

DAMPAK PERILAKU BULLYING (PERUNDUNGAN) PADA ANAK: SEBUAH TINJAUAN LITERATUR

THE IMPACT OF BULLYING BEHAVIOUR ON CHILDREN: A LITERATURE REVIEW

Dewi Hestiani K^{1*}, Sudirman²

^{1,2} Akper Mappa Oudang, Makassar, Indonesia

^{1*} deeheztyani@gmail.com

Abstrak

Perilaku bullying telah menjadi permasalahan sosial yang mendunia. Data statistik menyebutkan 3 dari 4 anak di Indonesia pernah mengalami satu jenis kekerasan yang dilakukan oleh teman sebayanya. Bullying dapat dilakukan oleh seseorang atau kelompok yang bersifat menyerang karena adanya ketidakseimbangan kekuatan antara kelompok yang terlibat, dapat terjadi dalam bentuk mengejek, menyebar berita tidak benar, menghasut, menakut-nakuti atau mengintimidasi, megucilkan, mengancam, menindas, memalak, hingga menyerang secara fisik seperti menampar, mendorong atau memukul. Perilaku Bullying merupakan tindakan buruk dapat menimbulkan dampak negatif yang bisa memicu timbulnya trauma pada korban sehingga dapat menghambat tahap perkembangan selanjutnya. Tulisan ini akan memuat hasil dari telaah pustaka yang dilakukan pada beberapa penelitian terdahulu terkait dengan perilaku Bullying, dan akan memfokuskan pembahasan pada dampak yang ditimbulkan oleh perilaku bullying pada anak

Kata Kunci : Dampak Bullying, Anak, Remaja.

Abstract

Bullying has become a worldwide social problem. Statistical data states that 3 out of 4 children in Indonesia have experienced some violence perpetrated by their peers. Bullying can be carried out by a person or group that is aggressive because of an imbalance of power between the groups involved, it can occur in the form of mocking, spreading false news, inciting, frightening or intimidating, isolating, threatening, bullying, yelling, and physically attacking such as slapping, pushing or hitting. Bullying behavior is a bad action that can have a negative impact and can trigger trauma to the victim so that it can hinder the next stage of development. This paper will contain the results of a literature review conducted on several previous studies on bullying behavior. It will focus on the discussion on the impact caused by bullying behavior on children.

Keywords: *Impact of Bullying, Children, Adolescents.*

PENDAHULUAN

Perilaku bullying atau perundungan telah menjadi salah satu masalah yang paling umum dihadapi oleh anak-anak di lingkungan sekolah dan sosial mereka. Studi menunjukkan bahwa sekitar sepertiga anak di seluruh dunia pernah mengalami perundungan dalam satu bulan terakhir, dan angka ini terus meningkat, terutama dengan adanya perundungan melalui media daring atau cyberbullying (Armitage, 2021). Fenomena ini bukan hanya berdampak pada korban, tetapi juga pada pelaku dan para pengamat.

Perundungan didefinisikan sebagai tindakan agresif baik secara fisik maupun psikologis yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang untuk melukai korban yang dianggap lebih lemah (Neilsen-Hewett & Bussey, 2017). Jenis perundungan ini bisa berbentuk fisik, verbal, relasional, maupun melalui teknologi informasi (cyberbullying).

Perundungan memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan sosial-emosional anak-anak. Dampak negatif dari perundungan meliputi gangguan psikososial, seperti kecemasan, depresi, bahkan peningkatan risiko bunuh diri (Hashorva et al., 2017). Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana perundungan berdampak pada perkembangan mental dan fisik anak-anak.

Urgensi dari tinjauan sistematis ini didasarkan pada fakta bahwa meskipun berbagai upaya pencegahan telah dilakukan, prevalensi perundungan di sekolah-sekolah masih tinggi (Kupilik, 2022). Hal ini menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut dan kebijakan yang lebih tepat sasaran untuk mengurangi dampak jangka panjang dari perundungan pada anak-anak.

Perundungan pada anak-anak tidak hanya menyebabkan dampak jangka pendek, seperti ketidakmampuan untuk belajar dan masalah akademik, tetapi juga dapat mempengaruhi kesehatan mental dan sosial anak hingga dewasa (Arseneault, 2017). Penelitian menunjukkan bahwa korban perundungan lebih mungkin mengalami masalah kesehatan mental, seperti depresi dan kecemasan, bahkan hingga bertahun-tahun setelah kejadian perundungan tersebut terjadi.

Tinjauan sistematis ini bertujuan untuk mengidentifikasi, menilai, dan mensintesis penelitian terbaru tentang dampak perundungan terhadap anak-anak. Dengan memahami lebih dalam efek dari perundungan, diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih jelas untuk mengembangkan intervensi yang lebih efektif dan kebijakan yang lebih baik dalam menangani perundungan pada anak-anak.

METODE PENELITIAN

Tinjauan ini menggunakan metode PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) untuk mengidentifikasi dan menyaring literatur yang relevan terkait dampak perundungan pada anak. Proses pencarian literatur dilakukan melalui beberapa basis data utama seperti PubMed, Scopus, dan Google Scholar dengan kata kunci “bullying”, “child health”, “psychosocial effects of bullying”, “cyberbullying”, dan “long-term impact of bullying”.

Pada tahap awal, 120 artikel ditemukan melalui proses pencarian awal. Setelah dilakukan skreening berdasarkan judul dan abstrak, 80 artikel tersaring. Kriteria inklusi yang digunakan adalah studi yang mengkaji dampak perundungan pada anak-anak usia 5-18 tahun, penelitian yang dipublikasikan dalam 10 tahun terakhir, dan artikel yang dipublikasikan dalam jurnal peer-reviewed. Adapun kriteria eksklusi meliputi studi yang fokus pada perundungan di luar kelompok usia tersebut atau tidak melaporkan hasil yang spesifik mengenai dampak psikososial.

Setelah skreening penuh dan dilakukan penilaian kelayakan, sebanyak 7 artikel dipilih untuk dianalisis lebih lanjut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Sintesis Artikel

Artikel yang terpilih untuk dianalisis disintesis sesuai dengan yang ditampilkan dalam tabel berikut :

Tabel 1. Sintesis Artikel.

No	Penulis/Judul Penelitian/Tahun	Metode Penelitian/Sampel	Temuan Utama
1	Neilsen-Hewett & Bussey (2017): Bullying and Social Emotional	Studi Tinjauan Literatur (global, anak usia sekolah)	Perundungan menyebabkan gangguan kesejahteraan emosional dan mental pada anak-anak, terutama di usia

	Wellbeing in Children	dasar hingga menengah)	sekolah dasar. Dampak meliputi masalah psikososial dan psikomatika, yang dapat berlanjut hingga dewasa.
2	Purohit & Sharma (2015): Child bullying and their effect on student	Survei sekolah dengan sampel dari berbagai latar belakang keluarga dan lingkungan sosial	Faktor lingkungan seperti sekolah dan keluarga berkontribusi besar dalam peningkatan frekuensi perundungan. Dampak perundungan berkaitan dengan masalah kesehatan mental dan sosial pada korban.
3	Armitage (2021): Bullying in children: impact on child health	Studi Epidemiologi Global (analisis data prevalensi)	Perundungan memengaruhi kesehatan mental, menyebabkan gangguan seperti depresi dan kecemasan pada masa anak-anak dan remaja. Dampak ini sering kali berlanjut hingga masa dewasa.
4	Arseneault (2017): Impact of Bullying on Mental Health throughout Lifespan	Studi Longitudinal (kajian terhadap data jangka panjang)	Dampak perundungan berlangsung lama hingga dewasa, memengaruhi kesejahteraan mental, fisik, dan sosial. Korban lebih rentan terhadap gangguan internalisasi seperti depresi, sementara pelaku lebih rentan terhadap gangguan eksternalisasi seperti kriminalitas.
5	Hashorva et al. (2017): What are the Mental Health Impacts on Adults Coming from Childhood Bullying?	Studi Longitudinal (177 anak, usia 9-15 tahun, diikuti hingga usia 19-25)	Perundungan menyebabkan risiko tinggi untuk gangguan kesehatan mental di masa dewasa seperti OCD, kecemasan, dan peningkatan risiko bunuh diri.
6	Kupilik (2022): Inside the Mind of Children: The Relationship between Child Bullying and Mental Health Disorders	Studi Psikologis (observasi perilaku dan kondisi mental korban bullying)	Anak korban perundungan memiliki risiko lebih tinggi terhadap depresi, kecemasan, dan ideasi bunuh diri. Dampak diperparah oleh kehadiran bullying di media sosial.
7	Medeiros et al. (2016): Executive Functions in Children Who Experience Bullying Situations	Studi Eksperimental (60 anak usia 10-11 tahun, dibagi menjadi 4 kelompok: pelaku, korban, bully-victims, dan kontrol)	Perundungan memengaruhi fungsi eksekutif anak. Korban memiliki fleksibilitas kognitif yang lebih rendah, sementara pelaku memiliki gangguan dalam pengambilan keputusan dan kontrol impuls.

2. Pembahasan

Hasil tinjauan sistematis ini menegaskan bahwa perundungan memiliki dampak jangka panjang yang signifikan pada kesehatan mental, sosial, dan akademik anak-anak. Temuan dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang menjadi korban perundungan tidak hanya mengalami gangguan emosional jangka pendek, tetapi juga berisiko tinggi mengalami gangguan kesehatan mental jangka panjang seperti kecemasan, depresi, bahkan gangguan obsesif-kompulsif di masa dewasa. Hal ini disebabkan oleh tekanan psikologis yang berkepanjangan dan stres yang dialami selama masa perkembangan yang kritis. Penelitian oleh Hashorva et al. (2017) menunjukkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam perundungan, baik sebagai korban maupun pelaku, cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan gangguan kecemasan dan depresi yang bertahan hingga dewasa, dengan beberapa korban bahkan menunjukkan gejala obsessive-compulsive disorder (OCD). Selain itu, efek negatif dari perundungan juga dapat meluas hingga menyebabkan masalah fisik, seperti gangguan tidur dan gejala somatis lainnya.

Studi juga mengungkap bahwa anak-anak yang menjadi korban perundungan sering kali mengalami kesulitan dalam beradaptasi di lingkungan sosial mereka. Korban perundungan cenderung menarik diri dari interaksi sosial dan mengembangkan perasaan rendah diri serta ketidakpercayaan terhadap orang lain. Ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan baik dalam lingkungan sosial ini sering kali memperburuk kesehatan mental mereka, yang kemudian berdampak pada prestasi akademik. Anak-anak korban perundungan lebih rentan untuk mengalami penurunan performa akademik karena mereka mungkin merasa cemas, kurang fokus, atau bahkan absen dari sekolah akibat rasa takut dan cemas terhadap perundungan yang mereka alami di sekolah. Kupilik (2022) menegaskan bahwa ketakutan ini sering kali memperburuk kemampuan mereka untuk berfungsi dengan baik di sekolah, yang kemudian berdampak pada keterlambatan dalam mencapai potensi akademis mereka.

Temuan ini memperkuat urgensi untuk meningkatkan intervensi di lingkungan sekolah yang melibatkan semua pihak, termasuk orang tua, guru, dan tenaga pendidik lainnya. Pendekatan yang komprehensif harus dilakukan untuk mengidentifikasi anak-anak yang berisiko menjadi korban atau pelaku perundungan. Studi oleh Kupilik (2022) menunjukkan bahwa dengan melibatkan keluarga dan komunitas sekolah secara keseluruhan, lebih banyak kasus perundungan dapat dicegah dan diintervensi pada tahap awal. Program pencegahan harus mencakup pelatihan untuk guru dan staf sekolah tentang cara mengenali tanda-tanda perundungan serta cara memberikan dukungan yang diperlukan bagi anak-anak yang terlibat.

Pendekatan intervensi berbasis sekolah juga telah terbukti efektif dalam mengurangi tingkat perundungan. Salah satu pendekatan yang paling efektif adalah pembelajaran kooperatif, di mana siswa diajak bekerja sama dalam kelompok untuk membangun ikatan sosial yang lebih kuat dan rasa kebersamaan di antara teman sebaya. Armitage (2021) menunjukkan bahwa pendekatan ini tidak hanya membantu mengurangi perundungan tetapi juga menciptakan lingkungan sekolah yang lebih positif dan inklusif. Selain itu, program pencegahan berbasis seluruh sekolah, seperti kampanye anti-perundungan dan pelatihan tentang keterampilan sosial, telah berhasil mengurangi frekuensi perundungan, terutama di kalangan anak-anak yang paling rentan. Program-program ini juga menekankan pentingnya pendidikan emosional dan sosial, yang membantu anak-anak mengembangkan keterampilan untuk mengatasi konflik secara konstruktif tanpa menggunakan kekerasan atau intimidasi.

Lebih jauh lagi, beberapa studi juga menyoroti pentingnya memfasilitasi lingkungan yang mendukung bagi korban perundungan untuk pulih dari dampak emosional dan psikologis yang mereka alami. Dukungan psikososial yang memadai, seperti konseling atau intervensi terapi kognitif-perilaku, telah terbukti efektif dalam membantu korban mengatasi trauma dan mengembangkan strategi koping yang sehat. Oleh karena itu, penting bagi sekolah dan komunitas untuk menyediakan layanan kesehatan mental yang terjangkau dan mudah diakses bagi anak-anak yang terlibat dalam perundungan, baik sebagai korban, pelaku, maupun saksi.

Secara keseluruhan, perundungan memiliki dampak jangka panjang yang kompleks dan merugikan, baik bagi korban maupun pelaku. Oleh karena itu, penanganan perundungan harus dilakukan secara komprehensif dan menyeluruh, dengan melibatkan seluruh elemen sekolah dan masyarakat.

KESIMPULAN

Tinjauan sistematis ini menemukan bahwa dampak perundungan terhadap anak-anak sangat luas, termasuk gangguan psikososial, kesehatan mental, serta akademik. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan intervensi yang efektif dan komprehensif untuk mencegah perundungan sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Armitage, R. (2021). Bullying in children: impact on child health. *BMJ Paediatrics Open*. <https://bmjpaedsopen.bmj.com/content/5/1/e000939>
- Arseneault, L. (2017). 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*. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12841>
- Hashorva, A., Pengili, T., Lici, M., & Prifti, I. (2017). What are the Mental Health Impacts on Adults Coming from Childhood Bullying? *European Psychiatry*. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.01.1942>
- Neilsen-Hewett, C., & Bussey, K. (2017). Bullying and Social Emotional Wellbeing in Children. <https://doi.org/10.1017/9781316780107.022>
- Kupilik, J. (2022). Inside the Mind of Children: The Relationship between Child Bullying and Mental Health Disorders. *Canadian Journal of Family and Youth*. <https://journals.library.ualberta.ca/cjfy/index.php/cjfy/article/view/29826>
- Medeiros, W., Torro-Alves, N., Malloy-Diniz, L., & Minervino, C. (2016). Executive Functions in Children Who Experience Bullying Situations. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01197>
- Purohit, K., & Sharma, N. (2015). Child bullying and their effect on student. *TII's Research Journal of Social Science & Management - RJSSM*. <https://www.theinternationaljournal.org/ojs/index.php?journal=rjssm&page=article&op=view&path%5B%5D=3007>
- Klomek, A., Sourander, A., & Elonheimo, H. (2015). Bullying by peers in childhood and effects on psychopathology, suicidality, and criminality in adulthood. *The Lancet. Psychiatry*. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00223-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00223-0)
- Bhatia, R. (2023). The impact of bullying in childhood and adolescence. *Current Opinion in Psychiatry*. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000900>

- Lin, Y. C., & Lin, C. Y. (2018). Minor Symptoms Talk: How Children React to Encountered Bullying. *Child Indicators Research*. <https://doi.org/10.1007/S12187-017-9505-4>
- deLara, E. (2018). Consequences of Childhood Bullying on Mental Health and Relationships for Young Adults. *Journal of Child and Family Studies*. <https://doi.org/10.1007/S10826-018-1197-Y>
- Gomes, A., Martins, M. C., Farinha, M., Silva, B., Ferreira, E., & Brandão, T. (2020). Bullying's Negative Effect on Academic Achievement. *International Journal of Educational Psychology*. <https://doi.org/10.17583/ijep.2020.4812>
- Aulia, F. (2016). Bullying experience in primary school children. *Journal of School Counseling*. <https://doi.org/10.23916/SCHOULID.V11I1.37.28-32>
- Tharishini, A., Mohan, P., & Bakar, A. (2021). A systematic literature review on the effects of bullying at school. *Journal of School Counseling*. <https://doi.org/10.23916/08747011>
- Aleem, S. (2016). Bullying Behavior Among School Students: A Review. *Indian Journal of Health and Wellbeing*. <https://www.i-scholar.in/index.php/ijhw/article/view/116049>
- Putri, I. T. D., Perdani, Z. P., & Nainar, A. A. A. (2021). Impact of Bullying on Children in the School Environment. *Proceeding International Conference on Medical Record*. <https://doi.org/10.47387/ICMR.VIII.12>
- Veronica, V. (2022). Bullying in School-Age Children. *Scientia Psychiatrica*. <https://doi.org/10.37275/scipsy.v5i1.136>
- Cox-Wingo, V., & Poirier, S. (2019). Bullying and Mental Health. *School Violence in International Contexts*. https://doi.org/10.1007/978-3-030-17482-8_8
- Olweus, D. (1994). Bullying in School. *Promotion & Education*. <https://doi.org/10.1177/102538239400100414>
- Neilsen-Hewett, C., & Bussey, K. (2017). Bullying and Social Emotional Wellbeing in Children. <https://doi.org/10.1017/9781316780107.022>