



PENGARUH PERUNDUNGAN TERHADAP GANGGUAN PSIKOLOGIS BAGI MAHASISWA

*Denaya Ayu Fadiyah¹⁾, Nazwa Nur Afifah²⁾, Rida Nurul Fadillah³⁾,
Ridwan Effendi⁴⁾, Ratna Fitria⁵⁾*
Universitas Pendidikan Indonesia
e-mail: nazwanurafifah27@upi.edu

ABSTRAK

Perundungan merupakan tindakan kekerasan yang dapat menyebabkan gangguan psikologis pada seseorang. Perundungan merupakan tindakan yang bertujuan menyakiti seseorang baik secara fisik, verbal, seksual, maupun *cyberbullying*. Perundungan sangat erat kaitannya dengan kesehatan mental seseorang. Saat ini kasus perundungan sedang marak terjadi di kalangan mahasiswa di Indonesia. Korban perundungan mengalami dampak berupa kondisi psikis terganggu dan keluhan kesehatan fisik. Artikel ini bertujuan untuk menambahkan rasa kepedulian sosial terhadap kasus perundungan di lingkungan sekitar, mengimplementasikan nilai-nilai Pancasila dalam bertindak dan perilaku, dan mendukung baik korban maupun pelaku perundungan. Metode yang digunakan pada penelitian ini bersifat kualitatif yang disebarkan melalui kuesioner terhadap kalangan mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa di kalangan remaja terutama mahasiswa perguruan tinggi, kasus perundungan masih sangat tinggi, korban tindakan perundungan akan mengalami *psychological distress* yang memengaruhi kesehatan mental korban. Kondisi ini dapat menyebabkan tingkat kecemasan tinggi, depresi, dan semangat korban yang menurun. Nilai-nilai Pancasila sudah semestinya diimplementasikan oleh seluruh masyarakat Indonesia terutama mahasiswa, dan kegiatan sosialisasi kasus perundungan merupakan salah satu upaya yang dapat mencegah kasus perundungan.

Kata Kunci: *Perundungan, Psikologis, Mahasiswa, Pancasila.*

ABSTRACT

Bullying is an act of violence that can cause psychological disorders in someone. Bullying is an act that aims to hurt someone physically, verbally, sexually, or cyberbullying. Bullying is closely related to a person's mental health. Currently cases of bullying are rife among students in Indonesia. Victims of bullying experience impacts in the form of disturbed psychological conditions and physical health complaints. This article aims to add a sense of social awareness to cases of bullying in the surrounding environment, implement Pancasila values in action and behavior, and educate both victims and perpetrators of bullying. The method used in this study is qualitative which is distributed through questionnaires to university students. The results of the study show that among adolescents, especially college students, cases of bullying are still very high, victims of acts of bullying will experience psychological distress which affects the mental health of victims. This condition can cause high levels of anxiety, depression and decreased morale of victims. Pancasila values should be implemented by all Indonesian people, especially students, and the socialization of bullying cases is one of the efforts to prevent bullying cases.

Keywords: *Bullying, Psychological, Students, Pancasila.*

A. PENDAHULUAN

Tekanan psikologis merupakan gangguan kesehatan mental yang sebagian besar tidak diperhatikan oleh masyarakat. Pengertian tekanan psikologis adalah



keadaan seseorang mengalami emosi tertentu dengan gejala negatif, seperti gejala depresi dan kecemasan, reaksi depresi, mudah tersinggung, penurunan kesehatan mental, kelelahan, mengantuk, dll (Putro *et al.*, 2022).

Bullying sangat erat kaitannya dengan kesehatan mental seseorang. Kesehatan mental merupakan cabang ilmu yang mempelajari kesehatan jiwa yang menitikberatkan rohani yang sehat dengan melihat perilaku manusia sebagai satu bentuk psikofisik yang kompleks (Firdaus dkk, 2021). Kesehatan jiwa adalah terbentuknya konsistensi dan keselarasan antara satu fungsi psikologis dengan fungsi lainnya sehingga terjadi adaptasi yang seimbang antara individu dengan lingkungan (Daradjat, 1985). Dampak terhadap kesehatan mental dapat dilihat sebagai efek negatif *bullying* dengan tekanan psikologis, yang dapat disimpulkan bahwa korban *bullying* menunjukkan karakteristik negatif seperti kecemasan, depresi, perilaku antisosial bahkan dalam jangka panjang. Hal ini mempengaruhi pasangan masa depannya serta kehidupan sekolah dan karier masa depannya. Selain tekanan psikologis, korban *bullying* cenderung mengalami gangguan kesejahteraan psikologis, yang membuat mereka merasa kurang bahagia dibandingkan dengan orang yang telah merisaknya (Firdaus *et al.*, 2021).

Tiga kategori praktik perundungan adalah (a) perundungan fisik, (b) perundungan nonfisik, (c) perundungan mental atau emosional. Perundungan fisik merupakan bentuk *bullying* yang terlihat melalui fisik. Contoh tindakan perundungan fisik, seperti memukul, menendang, menyandung, menginjak, meludah, berteriak, melempar benda, hukuman dengan mendorong. Bentuk perundungan verbal merupakan bentuk perundungan yang juga dapat dikenali karena dapat dideteksi oleh indera pendengaran. Contoh perundungan verbal meliputi dilecehkan, dijuluki, dipermalukan, diteriaki, dipermalukan di depan umum, dituduh, disoraki, digosipkan, dan difitnah. Bentuk perundungan yang paling berbahaya adalah perundungan mental atau psikologis, yang terjadi secara rahasia dan di luar kendali orang. Contohnya adalah tampak sinis, tampak penuh ancaman, mempermalukan diri sendiri di depan umum, berdiam diri, mengasingkan diri, mempermalukan, meneror dengan teks pendek ponsel atau *email*, menatap dan tertawa (Simbolon, 2012).



Bully berasal dari Bahasa Inggris yang berarti intimidasi atau penindasan. Namun, istilah intimidasi tidak tepat digunakan untuk disamakan dengan kata *bullying* karena tidak mencantumkan arti lengkap dari istilah *bullying*. Istilah yang paling tepat adalah "*bullying*", yang berasal dari kata "risak" yang artinya terus-menerus mengganggu atau mengganggu dengan berbagai lelucon. Namun, Menteri Pendidikan dan Pelatihan secara Kultural, Anies Baswedan cenderung menggunakan kata "perundungan" sebagai padanan dari istilah *bullying*. Kata-kata intimidasi atau ancaman merupakan dari istilah *bullying* yang berarti mengganggu korban dengan praktik-praktik seperti memperlakukan, mengancam, memukul, mengganggu orang lain yang lebih lemah, menyebabkan korban terluka dan tertekan. Namun, dua istilah khusus "perisakan" atau "perundungan" tidak terkenal bahkan media cetak, elektronik, dan berbagai artikel ilmiah masih menggunakan istilah *bullying* untuk menyebut kekerasan dalam dunia pendidikan (Simbolon, 2012). Oleh karena itu, dalam artikel ini akan digunakan istilah *bullying* untuk merujuk pada perilaku *bullying* dalam dunia pendidikan.

Perundungan bukanlah suatu hal yang baru di masyarakat, namun kasus *bullying* semakin memprihatinkan karena sering terjadi di dunia pendidikan anak usia sekolah dan remaja. Munculnya perundungan di kalangan mahasiswa merupakan suatu keadaan yang semakin diabaikan. Tindakan perundungan akan mendapatkan efek yang berbahaya bagi kesehatan fisik dan mental, bahkan membunuh banyak anak remaja. Perundungan seringkali diawali dengan interaksi antara korban dan teman sebayanya yang dianggap wajar karena sebatas olok-olok atau candaan. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa intimidasi teman sebaya memiliki efek berbahaya pada anak-anak secara fisik dan psikologis, dan mengganggu kinerja akademik (Pells. et al., 2016: 6- 7). Riset menunjukkan bahwa 84% anak Indonesia pernah menjadi korban *bullying* (Sindo Weekly, 2017). Informasi ini sangat mengejutkan karena mengklasifikasikan Indonesia sebagai negara *bullying* bersama dengan negara Asia lainnya (Sindo Weekly, 2017).

Bullying fisik memiliki dampak negatif baik pada pelaku maupun korban. Efek yang biasanya dirasakan oleh korban, yaitu rendahnya harga diri yang menyebabkan ketakutan, kecemasan, dan keengganan untuk bersekolah yang



muncul dalam jangka pendek dan biasanya diatasi dalam jangka panjang, karena fakta bahwa *bullying* sudah dialami sejak dini. Masa kanak-kanak memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku kekerasan yang dialaminya di masa depan nanti karena efek jangka panjangnya (Hertinjung dan Karyani, 2015). Anak-anak yang terpapar kekerasan fisik menderita depresi atau gangguan kecemasan selama bertahun-tahun (Nabila dan Vinayastri, 2022).

Indonesia menjadi salah satu negara dengan angka kekerasan di lingkungan sekolah yang tinggi, khususnya yaitu perundungan (UNICEF dalam Yusuf dkk., 2019: 1). Menurut laporan tahunan dari UNICEF Indonesia (2015: 14), remaja atau mahasiswa di Indonesia pernah mengalami tindakan perundungan di sekolah atau kampus sebanyak 40 persen. Rata-rata tingkat perundungan di dunia, yang hanya sekitar 30 persen dan angka perundungan di Indonesia lebih tinggi dari angka perundungan dunia. Bentuk perundungan yang paling sering terjadi di Indonesia pada umumnya seperti verbal *bullying*, diikuti dengan *physical bullying* yang berada pada urutan kedua.

Perundungan secara langsung ataupun *cyberbullying* menimbulkan dampak negatif bagi korban dan pelaku *bullying*. Korban *bullying* dapat memiliki masalah fisik dan emosional. Trauma korban *bullying* yang dialami saat masih anak-anak dapat membekas hingga dewasa bahkan berujung pada tindakan mematikan seperti bunuh diri. Pada saat yang sama, pelaku intimidasi dapat melakukan kekerasan dan kejahatan lainnya (Rusyidi *et al.*, 2020).

Penelitian ini dilakukan untuk menambahkan rasa kepedulian sosial terhadap lingkungan sekitar. Hal ini bertujuan agar dapat mengedukasi baik korban maupun pelaku perundungan. Penelitian ini, menganalisa beberapa hal yang belum dibahas oleh peneliti terdahulu, diantaranya: 1) Mengetahui seberapa kuat keterikatan antara kasus perundungan terhadap dampak psikologis, 2) Mengetahui peran mahasiswa untuk mencegah perundungan di kalangan perguruan tinggi, dan 3) Mengetahui keterkaitan antara kasus perundungan dengan nilai-nilai Pancasila.

B. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang berbasis survei melalui kuesioner yang menggunakan google form. Metode ini dipergunakan untuk menjelaskan keterkaitan antara kasus perundungan terhadap dampak psikologis. Data penelitian ini didapatkan dengan menyebarkan kuesioner kepada mahasiswa di perguruan tinggi.

Kuesioner penelitian ini dibagi menjadi dua kategori, yaitu jawaban terbuka dan jawaban tertutup. Data dianalisis untuk setiap jawaban yang diajukan oleh responden, terutama jenis jawaban terbuka, kemudian dikelompokkan berdasarkan kecocokan jawaban responden.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Respon Mahasiswa Mengenai Dampak Psikologis pada Mahasiswa Akibat Kasus Perundungan

No	Pertanyaan	Pengelompokan	Frekuensi	%
1.	Di era saat ini apakah mahasiswa sudah peduli terhadap kasus perundungan?	a. Ya	41	82%
		b. Tidak	9	18%
2.	Apakah di kampus Anda sudah ada sosialisasi mengenai bahaya perundungan terhadap psikis mahasiswa?	a. Sudah	23	46%
		b. Belum	27	54%
3.	Sikap perundungan apa yang paling sering terjadi di kalangan mahasiswa?	a. Fisik	1	2%
		b. Verbal	21	42%
		c. <i>Cyber Bullying</i>	28	56%
4.	Menurut anda seberapa berpengaruh perundungan terhadap mental seseorang?	a. 1	0	0%
		b. 2	0	0%
		c. 3	0	0%
		d. 4	10	20%
		e. 5	40	80%
5.	Mengapa kasus perundungan sering terjadi di kalangan mahasiswa?	a. Mental dan emosi remaja cenderung belum stabil	9	18%



No	Pertanyaan	Pengelompokan	Frekuensi	%
		b. Kurangnya kesadaran akibat minimnya edukasi	15	30%
		c. Faktor lingkungan sekitar (<i>broken home</i>), lingkungan yang negatif	13	26%
		d. Merasa tidak senang melihat kelebihan orang lain	6	12%
		e. Menjadikan bahan candaan	2	4%
		f. Kurangnya toleransi	1	2%
		g. Faktor media sosial	2	4%
		h. Kemampuan adaptasi kurang baik	2	4%
6.	Menurut Anda dampak apakah yang diterima oleh korban perundungan?	a. Kondisi emosi dan psikis terganggu (trauma, malu, kurang percaya depresi, pendiam dan sulit mempercayai orang lain)	50	100%
7.	Jika seorang mahasiswa mengalami perundungan, menurut Anda apa yang harus dilakukan untuk masa pemulihan korban perundungan tersebut?	a. Konsultasi dengan ahlinya (psikolog)	16	32%
		b. Menghindari lingkungan yang tidak baik	5	10%
		c. Memberi dukungan sosial	22	44%
		d. Melawan perundungan	7	14%
8.	Apakah kasus perundungan melanggar nilai-nilai Pancasila? Berikan alasannya!	a. Pelanggaran sila kedua	35	70%
		b. Pelanggaran HAM	11	22%
		c. Sila kedua dan kelima	3	6%
		d. Sila kedua dan tiga	1	2%



No	Pertanyaan	Pengelompokan	Frekuensi	%
9.	Berikan solusi Anda sebagai mahasiswa dalam mengurangi perundungan di kalangan mahasiswa!	a. Berpikir jauh sebelum bertindak	5	10%
		b. Melaporkan dan memberi sanksi tegas bagi pelaku bullying	12	24%
		c. Pindah ke lingkungan yang baik dan supportif	7	14%
		d. Memberikan edukasi	20	40%
		e. Mengimplementasikan sikap toleransi	3	6%
		f. Menunjukkan rasa percaya diri	2	4%
		g. Meningkatkan pendidikan karakter dengan menerapkan nilai-nilai Pancasila	1	2%
10.	Apa peran mahasiswa terhadap kasus perundungan yang ada?	a. Mencegah kasus <i>bullying</i>	12	24%
		b. Menyikapi kasus perundungan dengan serius (melaporkan)	7	14%
		c. Memberikan edukasi mengenai kasus perundungan	18	36%
		d. Memberikan perilaku yang baik	7	14%
		e. Mendukung adanya organisasi anti perundungan	1	2%
		f. Menjadi <i>agent of change</i>	4	8%

No	Pertanyaan	Pengelompokan	Frekuensi	%
		g. Membantu mewujudkan penegakan hukum yang adil bagi para korban	1	2%

Pada penelitian yang dilakukan melalui kuesioner ini didapatkan responden sebanyak 50 mahasiswa perguruan tinggi. Pada kuesioner ini terdapat jawaban tertutup sebanyak 4 pertanyaan dan jawaban terbuka sebanyak 6 pertanyaan. Didapatkan hasil berdasarkan pengelompokan yang disajikan pada Tabel 1.

Pada pertanyaan pertama, mengenai kepedulian mahasiswa terhadap kasus perundungan di era saat ini, terdapat 82% responden menjawab “Ya” yang artinya masih banyak mahasiswa yang peduli terhadap kasus perundungan di era saat ini, dan sebanyak 18% responden menjawab “Tidak” artinya masih ada mahasiswa yang berpendapat bahwa tidak adanya kepedulian terhadap kasus perundungan yang terjadi di era saat ini.

Pada pertanyaan kedua, mengenai dilaksanakannya sosialisasi bahaya perundungan terhadap psikis di perguruan tinggi. Diperoleh data bahwa terdapat 46% responden yang menjawab “Ya, sudah.” yang berarti perguruan tinggi tersebut sudah melaksanakan sosialisasi mengenai kasus perundungan. Diperoleh data sebanyak 54% responden yang menjawab “Belum” yang berarti masih banyak perguruan tinggi yang belum melaksanakan atau memberikan sosialisasi mengenai kasus perundungan kepada mahasiswa. Berdasarkan penelitian Kamsiah dan Witarsa (2023), metode penelitian yang digunakan adalah semi empiris. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya sosialisasi bahasa pergaulan yang santun berpengaruh signifikan terhadap pencegahan perundungan.

Pada pertanyaan ketiga, mengenai kasus perundungan yang paling sering terjadi dikalangan mahasiswa. Diperoleh data sebanyak 56% responden yang menjawab kasus perundungan paling banyak terjadi berupa *Cyber bullying* yaitu aksi perundungan melalui teknologi digital. Contohnya adalah memberikan



komentar yang tidak baik di media sosial. Mahasiswa cenderung mendapatkan informasi dari media sosial. Diperoleh 42% responden menjawab kasus perundungan secara verbal yang merupakan jenis perundungan berupa lontaran kalimat-kalimat kasar atau berupa candaan yang melewati batas. Selanjutnya, responden menjawab kasus perundungan secara fisik yang merupakan aksi perundungan berupa tindakan kekerasan melalui fisik didapatkan data sebanyak 2% (Sulaiman, 2018).

Pada pertanyaan keempat, mengenai tingkat pengaruh perundungan terhadap mental seseorang, diperoleh jawaban dari responden yaitu sebanyak 80% menjawab tingkat pengaruh di skala 5 dari 5 yang artinya perundungan sangat berpengaruh terhadap mental seseorang. Lalu diperoleh sebanyak 20% menjawab tingkat pengaruh di skala 4 dari 5 yang artinya kasus perundungan masih memberikan pengaruh terhadap mental seseorang. Tindakan *bullying* atau perundungan akan mempengaruhi kesehatan mental korban. Penelitian ini telah menunjukkan hubungan antara perundungan dengan kesehatan mental sangatlah erat (Hannan dan Wahyuningsih, 2022).

Pada pertanyaan kelima, mengenai alasan kasus perundungan masih terjadi di kalangan remaja. Diperoleh data 18% responden menjawab kasus perundungan terjadi karena mental dan emosi remaja cenderung belum stabil. Sebanyak 30% responden menjawab kurangnya kesadaran akibat minimnya edukasi mengenai kasus perundungan. Hal ini karena kurangnya sosialisasi akan perundungan yang diberikan, sehingga mayoritas mahasiswa memandang perundungan bukan hal yang perlu diperhatikan dan merasa perundungan merupakan hal kecil. Jika sudah memahami perundungan merupakan perilaku yang tercela, maka mahasiswa akan lebih mudah mengimplementasikan tindakan yang sesuai dengan Ppancasila. Sebanyak 26% responden menjawab kasus perundungan terjadi karena faktor lingkungan sekitar seperti berada pada keluarga yang *broken home*, pertemanan yang tidak sehat (tidak suportif). Sebanyak 12% responden menjawab merasa tidak senang melihat kelebihan orang lain yang didasari oleh kebencian sehingga menimbulkan rasa ingin menjatuhkan orang lain dan merasa dirinya unggul daripada yang lain, maka terjadilah aksi perundungan. Sebanyak 4% responden



menjawab tindakan perundungan dilakukan hanya sekedar membuat lelucon dengan tujuan untuk menghibur atau menghidupkan suasana dalam lingkungan pertemanan. Selanjutnya, diperoleh sebanyak 2% responden yang menjawab aksi *bullying* terjadi karena kurangnya toleransi atau tidak menghargai adanya perbedaan, contohnya seperti perbedaan agama, ras, dan suku bangsa. Hal ini juga berkaitan dengan mengimplementasikan nilai-nilai Pancasila, karena di dalam sila pertama dikatakan bahwa seluruh masyarakat Indonesia dibebaskan untuk memilih agama yang dipeluknya. Juga pada sila ketiga yang dimana masyarakat Indonesia harus memiliki rasa persatuan dan kesatuan yang dilambangkan oleh burung garuda dengan makna “Bhineka Tunggal Ika”. Dan pada sila kelima juga dikatakan bahwa seluruh masyarakat Indonesia berhak mendapatkan hak dan kewajibannya sebagai Warga Negara Indonesia. Sebanyak 4% responden menjawab karena faktor media sosial seperti melontarkan komentar yang tidak pantas disuatu unggahan dan mengunggah konten yang mengajak khalayak umum untuk melakukan tindakan yang merujuk ke arah perundungan. Kemampuan adaptasi yang kurang baik menjadikan salah satu alasan terjadinya kasus perundungan yang dinyatakan oleh 4% responden.

Pada pertanyaan keenam, mengenai dampak yang diterima oleh korban perundungan. Sebanyak 100% responden menjawab dampak dari perundungan menyebabkan kondisi emosi dan psikis terganggu. Gangguan psikis tersebut mulai dari timbulnya rasa cemas, kemarahan yang berlebihan, rendah diri, depresi, penurunan kualitas tidur, dan yang paling parah yaitu menyakiti diri sendiri seperti halnya melakukan bunuh diri. Menurut Lintang et al., (2023) 99,1% responden setuju bahwa *bullying* adalah hal yang salah dan berdampak serius pada kesehatan mental korban. Mereka juga biasanya menarik diri dari lingkungan sosial sehingga tidak dapat berinteraksi baik dengan orang lain karena korban perundungan merasa kurangnya rasa percaya diri, efek tersebut cenderung bertahan hingga dewasa (Nurhayaty dan Mulyani, 2020).

Pada pertanyaan ketujuh, mengenai pendapat responden terhadap tindakan yang harus dilakukan untuk masa pemulihan korban perundungan. Diperoleh data 32% responden menjawab tindakan yang dilakukan oleh korban sebagai upaya



pemulihan dengan konsultasi kepada ahlinya (psikolog) yang bertujuan untuk menyembuhkan trauma. Terutama yang berhubungan dengan perasaan, emosi, dan setelah itu dapat mengubah cara berpikir dan perilaku terhadap masalah yang dialami. Selanjutnya didapatkan 10% responden menjawab menghindari lingkungan yang tidak baik karena dapat memperburuk kesehatan mental seseorang. Didapatkan respon sebanyak 44% menyatakan dukungan sosial dapat membantu pemulihan korban perundungan seperti memberikan sebuah afirmasi positif kepada korban, memberikan rasa empati yang besar, membantu korban untuk terbuka agar dapat menceritakan masalah yang sedang dialami sehingga dapat mengurangi beban yang dimiliki oleh korban. Apabila dukungan sosial yang didapatkan semakin banyak maka dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan (Chung et al., 2022). Selanjutnya diperoleh 14% responden menjawab melawan perundungan dengan cara menyimpan bukti-bukti yang dilakukan pelaku untuk dilaporkan ke pihak yang berwenang agar pelaku mendapatkan sanksi dan memberikan perlawanan dari diri sendiri kepada pelaku agar merasa jera sehingga tidak melakukan hal yang sama.

Pada pertanyaan ke delapan, mengenai hubungan antara kasus perundungan dengan pelanggaran nilai-nilai yang ada pada Pancasila. Sebanyak 70% responden berpendapat bahwa kasus perundungan itu melanggar nilai Pancasila yaitu sila kedua, “Kemanusiaan Yang Adil dan Beradab” yang artinya aksi perundungan merupakan tindakan yang tidak memanusiakan manusia, dan tidak mencerminkan adanya rasa keadilan dan keberadaban terhadap sesama manusia. Selanjutnya 22% responden menjawab bahwa kasus perundungan merupakan pelanggaran Hak Asasi Manusia karena hak dan martabat seseorang tidak dihargai dimana seorang individu diperlakukan tidak adil ataupun setara, karena individu lain menganggap dirinya lebih baik dalam hal tertentu (Andayani dan Sari, et al., 2019). Selanjutnya 6% responden menjawab bahwa kasus perundungan melanggar nilai Pancasila kedua dan kelima. Sila kelima berbunyi “Keadilan Sosial Bagi Seluruh Rakyat Indonesia” berarti bahwa kasus perundungan ini tidak menerapkan rasa keadilan terutama terhadap korban, minimnya rasa simpati dan empati yang ada terhadap sesama. Sebanyak 2% responden juga menjawab bahwa kasus perundungan merupakan

tindakan melanggar nilai pancasila kedua dan ketiga. Sila ketiga berbunyi “Persatuan Indonesia” yang berarti bahwa aksi perundungan ini tidak mengimplementasikan suatu persatuan, karena dengan adanya perundungan membuat rasa jauh bahkan perpecahan sesama manusia. Maka dapat disimpulkan bahwa tindakan perundungan bertolak belakang dengan implementasi nilai-nilai Pancasila.

Pada pertanyaan kesembilan, mengenai pendapat mahasiswa tentang solusi untuk mengurangi perundungan di kalangan mahasiswa. Diperoleh 10% responden menjawab pelaku harus berpikir jauh sebelum bertindak. Pelaku harus dapat mengontrol diri. Menurut Denson (2012), adanya kontrol diri dari setiap individu dapat mempertimbangkan konsekuensi yang akan didapat sehingga pelaku dapat menghindari tindakan perundungan tersebut. Sebanyak 24% responden menjawab melaporkan dan memberi sanksi tegas kepada pelaku perundungan. Korban harus berani melaporkan kepada pihak yang berwajib karena banyak sekali korban yang takut untuk melaporkan dengan alasan takut adanya pembalasan dari pelaku (Kowalski et al., 2014). Sebanyak 14% responden menjawab pindah ke lingkungan yang baik dan suportif. Sebanyak 40% responden menjawab diadakannya sosialisasi atau seminar untuk mahasiswa mengenai kasus perundungan. Memberikan arahan kepada mahasiswa untuk berhenti melakukan tindakan perundungan dan saling mengingatkan kepada teman untuk tidak melakukan tindakan perundungan. Sebanyak 6% responden menjawab harus mengimplementasikan sikap toleransi dengan tidak membeda-bedakan dan selalu menghargai perbedaan. Sebanyak 4% responden menjawab harus meningkatkan rasa percaya diri karena ketika korban merasa minder atau semakin terpuruk, pelaku perundungan akan terus menerus melakukan tindakan perundungan. Meningkatkan pendidikan karakter dengan menerapkan nilai-nilai pancasila juga termasuk solusi untuk mengatasi permasalahan ini, yang dikemukakan oleh 2% responden. Contohnya seperti mengamalkan sila kedua yang berarti harus memperlakukan manusia dengan baik. Dengan menerapkan sila kedua akan terciptanya kehidupan yang saling menghormati dan mengasihi tanpa memandang perbedaan, sehingga akan terciptanya kehidupan yang aman dan nyaman.



Pada pertanyaan ke sepuluh, mengenai peran mahasiswa dalam menyikapi kasus perundungan yang ada telah diperoleh hasil sebanyak 24% responden menjawab mencegah kasus *bullying*. Kasus *bullying* dapat dicegah melalui berbagai cara berikut ialah caranya dengan berperilaku disiplin, memberikan kebebasan untuk berbuat baik, menumbuhkan dan melatih rasa empati, membangun komunikasi dan hubungan sosial, memberikan contoh perilaku yang baik (Coloroso, 2007). Berdasarkan data berikutnya didapatkan jawaban responden sebanyak 14% menjawab menyikapi kasus perundungan dengan serius, sebagai mahasiswa jika mengetahui bahwa adanya kasus perundungan seharusnya dapat mencari jalan keluar untuk memberhentikan atau meminimalisir kasus perundungan yang ada dengan cara melaporkan pelaku agar merasa jera atas apa yang telah diperbuat juga agar korban merasa aman. Sebagai mahasiswa atau *agent of change* perlu memberikan pergerakan. Selanjutnya 56% responden menjawab memberikan edukasi mengenai kasus perundungan. Seperti yang telah tertera pada jawaban responden yang mayoritasnya merasa bahwa edukasi ataupun sosialisasi memegang peran penting dalam hal ini. Menurut Suardi dan Samad (2020) agar kasus perundungan dapat dipahami dengan lebih jelas dan mudah di mengerti maka, dilakukan pendekatan untuk menyelesaikan atau mengurangi masalah baik yang menjadi faktor maupun latar belakang melalui edukasi. Oleh karena itu, mahasiswa memiliki peranan sangat penting dalam kasus perundungan karena mahasiswa dapat membuat suatu kegiatan berupa diskusi atau pemaparan hal-hal terkait kasus perundungan, sehingga dapat membuka pikiran bagi khalayak umum bahwa kasus perundungan bukanlah hal yang kecil atau sepele. Selain itu, mahasiswa juga memiliki peranan penting untuk mengabdikan kepada masyarakat agar menjadi tokoh panutan yang baik.

Berdasarkan pertanyaan ke sepuluh, terdapat juga 14% responden yang menjawab memberikan perilaku yang baik, dengan selalu memberikan perilaku yang baik maka orang-orang disekitarpun akan mengikuti hal tersebut karena lingkungan sangatlah berpengaruh bagi perilaku seseorang. Terdapat 2% responden yang menjawab mendukung adanya organisasi anti perundungan, tentunya organisasi di perguruan tinggi akan sangat berpengaruh karena dapat melakukan

banyak kegiatan seperti memberikan edukasi dan memberikan ajakan kepada mahasiswa lainnya untuk lebih peduli terhadap kasus perundungan. Menjadi *agent of change* juga merupakan salah satu peran mahasiswa dalam menindak lanjuti kasus perundungan yang diungkapkan oleh 8% responden bahwa *agent of change*. Menurut Jannah dan Sulianti (2021) memiliki artian mahasiswa berperan sebagai generasi muda bangsa Indonesia harus mendapatkan pendidikan yang sesuai untuk memperkaya ilmu pengetahuan guna membawa perubahan bangsa. Selanjutnya diperoleh 2% responden menjawab mahasiswa berperan membantu mewujudkan penegakan hukum yang adil bagi korban. Hal ini dapat dilakukan dengan cara melaporkan perundungan terhadap pihak yang berwenang, sehingga pelaku mendapatkan sanksi dan hukuman yang setimpal agar diperoleh keadilan bagi pihak korban maupun pelaku.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Pada kalangan remaja terutama mahasiswa perguruan tinggi, kasus perundungan masih sangat tinggi. Perundungan atau *bullying* merupakan tindakan yang dilakukan seseorang yang bertujuan untuk menyakiti, menghina, bahkan menjatuhkan mental seseorang. Faktor penyebab terjadinya tindakan perundungan di kalangan mahasiswa yaitu mental dan emosi remaja cenderung belum stabil, kurangnya kesadaran akibat minimnya edukasi, faktor lingkungan sekitar yang negatif, merasa tidak senang melihat kelebihan orang lain, menjadikan bahan candaan, kurangnya toleransi, faktor media sosial dan kemampuan adaptasi yang kurang baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa korban *bullying* akan merasa psikisnya terganggu, seperti depresi, trauma, dan kurangnya rasa percaya diri. Gangguan psikis lainnya yang akan dirasakan korban *bullying* adalah timbulnya rasa cemas, kemarahan yang berlebihan, rendah diri, penurunan kualitas tidur, dan yang paling parah yaitu menyakiti diri sendiri seperti halnya melakukan bunuh diri.

Adapun saran sebagai upaya pencegahan tindakan perundungan yaitu mahasiswa sudah seharusnya bertindak sebagai *agent of change* untuk menghentikan dan mengatasi kasus perundungan yang terjadi di perguruan tinggi dengan melaporkan kasus perundungan terhadap pihak berwenang, membentuk



organisasi anti perundungan, dan melakukan sosialisasi mengenai dampak kasus perundungan terhadap kesehatan mental. Nilai-nilai Pancasila sudah semestinya diimplementasikan oleh seluruh masyarakat Indonesia, terutama mahasiswa. Penerapan nilai Pancasila pada kasus perundungan ini khususnya pada sila kedua yang berbunyi “Kemanusiaan yang Adil dan Beradab”. Artinya adalah usaha untuk menciptakan kehidupan yang saling menghormati dan mengasihi tanpa memandang perbedaan, sehingga akan terwujud kehidupan yang aman dan tentram.

DAFTAR PUSTAKA

- Andayani, Y., & Sari, V. F. (2019). Pengaruh Daya Saing, Gender, Fraud Diamond terhadap Perilaku Kecurangan Akademik Mahasiswa. *Jurnal Eksplorasi Akuntansi*, 1(3), 1458-1471. <https://doi.org/10.24036/jea.v1i3.155>
- Chung, N., Rifayanti, R., & Suhesty, A. (2022). Bagaimana Kaitan Kecemasan Komunikasi pada Korban Perundungan dengan Dukungan Sosial. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 578-590.
- Coloroso, B. (2007). *Stop Bullying (Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah Hingga SMU)*. Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.
- Daradjat, Z. (1985). *Kesehatan Mental*. Jakarta: PT. Gunung Agung.
- Denson, T. F., DeWall, C. N., & Finkel, Eli J. (2012). Self-Control and Aggression. *Journals of Psychological Science*, 21 (1), 20-25. <https://doi.org/10.1177/0963721411429451>
- Hannan & Wahyuningsih, H. (2022). Pola Asuh dan Perundungan: Tiga Level Meta Analisis. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 15(1), 76-89. <https://doi.org/10.24156/jikk.2022.15.1.76>
- Hertinjung, W. S., & Karyani, U. (2015). Profil Pelaku dan Korban Bullying di Sekolah Dasar. *Publikasi Ilmiah Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Jannah, F., & Sulianti, A. (2021). Perspektif Mahasiswa sebagai Agen of Change melalui Pendidikan Kewarganegaraan. *Journal of Social Science and Education*, 2(2), 181-193. <https://doi.org/10.21154/asanka.v2i2.3193>
- Kamsiah & Witarsa, R. (2023). Pengaruh Sosialisasi Berbahasa Santun terhadap Pencegahan Perundungan pada Jenjang Pendidikan Dasar. *Journal of Education Research*, 4(1), 249-257. <https://doi.org/10.37985/jer.v4i1.155>



- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: a critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 140 (4), 1073. <https://doi.org/10.1037/a0035618>
- Lee, S. M., Kang, W. S., Cho, A. R., Kim, T., & Park, J. K. (2018). Psychological impact of the 2015 MERS outbreak on hospital workers and quarantined hemodialysis patients. *Comprehensive Psychiatry*, 87, 123-127. doi: 10.1016/j.comppsy.2018.10.003
- Lintang, A. Z. A., Nirmala, A. F., Maulana, A. H., Karim, H. R. N., Salma, L. R. J., Adilya, N., ... & Rachmadiany, S. N. (2023). Dampak Perundungan Terhadap Kesehatan Mental Pelajar. *Pendidikan Karakter Unggul*, 1(1).
- Nabila, S., & Vinayastri, A. (2022). Pengembangan Instrumen Perundungan Fisik pada Anak. *Yaa Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 12-23. <https://doi.org/10.24853/yby.v6i2.12910>
- Nurhayaty, E., Mulyani, A. S. (2020). Pengenalan Bullying dan Dampaknya pada Pelaku dan Korban. *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 173-179. <https://doi.org/10.31294/jabdimas.v3i2.8013>
- Pells, K., Portela, M. J. O., & Revollo, P. E. (2016). *Experiences of peer bullying among adolescents and associated effects on young adult outcomes: Longitudinal evidence from Ethiopia, India, Peru and Viet Nam*. UNICEF.
- Putro, A. U. (2022). Perbandingan Tingkat Kepuasan Hidup, Tekanan Psikologis dan Perundungan (Bullying) terkait Status Kepekerjaan pada Pekerja Lift dan Eskalator di PT X. *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 9(2), 167-179. <https://doi.org/10.31596/jkm.v9i2.749>
- Rusyidi, B. (2020). Memahami Cyberbullying di Kalangan Remaja. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 2(2), 100-110. <https://doi.org/10.24198/jkrk.v2i2.29118>
- Simbolon, M. (2012). Perilaku Bullying pada Mahasiswa Berasrama. *Jurnal Psikologi*, 39(2), 233-243. doi: 10.22146/jpsi.6989
- Sindo Weekly. (2017, 24 Juli). *Indonesia Tempati Posisi Tertinggi Perundungan di ASEAN*. Diakses dari <https://nasional.sindonews.com/read/1223442/15/indonesia-tempati-posisi-tertinggi-perundungan-di-asean-1500880739>
- Sulaiman, A. (2018). Penggunaan Media Massa dan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa Komunikasi. *Jurnal Peurawi: Media Kajian Komunikasi Islam*, 1(1).
- Suardi & Samad, S. (2020). Edukasi Pencegahan Perundungan. *Karya Ilmiah*. Universitas Negeri Makassar.



- UNESCO. (2019). *Behind The Numbers: Ending School Violence and Bullying*. In Sustainable Development Goals: Education 2030. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. Diakses dari <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000366483> pada 16 Februari 2023 pukul 16.14.
- UNICEF. (2015). *Child Protection*. Diakses dari <https://data.unicef.org/topic/child-protection/overview/> pada 16 Februari 2023 pukul 16.13.
- Yusuf, A., Habibie, A. N., Efendi, F., Kurnia, I. D., & Kurniati, A. (2019). Prevalence and Correlates of Being Bullied Among Adolescents in Indonesia: Results from The 2015 Global School-Based Student Health Survey. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 34(1), 20190064.