

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Simpulan yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Adanya peristiwa pencetus kejadian *bullying* akan dimaknai oleh sebagai peristiwa yang tidak menyenangkan. Kemudian korban akan merasakan berbagai emosi negatif dan mempengaruhi kondisi fisiknya. Emosi dan kondisi fisik yang dirasakan akan mendorong korban untuk melakukan sesuatu. Korban *bullying* cenderung menampakkan perilaku menarik diri dari lingkungan untuk menghindari pelaku *bullying*. Perilaku yang ditunjukkan oleh korban akan menimbulkan *effect* yang nantinya dapat memunculkan *stimulus event* yang baru. Begitu seterusnya, hingga komponen-komponen dari emosi tersebut membentuk sebuah dinamika emosi.
2. Beberapa *effect* dari *bullying* dapat mengubah cara korban memaknai peristiwa *bullying* dan mengubah emosi yang dirasakannya, namun beberapa *effect* tetap memunculkan pemaknaan dan emosi yang sama.
3. Remaja putri pada tahap perkembangan remaja madya yang mengalami *bullying* banyak merasakan emosi negatif, seperti marah, sakit hati, kecewa, sedih, tidak nyaman, terkejut, jengkel, takut, malu dan depresi. Selain itu, emosi negatif yang dirasakannya mempengaruhi kondisi fisiknya. Subjek I

mengalami sulit tidur akibat *bullying* yang dialaminya, sedangkan subjek II sering mengalami sakit di dadanya dan sesak nafas.

4. Emosi-emosi negatif akibat *bullying* yang dirasakan oleh korban akan mendorong korban untuk melakukan sesuatu. Korban cenderung akan menghindari pelaku dan menarik diri dari lingkungan. Hal ini dapat mempengaruhi hubungan sosial korban. Subjek I mengalami penurunan semangat untuk belajar dan merasa enggan pergi ke sekolah, sedangkan pada subjek II terdapat keinginan untuk keluar dari sekolah dan ada keinginan untuk bunuh diri.

5.2. Saran

a. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, penulis menyarankan untuk tidak terlalu fokus pada dampak negatif dari *bullying* dan menggali kemungkinan munculnya dampak lain dari *bullying*.

b. Bagi korban *bullying*

Bagi korban *bullying*, penulis menyarankan korban memunculkan perilaku nampak (*overt behavior*) yang dapat membuat korban merasa aman dan nyaman, misalnya dengan menghindari pelaku, tidak mempedulikan *bullying* yang dilakukan oleh pelaku padanya, atau dengan menceritakan pengalaman *bullying* pada orang-orang terdekatnya. Karena perasaan aman dan nyaman dapat membuat korban mengubah pemaknaan

terhadap perilaku bullying menjadi lebih positif dan dapat membuat korban merasakan emosi yang lebih positif.

c. Bagi orangtua

Bagi orangtua, khususnya yang memiliki anak remaja putri yang mengalami bullying pada tahap perkembangan remaja madya, penulis menyarankan untuk dapat membantu anak remajanya menemukan *overt behavior* yang tepat, yang dapat membuat remaja merasa aman, misalnya dengan menanyakan pada remaja mengenai apa yang telah dialaminya dan memberikan masukan-masukan positif agar *effect* dari perilaku yang nampak dapat mengubah pemaknaan dan emosi yang dirasakan akibat bullying menjadi lebih positif.

d. Bagi guru

Bagi sekolah, penulis menyarankan untuk lebih meningkatkan pengawasan pada murid-muridnya dan lebih peka terhadap perubahan-perubahan emosi yang terjadi pada murid-muridnya.

e. Bagi remaja pada umumnya (yang tidak terlibat dalam bullying)

- Penulis menyarankan agar remaja terlebih dahulu memikirkan perbuatan yang akan dilakukannya, mengenai dampaknya ke depan, baik dampak pada dirinya sendiri maupun pada orang lain. Penulis berharap, dengan memikirkan perbuatannya, remaja tidak akan menjadi pelaku bullying.

- Penulis menyarankan agar remaja dapat terbuka dalam pergaulan, sehingga dapat menambah teman. Selain itu, penulis menyarankan agar remaja memiliki rasa percaya diri untuk mengungkapkan pendapatnya. Jika remaja memiliki rasa percaya diri, remaja juga dapat melawan perbuatan yang dianggapnya tidak benar. Penulis berharap jika remaja mempunyai banyak teman dan mempunyai rasa percaya diri yang cukup tinggi, remaja tidak akan menjadi korban bullying