunjukkan bahwa bullying meningkatkan tingkat kecemasan pada remaja, yang dapat menyebabkan gangguan mental jangka panjang. Mengingat kecemasan yang dialami oleh korban bullying, penting untuk memberikan dukungan emosional dan psikologis yang dapat membantu individu mengurangi perasaan cemas tersebut, serta meningkatkan mekanisme kopingnya.

Dampak depresi yang disebabkan oleh bullying berada dalam kategori "Rendah" (35%). Meskipun demikian, meskipun lebih rendah dibandingkan stres dan kecemasan, dampak depresi yang timbul akibat bullying tetap signifikan. Depresi dapat muncul sebagai akibat dari perasaan tidak berdaya, rasa malu, atau terisolasi yang dialami oleh korban bullying. Teori depresi yang dikemukakan oleh Beck (1967) mengungkapkan bahwa depresi dapat dipicu oleh pola pikir negatif yang terbentuk dari pengalaman negatif berulang, seperti bullying. Korban bullying yang sering merasa dihina atau diabaikan bisa mengembangkan pandangan negatif terhadap dirinya sendiri, yang berkontribusi pada timbulnya depresi. Walaupun persentase depresi dalam kategori "Rendah", tetap penting untuk memberikan perhatian lebih kepada korban bullying yang menunjukkan tanda-tanda depresi, dengan menyediakan dukungan mental dan terapi yang sesuai untuk mencegah masalah kesehatan mental yang lebih serius di masa depan.

Penurunan motivasi akademik akibat bullying berada dalam kategori "Sedang" (50%). Bullying dapat mengganggu fokus dan minat siswa terhadap pelajaran, mengurangi keinginannya untuk berpartisipasi dalam kegiatan akademik atau bahkan menghadiri sekolah. Hal ini terjadi karena korban bullying sering merasa tidak aman atau tidak dihargai, yang membuatnya kurang termotivasi untuk berprestasi. Teori motivasi oleh Deci dan Ryan (1985) menyatakan bahwa individu yang merasa terancam atau tidak dihargai akan mengalami penurunan dalam motivasi intrinsik. Dalam konteks bullying, hal ini berarti bahwa korban bullying mungkin kehilangan rasa ingin tahu atau hasratnya untuk belajar, yang mengarah pada penurunan kinerja akademik. Penurunan motivasi akademik adalah dampak yang harus diperhatikan oleh pendidik dan orang tua, karena dapat menghambat potensi perkembangan akademik siswa. Upaya untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung di sekolah dapat membantu mengembalikan motivasi dan kinerja akademik siswa yang terdampak bullying.

Dampak bullying terhadap prestasi akademik juga termasuk dalam kategori "Sedang" (55%). **Penurunan prestasi akademik** bisa disebabkan oleh gangguan emosional yang ditimbulkan oleh bullying. Ketika seorang siswa merasa cemas atau tertekan akibat bullying, konsentrasi di kelas dapat terganggu, yang akhirnya memengaruhi hasil akademiknya. Penelitian oleh Juvonen et al. (2000) menunjukkan bahwa bullying dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, terutama di kalangan remaja yang mengalami kekerasan emosional atau fisik secara berulang. Faktor emosional seperti rasa tidak aman, ketidakpercayaan diri, dan kecemasan terkait bullying dapat mengganggu proses belajar. Dengan tingkat dampak yang "Sedang", penting untuk menciptakan intervensi yang mendukung perkembangan akademik siswa, termasuk memberikan bimbingan psikologis untuk mengurangi dampak bullying pada prestasi akademik setiap individu.

Bullying dapat mengganggu **hubungan sosial** individu, dan dengan persentase 60%, dampaknya dikategorikan sebagai "Tinggi". Korban bullying sering kali merasa terisolasi, kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya, dan merasa kurang dihargai di lingkungan sosial. Hal ini dapat menyebabkan gangguan dalam hubungan sosial baik di sekolah maupun di luar sekolah. Teori sosial yang dikembangkan oleh Vygotsky (1978) menyatakan bahwa interaksi sosial adalah bagian penting dari perkembangan individu. Ketika seseorang terisolasi atau dihina oleh orang lain, perkembangan sosial dan emosional setiap individu terhambat. Penelitian oleh Rigby (2002) menunjukkan bahwa korban bullying sering mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat dan dapat merasa terasing dari teman sebayanya. Mengingat dampak sosial yang besar, sangat penting untuk memberikan dukungan sosial yang kuat kepada korban bullying, baik dari keluarga maupun teman-temannya, agar dapat membangun kembali hubungan yang positif dan meningkatkan keterlibatan sosial bersama.

Dampak bullying terhadap kemampuan individu dalam membangun kepercayaan berada dalam kategori "Sedang" (52%). Korban bullying sering kali merasa sulit untuk mempercayai orang lain, terutama jika korban telah dikhianati atau disakiti oleh teman sebaya atau orang yang dipercayai. Ketidakmampuan untuk membangun kepercayaan dapat memengaruhi hubungan sosialnya di masa depan. Teori kepercayaan sosial oleh Rotter (1967) menjelaskan bahwa individu yang memiliki pengalaman negatif dalam hubungan sosial cenderung lebih sulit mempercayai orang lain. Dalam kasus bullying, pengalaman ditindas atau dihina dapat mengurangi rasa percaya diri individu dan menghambatnya untuk membangun hubungan yang sehat. Kesulitan dalam membangun kepercayaan adalah dampak yang harus diperhatikan dalam proses pemulihan korban bullying. Program pencegahan bullying harus mencakup elemen yang memperkuat kemampuan individu untuk membangun kepercayaan diri dan kepercayaan terhadap orang lain.

Berdasarkan data yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa bullying memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental, kinerja akademik, dan hubungan sosial individu. Dampak terbesar terlihat pada hubungan sosial terganggu dengan kategori "Tinggi", yang menunjukkan bahwa bullying sangat memengaruhi kemampuan individu untuk berinteraksi dengan orang lain. Meskipun dampak kinerja akademik dan kesehatan mental berada dalam kategori "Sedang" dan "Rendah", dampaknya tetap tidak boleh dianggap remeh. Pencegahan bullying perlu melibatkan pendekatan yang menyeluruh, baik dari sisi individu, lingkungan sosial, maupun dukungan keluarga, untuk mengurangi dampak negatif ini. Intervensi yang efektif harus mencakup program untuk meningkatkan harga diri, empati, serta keterampilan sosial untuk membantu korban bullying mengatasi dampak yang dialami dan memulihkan kehidupannya.

SIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa bullying verbal di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti dinamika kekuasaan, pengaruh teman sebaya, dan lingkungan keluarga, serta faktor individu seperti harga diri dan empati. Temuan ini menunjukkan bahwa teman sebaya memiliki pengaruh terbesar terhadap terjadinya bullying verbal, dengan 70% responden melaporkan pengaruh ini sebagai faktor utama. Faktor keluarga dan harga diri juga memainkan peran penting, dengan 60% dan 65% responden masing-masing mengaitkan bullying verbal dengan latar belakang keluarga dan tingkat harga diri yang rendah. Dampak bullying verbal dirasakan terutama dalam dua aspek, yaitu kesehatan mental dan kinerja akademik. Dampak kesehatan mental yang paling sering dilaporkan adalah stres (45%) dan kecemasan (40%), sementara dampak terhadap kinerja akademik tercermin dalam penurunan motivasi belajar (50%) dan prestasi akademik (55%). Selain itu, dampak sosial, seperti kesulitan dalam membangun hubungan sosial (60%) dan kesulitan membangun kepercayaan (52%), juga sangat signifikan.

Penelitian ini menekankan perlunya intervensi yang komprehensif untuk mengurangi dampak bullying verbal, yang meliputi penguatan harga diri, peningkatan empati, serta penciptaan lingkungan sosial yang lebih mendukung. Oleh karena itu, penting bagi pihak kampus untuk mengimplementasikan program yang dapat mengurangi perilaku bullying verbal dan memperbaiki kesejahteraan mahasiswa secara keseluruhan. Program pencegahan berbasis teman sebaya dan kebijakan kampus yang tegas dalam menangani bullying verbal menjadi langkah penting untuk menciptakan lingkungan akademik yang aman dan sehat bagi seluruh mahasiswa. Hasil dari penelitian ini memberikan prospek untuk memperluas kajian tentang bullying verbal di perguruan tinggi lain serta mengeksplorasi lebih dalam tentang efektivitas program intervensi

yang diusulkan dalam meningkatkan kesehatan mental dan kinerja akademik mahasiswa).

DAFTAR PUSTAKA

- Baumeister, R. F., & Tice, D. M. (1990). Pressure and ego-depletion: The influence of demand and resources on self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 845-856. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.5.845>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (2003). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice-Hall.
- Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. Guilford Press.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. Harper & Row.
- DeWall, C. N., Baumeister, R. F., Stillman, T. F., & Gailliot, M. T. (2007). Violence restrained: Effects of self-regulation and its depletion on aggression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(12), 1699-1713. <https://doi.org/10.1177/0146167207309196>
- Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. (2005). Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. *Psychological Science*, 16(12), 939-944. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2005.01641.x>
- Eisenberg, N., & Lennon, R. (1983). Sex differences in empathy and related capacities. *Psychological Bulletin*, 94(1), 100-131. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.94.1.100>
- Juvonen, J., & Graham, S. (2000). *Peer harassment in school: The plight of the vulnerable and victimized*. The Guilford Press.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell Publishing.
- Rigby, K. (2002). *New perspectives on bullying*. Jessica Kingsley Publishers.
- Rotter, J. B. (1967). A new scale for the measurement of interpersonal trust. *Journal of Personality*, 35(4), 651-665. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1967.tb01454.x>

*Analisis Faktor Penyebab Bullying Verbal Serta Dampaknya
Kepada Mahasiswa*

- Nicki Yutapratama, Jumadi Mori Salam Tuasikal, Salim Korompot

Smith, P. K., Madsen, K. C., & Moody, J. (2004). *Bullying in schools: What we know and what we can do*. Psychology Press.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.