

Perilaku *Bullying* terhadap *Self-Esteem* Remaja

Nabila Hanifatus Zahra

Universitas Airlangga, Indonesia

nabila.hanifatus.zahra-2021@fkm.unair.ac.id

Abstract. This study aims to analyze the phenomenon of bullying through a literature review approach that relies on various relevant sources of information. The method used in this research is a literature review, which involves gathering, evaluating, and analyzing literature related to bullying and its impact on adolescent self-esteem. The sources used include scholarly articles, journals, books, and previously published publications. In this process, the researcher analyzes literature regarding the factors influencing bullying, its impact on adolescent psychological development, and the relationship between bullying and self-esteem. This study also identifies key findings and gaps in the existing literature. The analysis results show that bullying significantly affects the decrease in adolescent self-esteem, and there is an inverse relationship between the two. This study recommends the need for more focused prevention efforts on the root causes of bullying, as well as the necessity of social support for both victims and perpetrators of bullying to reduce the negative impact on adolescent psychological development.

Keywords: bullying, self-esteem, adolescents, literature review, prevention, adolescent psychology.

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis fenomena *bullying* melalui pendekatan tinjauan pustaka (*literature review*) yang mengandalkan berbagai sumber informasi yang relevan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review*, yaitu mengumpulkan, menilai, dan menganalisis literatur yang berkaitan dengan *bullying* terhadap *self-esteem* remaja. Sumber-sumber yang digunakan meliputi artikel ilmiah, jurnal, buku, dan publikasi yang telah dipublikasikan sebelumnya. Dalam proses ini, peneliti menganalisis literatur terkait faktor-faktor yang memengaruhi *bullying*, dampaknya terhadap perkembangan psikologis remaja, dan hubungan antara *bullying* dan *self-esteem*. Penelitian ini juga mengidentifikasi temuan-temuan utama serta kesenjangan yang ada dalam literatur tersebut. Hasil analisis menunjukkan bahwa *bullying* berpengaruh signifikan terhadap penurunan *self-esteem* remaja, dan adanya hubungan terbalik antara keduanya. Penelitian ini merekomendasikan perlunya upaya pencegahan yang lebih terfokus pada faktor-faktor penyebab *bullying*, serta perlunya dukungan sosial bagi korban dan pelaku *bullying* untuk mengurangi dampak negatif terhadap perkembangan psikologis remaja.

Kata Kunci: bullying, self-esteem, remaja, literature review, pencegahan, psikologi remaja.

1. PENDAHULUAN

Remaja adalah masa transisi yang penuh dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial yang sangat mempengaruhi perkembangan kepribadian. Pada periode ini, remaja sering kali menghadapi tantangan dalam mencari jati diri, membangun hubungan sosial, dan menghadapi tekanan dari lingkungan sekitarnya. Di tengah proses pencarian identitas diri yang kompleks, remaja sangat rentan terhadap berbagai masalah, salah satunya adalah perilaku *bullying*. *Bullying*, yang dapat terjadi di berbagai konteks, baik di sekolah, rumah, maupun dunia maya, menjadi salah satu ancaman yang paling besar dalam kehidupan remaja. Dampak dari *bullying* ini sangat luas, mempengaruhi tidak hanya hubungan sosial mereka, tetapi juga aspek psikologis yang sangat penting dalam tahap perkembangan ini. Salah satu dampak paling signifikan dari *bullying* adalah penurunan *self-esteem* atau harga diri.

Self-esteem merupakan cerminan dari bagaimana remaja memandang diri mereka sendiri, serta bagaimana mereka menilai kemampuan dan nilai mereka di mata orang lain. Pada masa remaja, harga diri yang sehat sangat penting karena dapat mempengaruhi cara mereka berinteraksi dengan orang lain, mengatasi kesulitan hidup, dan membentuk hubungan sosial yang positif. Namun, ketika remaja mengalami *bullying*, harga diri mereka seringkali terganggu, yang dapat menyebabkan rasa rendah diri, kecemasan, depresi, dan masalah psikologis lainnya. *Bullying*, baik yang bersifat verbal, fisik, maupun sosial, dapat merusak persepsi diri remaja, mempengaruhi pandangan mereka terhadap dunia, dan bahkan mempengaruhi keputusan yang mereka buat dalam kehidupan sehari-hari. Studi literatur ini bertujuan untuk menyelidiki dampak perilaku *bullying* terhadap *self-esteem* remaja, serta berbagai faktor yang mempengaruhi hubungan tersebut (Patria, T. M., & Silaen, M. S. J, 2020).

Dengan memahami sejauh mana *bullying* dapat merusak harga diri remaja, diharapkan dapat ditemukan solusi yang lebih efektif untuk pencegahan dan penanganan masalah ini. Selain itu, penelitian ini juga penting untuk mendalami cara-cara untuk mendukung remaja dalam mengatasi dampak negatif *bullying* dan membantu mereka mengembangkan harga diri yang lebih sehat. Pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara *bullying* dan *self-esteem* sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi perkembangan remaja, baik di sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari mereka. Perundungan atau yang biasa disebut dengan *bullying*, merupakan salah satu bentuk perilaku agresi yang sering kali terjadi di seluruh dunia (Ang, 2018).

Secara definisi *bullying* mengartikan 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 (Handayani, 2021). Berdasarkan sumber data dari penelitian sebelumnya, tercatat bahwa terdapat beberapa negara besar yang memiliki tingkat perilaku *bullying*, seperti Amerika Serikat, Kanada, Jepang, dan Indonesia (Dewi, 2020). Selanjutnya, menurut data yang terdapat pada Kementerian Sosial tahun 2017 hingga 2018, Indonesia termasuk negara yang memiliki peningkatan pada kasus *bullying* (Sholichah, 2022). Menurut data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), dari berbagai bidang, kasus *bullying* paling banyak terjadi di bidang pendidikan, diketahui jumlah kasus per tanggal 30 November 2019 yaitu terdapat 162 kasus (Jamil, 2020).

Hasil riset yang dilakukan oleh Programme for International Student Assessment (PISA) pada tahun 2018 juga menemukan sebanyak 41,1% siswa di Indonesia pernah mengalami *bullying*. Diketahui dalam lingkungan sekolah, biasanya siswa laki-laki mengalami bentuk

bullying secara fisik ketimbang siswa perempuan (Sulisrudatin, 2018). Selanjutnya, kasus yang terjadi di SMAN 3 Jakarta, dimana terdapat siswa yang mengalami dampak dari *bullying* secara fisik seperti menjadikan adik kelas sebagai sasaran mereka, dengan melemparkan sisa puntung rokok yang masih menyala, sehingga meninggalkan bekas luka dan menimbulkan rasa takut (Kurniawan, 2018).

Menurut Olweus, perundungan atau *bullying* dibagi menjadi beberapa faktor, yaitu pertama, perilaku fisik dengan melakukan kekerasan yang bertujuan untuk menyakiti seseorang seperti menendang, memukul, dan memberi ancaman. Kedua, perilaku verbal dengan menghina dan menertawakan yang bertujuan untuk menyakiti perasaan seseorang. Ketiga, perilaku indirect yang melibatkan sekelompok orang agar ikut membenci dan mengeluarkan individu dari kelompok tersebut (Dewi, 2020).

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review* atau tinjauan pustaka, yang merupakan metode yang mengandalkan analisis terhadap berbagai sumber informasi yang relevan dengan topik yang sedang diteliti. Dalam penelitian ini, *literature review* dilakukan dengan cara mengumpulkan, menilai, dan menganalisis berbagai literatur yang berkaitan dengan topik perilaku *bullying* terhadap *self-esteem* remaja. Sumber-sumber literatur yang digunakan meliputi artikel ilmiah, jurnal, buku, laporan penelitian, dan publikasi lain yang telah dipublikasikan sebelumnya oleh peneliti atau institusi yang kredibel. Dengan menggunakan metode ini, peneliti tidak melakukan pengumpulan data primer secara langsung melalui wawancara atau survei, melainkan mengandalkan data sekunder yang sudah ada dalam bentuk hasil-hasil penelitian terdahulu. Proses *literature review* ini dimulai dengan mencari dan memilih literatur yang relevan dari berbagai sumber terpercaya, seperti database jurnal internasional, repositori akademik, dan publikasi yang berfokus pada psikologi remaja, fenomena *bullying*, serta harga diri atau *self-esteem*.

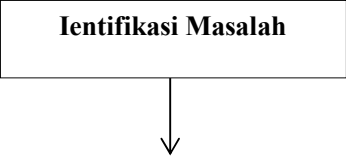
Peneliti kemudian melakukan analisis mendalam terhadap literatur-literatur yang ditemukan, baik yang berfokus pada faktor-faktor yang memengaruhi *bullying*, dampak *bullying* terhadap perkembangan psikologis remaja, serta hubungan antara *bullying* dan *self-esteem*. Dengan melakukan sintesis dari hasil-hasil penelitian sebelumnya, peneliti berusaha untuk memahami temuan-temuan utama, perdebatan, serta kesenjangan-kesenjangan yang ada dalam literatur yang ada. Seperti yang diungkapkan oleh Randolph, *literature review* merupakan kerangka kerja yang berkaitan dengan temuan baru ataupun temuan sebelumnya, yang bertujuan untuk mengidentifikasi ada atau tidaknya kemajuan dari hasil suatu kajian

melalui penelitian komprehensif dan hasil interpretasi dari literatur yang berhubungan dengan topik tertentu, serta mengidentifikasi pertanyaan penelitian dengan mencari dan menganalisis literatur yang relevan menggunakan pendekatan sistematis (Surmatiningsih, 2019).

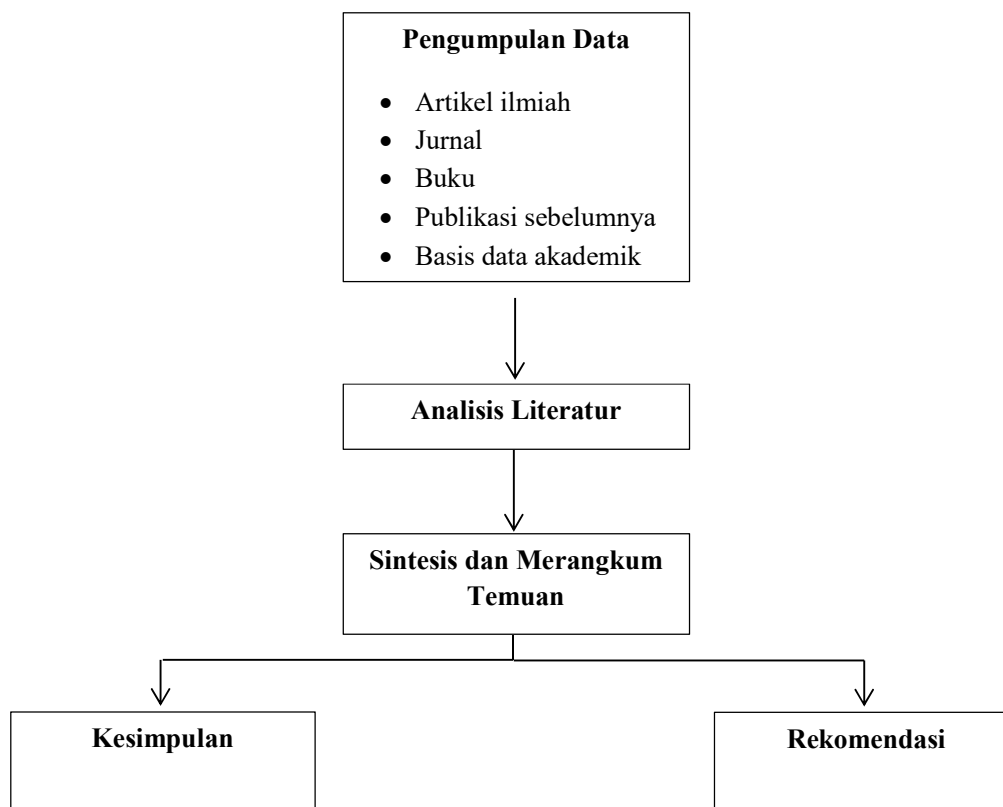
Selain itu, dengan terkumpulnya informasi dari berbagai sumber artikel yang berisi pemikiran penulis serta rangkuman dari isi penelitiannya, dapat menjadi teori pendukung yang berguna untuk membantu memecahkan masalah yang diteliti. Dalam penyusunan *literature review* ini, peneliti melalui beberapa tahapan, seperti mencari artikel-artikel atau jurnal ilmiah yang relevan dengan topik, memilih sumber terpercaya, mengidentifikasi isi tiap artikel atau jurnal ilmiah yang sudah didapatkan (abstrak, metode, serta pembahasan), membuat kerangka, dan yang terakhir menyusun *literature review* sesuai dengan struktur yang ditetapkan (Ulhaq, 2022).

Peneliti telah memperoleh sekitar 8 artikel ilmiah yang berkaitan dengan topik yang ingin diteliti, dengan menggunakan kata kunci "*self-esteem*" dan "*bullying*" dalam rentang tahun 2018 hingga 2023, yang diunduh dari Google Scholar. Dengan metode ini, peneliti dapat mengkaji dan menyimpulkan data yang terdapat dalam artikel ilmiah untuk memperoleh kesimpulan mengenai kekuatan dan kelemahan dari tiap-tiap artikel yang didapatkan. Diharapkan melalui penelitian ini, pembaca dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai perkembangan *self-esteem* pada korban *bullying* dalam lima tahun terakhir.

Identifikasi Masalah



```
graph TD; A[Identifikasi Masalah] --> B[ ]
```



Gambar 1. Diagram alur *review* jurnal

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Self-esteem sangat penting untuk dimiliki dalam kehidupan sehari-hari, terutama bagi remaja dengan rentang usia 12 hingga 15 tahun. Penerimaan diri yang baik memudahkan remaja untuk bersosialisasi dengan teman sebaya maupun lingkungan sekitar. Hal ini ditandai dengan sikap percaya diri, perasaan diri yang berharga, dan tidak takut akan kegagalan. Sebaliknya, remaja yang memiliki penerimaan diri yang buruk akan merasa sulit bersosialisasi, merasa tidak diterima dalam kelompok, dan sering kali menganggap dirinya tidak sebaik orang lain. Mereka juga cenderung lebih takut akan kegagalan. Oleh karena itu, meningkatkan *self-esteem* pada remaja sangat penting untuk meminimalisir kemungkinan mereka menjadi korban *bullying*.

Penelitian oleh Jamil & Daryanti (2020) mengungkapkan bahwa pola asuh orangtua mempengaruhi perilaku *bullying* di sekolah, yang kemudian dapat berdampak pada perkembangan *self-esteem* remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Mungala & Nabuzoka (2020) menunjukkan bahwa *bullying* dapat menurunkan *self-esteem* remaja, dan ada hubungan

terbalik antara keduanya. Remaja yang lebih sering mengalami *bullying* cenderung memiliki *self-esteem* yang lebih rendah dan mengalami tingkat depresi yang lebih tinggi. Berbagai bentuk *bullying*, seperti fisik, sosial, maupun verbal, memberikan kontribusi signifikan terhadap penurunan *self-esteem* dan peningkatan depresi pada remaja. Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa perempuan lebih rentan terhadap dampak buruk *bullying* dibandingkan laki-laki.

Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Mungala & Nabuzoka (2020), yang juga menemukan korelasi langsung antara perundungan dan keputusan serta rendahnya harga diri remaja. Menurut penelitian lain oleh Wang (2019), perundungan tradisional lebih memengaruhi harga diri siswa daripada perundungan siber dan lebih sering terjadi. Korban dan pelaku perundungan lebih mungkin menderita masalah kesehatan mental seperti alkoholisme, kecanduan internet, dan rendahnya harga diri. Sudah diketahui dengan baik bahwa alasan mendasar perundungan mencakup unsur-unsur seperti masalah lingkungan, keluarga, dan pribadi.

Penelitian ini menekankan pentingnya upaya pencegahan yang lebih terfokus dalam menangani masalah *bullying*, dengan fokus pada faktor-faktor penyebab yang mendasari perilaku tersebut dan pemberian dukungan sosial bagi korban serta pelaku. Banyak pelaku *bullying* yang memiliki emosi yang menumpuk, seperti rasa bersalah dan kemarahan, yang seringkali dipicu oleh masalah keluarga, seperti perceraian orangtua, pola asuh yang agresif, atau ketidakpedulian orangtua terhadap anak. Akibatnya, siswa yang mengalami tekanan emosional ini cenderung melampiaskan kemarahan mereka kepada teman sebaya di lingkungan sekitar. Penurunan *self-esteem* yang dialami oleh siswa ini sering kali berakar pada masalah keluarga, yang pada gilirannya berkontribusi pada peningkatan perilaku *bullying* di kalangan remaja.

Meskipun penelitian ini tidak secara langsung berfokus pada *bullying*, temuan yang ada menunjukkan bahwa *self-esteem* yang rendah dapat mempengaruhi aspek-aspek lain dalam kehidupan remaja, termasuk kemandirian belajar. Hal ini menegaskan pentingnya *self-esteem* dalam perkembangan remaja, baik dalam konteks sosial maupun akademis. Remaja dengan *self-esteem* yang rendah cenderung lebih rentan terhadap masalah psikologis, termasuk perilaku *bullying*. Oleh karena itu, penting untuk melihat *self-esteem* sebagai faktor kunci yang mempengaruhi interaksi sosial dan kemandirian belajar di kalangan remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Palermi et al. (2022) menunjukkan hubungan yang kompleks antara *self-esteem* dan perilaku *bullying/cyberbullying* di kalangan remaja.

Penelitian ini mengidentifikasi empat profil *self-esteem* yang berbeda, yaitu orientasi sekolah/keluarga, *self-esteem* tinggi secara konsisten, self-derogasi, dan orientasi tubuh/teman sebaya. Remaja dengan profil *self-esteem* tinggi secara konsisten tampaknya lebih terlindungi dari perilaku *bullying/cyberbullying* dan victimisasi dibandingkan dengan mereka yang berada dalam profil self-derogasi. Temuan ini menyoroti pentingnya domain *self-esteem* yang berbeda dalam mengurangi perilaku agresif di kalangan remaja, baik dalam bentuk *bullying* aktif maupun pasif. Selain itu, penelitian oleh Tsaousis (2016) juga mendukung bahwa victimisasi oleh teman sebaya berhubungan negatif dengan self-esteem. Individu yang sering menjadi korban *bullying* cenderung mengalami penurunan *self-esteem* yang signifikan, yang semakin memperburuk kondisi psikologis mereka.

Hal ini menunjukkan bahwa *bullying*, baik dalam bentuk tradisional maupun siber, dapat memiliki dampak jangka panjang yang merugikan terhadap harga diri remaja, memperparah keadaan mental mereka, dan memperkuat siklus *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah atau sosial. Penelitian oleh Hasniati et al. (2024) menambahkan perspektif lebih lanjut dengan menyoroti faktor-faktor psikologis, sosial, dan fisik yang mempengaruhi perilaku self-harm pada korban *bullying*. Penelitian ini menemukan bahwa *bullying* dapat meningkatkan tingkat depresi, stres, gangguan tidur, dan pada akhirnya memicu perilaku menyakiti diri sendiri di kalangan remaja. Dampak psikologis yang ditimbulkan oleh *bullying* tidak hanya terbatas pada penurunan self-esteem, tetapi juga dapat menyebabkan gangguan mental yang lebih serius seperti kecemasan dan depresi yang dapat memengaruhi kualitas hidup korban secara keseluruhan.

Secara keseluruhan, ketiga penelitian ini menegaskan hubungan erat antara *bullying*, *self-esteem* yang rendah, dan dampak psikologis yang merugikan pada remaja. Berdasarkan temuan-temuan ini, dapat disimpulkan bahwa pendekatan yang lebih holistik diperlukan untuk menangani masalah *bullying*, dengan tidak hanya fokus pada korban, tetapi juga pada pelaku *bullying*. Hal ini penting untuk mengidentifikasi dan mengatasi akar penyebab *bullying* serta memberikan intervensi yang tepat guna meminimalkan dampak buruknya terhadap perkembangan psikologis dan sosial remaja.

Penelitian oleh Mungala, B., & Nabuzoka, D. (2020) yang berjudul *Relationship Between Bullying Experiences, Self-esteem and Depression Among Secondary School Pupils* menunjukkan adanya hubungan negatif antara pengalaman bullying dan tingkat self-esteem remaja. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa semakin sering remaja menjadi korban bullying, semakin rendah *self-esteem* mereka, yang pada gilirannya meningkatkan risiko depresi. *Bullying*, baik dalam bentuk fisik maupun verbal, memiliki dampak signifikan

terhadap kondisi psikologis remaja, memperburuk citra diri mereka, dan memperburuk masalah mental seperti depresi. Temuan ini mendukung pentingnya penanganan *bullying* dengan cara yang lebih holistik, yang tidak hanya melibatkan korban tetapi juga faktor-faktor penyebab yang mungkin berkontribusi terhadap perilaku *bullying* tersebut. Sementara itu, penelitian Pascual-Sanchez et al. (2021) dengan judul *Personality Traits and Self-esteem in Traditional Bullying and Cyberbullying* menyoroti pentingnya kepribadian individu dalam kaitannya dengan perundungan tradisional dan siber.

Penelitian ini menemukan bahwa faktor kepribadian seperti keterbukaan dan neurotisisme berhubungan dengan tingkat *bullying*, baik di dunia nyata maupun di dunia maya, serta dengan rendahnya *self-esteem*. *Self-esteem* yang rendah menjadikan remaja lebih rentan terhadap pengalaman bullying, baik dalam interaksi sosial secara langsung maupun melalui media digital. Kepribadian seseorang juga dapat mempengaruhi seberapa besar mereka terpengaruh oleh perundungan tersebut, dengan remaja yang memiliki *self-esteem* rendah cenderung lebih mudah menjadi sasaran bullying. Kedua penelitian ini memberikan gambaran bahwa *self-esteem* yang buruk, baik karena pengalaman *bullying* maupun faktor kepribadian tertentu, dapat memperburuk kesejahteraan psikologis remaja dan meningkatkan kerentanannya terhadap perilaku agresif dari teman sebaya.

Tabel 1. Matrik Analisa Data pada Artikel yang digunakan dalam Literature Review

No	Peneliti	Topik Penelitian	Temuan Utama	Hubungan dengan Self-Esteem
1	Jamil & Daryanti (2020)	Pengaruh pola asuh orangtua terhadap perilaku <i>bullying</i>	Pola asuh orangtua mempengaruhi perilaku <i>bullying</i> di sekolah. <i>Bullying</i> dapat berdampak negatif pada perkembangan <i>self-esteem</i> remaja.	Pola asuh yang buruk dapat menurunkan self-esteem, meningkatkan kecenderungan perilaku <i>bullying</i> .
2	Mungala & Nabuzoka (2020)	Pengaruh <i>bullying</i> terhadap <i>self-esteem</i> dan depresi pada remaja	<i>Bullying</i> menurunkan <i>self-esteem</i> dan meningkatkan tingkat depresi pada remaja. Perempuan lebih rentan terhadap dampak <i>bullying</i> dibandingkan laki-laki.	<i>Bullying</i> menurunkan self-esteem, terutama pada remaja yang lebih sering menjadi korban.
3	Wang (2019)	Perbandingan pengaruh perundungan tradisional dan siber terhadap self-esteem	Perundungan tradisional lebih memengaruhi <i>self-esteem</i> dibandingkan perundungan siber dan lebih sering terjadi. Korban	Perundungan tradisional lebih berbahaya bagi <i>self-esteem</i> dibandingkan

			dan pelaku perundungan berisiko menderita masalah kesehatan mental.	siber, dan meningkatkan risiko masalah kesehatan mental.
4	Palermi et al. (2022)	Hubungan antara <i>self-esteem</i> dan perilaku <i>bullying/cyberbullying</i>	Remaja dengan <i>self-esteem</i> tinggi lebih terlindungi dari <i>bullying/cyberbullying</i> . Profil <i>self-esteem</i> yang baik dapat mengurangi perilaku agresif baik aktif maupun pasif.	<i>Self-esteem</i> tinggi membantu melindungi remaja dari <i>bullying</i> dan <i>cyberbullying</i> , serta mengurangi perilaku agresif.
5	Tsaousis (2016)	Hubungan antara victimisasi oleh teman sebaya dan <i>self-esteem</i>	Terdapat hubungan negatif antara victimisasi oleh teman sebaya dengan <i>self-esteem</i> . Individu yang sering menjadi korban <i>bullying</i> cenderung memiliki <i>self-esteem</i> yang lebih rendah.	<i>Bullying</i> , baik tradisional maupun siber, merusak <i>self-esteem</i> dan memperburuk kondisi psikologis korban.
6	Hasniati et al. (2024)	Faktor-faktor psikologis, sosial, dan fisik yang mempengaruhi perilaku self-harm pada korban <i>bullying</i>	<i>Bullying</i> meningkatkan tingkat depresi, stres, dan gangguan tidur, yang berujung pada perilaku self-harm. Dampaknya tidak hanya menurunkan <i>self-esteem</i> tetapi juga menyebabkan kecemasan dan depresi yang memengaruhi kualitas hidup korban.	Dampak <i>bullying</i> yang lebih luas tidak hanya merusak <i>self-esteem</i> tetapi juga memperburuk kondisi mental seperti kecemasan, depresi, dan gangguan tidur yang memengaruhi kualitas hidup.
7	Mungala, B., & Nabuzoka, D. (2020).	Relationship Between Bullying Experiences, Self-esteem and Depression Among Secondary School Pupils	Penelitian ini menemukan adanya hubungan terbalik antara pengalaman bullying dan <i>self-esteem</i> , serta meningkatnya tingkat depresi di kalangan siswa yang sering menjadi korban bullying.	Pengalaman bullying dapat menurunkan <i>self-esteem</i> siswa, dengan dampak negatif pada kondisi mental mereka, termasuk meningkatkan tingkat depresi.
8	Pascual-Sanchez, A., Hickey, N., Mateu, A., Martinez-Herves, M.,	Personality Traits and Self-esteem in Traditional Bullying and Cyberbullying	Penelitian ini menunjukkan bahwa kepribadian tertentu, seperti keterbukaan dan neurotisisme, berhubungan dengan tingkat bullying	Self-esteem yang rendah dapat meningkatkan kerentanannya terhadap perundungan, baik

Kramer, T., & Nicholls, D. (2021).	dan cyberbullying, serta self-esteem yang rendah.	tradisional maupun siber, dan kepribadian berpengaruh terhadap kecenderungan bullying.
------------------------------------	---	--

Remaja dengan *self-esteem* yang baik cenderung lebih percaya diri, merasa diterima dalam kelompok sosial, dan tidak takut untuk menghadapi kegagalan. Sebaliknya, remaja dengan *self-esteem* yang rendah sering merasa terisolasi, cemas, dan lebih rentan menjadi korban *bullying*. Oleh karena itu, penting untuk memprioritaskan peningkatan *self-esteem* pada remaja sebagai langkah pencegahan terhadap *bullying*. Penelitian yang dilakukan oleh Jamil & Daryanti (2020) menunjukkan bahwa pola asuh orangtua memiliki dampak signifikan terhadap perilaku *bullying*, yang pada gilirannya dapat memengaruhi *self-esteem* remaja.

Kesimpulan dari pembahasan ini menunjukkan bahwa *bullying* memiliki dampak yang signifikan terhadap *self-esteem* remaja, baik sebagai pelaku maupun korban. Penurunan *self-esteem* yang dialami oleh remaja, yang sering kali dipicu oleh faktor-faktor seperti pola asuh orangtua yang buruk, masalah keluarga, atau perundungan, dapat meningkatkan kerentanannya terhadap perilaku agresif dan gangguan psikologis, seperti depresi, kecemasan, dan gangguan tidur. Oleh karena itu, pendekatan holistik yang tidak hanya fokus pada korban tetapi juga pada pelaku *bullying* sangat penting untuk mengatasi akar penyebabnya dan memberikan dukungan yang diperlukan untuk memperbaiki *self-esteem* remaja, serta meminimalkan dampak negatifnya terhadap perkembangan sosial dan psikologis mereka.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Remaja, terutama yang berusia antara 12 dan 15 tahun, sangat menghargai harga diri. Remaja yang memiliki rasa penerimaan diri yang sehat cenderung lebih percaya diri, memiliki keterampilan sosial yang baik, dan tidak takut gagal. Sebaliknya, remaja yang memiliki harga diri yang buruk mungkin mengalami kesepian, kecemasan, dan peningkatan kerentanan terhadap perundungan. Perundungan dapat mengurangi harga diri, yang berdampak buruk pada kesehatan mental dan perkembangan remaja secara umum. Lebih jauh, penelitian menunjukkan bahwa lingkungan sosial, masalah pribadi, dan gaya pengasuhan semuanya dapat memengaruhi tingkat perundungan yang terjadi.

Dalam konteks ini, penting untuk mengimplementasikan pendekatan yang lebih holistik dalam menangani *bullying*, yang tidak hanya menargetkan korban, tetapi juga pelaku *bullying*.

Peran keluarga dalam mengatasi *bullying* dan peranannya dalam mencegah penurunan *self-esteem*. Upaya preventif yang lebih fokus pada faktor-faktor penyebab *bullying*, seperti permasalahan keluarga dan lingkungan sosial, dapat membantu mengurangi dampak negatif *bullying* terhadap remaja. Berdasarkan temuan-temuan tersebut, disarankan agar pihak sekolah, orangtua, dan masyarakat lebih memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self-esteem* remaja. Penekanan pada penguatan *self-esteem* remaja harus dilakukan melalui program-program yang mempromosikan penerimaan diri dan kepercayaan diri. Selain itu, perlunya dukungan sosial yang lebih fokus pada lingkungan keluarga dan sekolah untuk memberikan ruang bagi remaja untuk mengatasi masalah pribadi yang dapat berkontribusi terhadap *bullying*. Pendekatan ini akan membantu menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi perkembangan psikologis remaja.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, M. G. A. E., & El-slamoni, M. A. E. A. (2018). The Impact of School Bullying on Students' Self-esteem in Preparatory School. *American Journal of Nursing Research*, 6(6), 679–688.
- Jamil, M. U., & Daryanti Eneng. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang dengan Bullying Di SMP Jamanis Kabupaten Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 5(2), 42–53.
- Mungala, B., & Nabuzoka, D. (2020). Relationship Between Bullying Experiences, Self-esteem and Depression Among Secondary School Pupils. *Medical Journal of Zambia*, 47(2), 106–111.
- Pascual-Sanchez, A., Hickey, N., Mateu, A., Martinez-Herves, M., Kramer, T., & Nicholls, D. (2021). Personality Traits and *Self-esteem* in Traditional *Bullying* and *Cyberbullying*. *Personality and Individual Differences*, 177.
- Patria, T. M., & Silaen, M. S. J. (2020). Hubungan Self Esteem dan Adversity Quotient dengan Kemandirian Belajar Pada Siswa Kelas X Di MAN 20 Jakarta Timur. *Jurnal Ikra Ith Humaniora*, 4(1), 24–37.
- Silva, G. R. R. e., Lima, M. L. C. de, Acioli, R. M. L., & Barreira, A. K. (2020). Prevalence and Factors Associated with Bullying: Differences Between The Roles of Bullies and Victims of *Bullying*. *Jornal de Pediatria*, 96(6), 693–701.
- van Aalst, D. A. E., Huising, G., Mainhard, T., Cillessen, A. H. N., & Veenstra, R. (2021). Testing How Teachers' Self-Efficacy and Student-Teacher Relationships Moderate the Association Between Bullying, Victimization, and Student Self-Esteem. *European Journal of Developmental Psychology*, 18(6), 928–947.
- Wang, C. W., Musumari, P. M., Techasrivichien, T., Suguimoto, S. P., Tateyama, Y., Chan, C. C., Ono-Kihara, M., Kihara, M., & Nakayama, T. (2019). Overlap of Traditional Bullying and Cyberbullying and Correlates of Bullying Among Taiwanese Adolescents: A Cross-Sectional Study. *BMC Public Health*, 19(1), 1–14.