

BULLYING DITINJAU DARI PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA MAHASISWA KORBAN BULLYING DI UNIVERSITAS NASIONAL KARANGTURI SEMARANG

Ivana Dwi Susanto¹, Qurnia Fitriyatinur²

Universitas Nasional Karangturi

qurniafitriyatinur@gmail.com

Abstract

This research aims to examine the relationship between bullying and psychological well-being using a quantitative approach. The data in this research was obtained from filling out questionnaires by 50 students at Karangturi National University, Semarang. The research data was then analyzed using the Spearman Rank correlation analysis technique with the help of the SPSS version 26 program. The results of the research showed that the sig (2-tailed) correlation test value was -0.755 ($p < 0.05$) which indicated that the bullying variable had a relationship. significant negative with the psychological well-being variable, meaning that high levels of bullying behavior pose a risk of reducing students' psychological well-being . Thus, (Ho) the proposed hypothesis is accepted, namely that there is a negative relationship between bullying and psychological well-being in student victims of bullying at Karangturi National University, Semarang.

Keywords : *bullying, psychological well-being , victims, relationships*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *bullying* dengan *psychological well-being* yang menggunakan pendekatan kuantitatif. Data dalam penelitian ini diperoleh dari pengisian kuesioner oleh sebanyak 50 mahasiswa di Universitas Nasional Karangturi Semarang. Data penelitian selanjutnya dianalisis dengan menggunakan teknik analisis korelasi *Rank Spearman* dengan bantuan program SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa uji korelasi nilai sig (*2-tailed*) sebesar -0,75 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa variable *bullying* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan variabel *psychological well-being*, artinya bahwa perilaku *bullying* yang tinggi beresiko menurunkan *psychological well-being* mahasiswa. Dengan demikian, (Ho) hipotesis yang diajukan diterima yaitu terdapat hubungan negatif antara *bullying* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa korban *bullying* Universitas Nasional Karangturi Semarang.

Kata kunci: *bullying, psychological well-being , victims, relationships*

PENDAHULUAN

Pada jaman sekarang, pembahasan tentang *psychological well-being* menjadi topik yang mulai menjadi fokus perhatian di kalangan masyarakat Indonesia. *Psychological well-being* secara umum adalah kondisi dimana individu dapat memahami diri sendiri dalam situasi apapun yang membuat individu menjadi lebih baik, baik untuk diri sendiri maupun untuk individu lain. *American Psychological Association* (APA) mendefinisikan *well-being* sebagai kondisi dimana individu memiliki perasaan bahagia, perasaan puas, tingkat stres yang rendah, sehat secara fisik maupun mental, serta menjaga kualitas hidup yang baik. Individu yang memiliki *well-being* tinggi berusaha menjaga kesehatan mental dan fisik agar mampu mengatasi permasalahan, mencapai kebahagiaan, serta memunculkan perasaan puas dalam hidup. Adapun pendapat yang disampaikan oleh Ryff, bahwa *psychological well-being* merupakan realisasi dan pencapaian penuh dari potensi individu, dimana individu dapat menerima segala kekurangan maupun kelebihan dirinya, mandiri, mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain dan dapat menguasai lingkungan dengan kata lain mampu menciptakan lingkungan agar sesuai dengan keinginan, memiliki tujuan hidup serta mengembangkan pribadinya (Munthe, Maslihah, & Chotidjah, 2017).

Terdapat beberapa aspek *psychological well-being* yang umum di masyarakat yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan individu lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Ryff, 1989). Penerimaan diri merupakan karakteristik utama dari kesehatan mental dan juga sebagai karakteristik utama bagi individu untuk mencapai aktualisasi diri yang tinggi. Aspek ini menekankan penerimaan diri individu terhadap masa lalunya sehingga individu yang memiliki penerimaan diri yang baik akan dapat memiliki sifat positif terhadap diri sendiri, dan menerima berbagai aspek diri termasuk hal baik maupun hal buruk yang terjadi di hidup individu tersebut. Selanjutnya adalah aspek hubungan positif dengan individu lain, dimana individu yang memiliki hubungan positif dengan individu lain ditandai dengan memiliki hubungan yang baik, hangat, saling percaya dengan individu lain, memiliki perhatian terhadap kesejahteraan individu lain, dapat

menunjukkan rasa empati, rasa sayang, serta memahami konsep memberi dan menerima dalam hubungan sesama manusia. Aspek selanjutnya adalah otonomi, individu yang sudah mencapai aktualisasi diri disebut sebagai orang yang menampilkan sikap otonomi. Otonomi adalah keadaan dimana individu memiliki *internal locus of control* dalam mengevaluasi diri sendiri. Hal tersebut dapat dilihat ketika individu tidak meminta persetujuan dari individu lain tentang apa yang baik dan buruk untuk individu tersebut, dikarenakan individu tersebut memiliki persepsi dan standar sesuai dengan diri sendiri. Individu yang memiliki tingkat otonomi yang baik akan menjadi individu yang mandiri, mampu menolak tekanan sosial untuk berpikir dan berperilaku dengan cara tertentu, mampu mengatur perilaku diri sendiri dan mengevaluasi diri sendiri dengan standar yang sudah ditetapkan individu tersebut.

Penguasaan lingkungan juga merupakan salah satu aspek *psychological well-being*, dimana individu memiliki kemampuan untuk memilih atau menciptakan suatu lingkungan yang sesuai dengan keinginan dan kebutuhannya. Penguasaan lingkungan yang baik dapat dilihat dari sejauh mana individu dapat mengambil keuntungan dari peluang yang ada di sekitarnya. Individu juga mampu mengembangkan dirinya secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mental. Selanjutnya adalah tujuan hidup, dimana aspek ini sangat menekankan pentingnya keyakinan yang memberikan suatu perasaan dan pemahaman yang jelas tentang tujuan dan arti kehidupan. Seorang individu yang memiliki tujuan hidup yang baik akan memiliki target dan cita-cita dalam hidupnya serta merasa bahwa kehidupan di saat ini dan di masa lalu memiliki makna masing-masing. Individu juga memegang teguh pada suatu kepercayaan tertentu yang dapat membuat hidup individu tersebut lebih berarti.

Aspek terakhir adalah pertumbuhan pribadi, untuk dapat mencapai *psychological well-being* yang maksimal, individu tidak hanya dituntut untuk mencapai keadaan-keadaan sebelumnya, namun juga berkembang sebagai individu yang seharusnya. Kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri dan menyadari potensi-potensi yang dimiliki merupakan hal yang penting dalam pertumbuhan pribadi. Keterbukaan terhadap pengalaman, merupakan karakteristik penting dari individu

yang berfungsi penuh. Individu yang berfungsi penuh terus bertumbuh dan berkembang secara berkelanjutan dan tidak berhenti pada suatu keadaan statis. Individu akan selalu menghadapi tantangan-tantangan baru atau tugas-tugas pada periode kehidupan yang berbeda. Jadi, pertumbuhan yang berkelanjutan dan realisasi diri merupakan hal yang penting bagi *psychological well-being*.

Selain aspek-aspek tentang *psychological well-being*, terdapat pula faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* pada individu. Liputo dalam penelitiannya menyatakan bahwa *psychological well-being* dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dukungan sosial, kompetensi pribadi, religiusitas, dan keribadian (Batubara A., 2017). Penelitian Liputo juga didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ryff pada tahun 1995 yang menyatakan bahwa ada banyak faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*, diantaranya adalah usia, jenis kelamin, budaya, religiusitas, kepribadian, stres, dan dukungan sosial. Menurut Ryff, aspek-aspek dari *psychological well-being* seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, dan otonomi meningkat searah dengan bertambahnya usia. Perbedaan jenis kelamin juga dapat mempengaruhi aspek-aspek kesejahteraan psikologis individu. Ryff menyatakan bahwa perempuan memiliki kemampuan yang lebih tinggi dalam membina hubungan yang lebih positif dengan individu lain serta memiliki pertumbuhan pribadi yang lebih baik dari pada pria. Selain perbedaan jenis kelamin, perbedaan budaya juga mempengaruhi kesejahteraan psikologis antar individu yang memiliki budaya berbeda yang mengacu pada individualisme dan kemandirian.

Menurut Heidi Keller yang berprofesi sebagai psikolog dari Universitas Osnabruck, pola asuh orang Asia menekankan pada kedekatan dan kontak fisik antara ibu dan anak yang dibangun dalam waktu yang cukup lama. Apabila diperhatikan, rata-rata orangtua di Asia, khususnya di Indonesia masih sering tidur bersama anak-anak mereka bahkan hingga usianya mencapai enam tahun. Sedangkan pola asuh orang Barat lebih mengutamakan kontak mata, menggunakan kata-kata dan ekspresi wajah. Orangtua yang menerapkan pola asuh Barat lebih membebaskan anak-anak mereka, sehingga anak-anak dengan pola asuh Barat cenderung lebih

mandiri. Religiusitas Menurut Chamberlain & Zika (dalam jurnal Religiusitas dan *Psychological well-being* pada Korban Gempa, Amadiyati & Utami, 2007) menyatakan bahwa religiusitas memiliki hubungan yang positif dengan kesejahteraan dan kesehatan mental. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian Ellison (dalam Amadiyati & Utami, 2007) yang menyatakan bahwa religiusitas mampu meningkatkan *psychological well-being* dalam diri individu. Ellison juga menyatakan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being*, dimana individu yang memiliki religiusitas yang tinggi, tingkat *psychological well-being* juga akan lebih tinggi, sehingga akan mengurangi dampak negatif yang dirasakan dari peristiwa traumatik dalam hidup individu.

Selain religiusitas, kepribadian juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*. Individu yang memiliki kepribadian yang sehat memiliki coping skill yang efektif, sehingga individu mampu menghindari stres dan konflik, memiliki lebih banyak kompetensi pribadi dan sosial, dan mampu menjalin hubungan yang positif dengan lingkungan. Stres juga dapat menjadi faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* pada individu. Apabila individu terjebak dalam situasi yang menekan baik fisik maupun mental, maka tingkat stres akan meningkat sehingga individu tidak memiliki perasaan damai dan ketenangan. Faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* yang terakhir adalah dukungan Sosial. Menurut Persma (dalam Desiningrum, 2010) berpendapat bahwa dukungan secara informatif yang disertai dengan dukungan emosional yang baik akan meningkatkan *psychological well-being* individu. Winnubust (dalam Desiningrum, 2010) juga berpendapat bahwa dukungan sosial berkaitan dengan hubungan yang harmonis dengan individu lain sehingga individu tersebut mengetahui bahwa ada individu lain yang peduli, menghargai, dan mendukung dirinya.

Namun di beberapa kondisi, ada hal-hal yang membuat individu tidak dapat mencapai *psychological well-being* secara maksimal karena kurangnya dukungan sosial dari individu atau lingkungan dimana individu tinggal. Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau ketersediaan bantuan kepada seseorang dari orang lain atau suatu kelompok. Dukungan sosial berperan penting dalam proses perkembangan individu. Individu yang memiliki relasi yang

baik dengan individu lain, akan memiliki kesehatan mental dan fisik yang baik, dan kesejahteraan diri yang tinggi (David & Oscar, 2017). Apabila lingkungan tidak memberikan dukungan sosial yang baik pada individu, maka akan berdampak pada kesehatan mental dan kesejahteraan individu tersebut sehingga *psychological well-being* tidak dapat dicapai. Dukungan sosial yang kurang baik bagi kesehatan mental dan kesejahteraan individu salah satunya adalah menjauhi, mengucilkan, merendahkan, mengejek, melakukan kekerasan verbal maupun fisik, atau yang dikenal dengan istilah *bullying*.

Bullying bukanlah sesuatu yang asing di telinga masyarakat, terutama masyarakat Indonesia. Kata *bullying* berasal dari bahasa Inggris; *bull* yang berarti banteng yang senang merunduk kesana kemari. Dalam bahasa Indonesia, secara etimologi kata *bully* memiliki arti penggertak atau pihak yang mengganggu individu yang lebih lemah. Sedangkan secara umum, definisi *bullying* adalah tindakan intimidasi yang dilakukan secara berulang-ulang oleh pihak yang lebih kuat terhadap pihak lebih lemah, dilakukan dengan sengaja dan bertujuan untuk melukai korbannya secara fisik maupun mental (Aini, 2018). Tindakan *bullying* memiliki kesamaan dengan agresi yakni melakukan tindakan perundungan kepada individu lain.

Perbedaan antara *bullying* dan agresi terletak pada jangka waktu yang tindakan tersebut. *Bullying* mengarah pada perilaku penyerangan kepada individu lain dengan jangka waktu yang berulang sehingga mengakibatkan korban merasa tertekan dan tertindas. Sedangkan agresi dilakukan hanya pada satu waktu saja (Aini, 2018). Hal tersebut sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh *American Psychiatric Association* (APA) *bullying* adalah perilaku agresif yang dikarakteristikkan dengan tiga kondisi yaitu; (a) perilaku negatif yang bertujuan untuk merusak atau membahayakan (b) perilaku yang terus diulang selama jangka waktu tertentu (c) adanya ketidakseimbangan kekuatan atau kekuasaan dari pihak-pihak yang terlibat. Beberapa kondisi tersebut dapat menjadikan korban *bullying* trauma, cemas, dan merasa tidak nyaman.

Korban *bullying* dapat dibedakan menjadi dua kategori berdasarkan respon yang diberikan terhadap pelaku *bullying* yaitu korban submisif dan korban provokatif. Korban submisif adalah korban yang patuh terhadap pelaku, memiliki

tingkat kecemasan yang tinggi, dan menarik diri. Sedangkan korban provokatif adalah korban yang merespon perilaku pelaku dengan cara impulsif sehingga semakin memancing amarah pelaku *bullying*. Banyaknya perilaku *bullying* yang semakin marak di kalangan masyarakat juga disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Penelitian terdahulu tentang *bullying* dilakukan oleh Ratna (2015) yang mengemukakan bahwa terdapat 70% responden yang melakukan *bullying* terhadap teman sebaya.

Menurut Muhopilah (2019) terdapat empat faktor yang mempengaruhi tindakan *bullying*, yaitu kepribadian, keluarga, pengalaman buruk di masa anak-anak dan lingkungan. Tindakan *bullying* yang terjadi di lingkungan sosial juga memiliki beberapa bentuk, Coloroso (2007) membagi *bullying* dalam 4 bentuk yaitu *bullying* verbal (*verbal bullying*), *bullying* fisik (*physical bullying*), *bullying* relasional (*relational bullying*), *cyberbullying*. *Bullying* sendiri memiliki dua aspek, yaitu aspek internal dan aspek eksternal seperti yang dipaparkan oleh Zakiyah, dkk (2018), diantaranya Aspek internal yang ditimbulkan dari *bullying* adalah perasaan sedih, sensitif, sering melamun, menjadi pendiam, benci terhadap diri sendiri, memiliki harga diri dan kepercayaan diri yang rendah, memiliki trauma, depresi, *overthinking*, stres, adanya perubahan sikap dan kebiasaan, memiliki reaksi emosional yang buruk, lebih menutup diri, perfeksionis, membenci kegagalan dan kesalahan, tidak bisa mengembangkan diri, memiliki gangguan makan, melakukan diet ekstrim, dan bisa memiliki tanda-tanda untuk menyakiti diri sendiri. Dan Aspek eksternal yang ditimbulkan dari *bullying* adalah penutup diri dari lingkungan, tidak percaya kepada individu lain, menghindari keramaian, takut berinteraksi dengan individu lain, prestasi akademik dan non akademik menurun, merasa tidak diterima di lingkungan, menjadi *people pleaser*, mengabaikan masalah dan cenderung melarikan diri dari konflik.

Dampak yang ditimbulkan dari tindakan *bullying* ini pun sangat luas cakupannya. Individu yang menjadi korban *bullying* lebih beresiko mengalami berbagai masalah kesehatan, baik secara fisik maupun mental. Adapun masalah yang lebih mungkin diderita individu yang menjadi korban *bullying* adalah mengalami berbagai macam gangguan yang meliputi kesejahteraan psikologis yang rendah (*low*

psychological well-being) dimana korban akan merasa tidak nyaman, takut, rendah diri, serta tidak berharga, penyesuaian sosial yang buruk di mana korban merasa takut ke sekolah bahkan tidak mau sekolah dan menarik diri dari pergaulan (Akbar, 2011).

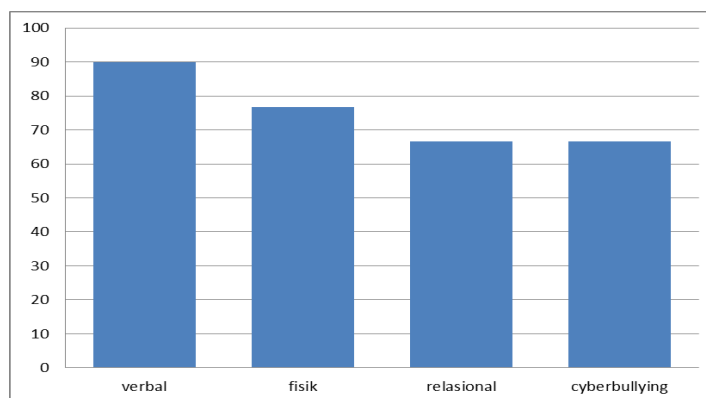
Peneliti melakukan survei yang mengindikasikan apakah ada hubungan antara *bullying* pada mahasiswa korban *bullying* Universitas Nasional Karangturi Semarang terhadap *psychological well-being*. Berdasarkan hasil survei yang telah dilaksanakan melalui metode penyebaran kuisioner yang diadaptasi dari Coloroso (2007) mengenai bentuk-bentuk *bullying* yaitu *bullying* verbal, fisik, relasional, dan *cyberbullying* menggunakan platform *Google Form* kepada mahasiswa Universitas Nasional Karangturi Semarang angkatan 2019 sampai 2022, maka didapatkan data sebagai berikut:

Tabel 1
Data *bullying* pada mahasiswa Universitas Nasional
Karangturi Semarang Angkatan 2019



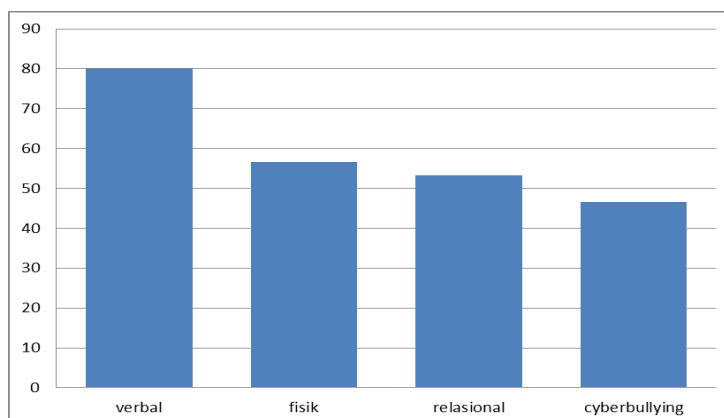
Tabel 2

Data *bullying* pada mahasiswa Universitas Nasional Karangturi
Semarang Angkatan 2020

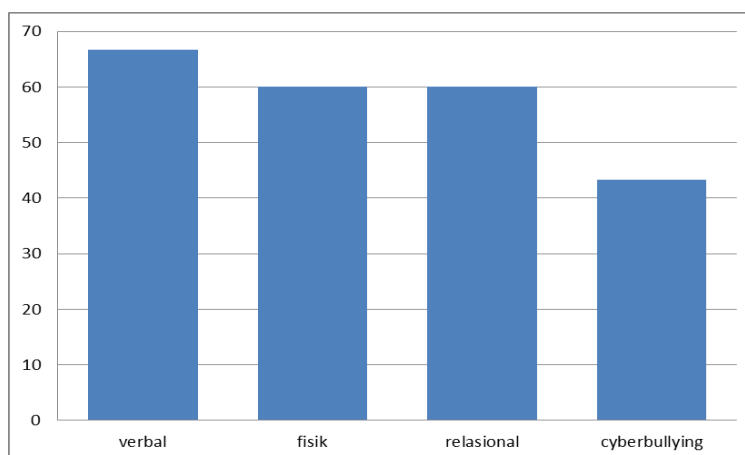


Tabel 3

Data *bullying* pada mahasiswa Universitas Nasional Karangturi
Semarang Angkatan 2021



Tabel 1.4
Data *bullying* pada mahasiswa Universitas Nasional Karangturi
Semarang Angkatan 2022



Tabel 5
Rangkuman hasil data

Angkatan	Verbal	Fisik	Relasional	Cyberbullying
2019	77%	67%	70%	57%
2020	90%	77%	67%	67%
2021	80%	57%	53%	47%
2022	67%	60%	60%	43%

Berdasarkan data tabel 1 sampai tabel 4, mahasiswa Universitas Nasional Karangturi Semarang dari angkatan 2019 sampai 2022 yang menjadi responden pernah mendapatkan *bullying*, baik itu *bullying* verbal, fisik, relasional, maupun cyberbullying.

Penelitian terdahulu yang pernah dilakukan oleh Wolke pada tahun 2013 menemukan bahwa *bullying* berdampak pada kapasitas kesehatan, perilaku ilegal, kondisi ekonomi, dan hubungan sosial. Pernyataan Wolke juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Takizawa pada tahun 2014, dimana Takizawa

menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa mengakibatkan melonjaknya tingkat depresi dan kecemasan. Korban *bullying* juga akan mengalami masalah dalam kondisi ekonomi yang buruk, hubungan sosial yang kurang sehat, dan rendahnya well being ketika menginjak usia dewasa. Penelitian yang dilakukan oleh Modecki pada tahun 2014 juga menyatakan bahwa korban *bullying* akan mengalami trauma untuk jangka pendek dan jangka panjang. Trauma akan mempengaruhi korban sehingga korban *bullying* kesusahan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Berdasarkan penelitian terdahulu dan kasus yang telah dijabarkan di atas, *bullying* memiliki hubungan terhadap *psychological well-being* individu. Goswami (2012) dalam penelitiannya mengenai hubungan antara social relationships dengan *psychological well-being* pada anak mengatakan bahwa anak-anak yang menjadi korban *bullying* dan perlakuan yang tidak adil akan memiliki *psychological well-being* yang rendah. Artinya, korban *bullying* cenderung sering mengalami perasaan yang tidak puas terhadap kehidupannya, dan jarang mengalami perasaan yang menyenangkan.

METODE PENELITIAN

Tipe penelitian ini adalah tipe kuantitatif. Pengukuran *bullying* dilakukan melalui aspek dari *bullying* menurut Zakiyah, dkk (2018) yaitu aspek internal dan eksternal. Besar atau tidaknya tingkat *bullying* yang dialami mahasiswa Universitas Nasional Karangturi Semarang bisa terlihat dari total skor skala *bullying*. Skala kedisiplinan terdiri dari 22 butir (item). Sedangkan, Pengukuran *psychological well-being* dilakukan menggunakan skala yang diadaptasi dari skala Ryff (1989) yang digunakan untuk mengukur besar atau tidaknya tingkat *psychological well-being* yang dialami mahasiswa Universitas Nasional Karangturi Semarang. Skala *psychological well-being* terdiri dari 19 butir (item). Sistem penilaian untuk kedua skala *self awareness* dan kedisiplinan menggunakan tujuh kategori jawaban yaitu dimana aitem favorable memiliki nilai Sangat Setuju = 7, Agak Setuju = 6, Sedikit Setuju = 5, Netral = 4, Sedikit Tidak Setuju = 3, Agak Tidak Setuju = 2, Sangat Tidak Setuju = 1. Sedangkan untuk aitem unfavorable memiliki nilai Sangat Setuju = 1, Agak Setuju = 2, Sedikit Setuju = 3, Netral = 4, Sedikit Tidak Setuju = 5, Agak Tidak

Setuju = 6, Sangat Tidak Setuju = 7.

Pada penelitian ini, peneliti menentukan populasi penelitian yaitu mahasiswa di Universitas Nasional Karangturi Semarang. Berdasarkan informasi yang peneliti dapatkan, jumlah populasi mahasiswa Universitas Nasional Karangturi berjumlah 322 orang. Peneliti akan mengambil sampel dari sebagian populasi mahasiswa Universitas Nasional Karangturi Semarang sebanyak 15% dari total populasi mahasiswa Universitas Nasional Karangturi Semarang yaitu sebanyak 50 orang responden. Pengambilan sampel akan dilakukan kepada mahasiswa Universitas Nasional Karangturi Semarang menggunakan teknik *Purposive Sampling* adalah metodologi pengambilan sampel secara acak dimana kelompok sampel ditargetkan memiliki atribut- atribut tertentu (Sugiyono, 2018).

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya penyebaran skor variabel *bullying* dan *psychological well-being*. Normalitas data dapat diperoleh melalui uji *Kolmogorov-Smirnov*. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* (K-S) dengan bantuan program IBM SPSS statistic 26. Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan program IBM SPSS statistic 26. Analisa data yang digunakan pada penelitian kali ini menggunakan metode *Rank Spearman*, yang memiliki tujuan untuk mencari hubungan antara dua variabel, dimana variabel tersebut adalah variabel bebas (*bullying*), dan variabel terikat (*psychological well-being*). Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan program IBM SPSS statistic 26.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pada penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket kuesioner. Sebelum kuesioner disebarkan kepada responden, terlebih dahulu angket kuesioner diuji cobakan terhadap 30 responden. Data hasil pengisian kuesioner oleh 30 responden tersebut selanjutnya diuji dengan menggunakan uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan bahwa angket kuesioner yang akan digunakan sebagai instrumen penelitian valid dan reliabel dalam mengukur variabel penelitian.

Uji validitas instrument dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 26, dimana pengujian dilakukan dengan melihat nilai *corrected item-total correlation* (*r* hitung) masing – masing item pertanyaan. Dalam pengujian kali ini, item pernyataan dinyatakan valid jika nilai *r* hitung yang diperoleh > *r* tabel. Berdasarkan tabel R, nilai *r* tabel pada 30 sampel uji coba sebanyak 30 responden pada taraf signifikansi 5% adalah 0,361, oleh karenanya dalam pengujian ini, item pertanyaan dinyatakan valid jika nilai *r* hitung melebihi 0,361.

Variabel perilaku *bullying* diukur dengan 22 item pertanyaan, hasil analisis pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa seluruh aitem pertanyaan valid, sehingga seluruh item pertanyaan kuisioner valid dalam mengukur variabel perilaku *bullying* karena memiliki nilai *r* hitung > *r* tabel. Selanjutnya pada variabel *psyhological well-being* variabel ini diukur dengan 19 item pertanyaan, hasil analisis pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa seluruh item pertanyaan valid, sehingga seluruh item pertanyaan kuisioner valid dalam mengukur variabel *psyhological well-being*. Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa seluruh item pertanyaan pada masing – masing variabel valid dalam mengukur variabel penelitian.

Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai *cronbach alpha* instrumen variabel perilaku *bullying* sebesar 0,975 nilai *cronbachs alpha* instrumen variabel *psyhological well-being* sebesar 0,993. Oleh karena *nilai cronbachs* seluruh instrumen < 0,7 maka seluruh instrumen variabel penelitian dinyatakan reliabel.

Tabel 6

Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov - Smrinov			Shapiro – Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
<i>Bullying</i>	.195	50	.000	.928	50	.005
<i>PWB</i>	.118	50	.080	.962	50	.111

Sumber : data diolah SPSS (2023)

Hasil uji normalitas pada diatas menunjukkan bahwa data variabel *bullying* tidak berdistribusi normal, sedangkan data variabel *psychological well-being* berdistribusi normal, oleh karenanya uji korelasi dilakukan dengan menggunakan uji

korelasi *Rank Spearman*.

Hasil uji korelasi *Rank Spearman* dalam penelitian ini menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,755 dengan signifikansi sebesar 0,000, oleh karena nilai signifikansi $< 0,05$ dan koefisien korelasi negatif maka disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara bullying dengan *psychological well-being*, dimana perilaku bullying yang tinggi beresiko menurunkan *psychological well-being*, hal ini mendukung hipotesis dalam penelitian ini sehingga hipotesis diterima.

Pembahasan

Hasil penelitian didukung oleh wawancara singkat kepada salah satu mahasiswa angkatan 2022 berinisial (A) yang merupakan responden penelitian melalui platform chat *WhatsApp*. Responden (A) menjelaskan bahwa pernah menerima bullying fisik dan verbal oleh teman sekelas pada saat SMP dan berlangsung selama 3 tahun. Bullying fisik yang dialami responden (A) yaitu dilempari barang-barang, dijambak, dan diludahi. Responden (A) juga menerima bullying verbal berupa ejekan tentang bentuk tubuh, warna kulit, dan sering menyamakan responden dengan hewan. Hal tersebut membuat (A) merasa malu, insecure, dan membenci dirinya sendiri. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Carvalho et al (2021) dalam penelitiannya yang berjudul “*Cyberbullying and Bullying: Impact on Psychological Symptoms and Well-Being*”, dengan subjek penelitian sebanyak 6026 remaja, menyatakan bahwa 10,9% responden melaporkan telah menjadi korban *cyberbullying*, dan 47,9% responden melaporkan telah menjadi korban *bullying*. Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa *cyberbullying* dan *bullying* berdampak negatif terhadap *psychological symptoms* dan *well-being* responden, karena adanya tindakan intimidasi terus-menerus dari pelaku *bullying*.

Selanjutnya, responden (A) merasa bahwa dirinya tidak pantas ada di sekeliling teman-teman sebayanya. Hal tersebut terjadi selama bertahun-tahun bahkan sampai menginjak bangku kuliah, dimana (A) sekarang menjadi pendiam dan enggan berbaur dengan teman-teman yang kurang begitu dekat karena adanya rasa ketakutan dan sedikit trauma. Ketika peneliti memberikan pertanyaan, apakah (A) akan

memaafkan orang yang telah melakukan *bullying*, (A) menjawab mungkin akan memaafkan namun belum siap untuk melupakan tindakan *bullying* yang pernah dialami karena sudah terekam jelas di dalam dirinya. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang dipaparkan oleh Zakiyah, dkk (2018) dalam penelitian yang berjudul “Dampak *Bullying* Pada Tugas Perkembangan Remaja Korban *Bullying*” yang menyatakan bahwa korban *bullying* akan merasa trauma dan terus mengingat tindakan *bullying* yang diterima.

Hasil wawancara ini merupakan sedikit gambaran dari dampak *bullying* terhadap keberlangsungan hidup korban *bullying* di Universitas Nasional Karangturi Semarang. Korban akan merasakan ketakutan dan trauma sepanjang hidupnya, menutup diri dari lingkungan, kurangnya rasa percaya meskipun dengan adanya pemaafan terhadap pelaku, tidak serta merta mengembalikan kehidupan korban seperti sedia kala. Korban mungkin akan terlihat baik-baik saja, namun apa yang ada di dalam pikirannya bisa saja bertolak belakang dengan apa yang terjadi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Carvalho et al (2021) yang berjudul “*Cyberbullying and Bullying: Impact on Psychological Symptoms and Well-Being*”, dengan subjek penelitian sebanyak 6026 remaja, menyatakan bahwa 10,9% responden melaporkan telah menjadi korban *cyberbullying*, dan 47,9% responden melaporkan telah menjadi korban *bullying*. Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa *cyberbullying* dan *bullying* berdampak negatif terhadap *psychological symptoms dan well-being* responden, karena adanya tindakan intimidasi terus-menerus dari pelaku *bullying*. Penelitian Bermejo et al., (2022) yang berjudul “*Study of the Relationship of Bullying with the Levels of Eudaemonic Psychological well-being in Victims and Aggressors*” dengan subjek penelitian sebanyak 570 siswa berusia remaja dimana 50,5% perempuan dan 49,5% laki-laki, juga menyatakan bahwa bahwa perilaku *bullying* sangat berdampak terhadap *psychological well-being* pelajar terutama perempuan karena hasil skor kesejahteraan psikologis yang rendah.

Adapun kekurangan dalam penelitian ini adalah, alat ukur yang digunakan di dalam skala *psychological well-being* diadaptasi dari skala Ryff tidak melalui proses *back translation*, sehingga terdapat kemungkinan terjadi bias. Penelitian ini juga

terfokus hanya pada mahasiswa yang pernah menerima *bullying* di Universitas Nasional Karangturi Semarang, dan belum diuji coba di luar Universitas Nasional Karangturi Semarang.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian ini adalah bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *bullying* dengan *psychological well-being* pada mahasiswa. Hasil penelitian didapatkan dengan menggunakan teknik analisis korelasi *Rank Spearman* dengan bantuan program SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa uji korelasi nilai sig (2-tailed) sebesar -0,75 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa variabel *bullying* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan variabel *psychological well-being*, artinya bahwa perilaku *bullying* yang tinggi beresiko menurunkan *psychological well-being* mahasiswa. Dengan demikian, (H_0) hipotesis yang diajukan diterima yaitu terdapat hubungan negatif antara *bullying* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa korban *bullying* Universitas Nasional Karangturi Semarang.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *bullying* dan *psychological well-being* pada mahasiswa Universitas Nasional Karangturi Semarang. Nilai koefisien korelasi yang rendah (-0,755) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *bullying* yang pernah dialami mengakibatkan semakin rendah *psychological well-being* korban. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan salah satu mahasiswa yang pernah mengalami *bullying*, dampak yang dihasilkan dari *bullying* adalah rasa benci terhadap diri sendiri, malu, *insecure*, dan kurangnya rasa percaya terhadap orang lain karena adanya trauma dan kenangan buruk yang terus diingat oleh mahasiswa tersebut. Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil penelitian ini adalah bahwa ada hubungan negatif *bullying* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa yang pernah menjadi korban *bullying*.

Saran

Saran yang dapat disampaikan dalam mengatasi permasalahan *bullying* yaitu diharapkan kepada para keluarga khususnya jajarannya Universitas Nasional Karangturi Semarang selaku lingkup terkecil dari individu, untuk berhati-hati dan memantau lingkungan pertemanan mahasiswa. Diharapkan, tindakan *bullying* akan terdeteksi secara dini. Kemudian, untuk para tenaga pendidik khususnya dosen diharapkan dapat memberi pemantauan khusus dan edukasi kepada mahasiswa agar tidak terjadi tindakan *bullying* kembali. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memberikan bahan ajar terbaru atau informasi terbaru terkait *bullying* agar masyarakat terkhusus dalam lingkup universitas agar dapat lebih memahami makna *bullying* dan memungkinkan terjadinya pencegahan tindakan *bullying*. Selanjutnya, untuk menjaga *psychological well-being* mahasiswa tetap terjaga dengan baik, pihak universitas bisa membuat dan memantau kegiatan atau komunitas tertentu yang berfokus pada kesejahteraan mahasiswa, dan edukasi seputar *psychological well-being*.

DAFTAR RUJUKAN

- Aini, D, F, N. (2018). Self Esteem Pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Pencegahan Kasus Bullying. *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan SD*, 36-46.
- Akbar, H, S, (2011). *Akselerasi (A-Z inf program percepatan Belajar)*. Jakarta: PT Grasindo.
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- Bermejo, R. C., Hernández, A. N., & Sánchez, L. G. (2022). Study of the Relationship of Bullying with the Levels of Eudaemonic Psychological well-being in Victims and Aggressors. *Sustainability (Switzerland)*, 14(9). <https://doi.org/10.3390/su14095609>
- Carvalho, M., Branquinho, C., & de Matos, M. G. (2021). Cyberbullying and Bullying: Impact on Psychological Symptoms and Well-Being. *Child Indicators Research*, 14(1). <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09756-2>
- Charalampous, K., Demetriou, C., Tricha, L., Ioannou, M., Georgiou, S., Nikiforou, M., & Stavrinides, P. (2018). The effect of parental style on bullying and cyber

- bullying behaviors and the mediating role of peer attachment relationships; A longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 64, 109-123.
- Coloroso, B, (2007). *Stop Bullying (Memutus Rantai Kekerasan Anak Dari Prasekolah Hingga SMU)*. Jakarta: PT. Ikrar Mandiri abadi.
- Darmayanti, K, K, H., Kurniawati, F., & Situmorang, D, D, B. (2019). Bullying di Sekolah : Pengertian, Dampak, Pembagian, dan Cara Menanggulangnya. *Pedagogia Jurnal Ilmu Pendidikan*, 55-66.
- Desiningrum, D, R. (2010). Family's Social Support and Psychological well-being of the Elderly in Tembalang. *Anima, Indonesian Psychological Journal* , 61-68.
- Giorgi, G., Leon-Perez, J. M., & Arenas, A. (2015). Are Bullying Behaviors Tolerated in Some Cultures? Evidence for a Curvilinear Relationship Between Workplace Bullying and Job Satisfaction Among Italian Workers. *Journal of Business Ethics*, 131(1). <https://doi.org/10.1007/s10551-014-2266-9>
- Goswami, H. (2011). Social Relationships and Children's Subjective Well Being. *Social Indicators Research*, doi:10.1007/s11205-011-9864-z
- Modecki, K. L., Minchin, J., Harbaugh, A. G., Guerra, N. G., & Runions, K. C. (2014). Bullying prevalence across contexts: A meta-analysis measuring cyber and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health*, 55(5), 602-611. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.06.007>
- Muhopilah, P & Tentama, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku bullying. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 99-107.
- Munthe, Bene E.U; Maslihah, Sri; Chotidjah, Siti. (2017). Hubungan Spiritualitas Dan Psychological well-being Pada Anak Didik Pemasarakatan Di Lembaga Pemasarakatan Anak Pria Kelas IIA Tangerang. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*.
- Nazir, T., & Nesheen, F. (2015). Impact of school bullying on psychological well-being of adolescents. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 6(10).
- Ryff, C, D., Singer, B., Love, G. D., & Essex, M. J. (1998). *Resilience in adulthood and later life: Defining features and dynamic processes. Handbook of Aging and Mental Health: An Integrative Approach*. Lomranz, 69-96. New York.
- Ryff, C, D. (1989) Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 57(6), 1069-1081

- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabet.
- Takizawa, R., Maughan, B., & Arseneault, L. (2014). Adult health outcomes of childhood bullying victimization: evidence from a five-decade longitudinal British birth cohort. *American journal of psychiatry*, 171(7), 777-784. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2014.13101401>.
- Wolke, D., Copeland, W. E., Angold, A., & Costello, E. J. (2013). Impact of bullying in childhood on adult health, wealth, crime, and social outcomes. *Psychological science*, 24(10), 1958-1970. <https://doi.org/10.1177/0956797613481608>.
- Zakiah, E, Z., Fedryansyah, M., & Gutama, A, S. (2018). Dampak Bullying Pada Tugas Perkembangan Remaja Korban Bullying. *Jurnal Pekerjaan Sosial*, 265-279.
- Zakiah, E, Z., Humaedi, S., & Santoso, M, B. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Jurnal Penelitian & PPM*, 129-389.