

The Effect of Bullying on Self-Esteem of Grade X Students

Yuhana Silvi¹, Rici Kardo², Suryadi³
Universitas PGRI Sumatera Barat^{1,2,3}
*E-mail: yuhanasilvi10@gmail.com

Abstract

This research is motivated by the presence of several students who feel isolated, afraid to try new things, feel low in self-confidence, feel unappreciated, experience long-term emotional impacts such as depression, and frequently skip or miss classes. Several students who feel isolated, afraid to try new things, feel low in self-confidence, feel unappreciated, experience long-term emotional impacts such as depression, and often skip or miss classes. This study aims to determine: 1) Bullying behavior in class X at SMA Negeri 1 Ranah Batahan. 2) Self-esteem of class X students at SMA Negeri 1 Ranah Batahan. 3) Examine the Effect of Bullying on Self-esteem in Class X students at SMA Negeri 1 Ranah Batahan. This study used a quantitative research method using simple linear regression analysis. The population was 75 students, with a total sampling technique. The instrument used in this study was a questionnaire. Data analysis in this study used percentages and simple linear regression. The results of this study indicate: 1) Bullying among 10th-grade students at SMA Negeri 1 Ranah Batahan is in the high category. 2) Self-esteem among 10th-grade students at SMA Negeri 1 Ranah Batahan is in the low category. 3) Bullying has a 9% effect on 10th-grade students' self-esteem. The results indicate that bullying has a negative effect on self-esteem in 10th-grade students at SMA Negeri 1 Ranah Batahan, with a very low coefficient of 9%. The higher the level of bullying, the lower the students' self-esteem. This study shows that students who experience high levels of bullying tend to have low self-esteem. Therefore, efforts are needed to address bullying in students to improve their self-esteem. This study is recommended to principals, guidance counselors, and students to prevent bullying and improve their self-esteem.

Keywords: The Effect, Bullying, Self-esteem



Licensees may copy, distribute, display and perform the work and make derivative works and remixes based on it only if they give the author or licensor the credits ([attribution](#)) in the manner specified by these. Licensees may copy, distribute, display, and perform the work and make derivative works and remixes based on it only for [non-commercial](#) purposes.

Pendahuluan

Masa remaja adalah masa yang sangat penting dalam kehidupan manusia, masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak dan masa dewasa yang ditandai dengan timbulnya perubahan fisik dan psikis, keinginan bebas dari kekuasaan, rasa ingin tahu, mencari dan menemukan identitas diri, pembentukan teman sebaya dan sebagainya, Sehingga mempengaruhi perkembangan *self-esteem*, *self-esteem*/harga diri terbagi menjadi dua, yaitu: 1) Harga diri positif: Evaluasi positif tentang diri sendiri, memiliki kepercayaan diri, dan merasa berharga, 2) Harga diri negatif: Evaluasi negatif tentang diri sendiri, memiliki keraguan diri, dan merasa tidak berharga (Saniya, 2019:8).

Menurut Susanto (2018:263) menyatakan bahwa *self-esteem*/harga diri dapat diartikan sebagai evaluasi yang dibuat dan kebiasaan dalam memandang dirinya, terutama sikap menerima dan menolak, serta merupakan indikasi dari besarnya kepercayaan terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan, dan keberhargaan.

Selanjutnya menurut Coopersmith (Safiera, 2019:124) *self-esteem* merupakan suatu evaluasi yang dibuat dan berkembang menjadi kebiasaan individu, yang bisa diekspresikan menjadi sikap

menerima atau menolak diri sendiri, serta mengidokasikan tingkat individu untuk menyakini dirinya sebagai seseorang yang memiliki kemampuan, keberartian, kesuksesan, dan keberhargaan. Pada masa ini juga individu akan mengenali dan mengembangkan seluruh aspek dalam dirinya, sehingga dapat menentukan apakah individu tersebut memiliki *self-esteem* yang tinggi atau memiliki *self-esteem* yang rendah. *Self-esteem* merupakan sebuah aspek yang sangat penting pada diri setiap individu karena dapat mempengaruhi perilaku, motivasi, tingkat kepuasan hidup, serta berkaitan erat dengan kesejahteraan psikologis (Saragih, 2023:2).

Menurut Susanto (2020:269) adapun aspek-aspek *self-esteem*/harga diri adalah sebagai berikut :1) Aspek rasa percaya diri (*confidence*), yaitu kualitas keyakinan serta kenyamanan individu terhadap penampilan, kemampuan, dan kekuasaan dirinya dalam terinteraksi dengan lingkungan, 2) Aspek mencintai diri (*self-love*), yaitu akumulasi dorongan untuk mengasihi, menghargai, dan menyayangi diri sendiri yang bersumber dari penghargaan sosial, perasaan adanya sumber-sumber kebanggaan yang dialami orang lain, dan moralitas.

Dapat disimpulkan pengertian *self-esteem* adalah cara bagaimana individu memberikan penilaian mengenai dirinya yang dipengaruhi oleh sikap interaksi, penghargaan, dan penerimaan orang lain terhadap individu, *self-esteem* yang sehat dapat membantu seseorang menjalani hidup dengan lebih positif dan percaya diri. Seseorang yang memiliki *self-esteem*/harga diri yang tinggi dapat memungkinkan seseorang melakukan tindakan *bullying* dan sebaliknya jika seseorang memiliki *self-esteem*/harga diri yang rendah memungkinkan seseorang menjadi korban *bullying*.

Menurut Saifullah (2015:290) permasalahan yang sering dihadapi para peserta didik berhubungan dengan penolakan teman sebaya adalah munculnya perilaku *bullying* yang merupakan bentuk khusus agresi dikalangan teman sebaya. *Bullying* telah dikenal sebagai masalah sosial yang terutama ditemukan dikalangan anak-anak sekolah. Hampir setiap anak mungkin pernah mengalami suatu bentuk perlakuan tidak menyenangkan dari anak lain yang lebih tua atau lebih kuat (Krahe, 2005:73). Kebanyakan perilaku *bullying* terjadi secara tersembunyi (*covert*) dan sering tidak dilaporkan sehingga kurang disadari oleh kebanyakan orang.

Menurut Susanto (2020:1) *bullying* merupakan sebuah kata serapan yang berasal dari bahasa Inggris. *Bullying* berasal dari kata "*bully*" yang mempunyai makna penggertak, mengganggu orang yang lemah dan merupakan aktivitas sadar, disengaja, dan bertujuan untuk melukai, menanamkan ketakutan melalui ancaman agresi lebih lanjut, dan menciptakan teror yang didasari oleh ketidakseimbangan kekuatan, niat untuk mencederai, ancaman agresi lebih, teror yang dapat terjadi jika penindasan peningkatan tanpa henti.

Perundungan atau yang biasa disebut dengan *bullying*, merupakan salah satu bentuk perilaku agresi yang sering kali terjadi di seluruh dunia. Secara definisi menurut *American Psychological Association* (APA) *bullying* mengartikan bahwa suatu bentuk perbuatan yang bersifat kasar yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung oleh individu ke individu lainnya, baik secara individu maupun berkelompok yang mengakibatkan ketidaknyamanan, bahkan sampai mengakibatkan kematian (Saragih, 2023:79). Sedangkan menurut Saifullah (2015:79) mendefinisikan *bullying* sebagai penekanan atau penindasan berulang-ulang, secara psikologis atau fisik terhadap seseorang yang memiliki kekuatan atau kekuasaan yang kurang oleh orang atau kelompok orang yang lebih kuat.

Menurut Susanto (2020:22) membagi *bullying* menjadi tiga bentuk umum yaitu : 1) *Bullying* secara verbal, merupakan bentuk *bullying* yang sering terjadi dan paling mudah dilakukan, 2) *Bullying* secara fisik, merupakan bentuk *bullying* yang mudah untuk dideteksi dan kasat mata, 3) *Bullying* rasional, merupakan pelemahan harga diri korban yang dilakukan melalui pengabaian.

Dapat disimpulkan bahwa *bullying* adalah suatu perilaku seseorang atau sekelompok orang secara berulang yang memanfaatkan ketidakseimbangan kekuatan dengan tujuan menyakiti korban secara mental atau fisik. Perilaku *bullying* ini juga dapat mengganggu kenyamanan belajar peserta didik untuk dapat meningkatkan prestasinya dan peserta didik harus lebih dapat memilih kegiatan-

kegiatan sekolah maupun luar sekolah yang positif agar motivasi dalam belajar tidak terganggu sehingga perilaku *bullying* tidak akan muncul dan peserta didik dapat lebih berprestasi.

Menurut Saniya (Safiera, 2019:124) menjelaskan bahwa adanya tindakan intimidasi dari teman sebaya dapat memunculkan *self-esteem* yang rendah pada remaja, sehingga adanya tindakan *bullying* yang dilakukan oleh remaja dapat mempengaruhi *self-esteem*. Munculnya *self-esteem* yang rendah ini dapat terjadi ketika mendapatkan kekerasan yang secara berulang kali salah satunya yang dapat menyebabkan *self-esteem* menjadi negatif ini adalah tindakan *bullying* yang dilakukan oleh remaja.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan pada tanggal 22 Juli sampai 21 Desember di SMA Negeri 1 Ranah Batahan melalui pengamatan beberapa peserta didik yang merasa dirinya dikucilkan, takut melakukan sesuatu hal yang baru, merasa kurang percaya diri, merasa tidak dihargai, mengalami dampak emosi jangka panjang seperti depresi, sering bolos atau tidak masuk kelas.

Selanjutnya peneliti juga melakukan wawancara dengan guru BK pada tanggal 10 September, untuk mendapatkan informasi mengenai pengaruh *bullying* terhadap *self-esteem* peserta didik yaitu adanya peserta didik yang kurang percaya diri untuk bersosialisasi dengan teman-temannya, kesulitan dalam menjalin hubungan sosial, perasaan tidak berharga, kesulitan dalam menjalin hubungan sosial dengan teman, peserta didik selalu merasa takut dan cemas.

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat dilihat bahwa *bullying* sangat sangat berpengaruh terhadap *self-esteem* peserta didik. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut masalah tersebut dengan judul "Pengaruh *bullying* terhadap *self-esteem* pada peserta didik kelas X di SMA Negeri 1 Ranah Batahan.

Metode

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah angket. Menurut Syarifuddin (2021:55) angket adalah daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain bersedia memberikan respon sesuai dengan permintaan pengguna.. Menurut Amalia (2022:10) kuesioner adalah instrumen yang digunakan untuk mengukur suatu peristiwa atau kejadian yang berisi kumpulan pertanyaan untuk memperoleh informasi terkait penelitian yang dilakukan. Jadi angket adalah serangkaian pertanyaan yang harus dijawab responden.

Angket tersebut disusun berdasarkan *skala likert*. Menurut Pranatawijaya (2019:129) *skala likert* adalah skala yang digunakan untuk mengukur persepsi, sikap atau pendapat seseorang atau kelompok mengenai sebuah peristiwa atau fenomena sosial. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Jawaban setiap item yang menggunakan *skala likert* mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif.

Langkah penyusunan item-item menggunakan *skala likert* antara lain:

- a. Menentukan dan memahami apa yang akan diukur.
- b. Membuat indikator untuk penyusunan item-item.
- c. Membuat tidak menanyakan yang sudah lupa dan tidak memerlukan jawaban dengan berpikir berat atau hal-hal yang sekiranya responden sudah lupa.
- d. Pertanyaan-pertanyaan dalam angket sebaiknya tidak mengiringi jawaban yang baik saja atau ke yang jelek saja.
- e. Pertanyaan dalam angket sebaiknya tidak terlalu panjang, sehingga akan membuat jenuh responden dalam mengisi.
- f. Urutan pertanyaan dalam angket dimulai dari yang umum ke hal yang spesifik, dari yang mudah ke yang sulit atau acak.
- g. Angket harus dapat digunakan untuk mendapatkan data tentang variabel yang diukur.

Penampilan fisik angket sebagai alat pengumpulan data akan mempengaruhi respon atau keseriusan responden dalam mengisi angket. Instrumen penelitian disusun dengan membuat kisi-kisi

angket dengan menjabarkan variabel ke sub-variabel dan dijabarkan lagi menjadi beberapa indikator. Pernyataan-pernyataan dalam instrumen penelitian disusun sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu mendeskripsikan pengaruh *bullying* terhadap *self-esteem* pada peserta didik kelas X di SMA Negeri 1 Ranah Batahan.

Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

Rekapitulasi hasil penelitian pengaruh bullying terhadap self-esteem peserta didik kelas X di SMA Negeri 1 Ranah Batahan diuraikan sebagai berikut:

Tabel 1
Rekapitulasi Hasil Penelitian

Variabel/ Indikator	Jumlah Persentase (%)				
	Sangat Tinggi	Tinggi	Cukup Tinggi	Rendah	Sangat Rendah
Bullying	39%	61%	0%	0%	0%
Verbal	39%	61%	0%	0%	0%
Fisik	45%	55%	0%	0%	0%
Relasional	36%	64%	0%	0%	0%
Varibael/ Indikator					
Self-esteem	0%	0%	0%	93%	7%
Percaya Diri	0%	0%	4%	81%	15%
Mencintai Diri Sendiri	0%	0%	13%	83%	4%

2. Pembahasan

Pada bagian ini akan dikemukakan pembahasan berdasarkan analisis, penafsiran, temuan penelitian mengenai Pengaruh Bullying Terhadap Self-esteem Peserta Didik Kelas X di SMA Negeri 1 Ranah Batahan.

a. *Self-esteem* Peserta Didik Kelas X di SMA Negeri 1 Ranah Batahan.

Dapat dilihat dari hasil penelitian self-esteem peserta didik berada pada kategori rendah dengan 70 responden dan persentase 93% berada pada kategori rendah.

1. Hasil Penelitian Berdasarkan Indikator

a. Percaya Diri

Dapat dilihat dari hasil penelitian peserta didik dengan self-esteem dilihat dari rasa percaya diri terdapat 61 responden dengan persentase 81% berada pada kategori rendah.

b. Mencintai Diri Sendiri

Dapat dilihat dari hasil penelitian peserta didik dengan self-esteem dilihat dari rasa mencintai diri sendiri terdapat 62 responden dengan persentase 83% berada pada kategori rendah.

b. *Bullying* Peserta Didik Kelas X di SMA Negeri 1 Ranah Batahan.

Dapat dilihat dari hasil penelitian bullying peserta didik terdapat 46 responden dengan persentase 61% berada pada kategori tinggi.

1. Hasil Penelitian Berdasarkan Indikator

a. *Bullying* Verbal

Dapat dilihat dari hasil penelitian peserta didik dengan bullying dilihat dari bullying verbal terdapat 46 responden dengan persentase 61% berada pada kategori tinggi.

b. Bullying Fisik

Dapat dilihat dari hasil penelitian *bullying* dilihat dari *bullying* fisik terdapat 41 responden dengan persentase 55% berada pada kategori tinggi.

c. Bullying Relasional

Dapat dilihat dari hasil penelitian peserta didik dengan *bullying* dilihat dari *bullying* relasional terdapat 48 responden dengan persentase 64% berada pada kategori tinggi.

Simpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *bullying* memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap *self-esteem* pada peserta didik kelas X di SMA Negeri 1 Ranah Batahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik yang mengalami *bullying* memiliki *self-esteem* yang rendah, baik dalam hal percaya diri maupun mencintai diri sendiri. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya pencegahan dan penanganan *bullying* di sekolah untuk meningkatkan *self-esteem* peserta didik.

Upaya yang dilakukan untuk mengatasi *bullying* dan meningkatkan *self-esteem* peserta didik dapat dilakukan dengan menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan nyaman, sehingga peserta didik merasa nyaman dan aman untuk belajar, mengembangkan program anti-*bullying*, seperti penyuluhan, pelatihan, dan kegiatan lainnya untuk meningkatkan kesadaran dan empati peserta didik, meningkatkan *self-esteem* peserta didik, melalui pujian, penghargaan, dan pengakuan atas prestasi dan kemampuan mereka, dan berkolaborasi dengan orang tua dan staf sekolah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan aman bagi peserta didik.

Dengan melakukan upaya-upaya tersebut, guru dapat membantu mengurangi kasus *bullying* dan meningkatkan *self-esteem* peserta didik.

Daftar Rujukan

- Brewer, G., & Kerslake, J. (2021). Cyberbullying, self-esteem, empathy and loneliness. *Computers in Human Behavior*, 48, 255–260.
- Copeland, W. E., Wolke, D., Angold, A., & Costello, E. J. (2019). Adult psychiatric outcomes of bullying and being bullied by peers in childhood and adolescence. *JAMA Psychiatry*, 76(6), 603–611.
- Estévez, E., Jiménez, T. I., & Moreno, D. (2020). Aggressive behavior in adolescence as a predictor of personal, family, and school adjustment problems. *Journal of Adolescence*, 80, 23–36.
- Hawker, D. S. J., & Boulton, M. J. (2018). Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59(4), 421–436.
- Modecki, K. L., Minchin, J., Harbaugh, A. G., Guerra, N. G., & Runions, K. C. (2019). Bullying prevalence across contexts: A meta-analysis measuring cyber and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health*, 55(5), 602–611.
- Tsaousis, I. (2019). The relationship between bullying, self-esteem, and resilience among adolescents. *Psychology in the Schools*, 56(5), 785–798.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2020). Cyberbullying and self-esteem. *Journal of School Health*, 90(9), 614–621.
- Olweus, D. (2019). School bullying: Development and some important challenges. *Annual Review of Clinical Psychology*, 15, 751–780.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2018). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research. *Psychological Bulletin*, 144(10), 1073–1137.
- Safiera, S., Wahyudi, M., Mastuti, E., Psi, S., & Si, M. (2019). Pengaruh Bullying pada Remaja terhadap Self Esteem. 1967.
- Saifullah, F. (2015). Hubungan antara Konsep Diri dengan Bullying. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(3), 289–301. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v3i3.3786>

- Saniya. (2019). The Impact Of Bullying Behavior On Self-Esteem Of Adolescents In Pekanbaru. 73.
- Susanto, Dwi Agus. (2020). Perilaku Bullying dan Pencegahannya. Padang : STKIP PGRI Sumbar Press.
- Zych, I., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2019). Protective factors against bullying and cyberbullying: A systematic review of meta-analyses. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 4–19.