

## Pengaruh Bullying Dan Hate Speech Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di Smk Yehonala

Abdurrahman Alhakim<sup>1</sup>, Nurlaily<sup>2</sup>, Angelina Meriana<sup>3</sup>, Brien Besley<sup>4</sup>, Hendy<sup>5</sup>, Winsen Khoesasi<sup>6</sup>

Universitas Internasional Batam, Indonesia

Email: alhakim@uib.ac.id, nurlaily@uib.ac.id, 2132006.angelina@uib.edu, 2131058.brien@uib.edu, 2131158.hendy@uib.edu, 2131097.winsen@uib.edu

### Abstrak

Perundungan, penindasan, pengintimidasian, perisakan merupakan bentuk-bentuk *bullying* yang sering terjadi di lingkungan kuliah, kerja, tetangga, terlebih di lingkungan sekolah. *Bullying* dapat dilakukan dengan berbagai cara dapat melalui fisik, mental, dan media massa (*cyberbullying*). Sasaran dari tindakan tersebut biasanya berimbas pada orang yang lebih lemah dan yang tidak dapat melawan. Terkait dengan *bullying* diatur dalam Pasal 76C UU Nomor 35 Tahun 2014 dan Undang-undang Nomor 11 tahun 2008 tentang ITE. Fokus permasalahan yang akan diteliti adalah “Pengaruh *Bullying* dan *Hate speech* terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMK Yehonala” dengan tujuan untuk mengetahui kondisi perilaku *bullying* yang terjadi di sekolah tersebut. Metode pelaksanaan yang diterapkan yaitu sosialisasi secara online melalui platform google meet kepada siswa-siswi SMK Yehonala. Dampak dari kegiatan ini adalah siswa SMK Yehonala mendapat pengetahuan lebih dalam mengenai bahaya perilaku *bullying* bagi kesehatan mental seseorang. Selain itu, siswa memahami cara menghadapi *bullying* juga cara mencegahnya.

### Abstract

Bullying, oppression, intimidation, bullying are forms of bullying that often occur in the college environment, work, neighbors, especially in the school environment. Bullying can be done in various ways, including physical, mental, and mass media (*cyberbullying*). The target of such actions usually affects people who are weaker and unable to fight back. Related to bullying, it is regulated in Article 76C of Law Number 35 of 2014 and Law Number 11 of 2008 concerning ITE. The focus of the problem to be studied is "The Influence of Bullying and Hate Speech on Adolescent Mental Health in Yehonala Vocational School" with the aim of knowing the condition of bullying behavior that occurs in the school. The implementation method applied is online socialization through the google meet platform to Yehonala Vocational High School students. The impact of this activity is that Yehonala Vocational School students gain deeper knowledge about the dangers of bullying behavior for one's mental health. In addition, students understand how to deal with bullying as well as how to prevent it.

**Keywords :** *bullying, hate speech, mental*

## Pendahuluan

Bullying merupakan masalah besar bagi anak-anak. Di samping mengalami trauma langsung karena bullying, korban memiliki risiko tinggi mengalami gangguan fisik dan emosional di kemudian hari. Pelaku *bullying* yang menjadi sumber dari trauma ini, tetapi juga menderita efek jangka panjang yang buruk sebagai akibat dari perbuatan mereka. Para pengamat perilaku *bullying* juga tidak luput dari efek buruk *bullying* atau rasa bersalahnya dari kejadian *bullying* ini. Perlindungan Anak di Indonesia telah diatur dalam Undang - Undang Nomor 23 Tahun 2002 dan telah diubah dengan Undang - Undang Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak. Berdasarkan Pasal 1 Angka 1 Undang - Undang Perlindungan Anak, yang dimaksud dengan “anak” adalah seseorang yang belum berusia 18 tahun, termasuk anak yang masih dalam kandungan. Terkait dengan *bullying* diatur dalam Pasal 76C UU Nomor 35 Tahun 2014 yang berbunyi: "Setiap Orang dilarang menempatkan, membiarkan, melakukan, menyuruh melakukan, atau turut serta melakukan Kekerasan terhadap Anak." Ancaman hukuman bagi yang melanggar pasal ini adalah pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun 6 (enam) bulan dan/atau denda paling banyak Rp72.000.000 (Tujuh Puluh Dua Juta Rupiah). Kasus *bullying* dan *hate speech* kini sedang marak terjadi, khususnya di lingkungan sekolah. Pada umumnya, *bullying* dan *hate speech* selalu menimbulkan pengaruh yang negatif terhadap pihak manapun itu. Pengaruh negatif tersebut tidak hanya secara fisik, bahkan mental juga dapat terpengaruh, apalagi jika *bullying* dan *hate speech*

terjadi di kalangan anak SMK yang masih dalam proses pertumbuhan fisik dan mental. Pada pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini kami bekerjasama dengan SMK Yehonala Batam untuk menjadi mitra kegiatan ini dengan tujuan dan harapan bahwa para siswa paham mengenai akibat dari perundungan, perilaku yang tidak baik, dan perbuatan yang melanggar Hak Asasi Manusia. Kegiatan ini merupakan wujud kegiatan yang bertujuan mengingatkan pentingnya edukasi dan kesadaran terhadap pengaruh dari *bullying* dan *hate speech* kepada para siswa siswi SMK Yehonala Batam. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang kami lakukan bersama SMK Yehonala, ternyata di lingkungan SMK Yehonala Batam hampir tidak ada kasus *bullying* dan *hate speech* berlebihan yang dapat mempengaruhi kondisi fisik maupun mental siswa. Karena lingkungan sekolah SMK Yehonala sedang dalam kondisi yang bebas dari *bullying* dan *hate speech*, kami memutuskan untuk mengadakan sosialisasi terhadap siswa-siswi SMK Yehonala Batam dengan tujuan memberikan edukasi dan ajakan untuk mempertahankan kondisi *no bullying* dan *hate speech* di sekolah tersebut. Selain itu tim penulis juga memutuskan untuk melanjutkan kegiatan edukasi ini dengan cara memberikan pemahaman melalui penyuluhan dan modul materi mengenai *bullying* dan *hate speech*. Melalui penyuluhan dan modul materi yang kami buat, diharapkan dapat membantu mitra untuk menangani *bullying* dan *hate speech* di lingkungan pembelajaran SMK Yehonala Batam.

## Metode

Dalam pelaksanaan program Pengabdian Kepada Masyarakat ini, penulis menggunakan metode dan teknik penyuluhan sebagai cara untuk memberikan pemahaman terhadap *bullying* dan *hate speech* serta untuk menimbulkan kesadaran siswa-siswi bahwa mereka berhak menerima perlakuan baik dari teman sebayanya atau bahkan rekan-rekan di sekolahnya. Penyuluhan ini ditujukan agar materi dapat tersampaikan dengan lengkap dengan waktu yang tersedia. Dengan demikian, siswa-siswi SMK Yehonala dapat mengantisipasi perilaku *bullying* dan *hate speech* di sekolahnya. Penyuluhan akan dilakukan selama satu setengah jam atau sekitar 90 menit dan diikuti oleh siswa-siswi kelas 11 sebanyak 20 orang. Penyuluhan dilakukan secara online karena pihak mitra belum mengizinkan kegiatan dari luar dilakukan secara langsung. Untuk evaluasi, tim penulis menggunakan google form untuk mengetahui pemahaman materi yang telah disampaikan kepada peserta didik guna mengantisipasi perilaku *bullying* dan *hate speech* yang terjadi di lingkungan sekolah.

## Pembahasan

Kegiatan sosialisasi/penyuluhan *bullying* dan *hate speech* dilaksanakan pada hari Jumat, 17 Juni 2022 di SMK Yehonala melalui platform online (*Google Meet*) dari pukul 18.00 WIB s.d 19.15 WIB. Kegiatan penyuluhan dimulai dengan kata sambutan dari dosen pembimbing. Kemudian, tim penyaji menanyakan perihal *bullying* kepada *audience*. Tim juga mengonfirmasi ada atau tidaknya *audience* yang mengalami perilaku *bullying*. Materi-materi yang disampaikan kepada *audience* yaitu pertama, pengertian *bullying*. Sebelum

mulai memaparkan materi tim menunjukkan sebuah video kepada *audience* agar mendapat gambaran umum dari bentuk-bentuk perilaku *bullying* serta *hate speech*. Video berupa animasi dan penjelasan mengenai *bullying* yang sudah terjadi di hampir seluruh sekolah di Indonesia, dari tingkat universitas, SMA, SMP, bahkan hingga ke SD. Kekerasan dilakukan dengan berbagai hal, secara verbal, fisik, relasional, dan elektronik. Saat video selesai diputarkan, tim kembali memaparkan maksud dari *bullying* serta apa hukum yang terkait dengan *bullying*. *Bullying* adalah tindakan mengganggu atau mengucilkan yang dilakukan oleh seseorang dengan sengaja untuk memenuhi kepuasannya sendiri. Contohnya, ada seorang siswa dengan tubuh yang besar, biasanya orang sekitarnya akan mencemoohnya dengan hal-hal yang tidak mengenakkan. Lalu, ada beberapa anak yang iseng dan membuat anak culun menjadi bahan lelucon banyak orang, atau bahkan anak yang memiliki suku atau ras yang berbeda akan dikucilkan. Namun, zaman sudah berubah kekerasan ini dapat dilakukan melalui media elektronik atau media sosial. Hal ini juga termasuk dalam kategori *hate speech*. *Hate speech* adalah ujaran kebencian yang dilakukan oleh individu atau kelompok dalam bentuk provokasi, hastuan, ataupun hinaan kepada individu atau kelompok lain. Terdapat beberapa Undang-Undang yang terkait diantaranya sebagai berikut :

- Pasal 1 ayat 16 Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak.
- Pasal 80 ayat 1 Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak. jo.

- Pasal 76C Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014.
- Pasal 345 Kitab Undang-Undang Hukum Pidana (KUHP)
- Pasal 71D ayat 1 jo Pasal 59 ayat 2 huruf i Undang-Undang nomor 35 Tahun 2014.

Materi kedua, yaitu faktor atau latar belakang penyebab *bullying* dapat terjadi. Biasanya pelaku *bullying* pernah menyaksikan kekerasan atau merasakan kekerasan itu sendiri. Orang yang pernah menyaksikan dan merasakan kekerasan di rumah lebih berisiko melakukan tindakan *bully* kepada orang lain. Contohnya ayahnya memukulnya, atau memiliki saudara yang abusif, bahkan ibu yang terlalu sering memukul pun dapat memicu perilaku *bullying*, karena bisa saja pelaku *bullying* ingin mencari suatu pelampiasan. Faktor kedua, yaitu haus akan kekuasaan. Anak-anak yang selalu haus akan kekuasaan dan terus ingin memegang kontrol juga cenderung melakukan tindakan *bullying*. Mereka hanya mau bekerja sama jika yang orang lain mengikuti peraturan yang dibuatnya. Jika segala sesuatu tidak berjalan sesuai rencananya, maka mereka dapat mulai melakukan tindakan *bullying*. Faktor ketiga, ingin menjadi populer di lingkungannya. Anak yang ingin populer dinilai berisiko melakukan tindakan *bullying*. Mereka akan menunjukkan sifat ingin memerintah, mengontrol, dan menuntut teman-temannya demi popularitas dan pengakuan dari orang-orang di sekitarnya. Faktor keempat, tidak diajarkan rasa empati. Kurangnya rasa empati ini dapat membuat anak-anak merasa bahwa tindakan *bullying*-nya hanyalah candaan semata, di saat orang lain merasa sakit hati akibat tindakan tak terpuji itu. Tanpa empati, anak tidak bisa

atau bahkan tidak mau mengerti apa yang dirasakan oleh orang lain. Mereka pun bisa menyalahkan korban-korbannya. Faktor kelima, tidak mendapatkan apa yang mereka mau. Di saat anak-anak tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan, mereka cenderung akan merasa frustrasi. Sebagian anak dapat menerima situasi ini dengan lapang dada. Namun, beberapa anak tidak kuat menahan perasaan tersebut. Hasilnya, mereka dapat melakukan tindakan *bullying* demi kepentingan pribadi. Faktor keenam, minimnya perhatian sekolah terhadap fenomena *bullying*. Faktor *bullying* di sekolah yang tak boleh disepelekan adalah kurangnya perhatian sekolah terhadap fenomena *bullying*. Faktor penyebab *bullying* menurut para ahli ini membuat siswa dan siswi menganggap bahwa tindakan *bullying* adalah hal yang biasa. Sehingga, mereka terus melakukannya di sekolah. Masih banyak faktor yang dapat memengaruhi perilaku *bullying*, tetapi tim hanya memaparkan beberapa saja.

Materi ketiga, yaitu dampak fenomena *bullying* bagi pelaku, korban, dan yang melihatnya. Pelaku *bullying* menjadi lebih agresif, tidak bisa menghargai orang lain, sering memaksakan kehendak, bahkan menjadi pembangkang, berpotensi menyalahgunakan alkohol dan obat-obatan, rentan berkelahi, dan berpotensi menjadi kriminal. Sedangkan dampak bagi korban *bullying*, diantaranya mengalami gangguan mental, berkurangnya ketertarikan untuk melakukan sesuatu, masalah kesehatan karena pola makan dan tidur menjadi tidak teratur, performa akademis menurun. Kemudian, dampak bagi yang melihatnya, yaitu merasakan perasaan bersalah karena tidak dapat menolong,

merasakan hal depresi yang dialami korban karena takut jika ia akan menjadi target selanjutnya, kemungkinan akan meniru pelaku *bullying* dan *hate speech*. Dampak-dampak ini juga dapat memengaruhi kesehatan mental remaja saat ini, gejala-gejala yang dapat timbul bila menerima perlakuan *bullying* ada diantaranya perubahan sifat dimana orang tersebut tidak akan menjadi dirinya sendiri dan menutup diri dari lingkungan sekitarnya, bisa menjadi pemurung atau bahkan pemaarah. Sering mengalami sakit karena imun yang menurun akibat stress yang diterima sehingga tubuh tidak memiliki pertahanan terhadap penyakit. Orang yang menerima perlakuan ini juga akan merasa tidak berenergi dan berpikir semua hal yang dilakukannya sia-sia, merasa tidak ada harapan dan tidak dapat meminta pertolongan. Selain itu, korban akan mengalami halusinasi, contohnya ketika akan pergi ke sekolah ia selalu berpikir disekolah tidak aman, dan bahaya akan menyerangnya. Bahkan, lebih parahnya korban *bullying* akan melukai dirinya sendiri. Untuk mengatasinya ada beberapa cara yang tim teliti cukup efektif dalam menghadapi *bullying*. Menjalin hubungan baik di sekolah, seperti mencari relasi dan pertemanan, tunjukkan prestasi, akademik maupun non-akademik, tumbuhkan rasa percaya diri, jadikan *bully-an* sebagai motivasi untuk maju, jangan menunjukkan sikap takut atau sedih, berani mengungkapkan perasaan, jangan hanya pasrah, berani memperjuangkan harga diri, jangan menyalahkan lingkungan, dan yang terakhir laporkan pada pihak berwenang untuk ditindaklanjuti sehingga *bullying* perlahan-lahan dapat diminimalisir. Setelah pemaparan selesai, tim memberikan waktu kepada *audience* untuk bertanya tentang materi yang disampaikan. Tetapi, karena *audience*

tidak memiliki pertanyaan maka kami mengakhirinya dengan sesi dokumentasi.



Yehonala dengan materi yang lebih menarik di waktu yang akan ditentukan nantinya.

### Simpulan

Penyuluhan *bullying* dan *hate speech* di sekolah merupakan salah satu tindakan untuk mencegah meluasnya kasus *bullying* di Indonesia. Memberikan informasi dan pengetahuan tentang *bullying* sehingga peserta didik dapat mengetahui dampak yang memengaruhi bila melakukan perbuatan tersebut. Dengan demikian, dapat meminimalisir perilaku *bullying* dan *hate speech* di Indonesia khususnya di sekolah dan kalangan remaja. Perilaku *bullying* membawa dampak yang sangat buruk bagi kesehatan mental, tetapi juga fisik ke depannya. Dengan adanya kegiatan penyuluhan ini diharapkan dapat membawa dampak positif di sekolah dalam proses belajar mengajar. Diharapkan agar pengetahuan ini tidak saja berhenti di SMK Yehonala tetapi dapat menyebar hingga sekolah lainnya

termasuk sekolah dasar, sekolah menengah pertama, dan sekolah menengah atas. Dari kegiatan di SMK Yehonala Batam ini, masih belum dapat dikatakan berhasil, oleh karena itu tim akan kembali melakukan kegiatan penyuluhan dengan materi yang lebih menarik lagi di waktu yang akan datang. Tim penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak mitra SMK Yehonala yang sudah memberikan dukungan dan waktu kepada tim untuk mengadakan kegiatan penyuluhan ini di sekolahnya dan bersedia berpartisipasi dalam pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Internasional Batam (LPPM UIB).

Murtiningsih, I. (2021). Penyuluhan Anti Bullying Peserta Didik. *IJECS: Indonesian Journal of Empowerment and Community Services*, 2(1), 11. <https://doi.org/10.32585/ijecs.v2i1.919>

Rahayu, B. A., & Permana, I. (2019). Bullying di Sekolah: Kurangnya Empati Pelaku Bullying dan Pencegahan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(3), 237. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.3.2019.237-246>

#### Daftar Pustaka

Dewi, C. I. A. L., & Tience Debora Valentina. (2020). Posttraumatic growth among adolescents victims of bullying. *Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 15(1), 13–25. <https://doi.org/10.32734/psikologia.v15i1.4342>

Kartika, K., Darmayanti, H., & Kurniawati, F. (2019). Fenomena Bullying di Sekolah: Apa dan Bagaimana? *Pedagogia*, 17(1), 55. <https://doi.org/10.17509/pdgia.v17i1.13980>

Limilia, P., & Prihandini, P. (2019). Penyuluhan Stop Bullying sebagai Pencegahan Perundungan Siswa di SD Negeri Sukakarya, Arcamanik - Bandung. *ABDIMOESTOPO: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(01), 12–16. <https://journal.moestopo.ac.id/index.php/abdimoestopo/article/view/690>