

Tendencies of Withdrawal Behavior of Students Who Are Victims of Bullying

Nadia Dwi Cantika¹, Rila Rahma Mulyani², Citra Imelda Usman³

Universitas PGRI Sumatera Barat, Padang, Indonesia^{1,2,3}

*E-mail: cantikanadiadwi@gmail.com

Abstract

This research is motivated by the phenomenon of students at SMPN 1 Lubuk Sikaping who are victims of bullying and show a tendency towards withdrawn behavior. The purpose of this research is to describe the tendency towards withdrawn behavior of students who are victims of bullying in terms of individual characteristics, including (1). Often seen alone or daydreaming, (2). Seemingly unenthusiastic in daily social activities, (3). Doing whatever is ordered or requested by others even though they don't like it or don't want to, (4). Not talking much, especially in expressing their opinions in public, (5). Feeling uncomfortable and unsafe in social environments, and (6). Preferring to do things alone, even though they should be done together. This study employed a qualitative approach with descriptive data. The key informants were students (CDA and IJA), as well as four additional informants: guidance and counseling teachers (MGM and NM), and peers (RAJ and SAP). Data collection was conducted through interviews, while data analysis involved data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results of the study showed that students who were victims of bullying showed: (1). A tendency to separate themselves from their surroundings, (2). Decreased involvement in group activities, (3). Tendency to follow friends' orders (4). Rarely speak in public places, (5). Feeling unsafe in crowded environments, such as the school field or canteen, and (6). Preferring to work alone rather than in groups. Based on these findings, it is recommended that students need to develop courage in expressing themselves and seek support from a trusted environment to improve social skills.

Keywords: Bullying, Withdrawal



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

Remaja merupakan masa yang penuh dengan perubahan dan penemuan jati diri. Di usia ini, remaja mulai mencari identitas mereka sendiri, mencoba memahami siapa mereka dan apa yang mereka inginkan dari hidup. Proses ini sering kali disertai dengan berbagai tantangan, seperti tekanan dari teman sebaya, harapan dari orang tua, dan tuntutan akademis. Dalam pencarian jati diri ini, remaja seringkali mengalami perasaan bingung dan cemas, tetapi juga penuh semangat dan rasa ingin tahu.

Menurut Mulyani & Usman (2020:1) remaja adalah individu yang sedang menjalani proses perkembangan kematangan dan kemandirian. Dalam perjalanan menuju kematangan tersebut, mereka memerlukan bimbingan dan arahan, karena pemahaman dan wawasan mereka tentang diri sendiri dan lingkungan masih terbatas. Menurut Faizatul (2014:457) masa remaja merupakan masa dimana individu diharapkan dapat bersosialisasi dan beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Sebagai individu, remaja mempunyai tanggung jawab terhadap dirinya sendiri, baik dalam

memenuhi kebutuhan pribadi maupun melindungi diri dari hal-hal yang dapat merugikan. Disisi lain, sebagai makhluk sosial remaja harus mampu menjalin hubungan dengan remaja lainnya.

Menurut Suryani (Noviandari, 2021:2) remaja seharusnya dapat beradaptasi dengan perubahan yang terjadi selama masa remaja, sehingga mereka dapat mencapai kepuasan terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitar. Disisi lain, remaja yang memiliki pandangan negatif tentang dirinya, mereka mudah merasa bingung, pesimis, dan menarik diri dari pergaulan. Penarikan diri dari lingkungan sosial merupakan suatu kondisi dimana seseorang lebih memilih untuk menghindari interaksi dengan orang lain dan membatasi keterlibatannya dengan orang lain. Fenomena ini dapat dialami oleh individu diberbagai kelompok usia, namun seringkali menjadi perhatian khusus pada remaja.

Menurut Faizatul (2014:459) perilaku menarik diri (*withdrawal*) merupakan suatu bentuk perilaku menghindar ketika menghadapi kesulitan atau tekanan dengan mengambil sikap pasif yang disertai dengan perasaan putus asa, ketidakpedulian, dan rasa tidak aman terhadap lingkungan, sehingga mereka memilih untuk menarik diri atau menjauh dari lingkungan sekitarnya.

Ciri-ciri individu yang mengalami penarikan diri dari lingkungan (*withdrawal*) yaitu: a. Sering terlihat menyendiri atau melamun, b. Tampak kurang bersemangat dalam kegiatan di lingkungan sosial sehari-hari, c. Cenderung melakukan apapun yang diperintahkan ataupun diminta oleh orang lain, meskipun tidak menyukainya sebagai upaya untuk menghindari konflik dan interaksi yang lebih lama, d. Jarang berbicara (pasif), terutama dalam menyampaikan pendapat di depan umum, e. Merasa tidak nyaman dan tidak aman saat berada di lingkungan sosial yang ramai, dan f. Lebih memilih untuk mengerjakan sesuatu sendiri, meskipun seharusnya dilakukan secara bersama-sama atau dalam kelompok (Pratiwi, 2020:150).

Gejala yang dialami oleh individu yang memiliki perilaku *social withdrawal* atau menarik diri biasanya meliputi sikap apatis atau sikap acuh tak acuh terhadap lingkungan sekitar, kecenderungan untuk mengucilkan diri, serta kesulitan dalam mengekspresikan perasaan. Mereka juga sering mengalami kesulitan berkonsentrasi dan mengambil keputusan, lebih banyak menghabiskan waktu di kamar, mengalami penurunan dalam komunikasi verbal, menolak berinteraksi dengan orang lain, dan merasa ditolak oleh orang-orang di sekitarnya (Pratiwi, 2020:151).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku menarik diri merupakan respon individu terhadap kesulitan atau tekanan yang ditandai dengan sikap pasif, perasaan putus asa, dan ketidakpedulian terhadap lingkungan. Individu yang mengalami penarikan diri cenderung menunjukkan ciri-ciri seperti menyendiri, kurang bersemangat dalam berinteraksi sosial, dan kesulitan dalam mengekspresikan perasaan. Perilaku menarik diri ini dapat diperburuk oleh pengalaman *bullying*, yang sering kali menyebabkan individu merasa terisolasi dan tidak dihargai.

Pada kehidupan sehari-hari seringkali kita melihat adanya perilaku *bullying*. Menurut Anesty (Budhi, 2016:47) *bullying* dapat membuat remaja merasa cemas dan ketakutan, mempengaruhi konsentrasi belajar di sekolah dan menuntun mereka untuk menghindari sekolah. Bila *bullying* berlanjut dalam jangka waktu yang lama, dapat mempengaruhi *self-esteem* siswa, meningkatkan isolasi sosial, memunculkan perilaku menarik diri, menjadikan remaja rentan terhadap stress dan depresi serta rasa tidak aman.

Disisi lain, permasalahan *bullying* di lingkungan pendidikan merupakan isu serius yang dampaknya meluas dan berkelanjutan. *Bullying* menurut Zakiyah (Bete dan Arifin, 2023:18) adalah tindakan kekerasan yang dilakukan secara sengaja, dimana terdapat pemaksaan, perbuatan secara psikologis ataupun fisik terhadap individu ataupun kelompok yang lemah, oleh seseorang atau sekelompok orang yang merasa memiliki kekuasaan.

Bullying dapat berdampak buruk pada kesehatan sosial dan mental korban. Tindakan *bullying* dapat membuat korban merasa terasing dari lingkungan sosial, sehingga mereka cenderung menghindari aktivitas sosial yang sebelumnya mereka nikmati. Hal ini dapat membuat membuat korban merasa terisolasi dan terputus dari lingkungan sosialnya (Prastiti dan Anshori, 2023:73). *Bullying* perlu ditangani dengan serius, karena tidak ada seorang pun yang memiliki hak atau

memiliki alasan untuk menyakiti orang lain. Selain itu, tidak ada seorang pun yang pantas menjadi target intimidasi.

Menurut Solberg & Olweus (Ningrum & Astuti, 2023:24) aspek-aspek *bullying* meliputi : a. *Verbal*, yaitu menyampaikan kata-kata yang menyakitkan atau mengancam seseorang dengan menjadikannya bahan lelucon, menyapanya dengan nama yang menyakiti hatinya, menceritakan kebohongan atau menyebar rumor, b. *Indirect*, yaitu dengan sengaja menolak atau mengeluarkan seseorang dari kelompok pertemanan, c. *Physical*, memukul, menendang, mendorong, meneror, atau melakukan hal-hal lain yang bertujuan untuk menyakiti.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *bullying* merupakan tindakan kekerasan yang dilakukan secara sengaja oleh individu atau kelompok yang merasa memiliki kekuasaan terhadap individu atau kelompok yang lebih lemah. Aspek-aspek *bullying* meliputi tindakan verbal, tidak langsung, dan fisik yang dapat menyebabkan dampak buruk pada kesehatan sosial dan mental korban, seperti perasaan terasing dan penolakan terhadap aktivitas sosial. Oleh karena itu, *bullying* perlu ditangani dengan serius, karena tidak ada orang lain yang berhak menyakiti orang lain.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti selama Praktik Lapangan Bimbingan dan Konseling Sekolah (PLBKS) di SMPN 1 Lubuk Sikaping pada bulan Juli-Desember 2024, bahwasanya yang terjadi di lapangan adanya peserta didik lebih sering menyendiri baik di kelas, menghindari interaksi dengan teman sebaya, serta menunjukkan ekspresi cemas dan kurang bersemangat ketika mengikuti kegiatan sekolah.

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan guru BK dan peserta didik di SMPN 1 Lubuk Sikaping pada bulan November 2024, dimana hasil wawancara peneliti menemukan bahwa adanya peserta didik korban *bullying* sering menyendiri atau melamun setelah mengalami ejekan, pengucilan atau perlakuan fisik dari teman. Mereka juga terlihat tidak bergairah dalam kegiatan sosial, menuruti perintah teman meskipun tidak suka demi menghindari konflik, dan tidak banyak berbicara karena takut diejek atau dipermalukan. Selain itu, peserta didik tersebut merasa tidak nyaman berada di lingkungan yang ramai, serta lebih senang mengerjakan tugas secara individu meskipun seharusnya dilakukan secara berkelompok.

Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “Kecenderungan Perilaku Menarik Diri Peserta didik Korban *Bullying* di SMPN 1 Lubuk Sikaping”.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan data deskriptif. Informan kunci dalam penelitian ini adalah peserta didik (CDA dan IJA), serta empat informan tambahan yaitu guru Bimbingan dan Konseling (MGM dan NM), dan teman sebaya (RAJ dan SAP). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi, sementara teknik analisis data menggunakan tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

a. Sering Terlihat Menyendiri atau Melamun

Informan Kunci I

Berdasarkan hasil wawancara dari CDA sebagai informan kunci I, MGM dan RAJ sebagai informan tambahan, dapat disimpulkan bahwa peserta didik CDA cenderung menarik diri dari lingkungan sosial setelah mengalami perlakuan negatif seperti ejekan, pengucilan, atau penolakan dari teman sebayanya. Keputusan untuk menyendiri bukan semata-mata didasarkan pada keinginan pribadi, melainkan sebagai bentuk perlindungan diri dari lingkungan yang dianggap tidak aman dan tidak mendukung. Perilaku menyendiri ini ditandai dengan aktivitas individual seperti menggambar, menulis, atau duduk diam sambil melamun, yang dilakukan untuk menenangkan diri atau mengalihkan pikiran dari perasaan sedih, rendah diri, dan trauma

akibat *bullying*. Meskipun peserta didik tampak lebih tenang saat sendiri, kondisi ini juga menunjukkan adanya perasaan kesepian dan ketidaknyamanan dalam berinteraksi sosial.

Informan Kunci II

Berdasarkan hasil wawancara dari IJA sebagai informan kunci II, NM dan SAP sebagai informan tambahan, dapat disimpulkan bahwa perilaku menarik diri yang ditunjukkan oleh IJA berkaitan erat dengan pengalaman *bullying*, baik secara fisik maupun verbal, yang diterimanya dari teman sekelas. Kejadian seperti dipukul, didorong, diejek, atau diperlakukan dengan kasar telah menimbulkan trauma psikologis yang memicu perasaan rendah diri, penurunan harga diri, dan menurunnya rasa percaya diri. Saat menyendiri, peserta didik merasa lebih aman, bebas menjadi diri sendiri, dan dapat mengekspresikan diri melalui kegiatan seperti menggambar, membaca, atau melamun. Namun, di sisi lain, kondisi ini juga disertai dengan perasaan kesepian dan pikiran-pikiran negatif terhadap diri sendiri, termasuk membandingkan diri dengan orang lain dan mempertanyakan perlakuan yang ia terima.

b. Terlihat Tidak Bergairah dalam Kegiatan di Lingkungan Sosial Sehari-hari

Informan Kunci I

Berdasarkan hasil wawancara dari CDA sebagai informan kunci I, MGM dan RAJ sebagai informan tambahan, dapat disimpulkan bahwa peserta didik berinisial CDA menunjukkan perilaku pasif dan kurang bergairah dalam kegiatan sosial sehari-hari akibat pengalaman negatif yang dialaminya, seperti ejekan. Hal ini menimbulkan perasaan tidak dibutuhkan, tidak aman, dan tidak dihargai, yang berdampak pada kecenderungannya untuk menarik diri dan tidak berpartisipasi aktif dalam interaksi kelompok. Meskipun demikian, terdapat harapan bahwa CDA dapat lebih terbuka dan bersemangat apabila diberikan ruang interaksi yang aman, didukung oleh pendekatan positif dari lingkungan sekitarnya, serta melalui pendampingan seperti konseling yang membantu membangun kepercayaan diri dan keberaniannya dalam bersosialisasi.

Informan Kunci II

Berdasarkan hasil wawancara dari IJA sebagai informan kunci II, NM dan SAP sebagai informan tambahan, dapat disimpulkan bahwa IJA menunjukkan kecenderungan menarik diri dalam situasi sosial akibat pengalaman negatif yang dialaminya, seperti tidak dihargai pendapatnya, dibentak, dan diejek saat melakukan kesalahan dalam kegiatan kelompok. Hal ini menimbulkan perasaan tidak nyaman, ketakutan akan penilaian negatif, serta penurunan kepercayaan diri dan semangat dalam berpartisipasi dalam kegiatan sosial. Meskipun IJA tetap berusaha ikut serta, ia cenderung pasif dan lebih memilih untuk menarik diri atau menyibukkan diri sebagai bentuk penghindaran dari tekanan sosial.

c. Melakukan apapun yang diperintah atau diminta orang lain meskipun tidak suka atau tidak dikehendaki.

Informan Kunci I

Berdasarkan hasil wawancara dari CDA sebagai informan kunci I, MGM dan RAJ sebagai informan tambahan, dapat disimpulkan bahwa peserta didik berinisial CDA menunjukkan kesulitan dalam menolak permintaan orang lain, terutama ketika berada dalam tekanan kelompok atau berhadapan dengan teman-teman yang lebih dominan. Rasa takut dimarahi, dijauhi, atau menimbulkan konflik membuat CDA lebih memilih untuk diam dan menuruti permintaan meskipun merasa tidak nyaman dan terpaksa.

Informan Kunci II

Berdasarkan hasil wawancara dari IJA sebagai informan kunci II, NM dan SAP sebagai informan tambahan, dapat disimpulkan bahwa peserta didik berinisial IJA mengalami kesulitan untuk menolak permintaan orang lain, terutama saat berada dalam tekanan kelompok atau berhadapan dengan teman yang lebih dominan. Ia cenderung menuruti permintaan meskipun bertentangan dengan keinginannya karena takut menimbulkan konflik, ditolak, atau dijauhi oleh teman-temannya.

d. Tidak banyak berbicara (pasif) utamanya dalam berpendapat di muka umum

Informan Kunci I

Berdasarkan hasil wawancara dari CDA sebagai informan kunci I, MGM dan RAJ sebagai informan tambahan, dapat disimpulkan bahwa Peserta didik CDA mengalami rasa malu, gugup, dan kurang percaya diri saat berbicara di depan kelas atau dalam diskusi kelompok, yang dipicu oleh pengalaman negatif berupa ejekan dari teman sejak kelas VIII. Ketakutan melakukan kesalahan dan khawatir ditertawakan membuatnya cenderung memilih diam dan tidak aktif berpartisipasi. Reaksi teman-teman terhadap usahanya berbicara beragam, meskipun ada dukungan, namun sikap meremehkan dan ejekan yang dialami memperkuat hambatan emosional dan ketegangan yang terlihat saat CDA diminta menyampaikan pendapat.

Informan Kunci II

Berdasarkan hasil wawancara dari IJA sebagai informan kunci II, NM dan SAP sebagai informan tambahan, dapat disimpulkan bahwa peserta didik IJA mengalami kecemasan saat berbicara di depan umum, yang ditandai dengan gugup, suara pelan, dan sering lupa apa yang ingin disampaikan, disebabkan oleh pengalaman negatif seperti ejekan dan bullying sejak kelas VII. Rasa takut pendapatnya tidak didengar atau dihargai membuat IJA cenderung memilih diam atau memberikan jawaban singkat dalam diskusi kelompok. Kondisi ini juga diamati oleh guru BK dan teman sebaya, yang melihat adanya hambatan emosional dan rendahnya kepercayaan diri saat berkomunikasi, sementara reaksi teman-teman terhadap usahanya beragam, termasuk sikap kurang respek dan ejekan, sehingga memperkuat kecemasan dan keengganan IJA untuk aktif berbicara di kelas.

e. Merasa tidak nyaman dan tidak aman berada di lingkungan sosial (berkumpul dengan banyak orang).

Informan Kunci I

Berdasarkan hasil wawancara dari CDA sebagai informan kunci I, MGM dan RAJ sebagai informan tambahan, dapat disimpulkan bahwa peserta didik berinisial CDA mengalami kecemasan sosial yang ditandai dengan rasa cemas, malu, dan ketidaknyamanan saat berada di tempat ramai, seperti kantin atau aula sekolah. CDA merasa takut menjadi pusat perhatian, dinilai negatif, atau menjadi bahan ejekan, sehingga memilih untuk menghindari interaksi sosial dengan cara menjauh, berpura-pura sibuk, atau duduk sendirian.

Informan Kunci II

Berdasarkan hasil wawancara dari IJA sebagai informan kunci II, NM dan SAP sebagai informan tambahan, dapat disimpulkan bahwa peserta didik IJA menunjukkan kecenderungan untuk menghindari situasi sosial yang melibatkan banyak orang karena merasa tidak nyaman, cemas, dan takut menjadi sasaran ejekan atau penilaian negatif. Ketika berada di tempat ramai seperti lapangan, kantin, atau kegiatan kelompok, peserta didik cenderung pasif, memilih diam, tersenyum seadanya, atau berpura-pura sibuk untuk menghindari interaksi langsung. Untuk menciptakan rasa aman, ia lebih memilih duduk bersama teman dekat atau mencari tempat yang sepi

f. Lebih senang mengerjakan sesuatu sendiri, meskipun seharusnya dikerjakan secara bersama-sama.

Informan Kunci I

Berdasarkan hasil wawancara dari CDA sebagai informan kunci I, MGM dan RAJ sebagai informan tambahan, dapat disimpulkan bahwa peserta didik berinisial CDA lebih nyaman mengerjakan tugas secara mandiri daripada bekerja dalam kelompok, karena merasa lebih bebas, tidak berada di bawah tekanan sosial, dan terhindar dari situasi yang membuatnya merasa tidak dihargai. Pengalaman negatif di masa lalu, seperti diabaikan saat berbicara atau disalahkan saat kerja kelompok, memperkuat kecenderungannya untuk menarik diri dari dinamika kelompok. Meskipun tetap berpartisipasi ketika diharuskan bekerja sama, kontribusi CDA terbatas pada bagian tugas yang bisa dikerjakan sendiri, dan ia cenderung menghindari interaksi atau diskusi

verbal. Reaksi lingkungan terhadap sikap ini bervariasi, ada yang memahami, namun ada pula yang menganggap CDA tidak kooperatif.

Informan Kunci II

Berdasarkan hasil wawancara dari IJA sebagai informan kunci II, NM dan SAP sebagai informan tambahan, dapat disimpulkan bahwa peserta didik IJA menunjukkan kecenderungan untuk lebih nyaman mengerjakan tugas secara mandiri dibandingkan dalam kelompok, yang didasari oleh pengalaman negatif di masa lalu seperti merasa tidak dianggap, disepelekan, atau diejek saat kerja kelompok.

2. Pembahasan

a. Sering Terlihat Menyendiri atau Melamun

Berdasarkan hasil wawancara, baik informan kunci (CDA dan IJA) maupun informan tambahan (guru Bimbingan dan Konseling dan teman sebaya) menunjukkan bahwa perilaku menyendiri atau melamun muncul setelah peserta didik mengalami perlakuan negatif berupa ejekan, pengucilan, atau kekerasan fisik. Keputusan untuk menyendiri bukan semata-mata karena keinginan pribadi, tetapi sebagai bentuk perlindungan diri dari lingkungan yang dianggap tidak aman. Saat menyendiri, keduanya cenderung melakukan aktivitas individu seperti menggambar, membaca, menulis, atau sekadar duduk diam sambil memikirkan pengalaman tidak menyenangkan yang dialami.

Fenomena ini sejalan dengan pendapat Pratiwi (2020:150) yang menyatakan bahwa individu dengan perilaku menarik diri sering menunjukkan kecenderungan mengisolasi diri dari lingkungan sosial sebagai respons terhadap tekanan atau ancaman. Aktivitas menyendiri berfungsi sebagai mekanisme coping untuk menghindari stres sosial. Temuan ini juga konsisten dengan penelitian Prastiti dan Anshori (2023:73) yang mengungkapkan bahwa korban bullying sering mengasingkan diri dari lingkungan sosial sebagai dampak trauma yang dialami.

Berdasarkan teori tersebut, hasil penelitian saya menguatkan bahwa perilaku menyendiri pada korban bullying merupakan bentuk mekanisme pertahanan diri, bukan sekadar kebiasaan. Informan menunjukkan kecenderungan mengalihkan diri pada aktivitas individu seperti menggambar atau membaca sebagai cara untuk meredakan kecemasan dan menghindari situasi yang dianggap tidak aman.

Dengan demikian, perilaku menyendiri atau melamun yang ditunjukkan CDA dan IJA dapat diinterpretasikan sebagai bentuk adaptasi negatif akibat trauma bullying. Meskipun dapat memberikan rasa aman sementara, perilaku ini berpotensi memperkuat isolasi sosial jika tidak diintervensi dengan bimbingan dan dukungan dari lingkungan sekitar.

b. Terlihat Tidak Bergairah dalam Kegiatan di Lingkungan Sosial Sehari-hari

Hasil wawancara menunjukkan bahwa CDA dan IJA cenderung pasif dan tidak antusias dalam mengikuti kegiatan di kelas maupun di luar kelas. Kedua informan kunci menyatakan bahwa perasaan takut ditolak atau diolok-olok membuat mereka enggan berpartisipasi aktif. Guru Bimbingan dan Konseling (MGM dan NM) mengamati bahwa mereka sering hanya menjadi pengamat dalam kegiatan kelompok, bahkan ketika diminta ikut terlibat. Teman sebaya (RAJ dan SAP) juga menuturkan bahwa ekspresi wajah keduanya cenderung murung dan jarang menunjukkan antusiasme.

Fenomena ini sejalan dengan pendapat Faizatul (2014:459) Faizatul yang menjelaskan bahwa rasa tidak aman dapat membuat individu bersikap pasif dan tidak bersemangat dalam berinteraksi sosial. Hal ini didukung oleh penelitian Fahlevi, Yusuf, dan Krisnana (2020) yang menyatakan bahwa intensitas bullying memiliki hubungan signifikan dengan penurunan keterlibatan sosial remaja.

Sejalan dengan teori tersebut, hasil penelitian saya menunjukkan bahwa pengalaman bullying yang dialami CDA dan IJA menimbulkan rasa tidak aman sehingga mendorong mereka bersikap pasif dan enggan berpartisipasi dalam kegiatan sosial maupun akademik. Kondisi ini

menguatkan pendapat Faizatul serta penelitian Fahlevi, Yusuf, dan Krisnana yang menegaskan adanya keterkaitan antara intensitas bullying dengan rendahnya keterlibatan sosial.

Peserta didik korban bullying menunjukkan penurunan semangat dalam mengikuti kegiatan, baik di sekolah maupun di luar kelas. Hal ini terlihat dari sikap pasif, trauma, dan kurangnya dukungan sosial menjadi faktor utama yang membuat mereka kehilangan bersemangat berpartisipasi. Kondisi ini mengindikasikan bahwa bullying tidak hanya mempengaruhi aspek psikologis korban, tetapi juga berdampak langsung pada keterlibatan mereka dalam aktivitas sekolah sehari-hari.

c. Melakukan Apapun yang Diperintah atau Diminta Orang Lain Meskipun Tidak Suka atau Tidak Dikehendaki

CDA dan IJA mengaku sering menuruti permintaan atau perintah teman meskipun tidak menyukainya. Sikap ini dilakukan untuk menghindari ejekan atau perlakuan kasar seperti yang pernah mereka alami. Guru Bimbingan dan Konseling mengamati bahwa mereka cenderung menerima tugas yang diberikan tanpa protes, sementara teman sebaya melihat mereka jarang menolak meski terlihat tidak senang.

Menurut Pratiwi (2020:150) perilaku mengikuti perintah meskipun tidak disukai merupakan ciri khas withdrawal yang bertujuan menghindari interaksi yang berlarut-larut. Coloroso (Alwi, 2021:24) menambahkan bahwa korban bullying berada dalam posisi ketidakseimbangan kekuatan, sehingga cenderung enggan untuk menolak perintah dari pihak yang dianggap lebih dominan.

Sejalan dengan teori tersebut, hasil penelitian saya menunjukkan bahwa kepatuhan CDA dan IJA terhadap permintaan teman meskipun tidak disukai merupakan bentuk strategi bertahan untuk menghindari konflik maupun perlakuan kasar yang pernah mereka alami. Hal ini memperkuat pandangan Pratiwi bahwa perilaku mengikuti perintah tanpa penolakan merupakan ciri withdrawal guna meminimalisasi interaksi negatif, sekaligus sesuai dengan pendapat Coloroso bahwa ketidakseimbangan kekuatan membuat korban bullying sulit menolak dominasi orang lain.

Korban bullying cenderung menuruti semua permintaan atau perintah teman sebaya meskipun bertentangan dengan keinginan mereka. Sikap ini muncul sebagai bentuk upaya menghindari konflik dan mencegah terjadinya bullying lanjutan. Perilaku ini juga menunjukkan rendahnya keberanian untuk menolak, yang dapat semakin memperkuat posisi mereka sebagai target bullying di lingkungan sosial.

d. Tidak Banyak Berbicara (Pasif) Utamanya dalam Berpendapat di Muka Umum

CDA dan IJA sama-sama menghindari berbicara di depan umum karena takut diejek atau dipotong pembicaraannya. Guru Bimbingan dan Konseling (MGM dan NM) mengamati bahwa suara mereka sering pelan, bahkan terkadang hanya menjawab singkat. Teman sebaya menyebutkan bahwa mereka jarang memulai percakapan.

Al-Mighwar (Faizatul, 2014:459) menyebutkan bahwa individu yang menarik diri cenderung minim komunikasi untuk menghindari perhatian. Penelitian Novianti dkk (2023:1731) juga mengungkapkan bahwa remaja dengan perilaku menarik diri sering mengurangi interaksi verbal sebagai bentuk penghindaran.

Sejalan dengan teori tersebut, hasil penelitian saya menunjukkan bahwa kecenderungan CDA dan IJA untuk berbicara dengan suara pelan, jarang memulai percakapan, serta enggan berbicara di depan umum merupakan bentuk nyata dari upaya menghindari perhatian dan potensi ejekan. Hal ini sesuai dengan pandangan Al-Mighwar bahwa individu yang menarik diri cenderung meminimalkan komunikasi, sekaligus mendukung temuan Novianti dkk. bahwa pengurangan interaksi verbal merupakan strategi penghindaran yang umum dilakukan remaja dengan perilaku menarik diri.

Korban bullying lebih memilih diam dalam diskusi kelompok atau saat diminta mengemukakan pendapat di kelas. Hal ini dilatarbelakangi oleh rasa takut terhadap ejekan,

penolakan atau dipermalukan di depan orang lain. Kondisi ini juga mengindikasikan bahwa pengalaman negatif yang berulang dapat mengikis rasa percaya diri dan memunculkan sikap menghindar dalam interaksi verbal.

e. Merasa Tidak Nyaman dan Tidak Aman Berada di Lingkungan Sosial (Berkumpul dengan Banyak Orang)

CDA dan IJA merasa gelisah dan tegang saat berada di kerumunan, khususnya jika ada orang yang pernah membully mereka. Mereka cenderung menghindari tatapan orang lain, duduk di belakang kelas, atau mencari alasan untuk tidak ikut kegiatan ramai.

Pratiwi (2020:150) menyatakan bahwa individu dengan perilaku menarik diri merasa tidak nyaman berada di lingkungan sosial yang ramai. Hal ini diperkuat oleh temuan Juniandari dkk (2023:44) yang menjelaskan bahwa penghindaran situasi ramai merupakan ciri yang konsisten pada remaja dengan social withdrawal.

Sejalan dengan teori tersebut, hasil penelitian saya memperlihatkan bahwa kegelisahan CDA dan IJA saat berada di kerumunan serta upaya mereka untuk menghindari tatapan atau memilih duduk di belakang kelas merupakan wujud nyata dari perilaku menarik diri yang digambarkan oleh Pratiwi maupun Juniandari dkk. Temuan ini menegaskan bahwa penghindaran situasi ramai bukan sekadar kebiasaan, melainkan strategi perlindungan diri dari potensi ancaman sosial, khususnya ketika berhadapan dengan orang yang pernah melakukan bullying.

Peserta didik korban bullying merasakan ketidaknyamanan, kecemasan, bahkan ketakutan ketika berada di tempat ramai. Perasaan ini dipicu oleh kekhawatiran bahwa mereka akan kembali menjadi sasaran ejekan atau perlakuan tidak menyenangkan. Sebagai akibatnya, mereka sering menghindari kegiatan yang melibatkan banyak orang dan lebih memilih berada di tempat sepi.

f. Lebih Senang Mengerjakan Sesuatu Sendiri, Meskipun Seharusnya Dikerjakan Secara Bersama-sama

CDA dan IJA lebih memilih mengerjakan tugas sendiri karena merasa kurang nyaman bekerja sama dengan orang lain. Mereka pernah merasa diremehkan atau diabaikan saat kerja kelompok, sehingga memilih aktivitas mandiri. Guru Bimbingan dan Konseling membenarkan bahwa mereka sering mengerjakan tugas kelompok secara terpisah, dan teman sebaya mengamati bahwa mereka jarang terlibat dalam diskusi kelompok.

Pratiwi (2020:150) mengemukakan bahwa korban bullying merasa lebih nyaman bekerja sendiri untuk menghindari interaksi kelompok. Hasil ini sejalan dengan penelitian Fahlevi, Yusuf, dan Krisnana (2020) yang menemukan adanya hubungan antara pengalaman bullying dan rendahnya partisipasi dalam kerja sama kelompok.

Korban bullying lebih memilih mengerjakan tugas atau kegiatan secara individu, walaupun tugas tersebut seharusnya dikerjakan secara berkelompok. Dengan bekerja sendiri, mereka merasa memiliki kendali penuh terhadap situasi dan mengurangi risiko mengalami pengalaman negatif seperti penolakan atau kritik yang berlebihan dari rekan kelompok.

Sejalan dengan teori tersebut, hasil penelitian saya menunjukkan bahwa pilihan CDA dan IJA untuk mengerjakan tugas secara mandiri merupakan bentuk nyata dari kecenderungan korban bullying yang berusaha menghindari interaksi kelompok demi mengurangi risiko diremehkan atau diabaikan. Temuan ini memperkuat pandangan Pratiwi bahwa korban lebih nyaman bekerja sendiri, sekaligus mendukung penelitian Fahlevi, Yusuf, dan Krisnana yang menegaskan adanya keterkaitan antara pengalaman bullying dengan rendahnya keterlibatan dalam kerja sama kelompok.

Berdasarkan penjelasan di atas menunjukkan bahwa peserta didik korban bullying cenderung menunjukkan perilaku menarik diri. Mereka sering menyendiri atau melamun, kurang bergairan dalam kegiatan sosial, menuruti permintaan meskipun tidak disukai, pasif dalam mengemukakan pendapat, merasa tidak nyaman di keramaian, dan lebih senang bekerja

sendiri. Kondisi ini mencerminkan dampak bullying yang signifikan terhadap aspek emosional, sosial, dan akademik, sehingga memerlukan perhatian dan penanganan khusus dari pihak sekolah.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan tentang kecenderungan perilaku menarik diri peserta didik korban *bullying* di SMPN 1 Lubuk Sikaping, dapat disimpulkan bahwa peserta didik korban *bullying* menunjukkan kecenderungan menarik diri yang ditandai dengan:

1. Sering Terlihat Menyendiri atau Melamun.

Peserta didik korban *bullying* menunjukkan kecenderungan untuk memisahkan diri dari lingkungan sekitarnya, baik saat jam istirahat maupun di luar kegiatan pembelajaran. Mereka memilih duduk sendiri, berada di sudut kelas, atau menjauh dari keramaian. Aktivitas menyendiri ini kerap disertai perilaku melamun, merenungkan perlakuan buruk yang mereka terima, hingga muncul perasaan sedih, kecewa, dan tidak dihargai.

2. Terlihat Tidak Bergairah dalam Kegiatan di Lingkungan Sosial Sehari-hari.

Korban *bullying* menunjukkan penurunan keterlibatan dalam kegiatan kelompok, enggan bergabung dalam aktivitas kelas, serta mengurangi intensitas pertemanan, sehingga hubungan sosial mereka menjadi terbatas. Mereka lebih memilih menjadi pengamat dibanding pelaku aktif dalam kegiatan sosial.

3. Melakukan Apapun yang Diperintah atau Diminta Orang Lain Meskipun Tidak Suka atau Tidak Dikehendaki.

Peserta didik korban *bullying* cenderung menuruti perintah atau permintaan teman, bahkan ketika hal tersebut tidak mereka sukai. Dalam jangka panjang, perilaku ini mengikis kemampuan mereka untuk menolak, menurunkan rasa percaya diri, dan membuat mereka rentan dimanfaatkan oleh orang lain.

4. Tidak Banyak Berbicara (Pasif) Utamanya dalam Berpendapat di Muka Umum.

Korban *bullying* jarang berbicara atau menyampaikan pendapat di depan umum. Sikap ini dilandasi oleh rasa takut diejek, direndahkan, atau dipermalukan. Akibatnya kemampuan komunikasi lisan mereka terhambat, dan mereka kehilangan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan berbicara serta kepercayaan diri di lingkungan sekolah.

5. Merasa Tidak Nyaman dan Tidak Aman Berada di Lingkungan Sosial (Berkumpul dengan Orang Banyak).

Lingkungan yang ramai, seperti lapangan sekolah atau kantin saat istirahat, memicu rasa tidak aman bagi korban *bullying*. Kondisi ini membuat mereka kehilangan kesempatan untuk bersosialisasi dan membangun relasi positif dengan teman sebaya.

6. Lebih Senang Mengerjakan Sesuatu Sendiri, Meskipun Seharusnya Dikerjakan Secara Bersama-sama.

Dalam konteks akademik maupun kegiatan lainnya, korban *bullying* lebih memilih bekerja sendiri dibanding secara berkelompok. Kebiasaan ini berisiko menghambat keterampilan kolaborasi yang penting bagi perkembangan sosial mereka di masa depan.

Daftar Rujukan

- Alwi, Said. (2021). *Perilaku Bullying di Kalangan Santri Dayah Terpadu Kota Lhokseumawe* (F. Z. Siregar (ed.)). Medan: CV. Pusdikra Mitra Jaya.
- Bete, Maria Natalia dan Arifin. (2023). Peran Guru dalam Mengatasi Bullying di SMA Negeri Sasitamean Kecamatan Sasitamean Kabupaten Malaka. *Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP)*, 8(1), 18.
- Budhi, Setia. (2016). *Kill Bullying "Hentikan Kekerasan di Sekolah"* (M. N. A. Syahrin (ed.); 1st ed.). Banjarmasin: Penerbit Artikata.
- Fahlevi, Yusuf, dan Krisnana. (2020). Hubungan *Cyberbullying* dengan Kecemasan Sosial dan Penarikan Sosial pada Remaja. *Fundamental and Management Nursing Journal*, 3(2), 38)

- Faizatul, Amilin. (2014). Penerapan Konseling Kelompok Kognitif Perilaku untuk Menurunkan Kecenderungan Menarik Diri (withdrawal) pada Siswa Kelas X MIA 4 SMA Negeri 1 Mantup Lamongan. *Jurnal BK Unesa*, 4(3), 458-459.
- Juniandari, Sophi, Ramadhani, Shintya & Hanum, Faridah. (2023). Analisis Perilaku Social Withdrawal pada Anak Usia Dini di TK Kemala Bhayangkari Tanjung Morawa. *UPI*, 4(1), 44.
- Mulyani, Rila Rahma & Usman, Citra Imelda. (2020). Analisis dan Tindak Lanjut Profil Emosi Remaja dalam Berinteraksi Sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam. *Jurnal Neo Konseling*, 2(3), 1.
- Ningrum, Indri Kesuma & Astuti, Kamsih. (2023). Kontrol Diri Dan Konformitas Teman Sebaya Dengan Perilaku Bullying Pada Siswi. *Jurnal Psikologi*, 19(1), 23–31.
- Novianti, Wini Resna, Rachmawati, Windy & Sutini, Titin. (2023). Prevalensi Kecenderungan social withdrawal (Hikikomori) pada Remaja di Kota Bandung. *Keperawatan Silampari*, 6(2), 1731.
- Prastiti, Jamalia Putri dan Anshori, Isa. (2023). Efek Sosial dan Psikologis Perilaku Bullying. *Jurnal Sains Sosio Humaniora*, 7, 73.
- Pratiwi, Hanna Ririn. (2020). Studi Kasus Perilaku Social Withdrawal Pada Anak Usia Dini. *JP2KG AUD (Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan Dan Gizi Anak Usia Dini)*, 1(2), 150-151.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada SMPN 1 Lubuk Sikaping, khususnya kepada kepala sekolah dan guru Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan izin serta dukungan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada dosen pembimbing yang dengan sabar memberikan arahan dan masukan berharga dalam proses penyusunan penelitian ini. Tidak lupa, penghargaan setulusnya penulis berikan kepada pada responden yang telah meluangkan waktunya untuk mengikuti wawancara berdasarkan pedoman yang disusun mengenai kecenderungan perilaku menarik diri peserta didik korban *bullying*.