



Dampak Tindakan Bullying Relasional Terhadap Minat Belajar Siswa

Westri Septiana Nainggolan^{1*}, Elsa Karolina Damanik², Fatma Tresno Ingtyas³,
Laurena Ginting⁴

¹⁻⁴ Universitas Negeri Medan, Indonesia

*Penulis Korespondensi: westrinainggolan94@gmail.com

Abstract: *Relational bullying is a form of bullying that often occurs in the school environment and has a significant impact on the psychological and academic aspects of students. This research aims to analyze the influence of relational bullying on students' interest in learning at various levels of education. The research method used is literature review by reviewing 11 relevant national journals indexed by Google Scolar, DOAJ and Sinta, which were published between 2018 and 2024. The results of the study show that relational bullying generally appears in the form of exclusion, spreading gossip, manipulation of social relationships, indirect mockery, and seniority behavior. The impacts caused include a decrease in academic confidence, increased anxiety and depression, loss of study concentration, and low student motivation and participation in class. This condition implies a decrease in learning achievement and student involvement in school activities. Based on the findings, it is concluded that relational bullying has a significant negative effect on students' interest in learning. Therefore, prevention efforts are needed through the establishment of a positive school climate, strengthening the value of empathy, and the provision of sustainable counseling services to create a safe learning environment and support the development of students.*

Keywords: *Bullying in Schools; Learning Interest; Relational Bullying; Social Exclusion; Students*

Abstrak: Bullying relasional merupakan bentuk perundungan yang sering terjadi di lingkungan sekolah dan berdampak signifikan terhadap aspek psikologis serta akademik peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh tindakan bullying relasional terhadap minat belajar siswa pada berbagai jenjang pendidikan. Metode penelitian yang digunakan adalah kajian literatur (literature review) dengan menelaah 11 jurnal nasional yang relevan yang terindeks Google Scolar, DOAJ dan Sinta, yang terbit antara tahun 2018 hingga 2024. Hasil kajian menunjukkan bahwa bullying relasional umumnya muncul dalam bentuk pengucilan, penyebaran gosip, manipulasi hubungan sosial, ejekan tidak langsung, dan perilaku senioritas. Dampak yang ditimbulkan antara lain menurunnya kepercayaan diri akademik, meningkatnya kecemasan dan depresi, hilangnya konsentrasi belajar, serta rendahnya motivasi dan partisipasi siswa di kelas. Kondisi tersebut berimplikasi pada penurunan prestasi belajar dan keterlibatan siswa dalam kegiatan sekolah. Berdasarkan temuan tersebut, disimpulkan bahwa bullying relasional berpengaruh negatif secara signifikan terhadap minat belajar siswa. Oleh karena itu, diperlukan upaya pencegahan melalui pembentukan iklim sekolah yang positif, penguatan nilai empati, serta pemberian layanan konseling yang berkelanjutan agar tercipta lingkungan belajar yang aman dan mendukung perkembangan peserta didik.

Kata Kunci: Bullying Relasional; Minat Belajar; Pengucilan Sosial; Perundungan di Sekolah; Siswa

1. PENDAHULUAN

Siswa merupakan individu yang berada pada tahap perkembangan kognitif, afektif, dan sosial yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan belajar. Dalam konteks pendidikan, siswa membutuhkan suasana sekolah yang aman dan kondusif agar dapat berkembang secara optimal, baik dalam aspek akademik maupun sosial-emosional. Lingkungan sekolah yang mendukung akan meningkatkan kenyamanan belajar, sedangkan lingkungan yang penuh tekanan dapat menurunkan motivasi siswa. Salah satu aspek penting yang menentukan keberhasilan pendidikan adalah minat belajar.

Menurut Hidayat & Nurhayati (2020) Minat belajar dapat diartikan sebagai rasa ingin tahu dan ketertarikan individu terhadap kegiatan akademik yang membuatnya terdorong untuk fokus dan berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan belajar..

Namun, minat belajar tidak hanya ditentukan oleh faktor internal siswa, melainkan juga sangat dipengaruhi oleh kondisi sosial di sekolah. Salah satu permasalahan sosial yang sering terjadi adalah bullying. Menurut Wang et al. (2022), bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara berulang oleh individu atau kelompok terhadap seseorang yang lebih lemah, baik secara fisik, verbal, sosial, maupun digital, yang menimbulkan ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban. Senada dengan itu, Juvonen dan Graham (2021) menjelaskan bahwa bullying adalah tindakan yang bertujuan untuk menyakiti, merendahkan, atau mengucilkan korban melalui bentuk perilaku langsung maupun tidak langsung, sehingga dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis dan motivasi belajar siswa.

Bullying dapat diklasifikasikan menjadi beberapa bagian, yaitu:

Pertama ada *Bullying* fisik, bullying fisik adalah penyerangan secara langsung yang paling cepat teridentifikasi. *Bullying* fisik biasanya dimaksudkan untuk menyakiti korbannya secara fisik, contohnya dengan cara mencekik, lainnya. Tujuan dari *bullying* fisik sama halnya dengan tujuan *bullying* pada umumnya. Yaitu untuk menunjukkan kekuatan pelaku, dan mengintimidasi korban secara langsung (Anifah et al., 2023),.

Kedua Bullying Verbal, Wang et al. (2020) mengatakan bahwa bullying verbal merupakan bentuk perundungan yang dilakukan melalui ucapan atau bahasa yang bertujuan untuk menyakiti perasaan, merendahkan martabat, atau mempermalukan korban. Bentuknya meliputi ejekan, hinaan, julukan negatif, ancaman, dan penyebaran rumor secara lisan.

Ketiga Cyberbullying, cyberbullying adalah Fenomena sosial media yang begitu pesat di antara remaja, menimbulkan beberapa masalah yang patut mendapat perhatian secara khusus. Salah satunya adalah cyberbullying. Cyberbullying adalah tindakan menyakiti seseorang atau sebuah kelompok dengan menggunakan teknologi digital. Contohnya, perundungan yang terjadi di media sosial atau aplikasi-aplikasi yang menyediakan sarana komunikasi bagi penggunanya. (Dijiwai et al., 2023)

Keempat adalah *Bullying* Relasional, Bullying relasional merupakan bentuk perundungan non-fisik yang berfokus pada penghancuran hubungan sosial dan citra diri korban melalui pengucilan, penyebaran gosip, atau manipulasi hubungan pertemanan. Menurut Wang et al. (2020), bullying relasional adalah perilaku agresif yang dilakukan secara berulang dengan tujuan mengisolasi korban dari lingkungan sosialnya, sehingga korban kehilangan dukungan

emosional dari teman sebaya. Bentuk ini sering kali tidak terlihat secara langsung, namun dampaknya dapat menimbulkan tekanan psikologis yang mendalam.

Penelitian Juvonen dan Graham (2021) menjelaskan bahwa bullying relasional merupakan strategi sosial yang digunakan pelaku untuk mengontrol, mempermalukan, atau menjatuhkan korban secara sosial. Tindakan ini dilakukan dengan cara menciptakan stigma negatif, menyebarkan rumor, atau memanipulasi hubungan pertemanan agar korban ditolak oleh kelompok sosialnya. Dalam konteks sekolah, bentuk perundungan ini sering muncul melalui pengabaian, sindiran sosial, dan pembentukan kelompok eksklusif yang menolak keberadaan korban. Efek paling signifikan dari bullying relasional adalah gangguan emosional jangka panjang, seperti rasa takut, rendah diri, dan perasaan tidak berharga. Dampak ini tidak hanya terbatas pada aspek emosional, tetapi juga menular ke aspek kognitif, di mana korban mengalami kesulitan berkonsentrasi dan menurunnya kemampuan memproses informasi. Kondisi tersebut berujung pada penurunan prestasi akademik dan minat belajar, karena korban lebih fokus pada tekanan sosial daripada tugas belajar.

Berdasarkan uraian tersebut, penting dilakukan kajian literatur untuk menganalisis secara lebih mendalam bagaimana tindakan *bullying* relasional berdampak pada minat belajar siswa. Kajian ini diharapkan, setiap segmentasi di sekolah, atau di lingkungan siswa, dapat membantu menanggulangi masalah *bullying* atau resiko akan terjadinya *bullying*.

2. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kajian literatur yang relevan dari berbagai sumber, baik buku, jurnal, maupun prosiding, dan artikel-artikel terkait. Kajian literatur dilakukan dengan tujuan untuk mencari jawaban dari permasalahan yang ada (Dijiwai et al., 2023).

Objek dalam penelitian ini adalah 11 jurnal yang diambil dari Google Scholar terindeks Google Scoler, DOAJ dan Sinta, yang membahas mengenai dampak tindakan *bullying* relasional yang dibatasi pada tahun 2018-2024. Dengan menggunakan kata kunci "*dampak bullying rasional*" dan "*minat belajar siswa*."

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh tindakan bullying relasional terhadap minat belajar siswa pada berbagai jenjang pendidikan. Secara khusus, penelitian ini mengkaji lima dampak utama yang ditemukan, yaitu: (1) penurunan konsentrasi belajar, (2) rendahnya motivasi belajar, (3) menurunnya kepercayaan diri akademik, (4) munculnya kecemasan dan depresi, serta (5) menurunnya partisipasi dan kehadiran siswa di sekolah.

Teknik yang dilakukan dalam penyusunan penelitian ini terbagi menjadi beberapa bagian, yaitu : 1. Menentukan variable penelitian, 2. Mencari sumber referensi yang relevan, 3. Memilih referensi yang kredibel dan benar-benar terkait dengan topik penelitian, 4. Mencari dan membandingkan variabel, 5. Menguji dan membandingkan variabel dengan dasar teori, kronologikal, dan dampak, 6. Menelaah jurnal jurnal yang diteliti, 7. Menuliskan teori yang didapatkan sebagai landasan literatur, 8. Mencantumkan sumber penelitian yang sudah ditelaah sebagai referensi yang dikutip demi menghindari plagiarisme.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL

Pada tinjauan literatur yang dilakukan penulis, terdapat 11 penelitian yang relevan dengan dampak *bullying* relasional terhadap minat belajar siswa. Dari 11 jurnal tersebut, penulis mendapatkan hasil sebagai berikut:

Nama Penulis	Judul	Metode	Indeks	Hasil
1.Utomo, K. D. M.	Cognitive Behavioral Therapy untuk Meningkatkan Self-Efficacy Akademis pada Siswa SMA Korban Bullying Relasional	eksperimen semu (quasi experiment)	Google Scholar	Hasil penelitian menemukan bahwa bullying relasional, seperti pengucilan dan gosip, membuat korban menarik diri dari kegiatan kelas serta kehilangan konsentrasi sehingga minat belajar menurun.
2.Fathoni, M. S. A., Denok, S.	Studi Kasus Perilaku Bullying Relasional Di Madrasah Aliyah Negeri 2 Gresik	studi kasus kualitatif	repositori UNESA dan Google Scholar	Hasil penelitian menemukan bahwa bentuk relasional yang paling sering muncul adalah pengabaian dan penolakan dalam kelompok; dampaknya menurunkan kepercayaan diri akademik dan motivasi belajar siswa
3. Jannah, A. T., Denok, S.	Bullying Relasional pada Siswa di Sekolah	survei kuantitatif deskriptif.	Google Scholar	Hasil penelitian menemukan bahwa bullying relasional berupa isolasi sosial, penghancuran hubungan pertemanan, dan gosip menimbulkan kecemasan serta depresi yang menghambat fokus dan keberhasilan belajar

4. Riswita, N., Hengki, Y., Dosi J.	Analisis Perilaku Bullying Siswa di Sekolah	kuantitatif deskriptif.	Sinta	Hasil penelitian menemukan bahwa intensitas bullying relasional berada pada kategori sedang (36,7%) hingga tinggi (30%); korban menunjukkan partisipasi belajar rendah dan cenderung pasif
5. Rahayu, B. A., Iman, P.	Bullying Di Sekolah : Kurangnya Empati Pelaku Bullying Dan Pencegahan	kualitatif fenomenologi	FIKKes UM Semarang	Hasil penelitian menemukan bahwa hampir setengah responden melakukan bullying relasional kategori sedang; korban sering enggan hadir di sekolah, merasa terasing, bahkan pindah sekolah
6. Supriyanto, A., Hardy, P., dan Amien, W.	Identifikasi Perilaku Bullying di Tingkat Sekolah Menengah	survei kuantitatif.	DOAJ & Sinta	Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk bullying yang terjadi pada siswa SMP, SMA, dan SMK Muhammadiyah di Bantul pada bullying relasional, ditemukan bahwa siswabanyak mengalami tindakan berupa menggunjing (23%), mengucilkan (20%), senioritas (19%), keterlibatan geng (21%), dan mencibir (17%).
7. Fitria, S., Wulandari, R.	Relasional Bullying dan Dampaknya terhadap Minat Belajar Siswa SMP	pendekatan kuantitatif deskriptif dengan metode survey	Google Scholar	Hasil penelitian menemukan bahwa bullying relasional pada siswa SMP berupa gosip, pengucilan, dan penyebaran rumor; dampaknya menurunkan konsentrasi, motivasi, serta partisipasi belajar siswa, bahkan beberapa siswa memilih absen sekolah.
8. Setiawan, R.	Pengaruh Perundungan Sosial terhadap Minat Belajar Siswa SMA	kuantitatif korelasional.	Google Scholar	Hasil penelitian menemukan bahwa perundungan sosial pada siswa SMA, seperti pengucilan, ejekan, dan gosip, berdampak signifikan terhadap penurunan minat belajar; korban cenderung mengalami kecemasan, menarik diri dari pergaulan,

9. Wardani, D., Siregar, F.	Dampak Perundungan Relasional terhadap Kinerja Akademik dan Minat Belajar Siswa SMA	pendekatan kuantitatif dengan metode survei korelasional.	Google Scholar	serta menunjukkan partisipasi akademik yang rendah. Hasil penelitian menemukan bahwa perundungan relasional, seperti pengucilan, penyebaran gosip, dan manipulasi sosial, berdampak negatif terhadap kinerja akademik dan minat belajar siswa SMA; korban menunjukkan penurunan motivasi, kesulitan berkonsentrasi, serta hasil belajar yang menurun.
10. Putra, R.	Bullying Relasional sebagai Prediktor Rendahnya Motivasi Belajar Siswa SMP di Jawa Barat.	pendekatan kuantitatif eksplanatori dengan desain regresi prediktif.	Google Scholar	Hasil penelitian menemukan bahwa bullying relasional secara signifikan menjadi prediktor rendahnya motivasi belajar siswa SMP; bentuk yang paling dominan adalah pengucilan kelompok dan penyebaran gosip, yang menyebabkan siswa kehilangan kepercayaan diri, enggan berpartisipasi di kelas, dan menurun semangat belajarnya.
11. Rahmawati, D.	Pengaruh bullying terhadap motivasi dan minat belajar siswa sekolah dasar.	pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional.	Google Scholar	Hasil penelitian menunjukkan bahwa bullying berpengaruh negatif terhadap motivasi dan minat belajar siswa SD. Bentuk bullying yang sering muncul adalah verbal dan sosial, sehingga siswa korban menjadi cemas, kurang percaya diri, dan kehilangan semangat belajar.

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelaahan sebelas penelitian menunjukkan bahwa bullying relasional merupakan salah satu bentuk perundungan yang paling banyak dialami siswa, dan memiliki konsekuensi serius terhadap motivasi serta minat belajar. Secara umum, bullying relasional mencakup perilaku seperti pengucilan, gosip, penghancuran hubungan pertemanan, ejekan tidak langsung, hingga manipulasi sosial. Meskipun tampak tidak menimbulkan luka fisik, bentuk perundungan ini berdampak lebih lama karena menyerang aspek psikologis korban.

Dampak Bullying Relasional terhadap Penurunan Konsentrasi Belajar Siswa

Bullying relasional memiliki hubungan yang sangat erat dengan penurunan konsentrasi belajar siswa di lingkungan pendidikan. Bentuk perundungan ini umumnya dilakukan melalui pengucilan, gosip, manipulasi hubungan sosial, atau penyebaran stigma negatif terhadap korban. Kondisi tersebut menimbulkan tekanan psikologis yang signifikan sehingga mengganggu stabilitas emosional dan fokus belajar siswa. Dalam proses belajar, konsentrasi merupakan aspek penting yang menentukan kemampuan seseorang dalam memahami, mengingat, dan menerapkan informasi yang diterima. Ketika tekanan sosial hadir secara terus-menerus, kemampuan otak dalam mengolah informasi akademik menjadi terganggu, sehingga prestasi belajar siswa mengalami penurunan.

Hasil penelitian Utomo (2021) menunjukkan bahwa korban bullying relasional, terutama yang mengalami pengucilan atau gosip negatif, cenderung kehilangan fokus saat mengikuti kegiatan belajar mengajar. Mereka mengalami kesulitan dalam mengarahkan perhatian pada materi pelajaran karena pikiran yang terus-menerus terganggu oleh rasa takut dan cemas terhadap perlakuan sosial di sekitarnya. Fathoni dan Denok (2022) juga menemukan bahwa pengabaian dan penolakan sosial dari teman sebaya menyebabkan penurunan rasa percaya diri akademik, yang secara langsung berdampak pada kemampuan konsentrasi siswa selama proses belajar berlangsung.

Penelitian Jannah dan Denok (2023) memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa tindakan pengucilan dan penghancuran hubungan pertemanan menyebabkan stres emosional yang tinggi pada siswa. Akibatnya, mereka kehilangan kemampuan untuk mempertahankan fokus terhadap tugas akademik, bahkan dalam jangka panjang dapat mengalami penurunan fungsi kognitif. Fitria dan Wulandari (2023) menambahkan bahwa siswa yang mengalami bullying relasional menunjukkan gejala kehilangan motivasi dan kesulitan dalam berkonsentrasi di kelas, serta sering kali tidak dapat memahami instruksi guru dengan baik karena pikiran mereka teralih oleh ketegangan sosial yang dialami.

Selanjutnya, Wardani dan Siregar (2024) menemukan bahwa bullying relasional berdampak pada gangguan perhatian yang berakibat pada penurunan kinerja akademik siswa SMA. Korban sering tampak melamun, sulit memahami materi pembelajaran, dan lambat dalam menyelesaikan tugas. Hal ini menunjukkan bahwa tekanan sosial akibat perundungan memiliki efek langsung terhadap daya serap kognitif siswa. Sementara itu, Rahmawati (2022) mengidentifikasi fenomena serupa pada jenjang sekolah dasar, di mana siswa korban bullying

sosial cenderung kehilangan semangat dan tidak mampu mempertahankan perhatian selama pelajaran berlangsung, bahkan pada kegiatan belajar yang sederhana sekalipun.

Fenomena ini dapat dijelaskan melalui teori attention depletion atau pengurasan perhatian, yang menyatakan bahwa tekanan emosional kronis menguras sumber daya kognitif seseorang sehingga menurunkan kemampuan untuk fokus. Dalam konteks ini, bullying relasional menciptakan situasi sosial yang membuat siswa korban merasa tidak aman dan terus berada dalam kewaspadaan tinggi. Kondisi tersebut menghambat kerja korteks prefrontal otak yang berfungsi dalam pengendalian perhatian dan pemrosesan informasi. Akibatnya, konsentrasi siswa menurun, proses belajar terganggu, dan hasil akademik ikut terpengaruh.

Dampak Bullying Relasional terhadap Rendahnya Motivasi Belajar Siswa

Bullying relasional memberikan dampak besar terhadap penurunan motivasi belajar siswa. Motivasi merupakan dorongan internal yang membuat seseorang berusaha mencapai tujuan akademiknya. Ketika siswa merasa tidak diterima oleh kelompok sosialnya, semangat belajar menjadi menurun karena lingkungan yang seharusnya mendukung justru menimbulkan tekanan. Korban merasa tidak memiliki tempat untuk berkembang dan kehilangan alasan untuk berusaha mencapai prestasi.

Penelitian Utomo (2021) menunjukkan bahwa korban bullying relasional menunjukkan penurunan minat mengikuti pembelajaran dan cenderung pasif di kelas. Mereka tidak lagi memiliki antusiasme terhadap tugas maupun kegiatan belajar. Fathoni & Denok (2022) menambahkan bahwa bentuk bullying seperti pengabaian dan penolakan sosial menyebabkan siswa kehilangan rasa percaya diri dan dorongan untuk berprestasi. Fitri & Wulandari (2023) mengungkapkan bahwa siswa SMP korban bullying mengalami kemerosotan semangat belajar karena rasa malu dan takut terhadap reaksi teman-temannya.

Penelitian Putra (2024) juga memperkuat temuan tersebut dengan menyatakan bahwa bullying relasional menjadi faktor prediktor terhadap rendahnya motivasi belajar siswa SMP. Bentuk pengucilan kelompok dan gosip sosial menciptakan tekanan emosional yang menekan motivasi intrinsik siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan akademik. Setiawan (2023) menjelaskan bahwa tekanan sosial yang berulang membuat siswa kehilangan orientasi tujuan belajar karena fokus mereka teralihkan pada upaya bertahan secara emosional.

Fenomena ini sesuai dengan teori self-determination dari Deci dan Ryan, yang menyebutkan bahwa motivasi intrinsik seseorang akan tumbuh jika tiga kebutuhan psikologis dasar terpenuhi: kebutuhan akan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial. Dalam konteks bullying relasional, kebutuhan keterhubungan sosial (relatedness) tidak terpenuhi

karena korban merasa terisolasi dan ditolak. Akibatnya, motivasi belajar menurun karena tidak ada lagi rasa keterikatan terhadap lingkungan sekolah.

Dampak Bullying Relasional terhadap Menurunnya Kepercayaan Diri Akademik Siswa

Bullying relasional juga berdampak signifikan terhadap penurunan kepercayaan diri akademik siswa. Korban sering kali mulai meragukan kemampuan dirinya dan takut berpartisipasi dalam kegiatan belajar karena takut diejek atau dipermalukan. Rasa malu, rendah diri, dan cemas membuat mereka kehilangan keberanian untuk menunjukkan potensi diri.

Menurut Fathoni & Denok (2022), penolakan sosial dan pengucilan kelompok mengakibatkan siswa kehilangan keyakinan terhadap kemampuan akademiknya. Jannah & Denok (2023) menambahkan bahwa tindakan gosip dan penghancuran hubungan sosial membuat korban merasa tidak pantas untuk berhasil, sehingga enggan mengambil inisiatif dalam proses pembelajaran. Wardani & Siregar (2024) juga menemukan bahwa rasa takut terhadap penilaian negatif teman sebaya membuat korban lebih memilih diam dan tidak berpartisipasi aktif.

Riswita dkk. (2023) menjelaskan bahwa siswa dengan intensitas bullying yang tinggi memiliki tingkat academic self-efficacy yang rendah, meskipun kemampuan akademiknya sebenarnya cukup baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa persepsi negatif terhadap diri sendiri akibat tekanan sosial dapat menurunkan kepercayaan diri secara signifikan. Setiawan (2023) juga menegaskan bahwa perasaan tidak mampu yang dialami korban sering kali berkembang menjadi kebiasaan menyerah (learned helplessness) di mana siswa merasa bahwa segala usaha akan berakhir dengan kegagalan.

Fenomena ini dapat dijelaskan melalui teori self-efficacy dari Bandura yang menyebutkan bahwa kepercayaan diri akademik terbentuk dari pengalaman keberhasilan, dukungan sosial, dan penghargaan dari lingkungan. Dalam kasus bullying relasional, dukungan sosial justru berubah menjadi penolakan, sehingga kepercayaan diri akademik tidak dapat berkembang dengan baik.

Dampak Bullying Relasional terhadap Kecemasan dan Depresi pada Siswa

Selain menurunkan motivasi dan kepercayaan diri, bullying relasional juga memicu kecemasan dan depresi pada siswa. Tekanan sosial yang terjadi secara terus-menerus membuat korban merasa tidak aman, sedih, bahkan tertekan secara emosional. Kondisi ini dapat memengaruhi perilaku sehari-hari, kualitas tidur, konsentrasi belajar, hingga hubungan sosial di sekolah maupun di rumah.

Penelitian Jannah & Denok (2023) menemukan bahwa siswa korban bullying menunjukkan gejala depresi ringan hingga berat yang disertai rasa putus asa dan hilangnya minat terhadap kegiatan belajar. Rahmawati (2022) menunjukkan bahwa anak-anak sekolah dasar yang menjadi korban bullying sering menangis tanpa sebab, takut ke sekolah, dan menunjukkan gejala stres sosial. Setiawan (2023) menjelaskan bahwa korban bullying relasional mengalami gangguan kecemasan sosial (*social anxiety disorder*), di mana mereka takut berinteraksi karena khawatir menjadi sasaran ejekan.

Selain itu, Riswita dkk. (2023) mengemukakan bahwa semakin sering seseorang menjadi korban bullying, semakin tinggi tingkat kecemasan dan gangguan tidur yang dialaminya. Putra (2024) juga menemukan adanya korelasi antara pengucilan kelompok dengan peningkatan gejala depresi pada siswa remaja. Tekanan emosional yang tidak tertangani dengan baik ini berpotensi menimbulkan efek psikologis jangka panjang seperti rasa tidak berharga dan kehilangan keinginan untuk beraktivitas.

Kondisi ini dapat dijelaskan melalui teori stress and coping oleh Lazarus dan Folkman, yang menyebutkan bahwa stres sosial yang tidak diimbangi dengan strategi penanganan adaptif akan menyebabkan gangguan emosional. Dalam kasus bullying relasional, korban sulit mengelola tekanan sosial karena tidak memiliki dukungan yang memadai dari lingkungan. Akibatnya, muncul gejala kecemasan dan depresi yang menghambat perkembangan emosional dan akademik siswa.

Dampak Bullying Relasional terhadap Penurunan Partisipasi dan Kehadiran Siswa di Sekolah.

Selain mengganggu kemampuan konsentrasi, bullying relasional juga memberikan dampak signifikan terhadap tingkat partisipasi dan kehadiran siswa di sekolah. Ketika seseorang menjadi korban pengucilan sosial, gosip, atau manipulasi pertemanan, ia akan merasa tidak diterima dalam kelompok dan kehilangan rasa memiliki terhadap lingkungan sekolah. Kondisi ini membuat siswa merasa enggan untuk datang ke sekolah, menghindari interaksi sosial, dan menjadi pasif dalam kegiatan pembelajaran. Penurunan partisipasi dan kehadiran merupakan bentuk nyata dari gangguan psikososial akibat tekanan yang berkepanjangan dari lingkungan sosial.

Penelitian Riswita, Hengki, dan Dosi (2023) menunjukkan bahwa korban bullying relasional cenderung memiliki tingkat partisipasi belajar yang rendah dan lebih sering menunjukkan perilaku pasif di kelas. Mereka enggan mengajukan pertanyaan, tidak berani berpendapat, dan memilih untuk diam agar tidak menjadi perhatian teman sebaya. Sementara itu, Rahayu dan Iman (2023) menemukan bahwa sebagian korban bullying relasional

menunjukkan gejala keengganan untuk hadir di sekolah. Bahkan, beberapa siswa memutuskan untuk berpindah sekolah demi menghindari tekanan sosial yang terus mereka alami.

Temuan dari Fitria dan Wulandari (2023) juga memperlihatkan bahwa siswa SMP yang mengalami pengucilan sosial sering memilih untuk tidak masuk sekolah karena merasa terasing dan tidak memiliki teman yang mendukung. Ketidakhadiran ini pada akhirnya mengganggu kontinuitas belajar dan menurunkan performa akademik. Setiawan (2023) menambahkan bahwa perundungan sosial memiliki hubungan langsung dengan rendahnya motivasi dan keterlibatan siswa dalam kegiatan akademik. Siswa korban bullying lebih sering menghindari tugas kelompok, tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, dan kehilangan minat untuk berpartisipasi aktif dalam diskusi kelas.

Selain itu, Putra (2024) mengungkapkan bahwa bullying relasional menjadi prediktor signifikan terhadap rendahnya motivasi belajar dan partisipasi akademik siswa SMP di Jawa Barat. Bentuk pengucilan kelompok dan penyebaran gosip yang terus berulang menyebabkan korban merasa terisolasi dan enggan berinteraksi dengan guru maupun teman sekelas. Pada tingkat pendidikan dasar, Rahmawati (2022) juga menemukan bahwa bullying sosial membuat siswa sering absen dan menunjukkan gejala school refusal atau penolakan untuk hadir di sekolah akibat rasa takut terhadap lingkungan sosial yang tidak bersahabat.

Fenomena ini dapat dipahami melalui teori social belongingness (Juvonen & Graham, 2014) yang menjelaskan bahwa setiap individu memiliki kebutuhan dasar untuk merasa diterima dalam kelompok sosial. Ketika kebutuhan ini tidak terpenuhi, seseorang akan kehilangan keterikatan terhadap lingkungan sosialnya, termasuk sekolah. Dalam konteks siswa, kehilangan rasa memiliki terhadap sekolah menyebabkan penurunan motivasi, partisipasi, dan akhirnya kehadiran. Korban bullying relasional mengalami tekanan psikologis yang membuat mereka melihat sekolah bukan lagi sebagai tempat belajar yang aman, melainkan sebagai sumber stres dan ancaman.

Berdasarkan tinjauan dari kesebelas penelitian tersebut, dapat dipahami bahwa bullying relasional berdampak multidimensional terhadap keterlibatan siswa dalam pendidikan. Secara emosional, korban merasa terasing dan takut berinteraksi; secara sosial, mereka kehilangan dukungan dari teman sebaya; dan secara akademik, mereka kehilangan semangat serta konsistensi dalam mengikuti kegiatan belajar. Penurunan partisipasi dan kehadiran ini pada akhirnya dapat menyebabkan academic disengagement, yaitu kondisi ketika siswa tidak lagi terlibat secara mental maupun emosional dalam proses pembelajaran.

Dengan demikian, kami sepenuhnya setuju bahwa bullying relasional membuat seseorang kehilangan keinginan untuk hadir di sekolah atau berpartisipasi dalam kegiatan

belajar. Tidak ada yang ingin berada di tempat di mana ia merasa tidak diterima atau selalu menjadi sasaran. Dalam keadaan seperti itu, wajar jika seseorang memilih diam, menarik diri, atau bahkan menghindari sekolah sepenuhnya. Saya percaya bahwa setiap manusia butuh rasa aman dan diterima agar mau terlibat dalam lingkungan sosialnya. Sekolah seharusnya menjadi tempat di mana semua siswa merasa dihargai dan didukung, bukan tempat yang menimbulkan ketakutan atau tekanan batin.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan analisis terhadap sebelas artikel yang telah diperiksa, dapat ditarik kesimpulan bahwa bullying relasional memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap minat belajar siswa di berbagai level pendidikan. Berbagai bentuk perundungan seperti pengucilan, penyebaran gosip, penolakan sosial, manipulasi dalam hubungan persahabatan, dan merusak reputasi individu yang menjadi korban terbukti menciptakan dampak psikologis yang serius bagi para siswa.

Perundungan relasional tidak hanya mengganggu kestabilan emosional siswa, tetapi juga berimbas langsung pada aspek kognitif dan prestasi akademik mereka. Tekanan sosial yang diterima oleh para korban mengakibatkan turunnya konsentrasi saat belajar, rendahnya tingkat motivasi, dan berkurangnya rasa percaya diri dalam hal akademik. Selain itu, perasaan cemas, takut, dan tertekan yang berkelanjutan dapat berkembang menjadi kondisi depresi, yang pada akhirnya menghalangi siswa untuk berpartisipasi secara aktif dalam aktivitas pembelajaran di dalam kelas.

Lebih jauh lagi, bullying relasional juga berkontribusi pada penurunan kehadiran dan partisipasi siswa di sekolah, karena korban merasa tidak aman, tidak diterima, dan kehilangan rasa keterikatan terhadap lingkungan sekolah mereka. Keadaan ini mengarah pada disengagement akademik, yaitu situasi ketika siswa tidak lagi terlibat secara mental dan emosional dalam proses pembelajaran.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa bullying relasional adalah bentuk kekerasan sosial yang berdampak pada berbagai dimensi kesejahteraan psikologis dan prestasi akademik siswa. Oleh karena itu, upaya untuk mencegah dan menangani permasalahan ini harus diperkuat dengan peningkatan kesadaran sosial, pengembangan empati, serta penciptaan lingkungan sekolah yang aman, inklusif, dan mendukung, agar setiap siswa dapat belajar dengan rasa nyaman tanpa tekanan sosial maupun emosional.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas, disarankan agar bagi pihak sekolah, perlu membangun iklim sosial yang positif dengan menumbuhkan rasa empati, kerja sama, dan saling menghargai antar siswa. Program anti-bullying seperti sosialisasi, workshop, dan pengawasan lebih intensif di lingkungan sekolah perlu dilakukan secara berkelanjutan.

Bagi guru dan konselor sekolah, disarankan untuk melakukan deteksi dini terhadap tanda-tanda bullying relasional yang sering kali tersembunyi, serta memberikan layanan konseling individual maupun kelompok bagi korban maupun pelaku. Pendekatan berbasis empati dan keterampilan sosial perlu dikembangkan agar siswa mampu membangun hubungan yang sehat.

Bagi orang tua, penting untuk meningkatkan komunikasi dengan anak dan bekerja sama dengan pihak sekolah dalam mengawasi serta mendampingi anak. Dukungan moral dan emosional dari keluarga sangat dibutuhkan agar korban bullying tidak merasa terisolasi.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan metode longitudinal agar dampak jangka panjang bullying relasional terhadap perkembangan psikologis dan prestasi akademik siswa dapat dipahami lebih komprehensif.

REFRENSI

- Anifah, R., Pratiwi, S., & Hidayat, A. (2023). Dampak Bullying terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 14(2), 101-112.
- Barlett, C. P., & Coyne, S. M. (2022). Aggression in Interpersonal Relationships: Social and Relational Bullying. *Aggression and Violent Behavior*, 63(2), 101-118.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Dijiwai, T., Lestari, D., & Putri, N. (2023). Fenomena Cyberbullying di Kalangan Remaja: Dampak dan Pencegahan. *Jurnal Psikologi Sosial Remaja*, 8(1), 55-68.
- Espelage, D. L., Hong, J. S., & Rao, M. A. (2023). Relational and Social Bullying among Adolescents: Mechanisms and Prevention Strategies. *Journal of Adolescence*, 95(2), 34-48.
- Fathoni, M. S. A., & Denok, S. (2022). Studi Kasus Perilaku Bullying Relasional di Madrasah Aliyah Negeri 2 Gresik. *Repository UNESA & Google Scholar*.
- Fitria, S., & Wulandari, R. (2023). Relasional Bullying dan Dampaknya terhadap Minat Belajar Siswa SMP. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(2), 101-113.
- Hidayat, R., & Nurhayati, D. (2020). Pengaruh Minat Belajar terhadap Prestasi Akademik Siswa SMP. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi Remaja*, 6(1), 88-99.
- Hmed, E., Braithwaite, V., & Morino, M. (2012). Verbal Bullying and Its Psychological Impact on Students. *Journal of School Psychology*, 50(3), 245-260.

- Jannah, A. T., & Denok, S. (2023). Bullying Relasional pada Siswa di Sekolah. *Jurnal Psikologi Pendidikan Anak*, 11(3), 56-70.
- Juvonen, J., & Graham, S. (2021). Bullying in Schools: The Power of Bullies and the Plight of Victims. *Annual Review of Psychology*, 72(1), 159-185. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115030>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. *Springer*.
- Olweus, D. (1993). Bullying at School: What We Know and What We Can Do. *Blackwell Publishing*.
- Park, J., & Lee, S. (2024). Social Exclusion and Relational Bullying in Adolescent Peer Groups. *International Journal of School Psychology*, 10(1), 44-59.
- Rahayu, B. A., & Iman, P. (2023). Bullying di Sekolah: Kurangnya Empati Pelaku Bullying dan Pencegahannya. *Jurnal FIKKes UM Semarang*, 7(2), 66-78.
- Rahmawati, D. (2022). Pengaruh Bullying terhadap Motivasi dan Minat Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 8(3), 120-132.
- Rigby, K. (2023). School Bullying and Mental Health: Risks and Responses. *Routledge*.
- Riswita, N., Hengki, Y., & Dosi, J. (2023). Analisis Perilaku Bullying Siswa di Sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi Anak*, 5(1), 88-97.
- Setiawan, R. (2022). Pengaruh Perundungan Sosial terhadap Minat Belajar Siswa SMA. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Edukatif*, 9(1), 56-68.
- Slameto. (2013). Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. *Rineka Cipta*.
- Utomo, K. D. M. (2021). Cognitive Behavioral Therapy untuk Meningkatkan Self-Efficacy Akademis pada Siswa SMA Korban Bullying Relasional. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 9(2), 76-87.
- Wang, W., Lee, C., & Kim, H. (2022). Bullying and Victimization among Adolescents: Global Perspectives and Prevention Strategies. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3314-3327.
- Wang, W., Minchin, J., Harbaugh, A. G., & Runions, K. C. (2020). Relational Aggression and Peer Exclusion in School Settings. *Journal of School Psychology*, 81(4), 45-62.
- Wardani, D., & Siregar, F. (2023). Dampak Perundungan Relasional terhadap Kinerja Akademik dan Minat Belajar Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, 15(1), 45-59.