



## Pengalaman Siswa SMK Korban *Bullying* dalam Menghadapi Perilaku *Bullying*

Firdanta Rizki Pratama<sup>1</sup>, Risaniatin Ningsih<sup>2</sup>, Yuanita Dwi Krisphianti<sup>3</sup>

Universitas Nusantara PGRI Kediri

[firdanta22@gmail.com](mailto:firdanta22@gmail.com)<sup>1</sup>, [risadyne@gmail.com](mailto:risadyne@gmail.com)<sup>2</sup>, [ju.wahyu@gmail.com](mailto:ju.wahyu@gmail.com)<sup>3</sup>

### ABSTRACT

This research was motivated by the results of researchers regarding the phenomenon of bullying in vocational school environments. The aim of this research is to find out what the bad and good experiences are, to find out the impact received by the victim, to find out the victim's actions, and to find out the current condition of the victim of bullying. This research uses a qualitative approach with phenomenological techniques. The subject was 1 class X student with a purposive sampling technique. Data collection through interview guidelines and observation guidelines. The conclusion of this research is (1) Bad experiences make victims sad and hurt. (2) Good experience: the victim is able to learn from his experience. (3) The negative impact is fear, anxiety, decreased self-confidence and mental disorders, the positive impact is becoming stronger, braver, eager to show one's potential, and more confident. (4) His actions express being firm, not afraid or sad, making many friends, showing achievements, building self-confidence, practicing self-defense and asking for help when in need. (5) The condition of victims of bullying is now improving.

**Keywords:** experiences, bullying, vocational high school students

### ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi hasil pengamatan peneliti tentang adanya fenomena bullying di lingkungan sekolah kejuruan. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui apa saja pengalaman buruk dan baiknya, untuk mengetahui dampak yang diterima korban, untuk mengetahui tindakan korban, dan untuk mengetahui kondisi korban bullying saat ini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik fenomenologi. Subjek penelitian adalah 1 siswa kelas X dengan pemilihan menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data melalui pedoman wawancara dan pedoman observasi. Kesimpulan hasil penelitian ini adalah (1) Pengalaman buruk membuat korban sedih dan sakit hati. (2) Pengalaman baiknya korban mampu belajar dari pengalamannya. (3) Dampak negatifnya takut, cemas, turunnya rasa percaya diri serta gangguan mental, dampak positifnya jadi lebih kuat, berani, termotivasi untuk menunjukkan potensinya, dan lebih percaya diri lagi. (4) Tindakannya bersikap tegas, tidak takut dan sedih, menjalin banyak pertemanan, menunjukkan prestasi, membangun rasa percaya diri, berlatih beladiri dan meminta pertolongan disaat terdesak. (5) Kondisi korban bullying saat ini sudah dalam keadaan membaik.

**Kata Kunci:** pengalaman, *bullying*, siswa SMK

### PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan salah satu lembaga pendidikan formal yang menyelenggarakan program pendidikan kejuruan dengan memberikan bekal pengetahuan dan keterampilan kejuruan pada anak didiknya (Wibowo, 2020). Menurut Margunani dan Nila (2012) keunggulan daripada pendidikan kejuruan adalah kemampuannya memberikan peluang bagi peserta didik untuk mendapatkan proses



pembelajaran dengan terjun secara langsung ke dunia atau industri, sehingga siswa memperoleh pengalaman yang nyata dan relevan dengan bidang kejuruan yang dipelajarinya, sekaligus memberi bekal keterampilan yang dibutuhkan. Tujuan menjadi siswa SMK adalah untuk mempersiapkan diri ke dunia industri atau dunia kerja dan memasuki era pasar bebas yang sudah semakin modern dan juga dengan kreativitas yang semakin berkembang sehingga setiap siswa harus tepat dalam memilih jurusan yang sesuai dengan bakat dan minatnya sendiri serta yang sesuai dengan perkembangan teknologi saat ini yang berkaitan dengan peluang untuk dapat bersaing di dunia kerja. Dalam lingkungan sekolah kejuruan tidak hanya menjadi tempat belajar untuk perkembangan potensi peserta didik namun juga dapat memicu munculnya perilaku *bullying*.

*Bullying* adalah pengalaman yang biasa dialami peserta didik di sekolah yang dapat menyakiti fisik dan non fisik kepada korbannya, karena adanya perlakuan yang tidak baik dari pelaku *bullying*. Colarosa (2007) membagi jenis *bullying* kedalam tiga bentuk, yaitu 1. *Verbal bullying* yang dimana pelaku *bullying* menggunakan kata-kata untuk menyakiti, merendahkan, mengintimidasi seseorang seperti contohnya adalah mengolok-olok, mengejek, mengancam, menuduh dan mempermalukan orang lain ditempat umum, 2. *physical bullying* yang merupakan bentuk tindakan fisik yang dilakukan seseorang untuk menindas orang lain yang meliputi tindakan seperti memukul, menendang, mencakar, dan kekerasan fisik lainnya, 3. *relational bullying* yang merupakan penindasan dalam bentuk pelemahan harga diri seperti memberi julukan nama, mengkritik kejam, menghina dan pernyataan-pernyataan yang membuat orang lain tertekan. Dari ketiga bentuk perilaku *bullying* yang waktu ke waktu terus menghantui remaja khususnya peserta didik di SMK PGRI 2 Kediri adalah *verbal bullying*, salah satunya berupa ejekan dengan sebutan burik pada korbannya setelah diperkuat dari kegiatan observasi dan wawancara langsung pada tanggal 10 April 2023 kepada guru BK di sekolah tersebut. Perilaku *bullying* terjadi bukan tanpa sebab namun ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya *bullying*.

Perilaku *bullying* dipengaruhi oleh faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi terjadinya *bullying* diantaranya adalah keluarga, sekolah dan teman sebaya sedangkan untuk faktor internal sendiri yaitu perasaan cemas, pendiam, dan tidak menyukai situasi sosial. Faktor internal dapat membedakan pelaku *bullying* dengan individu lainnya yang berada dalam faktor eksternal yang sama. Kurangnya pengawasan institusi atau guru terhadap perilaku remaja di lingkungan sekolah menyebabkan banyak sekali terjadi tindakan yang dilakukan remaja melampaui norma-norma atau peraturan-peraturan yang ada di dalam disekolah tersebut, termasuk tindakan *bullying* pada sesama temannya.

Tindakan *bullying* bagi korban dapat berpengaruh terhadap perkembangan psikologis, fisik dan lingkungannya, sehingga menyebabkan masalah-masalah yang akan muncul, dari menarik diri dari lingkungan, nilai



pelajaran yang menurun, sampai ke tindakan yang mengancam nyawa karena akibat dari *bullying* itu sendiri. Pengalaman-pengalaman dimasa sekolah seperti itu akan selalu di ingat oleh anak atau remaja yang menjadi korban *bullying* sehingga akan berdampak baik jangka pendek bahkan berjangka panjang. Berdasarkan latar belakang yang diatas, maka sangat perlu dan penting untuk mengetahui lebih dalam mengenai bagaimana pengalaman peserta didik korban *bullying* dalam menghadapi *bullying* di SMK PGRI 2 Kediri.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif dengan maksud untuk mengetahui pengalaman peserta didik dalam menghadapi perilaku *bullying*. Menurut Hendryadi, *et. al*, (2019) penelitian kualitatif merupakan proses penyelidikan naturalistik yang mencari pemahaman mendalam tentang fenomena sosial secara alami. Ada pun jenis penelitian yang digunakan adalah pendekatan fenomenologi. Menurut Creswell (dalam Susila, 2015) pendekatan fenomenologi digunakan untuk mengembangkan pemahaman atau menjelaskan arti dari suatu peristiwa yang dialami seseorang atau kelompok. Pendekatan fenomenologi merupakan salah satu desain dari penelitian kualitatif yang bertujuan mendalami fenomena berdasarkan pengalaman seseorang akan suatu permasalahan.

Penelitian ini berlokasi di SMK PGRI 2 Kediri yang beralamatkan di Jl. KH. Abd Karim No. 5, Bandar Lor, Kec. Mojoroto, Kota Kediri, Jawa Timur. Setelah peneliti menentukan lokasi penelitian, langkah selanjutnya adalah menentukan jadwal penelitian. Kegiatan penelitian ini dilaksanakan pada awal bulan Mei tahun 2023, mulai persiapan sampai dengan penulisan hasil penelitian yang di mulai. Sampel penelitian ini adalah 1 siswa kelas X MPLB 2 yang memiliki pengalaman menjadi korban *bullying* di SMK PGRI 2 Kediri.

Untuk memperoleh data yang akurat dalam penelitian ini penulis menggunakan beberapa tehnik yaitu observasi dan wawancara. Observasi merupakan alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati secara sistematis gejala-gejala yang diselidiki. Menurut Sugiyono (2018) observasi merupakan teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain. Observasi dalam penelitian ini yaitu dengan melakukan pengamatan langsung di lapangan untuk mengetahui dan mengamati kondisi yang sebenarnya mengenai aktivitas para peserta didik berlangsung yang ada di SMK PGRI 2 Kediri.

Selain teknik observasi penelitian ini juga menggunakan teknik wawancara. Wawancara merupakan komunikasi dua arah untuk memperoleh informasi dari responden yang terkait. Tujuan diadakan wawancara yaitu untuk mengetahui pengalaman peserta didik korban *bullying* dalam menghadapi *bullying*. Dalam kegiatan wawancara peneliti membawa lembar pedoman wawancara, buku catatan, pulpen untuk menulis data hasil wawancara, selain itu ada alat perekam yang fungsinya untuk merekam percakapan selama



wawancara berlangsung yang sebelumnya peneliti meminta izin terlebih dahulu kepada responden, serta kamera yang fungsinya untuk memperkuat keabsahan data penelitian. Teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan atau verifikasi.

## HASIL

Dari hasil wawancara langsung yang dilakukan peneliti kepada subjek, telah didapatkan adanya fenomena perilaku *bullying* di SMK PGRI 2 Kediri. Fenomena perilaku *bullying* yang dimaksud merupakan sebuah pengalaman yang dialami langsung secara nyata oleh subjek ketika menjadi korban *bullying*. Korban menjelaskan mengenai bagaimana peristiwa *bullying* yang pernah dialaminya pada saat awal memasuki sekolah menengah kejuruan. Perilaku *bullying* berlangsung cukup lama dari bulan Juli tahun 2023 yang merupakan awal tahun ajaran baru semester 1 sampai bulan Januari tahun 2024 ketika akan memasuki semester 2. Bentuk perilaku *bullying* yang diterima korban adalah *bullying* verbal yang dimana si pelaku mengejek korban dengan sebutan (Burik). Dalam bahasa gaul kekinian, burik adalah kata yang sebenarnya tidak sopan untuk ada di publik, karena arti dari kata burik adalah sesuatu yang buruk pada penampilan seseorang, entah itu rambutnya kusut, kulitnya yang kotor dan banyak bekas luka, dan sejenisnya. Sehingga kata burik tidak baik untuk diucapkan maupun diketikkan khalayak ramai atau umum. Pelaku juga sempat menuduh korban dengan tuduhan bahwa si korban telah merebut pacar si pelaku, faktanya korban sama sekali tidak mengenal siapa pacar dari si pelaku itu sendiri.

Dari hasil wawancara juga mendapatkan data mengenai bagaimana perjuangan korban *bullying* dalam menghadapi *bullying*. Korban tidak mau diam begitu saja sehingga korban mengambil keputusan atau langkah untuk bersikap tegas kepada pelaku dengan maksud menunjukkan perlawanan sehingga korban mampu keluar dan mengakhiri perundungan yang dialaminya. Pengalaman yang dialami korban dari *bullying* menjadikan korban saat ini menjadi lebih kuat dan berani serta lebih peduli terhadap siswa yang lain, berperilaku baik pada diri sendiri dan orang lain, serta menjauhi perbuatan-perbuatan buruk yang mengarah kepada perundungan (*bullying*). Korban menjadikan *bullying* itu sebagai cambuk untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi sehingga korban lebih kuat dan berani, lebih termotivasi untuk menunjukkan potensi supaya tidak direndahkan lagi dan belajar lebih percaya diri lagi serta korban mampu menjalin pertemanan dengan banyak orang, sehingga korban dapat menjalani kehidupan yang nyaman dan lebih baik lagi.

Kehidupan korban *bullying* saat ini sudah dalam keadaan baik yang diperkuat dari data hasil wawancara yang dimana korban saat ini dipercayai oleh teman satu kelasnya untuk menjadi ketua kelas karena ketegasan yang dimilikinya, dan belum lama korban menunjukkan prestasinya menjadi juara 1 maskot kecantikan mewakili kelasnya dalam rangka *dies natalis* grida yang ke



47 dengan tema *culture for humanity* bersama grida gen z berbudaya. Korban mengatakan perasaannya sangat senang karena bisa menang dan membuat bangga teman 1 kelas dan wali kelasnya. Tidak sia-sia perjuangan korban dalam menghadapi *bullying* yang dialaminya. Korban mampu mengubah pengalamannya yang buruk menjadi pengalaman yang baik untuk saat ini dan kedepannya.

Selain mendapatkan data dari teknik wawancara, peneliti juga mendapatkan data pendukung dari teknik observasi yang dilakukan peneliti di SMK PGRI 2 Kediri. Data dukung yang didapat dari hasil kegiatan observasi merupakan data yang didapat di lapangan secara *factual* dan objektif, artinya memberikan sesuatu yang benar terjadi, bukan opini atau gagasan penulis. Kegiatan observasi dilaksanakan pada tanggal 21 dan 22 Mei dilanjutkan pada tanggal 27 dan 28 Mei tahun 2024. Peneliti melakukan observasi dengan mengamati aktivitas subjek atau korban *bullying*, guru, dan siswa lainnya serta mengamati kondisi umum pada sekolahan.

Selama proses observasi, tidak ada permasalahan secara signifikan mengenai kondisi umum sekolahan, guru dan korban *bullying* selama di sekolah. Dari hasil pengamatan langsung menunjukkan bagaimana lingkungan sekolah dan tempat belajar korban dalam keadaan baik dan terawat, sarana dan prasarana juga terawat dengan baik. Dengan terciptanya lingkungan sekolah yang aman dan menyenangkan dapat mencegah munculnya perilaku *bullying*.

Semua guru dan staf sekolah di SMK PGRI 2 Kediri aktif dan menunjukkan kepedulian serta kebaikan pada siswanya. Guru dan staf sekolah berperan dalam menciptakan budaya sekolah yang aman dan mendukung. Budaya sekolah yang positif dapat mencegah munculnya perundungan sejak awal. Peran guru dan staf sekolah dalam mendeteksi dan menangani penindasan sangat diperlukan. Mereka dapat menyadarkan para peserta didik akan pentingnya rasa hormat dan kesetaraan. Pendidikan tentang intimidasi harus dimulai sejak dini dalam kurikulum sekolah. Peran guru dan staf sekolah tidak hanya mendidik siswa tetapi juga menciptakan masyarakat yang lebih baik untuk masa depan.

Selanjutnya dari pengamatan langsung pada korban *bullying*, diketahui korban sudah dalam keadaan baik-baik saja. Korban tampak sudah *move on* dari pengalamannya yang pernah menjadi korban *bullying*. *Move on* sendiri adalah proses di mana seseorang dapat berdamai dengan masa lalu dan melanjutkan hidup dengan cara yang lebih positif. Korban berhubungan baik dengan peserta didik lainnya (terutama teman sekelasnya), tidak ditemukan masalah terkait bagaimana komunikasi yang dilakukan korban kepada temannya. Korban tidak menunjukkan keraguan atau malu bertanya pada temannya, bahkan korban dan temannya saling tertawa disaat mereka berkumpul.

Observasi juga dilakukan di dalam kelas pada saat jam pelajaran berlangsung. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa korban cenderung lebih



anteng dan tidak banyak tingkah, maksudnya korban tertip dan disiplin di dalam kelas. Dengan bersikap disiplin dapat membantu seseorang memahami, menaati, dan menerapkan norma-norma sosial dalam kehidupan sehingga dapat hidup bermasyarakat dengan lebih serta besar kemungkinan dapat membuat korban terhindar dari perilaku *bullying*. Korban saat ini merupakan ketua kelas di kelasnya sehingga selama jam pelajaran berlangsung korban menunjukkan sikap yang baik supaya menjadi contoh bagi teman-temannya di kelas. Perlu diketahui ketua kelas itu sendiri merupakan siswa yang dipilih oleh teman-temannya atau ditunjuk oleh guru untuk menjadi perwakilan mereka dalam hal-hal terkait kelas. Korban dipilih karena ketegasannya dan mampu bertanggung jawab dalam menjaga ketertiban kelas, supaya tidak ada lagi kasus *bullying* seperti yang pernah dialaminya dulu. Setiap siswa memiliki peran penting dalam menjaga harmoni dan perdamaian dalam kehidupan sekolah khususnya dalam mencegah perilaku *bullying*.

Kembali lagi dari pengamatan yang dilakukan di luar kelas, ditemukan masih ada beberapa peserta didik lain yang masih kurang dari segi kerapian, sopan santun, dan beberapa masih ada yang tidak mematuhi tata tertib sekolah terutama pada siswa laki-lakinya. Mengabaikan sikap disiplin dan tidak menaati tata tertib sekolah dapat merugikan orang lain dan juga diri sendiri. Keberadaan tata tertib pada dasarnya adalah untuk mengatur dan mengawasi perilaku siswa agar tetap disiplin dan berperilaku positif serta mencegah siswa untuk berperilaku negatif seperti melakukan tindakan perilaku *bullying* pada peserta didik yang lebih lemah. Dengan mematuhi tata tertib di sekolah akan menciptakan suasana nyaman, aman dan tertib sehingga aktivitas sekolah berjalan dengan lancar.

## PEMBAHASAN

### 1. Pengalaman buruk yang dialami korban *bullying* di SMK PGRI 2 Kediri.

Selama menjadi korban *bullying* di sekolah, pengalaman buruk yang dialami korban adalah korban mengalami sedih yang dikarenakan adanya perasaan pada korban yang tidak sanggup menghadapi permasalahan yang dialaminya, yaitu pada saat di *bully*. Kesedihan yang berkepanjangan berakibat buruk bagi kesehatan korban seperti mata sembab dan juga rasa pusing saat menangis. Akibatnya lainnya adalah korban jadi tidak bisa bersosialisasi dengan baik dan lebih suka menyendiri serta muncul rasa putus asa pada dirinya. Selain sedih, korban juga mengalami sakit hati yang dikarenakan adanya pengalaman emosional yang telah menyakiti hidup korban secara psikis melalui perilaku *bullying* yang dilakukan pelaku pada korban. Kekerasan psikis merupakan jenis tindak kekerasan yang menyakiti psikologis pada korbannya. Sakit hati yang dialami korban menyebabkan kurangnya nafsu makan yang mengakibatkan turunnya



kesehatan pada diri korban pada saat kejadian. Perasaan sedih dan sakit hati pada korban dipicu karena mengalami *bullying* verbal secara langsung dari pelaku yang dimana korban di ejek dengan sebutan burik yang pastinya sesuatu yang tidak baik untuk di ucapkan pada seseorang. Sebagaimana yang di jelaskan Chakrawati (2015) arti dari *bullying verbal* adalah menyakiti dengan ucapan, termasuk mengejek dengan sebutan burik kepada korbannya.

Burik adalah kata yang sebenarnya tidak sopan untuk ada di publik, karena arti dari kata burik adalah sesuatu yang buruk pada penampilan seseorang, entah itu rambutnya kusut, kulitnya yang kotor dan banyak bekas luka, dan sejenisnya. Sehingga kata burik tidak baik untuk diucapkan maupun diketikkan khalayak ramai atau umum. Tidak sampai disitu saja, korban juga mendapat tuduhan dari pelaku jika korban telah merebut pacar si pelaku. Faktanya, sebenarnya korban tidak merebut pacar si pelaku bahkan korban tidak mengenali sama sekali siapa pacar dari si pelaku itu sendiri.

Korban tidak hanya sekali mendapatkan perlakuan tidak baik dari pelaku tetapi perilaku *bullying* terjadi cukup lama dari bulan Juli tahun 2023 yang merupakan awal tahun ajaran baru semester 1 sampai bulan Januari tahun 2024 ketika akan memasuki semester 2. Setelah itu korban sudah tidak mendapat perilaku *bullying* lagi sampai saat ini. Fenomena perilaku *bullying* yang dialami korban merupakan fenomena yang sering terjadi khususnya di lingkungan di sekolah, salah satu fenomena yang menyita perhatian dalam dunia pendidikan yang tidak dapat dibiarkan begitu saja.

## 2. Pengalaman baik yang di dapat korban *bullying*.

Tidak ada pengalaman baik yang didapat subjek selama menjadi korban *bullying*, namun dari hasil wawancara diperoleh bahwa korban menjadikan *bullying* itu sebagai cambuk untuk lebih baik lagi. Menurut Kotler (2005) pengalaman adalah pembelajaran yang mempengaruhi perubahan perilaku seseorang. Dari fenomena yang dialami korban tersebut dapat diketahui korban belajar dari pengalamannya dan merubah pengalaman buruk yang di alaminya menjadi pengalaman baik dengan cara menjadikan *bullying* itu sebagai alat untuk motivasi diri dan mengembangkan potensi serta bakat yang dimilikinya. Potensi dan bakat yang berhasil dikembangkan korban adalah berhasilnya meraih prestasi menjadi juara 1 maskot kecantikan mewakili kelasnya dalam rangka *dies natalis* grida yang ke 47 dengan tema *culture for humanity* bersama grida gen z berbudaya. Selain itu korban menjadi lebih percaya diri lagi dan mampu bersosialisasi dengan baik sehingga saat ini korban dipercayai oleh teman satu kelasnya untuk menjadi ketua kelas karena ketegasan yang dimilikinya

## 3. Dampak yang diterima korban *bullying*.

Salah satu yang menjadi perhatian soal *bullying* adalah dampak negatif yang diterima korban, baik yang langsung maupun dalam jangka panjang.



Hasil wawancara menunjukkan bahwa dampak negatifaif dari fenoemana bulliying yang diterima korban selama dibully adalah korban merasa sakit hati dan mengalami ketakutan serta kecemasan. Meskipun pelaku tidak melakukan *bullying* secara fisik tetapi dampak dari perilaku *bullying* verbal itu sendiri dapat menurunkan kepercayaan diri korban sehingga korban dapat kesulitan bersosialisasi dan bisa menyebabkan korban mengalami gangguan kesehatan mental. Dampak buruk yang diterima korban merupakan dampak yang biasa dialami oleh korban *bullying* lainnya. Handayani (2021) menjelaskan dampak buruk dari perilaku *bullying* adalah korban selalu dihantui oleh rasa takut, cemas, sehingga mengganggu aktivitas lainnya seperti suasana hati, waktu tidur, nafsu makan, dan lebih parahnya muncul pikiran untuk melukai sendiri bahkan mengakhiri hidupnya.

Selain dampak negatif, korban juga mengambil sisi positifnya. Dari pengalamannya menjadi korban *bullying* dampak positif yang diterima korban adalah saat ini korban lebih kuat dan berani, lebih termotivasi untuk menunjukkan potensi supaya tidak direndahkan lagi dan belajar lebih percaya diri lagi. Rayhan (2021) menjelaskan dampak positif membuat korban merasakan pengaruh dan juga perubahan yang bersifat positif dan membangun diri korban menjadi lebih baik dari sebelumnya. Dengan memiliki pribadi yang lebih kuat dan berani, korban saat ini mampu dan siap menghadapi *bullying* dalam bentuk apapun dan akan membela serta membantu orang disekitarnya yang mengalami perundungan. Selain itu dengan termotivasinya menunjukkan dan mengembangkan potensinya serta menjadi lebih percaya diri, korban saat ini sudah berhasil menjadi kepercayaan teman sekelasnya dan mampu meraih prestasi di sekolah. Contohnya adalah menjadi ketua kelas dan berhasil meraih prestasi juara 1 maskot kecantikan. Meskipun korban menunjukkan dampak positif dari pengalamannya menjadi korban *bullying*, perlu ditekankan bahwa peneliti tidak mendukung segala bentuk *bullying* yang merupakan ancaman atas kesehatan fisik, mental, dan juga psikologis seseorang yang berpotensi menimbulkan dampak yang berkepanjangan serta menimbulkan bahaya bagi diri sendiri serta orang lain di sekitarnya.

#### **4. Tindakan yang dilakukan korban dalam mengakhiri pengalamannya di bully.**

Korban *bullying* biasanya tidak berani bersuara bahkan memilih pasrah dengan perundungan yang dialami, namun dari fenomena *bullying* dalam penelitian ini diketahui korban *bullying* tidak ingin diam dan pasrah begitu saja selama perundungan berlangsung, melainkan melakukan beberapa tindakan. Amy (2017) menyampaikan bahwa ketika menghadapi pelaku *bullying* kita harus berupaya untuk tampil percaya diri untuk menunjukkan bahwa anda kuat tanpa harus membalas dengan kekuatan. Sebagaimana tindakan yang dilakukan korban *bullying* dengan tujuan agar dapat keluar dan mengakhiri prundungan yang diterima korban selama pengalamannya



menjadi korban *bullying* di SMK PGRI 2 Kediri. Tindakan-tindakan yang dilakukan korban diantaranya sebagai berikut.

- a. Korban mampu asertif.  
Perilaku asertif dapat menghindarkan seseorang atau individu dari perilaku *bullying*. Dengan berperilaku asertif dapat membuat korban dapat mengakhiri perilaku *bullying* dan terbebas dari bentuk kekerasan lain. Pelaku *bullying* akan segan dengan korban karena sikap asertif yang di milikinya.
- b. Korban tidak menunjukkan sikap takut dan sedih ketika berhadapan dengan pelaku *bullying*.  
Dengan konsisten tidak menunjukkan sikap takut dan sedih, maka pelaku *bullying* lama kelamaan akan mundur karena takut.
- c. Korban menjalin pertemanan dengan banyak orang.  
Teman dapat menjadi tempat curhat dan juga pilar utama dalam menjaga kesehatan mental pada seseorang khususnya pada korban *bullying*. Manfaat banyak teman bisa berdampak positif pada kesehatan psikologis maupun fisik dan dapat terhindar dari perilaku *bullying*.
- d. Korban tidak ragu menunjukkan prestasinya pada pelaku *bullying*.  
Menunjukkan prestasi sangat berpengaruh dalam mencegah terjadinya perilaku *bullying*. Sebagian besar korban *bullying* pasti memiliki keunggulan yang tidak dimiliki oleh pelaku. Dengan menunjukkan prestasi lama kelamaan pelaku *bullying* akan mundur dengan sendirinya karena merasa korbannya jauh lebih baik.
- e. Korban membangun rasa percaya dirinya.  
Membangun rasa percaya diri adalah cara efektif untuk menghindari dan mengakhiri tindakan *bullying*. Pelaku *bullying* cenderung tidak suka menghadapi seseorang yang memiliki rasa percaya diri tinggi. Dengan rasa percaya diri, korban dapat mengembangkan keyakinan dalam diri sendiri dan kemampuan untuk menghadapi berbagai tantangan.
- f. Korban berlatih ilmu beladiri.  
Olahraga beladiri mengajarkan teknik-teknik fisik yang dapat digunakan untuk melindungi diri dari serangan fisik, dengan ini dapat memberikan korban *bullying* keuntungan fisik dalam situasi yang memerlukan pertahanan diri. Selain keterampilan fisik, ilmu bela diri juga mengajarkan pengendalian diri. Ini penting dalam menghadapi situasi *bullying* karena bisa membantu korban untuk tetap tenang dan mengambil keputusan yang bijak dalam situasi yang mungkin memanas.
- g. Korban meminta pertolongan orang terdekat jika berada diposisi yang mendesak.  
Dalam situasi yang mendesak, penting untuk segera mencari bantuan dari orang terdekat yang bisa dipercaya. Penting untuk berkomunikasi dengan orang-orang terdekat tentang apa yang telah di alami dan jangan merasa ragu untuk meminta bantuan.



## 5. Kondisi korban *bullying* saat ini.

Setelah berhasil menghadapi perilaku *bullying*, kondisi korban saat ini dalam keadaan baik-baik saja, terbukti setelah diperkuat dari hasil data dukung yaitu melalui teknik observasi. Dalam pengamatan langsung yang dilakukan peneliti terhadap korban *bullying*, di sekolah korban tidak menunjukkan ketakutan dan kecemasan baik di waktu jam pelajaran maupun di waktu jam istirahat. Korban tampak beraktivitas normal seperti siswa lainnya dan bersenda gurau dengan teman-temannya. Selama proses wawancara langsung dengan korban *bullying*, peneliti mendapatkan data bahwa saat ini korban sudah *move on* dari pengalamannya yang pernah menjadi korban *bullying*.

*Move on* adalah proses dimana seseorang dapat berdamai dengan masa lalu dan melanjutkan hidup dengan cara lebih positif. Korban saat ini lebih fokus untuk menjalin pertemanan dengan banyak orang dan membangun rasa percaya diri agar dapat menjalani hidup lebih baik lagi. Diwaktu senggang korban juga belajar beladiri secara otodidak melalui media sosial untuk berjaga-jaga agar dapat membela diri dari perilaku *bullying* yang mungkin dapat terulang lagi. Korban juga menambahkan, dari pengalamannya menjadi korban *bullying* korban tidak akan pernah menjadi pelaku *bullying* karena korban sudah pernah merasakan bagaimana rasanya di *bully*. Jika terjadi pertengkaran yang tidak penting, korban menyatakan lebih baik menghindar karena bagi korban lebih baik mengalah daripada menambah masalah.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan serta deskripsi data hasil penelitian didapatkan adanya fenomena perilaku *bullying* di SMK PGRI 2 Kediri. Fenomena perilaku *bullying* yang dimaksud merupakan sebuah pengalaman yang dialami langsung secara nyata oleh korban *bullying*. Pengalaman buruk yang dialami korban *bullying* adalah korban mengalami *bullying verbal* berupa ejekan sebutan burik serta dituduh pelaku merebut pacarnya yang membuat korban menjadi sedih dan sakit hati. Dari pengalaman buruknya korban belajar dengan merubahnya menjadi pengalaman baik dengan cara menjadikan *bullying* itu sebagai alat untuk motivasi diri dan mengembangkan potensi serta bakat yang dimilikinya.

Selanjutnya terdapat dampak negatif dan dampak positif yang diterima korban *bullying*. Dampak negatifnya adalah korban mengalami ketakutan, kecemasan, turunya rasa percaya diri serta gangguan mental. Untuk dampak positifnya adalah korban saat ini lebih kuat dan berani, termotivasi untuk menunjukkan potensinya, dan belajar untuk lebih percaya diri lagi. Untuk tindakan yang dilakukan korban dalam mengakhiri pengalamannya di *bully* diantaranya adalah korban bersikap tegas, tidak menunjukkan sikap takut dan



sedih, menjalin pertemanan, menunjukkan potensinya, membangun rasa percaya diri, berlatih beladiri dan meminta pertolongan disaat terdesak. Kondisi korban *bullying* saat ini dalam keadaan membaik dan sudah *move on* dari pengalamannya di *bully*.

Saran dari penelitian ini adalah diharapkan bagi semua pihak untuk selalu sadar dan mengingat mengenai betapa bahayanya perilaku *bullying* di sekolah. Karena jika dibiarkan akan memberikan pengalaman buruk bagi korbannya sehingga dapat merusak mental dan tentunya menghambat aktualisasi diri siswa yang berefek pada masa depannya. Dalam upaya mengatasi *bullying* ini perlu adanya kerjasama secara berkesinambungan dari pihak sekolah, guru bk, siswa, dan orang tua siswa.

## DAFTAR RUJUKAN

- Darwin, M.F. Mubin, E. Hidayati. 2014. Pengalaman Siswa Yang Mendapatkan *Bullying* di SMAN 15 Semarang. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 2 (1): 1-6.
- Diajeng, H., Indari, Mustriwi. 2021. Gambaran Regulasi Emosi Remaja SMK Korban *Bullying* di SMK Multimedia Tumpang. *Nursing Information Journal*, 1 (1): 25-30.
- Herdyanti, F., Margaretha. 2016. Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecenderungan Menjadi Korban *Bullying* Pada Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Undip*, 15 (2): 92-98.
- Ibnudin. 2019. Konsep Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja. *Journal For Islamic Studies*, 2 (2): 125-140.
- Mintasrihardi, A. Kharis, Nur'aini. 2019. Dampak *Bullying* Terhadap Perilaku Remaja (Studi pada SMK N 5 Mataram). *Jurnal Ilmu Administrasi Publik*, 7 (1): 44-55.
- Nubli, M.H.M., M. Erna, Y. Anggreny. 2018. Hubungan Konsep Diri Pada Remaja Terhadap Kemampuan Menghadapi Perilaku *Bullying* Di SMK N 2 Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 9 (1): 51-59.
- Rusyda, A.Y., R. Imelisa, I.N. Bolla. 2022. Pengalaman Siswi di SMK Kesehatan Mengalami *Body Shaming*. *JOURNAL OF Community Health Issues*, 2 (1): 1-7.
- Sagala, N.E., M. Agustina. 2023. Gambaran Umum Pengalaman Bullying Pada Remaja SMA. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5 (2): 721-734. *Ilmiah Psikologi*, 1 (1): 53-62.
- Wardani, D.K., Maryati, Tamrin. 2019. Eksplorasi Pengalaman Remaja Yang Menjadi Korban *Bullying* di Sekolah. *Jurnal Ners*, 6 (1): 15-22.