

Hubungan Pengalaman *Bullying* dengan Perilaku NSSI pada Remaja

Reyna Mahirajustin Imam Putri & Dian Kartika Amelia Arbi, M.Psi., Psikolog.

Departemen Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Terdapat perbedaan hasil penelitian terdahulu mengenai hubungan antara pengalaman *bullying* dan perilaku NSSI, mengarahkan pada dilakukannya penelitian ini untuk melihat hubungan dari keempat dimensi *bullying* (*physical victimization*, *verbal victimization*, *social manipulation*, dan *attacks on property*) dengan perilaku NSSI pada remaja. Terdapat delapan hipotesis penelitian yang terdiri dari empat H_0 (tidak ada hubungan antara pengalaman *bullying* dan NSSI) dan empat H_a (terdapat hubungan antara pengalaman *bullying* dan NSSI). Studi ini menggunakan metode kuantitatif dengan metode survey yang melibatkan 129 partisipan yang pernah atau sedang melakukan perilaku *self-injury* tanpa niat untuk bunuh diri. Hasil analisis korelasi menunjukkan adanya hubungan positif antara *bullying* dan NSSI, terutama pada *social manipulation* ($r = 0,397$; $p < 0,001$) dan *attacks on property* ($r = 0,423$; $r < 0,001$). Penelitian ini menegaskan bahwa pengalaman *bullying* berkontribusi terhadap peningkatan risiko perilaku NSSI pada remaja, yang mengindikasikan perlunya intervensi yang lebih efektif untuk mengatasi *bullying*.

Kata kunci: *Pengalaman Bullying, Perilaku NSSI, Remaja*

ABSTRACT

There are differences in the results of previous studies regarding the relationship between bullying experiences and Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) behavior, leading to this research to examine the relationship between the four dimensions of bullying (physical victimization, verbal victimization, social manipulation, and attacks on property) and NSSI behavior in adolescents. The study comprises eight hypotheses, including four null hypotheses (no relationship between bullying experiences and NSSI) and four alternative hypotheses (a relationship exists between bullying experiences and NSSI). This study uses a quantitative method with a survey approach involving 129 participants who have engaged in self-injury behavior without suicidal intent. Correlation analysis results show a positive relationship between bullying and NSSI, particularly in social manipulation ($r = 0.397$; $p < 0.001$) and attacks on property ($r = 0.423$; $p < 0.001$). This research confirms that bullying experiences contribute to an increased risk of NSSI behavior in adolescents, indicating the need for more effective interventions to address bullying.

Keywords: *Adolescence, Bullying Experience, NSSI Behaviour*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa, yang melibatkan transformasi dalam aspek fisik, biologis, kognitif, dan psikososial. Fase remaja identik juga dengan masa yang kritis, terdapat banyak tantangan, rintangan, serta tekanan yang akan dialami. Perubahan tersebut dapat mengarah pada banyak hal, baik itu positif maupun negatif. Hurlock (1999) . Perubahan yang dialami oleh remaja pada aspek kognitif yaitu meningkatnya kemampuan berpikir secara abstrak, idealistik, dan logis. Santrock (2011) mengemukakan perubahan pada remaja pada aspek sosio-emosional dapat berupa kemandirian, keinginan untuk meluangkan waktu lebih banyak bersama dengan teman sebaya, dan pada fase remaja ini pula dimulainya konflik-konflik dengan orang tua.

Hubungan dengan teman sebaya memang penting pada masa remaja, namun tidak sedikit juga ditemukan kasus mengenai agresi pertemanan seperti halnya *bullying*. Penelitian internasional yang melibatkan 120.000 siswa dari 28 sekolah dan menghasilkan bahwa 20% dari anak-anak usia kurang dari 15 tahun melaporkan pernah mengalami *bullying* saat mereka berada di sekolah. Selain itu secara global, sedikitnya 1 dari 3 remaja berusia 13 dan 15 tahun mengalami *bullying*. Terdapat beberapa alasan mengapa remaja mendapatkan perilaku *bullying* dari teman sebayanya, seperti ciri-ciri fisik serta kondisi sosial.

Peristiwa tersebut dalam Sentse (2013) dinamakan '*contagiousness*' atau penularan. Remaja yang menjadi korban *bullying* relasional seperti gosip atau pengucilan seringkali tidak dipilih sebagai teman, serta remaja yang tidak menjadi korban *bullying* menganggap berteman dengan individu yang menjadi korban akan meningkatkan risiko teman lainnya menjadi korban juga (Sentse, Dijkstra, Salmivalli, & Cillessen, 2013). Pengalaman tersebut akan memiliki dampak kepada korban *bullying*, dimana korban akan merasa ditolak oleh teman sebaya.

Dampak tersebut mengarahkan individu kepada perilaku menyakiti diri sendiri, hal tersebut karena adanya trauma yang dirasakan serta stress yang dialami. Individu dengan pengalaman *bullying* mengalami proses internalisasi pada stress, rasa takut, malu, marah, perasaan gagal dalam membela diri, serta perasaan tidak berdaya. *Bullying* yang dialami dapat mengganggu kemampuan individu dalam mengatur emosi negatif yang dirasakan. Individu yang tidak mampu atau tidak memiliki keterampilan dalam mengelola emosi negatif ini mencari cara lain untuk melepaskan emosi, menghukum diri, mengungkapkan perasaan tersebut dengan cara melakukan perilaku menyakiti diri sendiri. Respon yang diberikan individu mengenai pengalaman tersebut berupa rasa marah terhadap diri sendiri, karena ia merasa tidak mampu untuk melawan pelaku, individu merasa jika ia melawan, pelaku akan semakin memberikan perlakuan yang menyakitkan kepada dirinya (Cuadrado-Gordillo, 2011), hal tersebut membuat individu melampiaskan amarah kepada diri sendiri.

Remaja korban *bullying* yang menyakiti diri sendiri ingin menunjukkan bahwa dirinya berada dalam penderitaan atau menjadi salah satu cara untuk terhubung dengan teman sebaya yang juga melakukan perilaku yang sama (Nock, 2009). NSSI digunakan oleh korban *bullying* sebagai cara untuk meregulasi emosi, karena kurangnya kemampuan diri dalam melakukan koping yang adaptif (Klomek, 2016; Serafini, 2023). Perilaku NSSI biasanya muncul saat individu sedang sendiri atau saat ada pikiran serta perasaan negatif (mengingat kejadian buruk, merasa marah, benci pada diri sendiri, atau mati rasa), menjadikan NSSI sebagai respon dari peristiwa stress yang sedang dilalui (Nock, 2010).

Beberapa penelitian menemukan bahwa ada kaitan antara perundungan (*bullying*) dan perilaku menyakiti diri (NSSI) dengan depresi sebagai moderator. Wang (2023) menemukan bahwa hubungan ini hanya dimediasi oleh depresi pada anak perempuan. Studi yang dilakukan oleh Adrian (2019) juga menunjukkan bahwa ada hubungan antara NSSI dan menjadi korban perundungan dengan gangguan

internal dan kesulitan mengatur emosi sebagai penyebabnya. Kontras dengan penelitian tersebut, dalam penelitian yang dilakukan oleh Hay & Meldrum (2010), Klomek (2016), mengatakan bahwa terdapat hubungan positif antara pengalaman *bullying* dengan perilaku menyakiti diri sendiri. Mossige (2016) menyatakan terdapat hubungan antara *bullying* secara fisik dan verbal dengan perilaku NSSI, yang mana *bullying* secara verbal lebih memiliki risiko yang tinggi daripada *bullying* secara fisik.

Perbedaan hasil tersebut membuat peneliti ingin melihat apakah terdapat hubungan langsung antara pengalaman *bullying* dengan perilaku NSSI pada remaja. Dengan demikian, diharapkan nantinya dapat memperoleh wawasan mengenai bagaimana *bullying* itu sendiri memiliki kontribusi terhadap NSSI. Berdasarkan paparan sebelumnya, menunjukkan bahwa remaja yang memiliki pengalaman buruk, yang mana disini adalah menjadi korban *bullying* dapat memunculkan perilaku NSSI pada individu. Sehingga, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih dalam mengenai hubungan antara pengalaman *bullying* dengan perilaku NSSI pada remaja.

METODE

Desain Penelitian

Pendekatan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Pada penelitian kuantitatif, tujuan utama peneliti adalah untuk mengukur secara tepat variabel-variabel tertentu. Pada penelitian kuantitatif terdapat dua metode yaitu eksperimen dan survey. Secara spesifik pada penelitian ini, pengumpulan data akan menggunakan teknik survei di mana responden akan diberikan sejumlah pertanyaan yang sama dan kemudian jawaban yang telah diberikan tersebut diolah untuk mengukur hubungan antar variabel dengan teknik statistik tertentu (Neuman, 2014).

Partisipan

Partisipan merupakan remaja laki-laki atau perempuan dengan usia 12-21 tahun yang pernah atau sedang melakukan salah satu atau lebih perilaku NSSI dalam waktu 12 bulan terakhir. Berdasarkan kriteria tersebut didapatkan partisipan sebanyak 129 partisipan ($M_{usia}=17,3$; $SD_{usia}=1,93$; 69 persen perempuan).

Penentuan jumlah minimal sampel dalam penelitian ini menggunakan aplikasi *G*Power* 3.1 dengan menggunakan analisis kekuatan *A Priori*. Kemudian untuk *statistical test* yang dipilih adalah *Correlation : Bivariate normal model* dengan *Tail(s) one, correlation ρ* $H1 = 0,31$, *alpha error prob* $0,05$ dan *power* sebesar $0,80$. Selanjutnya, *A priori power analysis* dilakukan dengan terlebih dahulu menentukan *effect size*. Perhitungan ini mendapatkan hasil sampel yang dibutuhkan yaitu minimal sebanyak $N=63$. Sebelum mengisi kuesioner yang diberikan, partisipan diminta mengisi *informed consent* sebagai syarat kesediaan pengisian dikarenakan penelitian ini berisiko untuk memberikan *trigger* kepada partisipan yang terlibat.

Pengukuran

Penelitian ini menggunakan alat ukur *The Multidimensional Peer Victimization Scale* (TMPVS) yang dikembangkan oleh Mynard & Joseph (2000) dan telah diterjemahkan ke Bahasa Indonesia oleh penulis. TMPVS digunakan untuk mengukur variable pengalaman *bullying*, yang terdiri dari 16 aitem, skor untuk setiap aitem dikumpulkan dalam skor skala Likert (0 = tidak pernah, 1 = pernah, sekali, 2 = lebih dari sekali). Reliabilitas dimensi dari TMPVS hasil terjemahan terdiri dari *physical victimization* (0,70), *verbal victimization* (0,75), *social manipulation* (0,65), *attacks on property* (0,78). Variabel NSSI menggunakan alat ukur *Inventory of Statement About Self-Injury* (ISAS) yang dikembangkan oleh Glenn & Klonsky (2009). ISAS terdiri dari dua bagian, bagian pertama untuk melihat frekuensi NSSI, bagian kedua untuk melihat fungsi NSSI. Bagian ke-2 ISAS terdiri dari 13 dimensi (39 aitem) yang dikumpulkan

dalam skor skala likert (0 = tidak sesuai, 1 = sesuai, 2= sangat sesuai). ISAS memiliki reliabilitas yang layak untuk digunakan dengan nilai $\alpha = 0,811$.

Analisis Data

Uji asumsi parametrik dilakukan dengan analisis data pada uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas. Uji tambahan dilakukan dengan uji beda jenis kelamin menggunakan *independent t-test*, selain itu juga dilakukan penormaan untuk mengelompokan frekuensi NSSI berdasarkan tiga kategori. Uji hipotesis menggunakan *correlation matrix*. Seluruh analisis data menggunakan *software Jamovi for Mac 2.5.4*.

HASIL PENELITIAN

Hasil uji normalitas meunjukkan data yang terdistribusi normal dengan pengalaman *bullying* dan perilaku NSSI menunjukkan $p=0.314>0,05$. Uji linearitas menunjukkan keempat dimensi *bullying* yaitu *physical victimization*, *verbal victimization*, *social manipulation*, dan *attacks on property* menunjukkan hubungan linear positif. Uji multikolinearitas menemukan tidak adanya multikolinearitas antara variabel bebas (*physical victimization* VIF=1,91<10,00; *tolerance*=0,522>0,10, *verbal victimization* VIF=2,59<10,00; *tolerance*=0,388>0,10, *social manipulation* VIF=2,57<10,00; *tolerance*=0,390>0,10, *attacks on property* VIF=2,80<10,00; *tolerance*=0,357>0,10). Hasil uji hipotesis pada masing-masing dimensi *bullying* dengan perilaku NSSI menunjukkan adanya korelasi yang signifikan (*physical victimization* $p<0,001$; $r=0,345$, *verbal victimization* $p<0,001$; $r=0,304$, *social manipulation* $p<0,001$; $r=0,397$, *attacks on property* $p<0,001$; $r=0,423$).

Dilakukan juga uji tambahan untuk melihat perbedaan antara jenis kelamin laki-laki dan Perempuan terhadap perilaku NSSI dengan hasil menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan pada perbedaan jenis kelamin dengan perilaku NSSI ($p=0,631>0,05$).

DISKUSI

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apa terdapat hubungan langsung antara pengalaman *bullying* terhadap perilaku NSSI. Partisipan dalam penelitian ini yaitu individu yang pernah melakukan NSSI dalam 12 bulan terakhir. Penelitian ini berhasil mengumpulkan 129 responden yang sesuai dengan kriteria dengan rincian 89 responden perempuan (69 persen) dan 40 responden laki-laki (31 persen).

Pada penelitian ini, menemukan bahwa dimensi *physical victimization* berhubungan dengan perilaku NSSI pada remaja. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mossige, 2016) yang menemukan *bullying* secara fisik memiliki risiko tinggi terhadap perilaku NSSI. Hal ini dikarenakan *Bullying* secara fisik menyebabkan remaja trauma dan mengalami ketakutan disekolah, kesulitan dalam mengidentifikasi, mengenali, serta memahami pengalaman emosional mereka (Diannita dkk, 2023; Zetterqvist, Lundh, & Svedin, 2014). Penelitian ini juga menemukan adanya hubungan antara *bullying* verbal dengan perilaku NSSI pada remaja. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mossige (2016) yang menemukan bahwa *bullying* secara verbal memiliki risiko yang tinggi dalam mengembangkan perilaku NSSI. Hal ini terjadi karena *bullying* secara verbal mengakibatkan rendahnya *self-esteem* serta kepercayaan diri yang dimiliki individu (Putri, Ismaya, & Fardani, 2021; Azmi, Thamrin, & Akhwani, 2021), *bullying* secara verbal memiliki efek yang berkepanjangan dan cenderung memiliki tingkat keparahan yang lebih tinggi (Mossige, Huang, Straiton, & Roen, 2016)

Hasil analisis korelasi juga menemukan adanya hubungan antara bentuk *bullying* relasional atau *social manipulation* (menyebarkan rumor, gosip, dikucilkan) terhadap perilaku NSSI. Hal ini sejalan dengan

penelitian yang dilakukan oleh (Jantzer, Haffner, Parzer, Resch, & Kaess, 2015). Manipulasi sosial yang diberikan kepada korban menyebabkan munculnya perasaan ditolak oleh teman sebaya, perasaan kesepian, serta perasaan tidak diterima yang mengarahkan pada perilaku NSSI sebagai pelepas emosi. Hasil dari penelitian ini juga menemukan bahwa adanya hubungan antara perlakuan *bullying attacks on property* dengan perilaku NSSI. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cicek (2023) dan Zhao (2023). Kepemilikan atas barang pada masa anak-anak hingga remaja memiliki makna yang lebih berarti. Ketika ada orang lain yang mengambil barang tanpa seizin individu (pemilik), individu akan merasa marah, kesal, sedih (Ross & Friedman, 2011). Individu yang tidak bisa mengungkapkan perasaannya kepada orang lain, akan menginternalisasikan masalah tersebut yang nantinya dapat berakhir pada perilaku NSSI (Nock, 2008).

Remaja yang mengalami *bullying* meningkatkan risiko dalam mengembangkan perilaku NSSI. Hal ini karena ketidakmampuan remaja dalam mengelola emosi serta menghadapi pikiran negatif. Proses internalisasi yang terjadi pada remaja seperti munculnya rasa marah, rasa malu, rasa tidak suka dengan diri sendiri, serta emosi negatif lainnya, ketidakmampuan remaja dalam mengelola emosi negatif yang dirasakan mengarahkan remaja kepada perilaku melukai diri sendiri dengan fungsi sebagai pereda emosi, menunjukkan ketangguhan, mencari bantuan, menunjukkan bahwa terdapat rasa sakit pada dirinya (Llyod-Richardson, 2007).

Penelitian selanjutnya diharapkan untuk meneliti tentang usia individu saat mengalami *bullying* untuk mengetahui apakah lama atau sebentarnya pengalaman tersebut berlangsung memengaruhi individu dalam melakukan NSSI dikemudian hari. Penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan instrumen yang terpisah saat hendak melakukan *screening* subjek pada perilaku NSSI. Penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan alat ukur yang memiliki validitas serta reliabilitas yang tinggi (> 0,8).

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengalaman *bullying* dengan perilaku NSSI. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya hubungan yang signifikan antara keempat dimensi *bullying* dengan perilaku NSSI pada remaja. Dengan demikian, keempat hipotesis null yang menyatakan tidak ada hubungan antara pengalaman *bullying (physical victimization, verbal victimization, social manipulation, attacks on property)* dengan perilaku NSSI ditolak, dan keempat hipotesis alternatif yang menyatakan terdapat hubungan antara pengalaman *bullying (physical victimization, verbal victimization, social manipulation, attacks on property)* dengan perilaku NSSI, diterima.

Remaja diharapkan untuk dapat mencoba mengkomunikasikan mengenai pengalaman buruk yang dialami kepada orang tua, teman, atau bahkan mencari bantuan lewat sosial media. Hal ini dapat membantu remaja untuk melawan segala tindakan perundungan yang diterimanya. Selain itu, remaja juga diharapkan untuk mencari mekanisme koping yang adaptif, tidak melukai diri sendiri. Remaja diharapkan untuk berani mencari bantuan profesional untuk mendapatkan penanganan serta mencoba mekanisme koping yang lebih sehat.

Orang tua diharapkan dapat mendampingi anak ketika ia akan mencari bantuan kepada profesional. Selain itu, orang tua juga diharapkan dapat memberikan dukungan, serta kontrol perilaku agar anak tidak terjebak dalam perilaku maladaptif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada bu Dian Kartika Amelia Arbi, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan waktu, serta pikiran dengan segala kesabaran beliau sehingga penulis mampu

menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Terima kasih juga kepada pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah menjadi tempat untuk berdiskusi serta memberikan masukan mengenai penelitian sehingga penelitian bisa terselesaikan dengan baik.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Reyna Mahirajustin I.P dan Dian Kartika Amelia Arbi tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari Perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

P U S T A K A A C U A N

- Adrian, M., Zeman, J., Erdley, C., Whitlock, K., & Sim, L. (2019). Trajectories of non-suicidal self-injury in adolescents girls following inpatients hospitalization. *clinical child psychology and psychiatry*, 831-846.
- Cicek, A., Ucuz, I., Sari, S., Arslan, S., & Dogru, H. (2023). Does involment in peer bullying invite self-injury?: the association between peer bullying and self-injury in clinical sample. *The journal of nervous and mental disease*, 108-114.
- Cuadrado-Gordillo, I. (2011). Repetition, Power Imbalance, and Intentionality. *Journal of Interpersonal Violence*, 1889-1910.
- Hay, C., & Meldrum, R. (2010). Bullying Victimization and Adolescent Self-Harm: Testing Hypotheses from general strain theory. *Journal of Youth and Adolescence*, 446-459.
- Hurlock, E. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jantzer, V., Haffner, J., Parzer, P., Resch, F., & Kaess, M. (2015). Does parental monitoring moderate the relationship between bullying and adolescent non suicidal self-injury and suicidal behavior? a community-based self-report of adolescents in germany . *BMC public health* , 1-8.
- Klomek, A., Snir, A., Apter, A., Carli, V., Wasserman, C., Hadlaczky, G., . . . Wasserman, D. (2016). Association Between Victimization by Bullying and Direct Self Injurious Behavior Among Adolescence in Europe : A ten-country study. *European child & adolescent psychiatry*, 1183-1193.
- Mossige, S., Huang, L., Straiton, M., & Roen, K. (2016). Suicidal Ideation and self-harm among youths in Norway: associations with verbal, physical, and sexual abuse. *Child & Family Social Work*, 166-175.
- Nock, M. (2009). Why do people hurt themeselves? New Insight into the nature and functions of self-injury. *Current directions in psychological science*, 78-83.
- Nock, M. (2010). Self-Injury. *The Annual Review of Clinical Psychology*.
- Ross, H., & Friedman, O. (2011). *Origins of Ownership of Property: New Directions for Child and Adolescent Development*. John Wiley & Sons.

- Santrock, J. (2011). *Life-Span Development*. New York: McGraw-Hill.
- Sentse, M., Dijkstra, J., Salmivalli, C., & Cillessen, A. (2013). The Dynamics of Friendships and Victimization in Adolescence: A Longitudinal Social Network Perspective. *Aggressive Behavior*, 229-238.
- Serafini, G., Aguglia, A., Amerio, A., Canepa, G., Adavastro, G., Conigliaro, C., . . . & Amore, M. (2023). The relationship between bullying victimization and perpetration and non-suicidal self-injury: a systematic review. *Child psychiatry & human development*, 154-175.
- Wang, D., Ma, Z., Chen, H., Liu, W., Zhang, Y., Zeng, H., & Fan, F. (2023). Associations between family function and non-suicidal self-injury among chinese urban adolescents with and without parental migration. *child psychiatry & human development*.
- Zetterqvist, M., Lundh, L., & Svedin, C. (2014). A cross-sectional study of adolescent non-suicidal self-injury: support for a specific distress-function relationship. *Child & Adolescent Psychiatry & Mental Health*, 1-14.
- Zhao, K., Tong, S., Hong, L., Yang, S., Yang, W., Xu, Y., & Zheng, T. (2023). Childhood trauma, peer victimization, and non-suicidal self-injury among chinese adolescents : a latent variabel mediation analysis. *BMC Psychiatry* , 436.